

Puedes personalizar los temas de reflexión para satisfacer las necesidades de los estudiantes y las limitaciones de tiempo. Crea una experiencia de ejercicio única cada vez que regreses a esta lección eligiendo diferentes temas: ¡cada ejercicio puede revelar algo nuevo para los estudiantes!

COMPROMETERSE

Adjudicarse una obligación o hacerse responsable de algo

Conexión cuerpo-mente

Cuerpo

¿Cómo se siente tu cuerpo después de completar el ejercicio?

Mente

¿Cómo se siente tu mente después de completar el ejercicio?

Definición

¿Qué significa COMPROMETERSE para ti en este momento?

Auto-conexión

Pasado

Describe un pasatiempo o talento con el que te comprometiste durante un momento de tu vida. ¿Cómo demostraste tu compromiso?

Presente

Describe algo que te gustaría hacer, o que desearías poder hacer, todos los días.

Futuro

Identifica una meta que tengas para tí mismo/a para el próximo año escolar y explica cómo te mantendrás comprometido/a con esta meta.

Conexión del mundo real

Familia

Entrevista a un miembro de la familia sobre un momento en el que mostró compromiso con algo que amaba.

Ambiente de aprendizaje

Reflexiona sobre una ocasión en la que mostraste compromiso este año y escribe una descripción de ese evento en una ficha. Cuelga esta ficha en tu ambiente de aprendizaje como recordatorio diario.

Comunidad

Describe una causa con la que está comprometida una comunidad a la que perteneces.

Conexión académica**Artes del lenguaje inglés**

Escribe una carta a tu yo futuro (dentro de diez años). Incluye: una frase que describa a qué estás comprometido/a hoy, una predicción sobre tu vida en diez años y una pregunta para tu yo futuro.

Estudios Sociales

¿Cómo demuestra la gente compromiso con su país?

CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)

Crea y distribuye una encuesta para la clase para saber con qué pasatiempos están comprometidos actualmente tus compañeros de clase.

Dato curioso

Los gansos muestran compromiso con su bandada. Si un ganso está enfermo o herido, su pareja a menudo se negará a irse, incluso si se acerca el invierno y los demás del grupo vuelan hacia el sur.