

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!

CONECTAR

Reunir o unirse; proporcionar acceso y comunicación

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 CONECTAR para ti en este momento?

Auto-conexión

Pasado

¿Cómo te mantuviste conectado/a con personas durante la pandemia de COVID-19 que era diferente que antes?

Presente

¿Cómo te conectas contigo mismo/a?

Futuro

¿Con quién esperas conectar más en el futuro? ¿Por qué?

Conexión del mundo real

Familia

¿Con quién estás más conectado/a en tu vida? ¿Son algunas de estas personas en tu vida por elección? ¿Son algunas de estas personas en tu vida no por elección?

Ambiente de aprendizaje

Identifica algunos adultos de confianza con los que puedas conectarte en tu ambiente de aprendizaje si tienes un problema. ¿Cómo podrían ayudarte?

Comunidad

Describe algunas barreras físicas y emocionales que impiden que las personas se conecten entre sí.

Conexión académica**Artes del lenguaje inglés**

¿Con qué escritor/a (es decir, autor/a, guionista, dramaturgo/a, etc.) te sientes conectado/a? ¿Qué trabajo ha creado con el que te sientes más conectado/a?

Estudios Sociales

¿Cómo ayuda la comida a las personas a conectarse con su cultura?

CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)

Reflexiona sobre cómo se conectan tu mente y tu cuerpo. Dibuja el contorno de un cuerpo y coloca una pequeña "X" en tres áreas donde experimentas tensión, dolor o debilidad cuando sientes emociones fuertes.

Dato curioso

La popularidad de Facebook es prueba de nuestro deseo de conexión. Si Facebook fuera un país, tendría mil millones de habitantes más que China.