

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!

AMOR

Un intenso sentimiento de profundo cariño

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 AMOR para ti en este momento?

Auto-conexión

Pasado

Describe algo (es decir, un lugar, objeto o actividad) que hayas amado durante mucho tiempo.

Presente

¿Quién es una persona importante en tu vida y qué valoras de esa persona?

Futuro

¿Qué esperanzas tienes para las relaciones futuras en tu vida?

Conexión del mundo real

Familia

¿A quién amas en tu familia y qué amas de él/ella?

Ambiente de aprendizaje

¿Qué es lo que más amas de tu ambiente de aprendizaje (es decir, una materia que amas, un juego que juegas, amigos/as, etc.) y por qué?

Comunidad

¿Qué acciones puedes tomar para demostrar amor hacia tu comunidad?

Conexión académica**Artes del lenguaje inglés**

Escribe un párrafo o un poema que describa lo que amas de ti mismo/a.

Estudios Sociales

¿Cómo han cambiado las normas del matrimonio en nuestra sociedad a lo largo de la historia?

CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)

¿Qué cambios químicos suceden en el cerebro de una persona cuando siente amor?

Dato curioso

El amor es una emoción poderosa que puede afectarte tanto emocionalmente como físicamente. La sensación de “mariposas en el estómago” es causada por la liberación de adrenalina durante la respuesta de lucha o huida.