

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!

PERSEVERANCIA

Hacer algo a pesar de la dificultad o el retraso en lograrlo

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 PERSEVERANCIA para ti en este momento?

Auto-conexión

Pasado

Describe un momento en el que tuviste un desafío o un revés en tu vida por el que pudiste perseverar.

Presente

¿Qué estrategias te ayudan a perseverar en tiempos difíciles?

Futuro

Considera un desafío que esperas superar en el futuro. ¿Cómo podrías perseverar a través de este desafío en particular?

Conexión del mundo real

Familia

Describe una fortaleza dentro de tu familia que te ayudó a perseverar a través de un desafío.

Ambiente de aprendizaje

Crea una receta de perseverancia para la clase a la que puedas referirte en un día desafiante. Tu maestro/a publicará esta receta en una pared de tu ambiente de aprendizaje.

Comunidad

Realiza investigaciones y crea una lista de recursos en tu comunidad que puedan ayudar a perseverar a las personas que enfrentan dificultades o desafíos.

Conexión académica**Artes del lenguaje inglés**

¿Qué significa para ti la frase “cuando la vida te da limones, haz limonada”?

Estudios Sociales

¿Cómo podrían la superación de los desafíos del distanciamiento social y el aprendizaje y el trabajo virtuales conducir a oportunidades futuras en nuestra sociedad?

CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)

¿Cuáles son algunos de tus puntos fuertes en matemáticas? Enumera todos los que puedas pensar. ¿Cómo puede el conocimiento de estas fortalezas ayudarte a perseverar a través de los desafíos en matemáticas?

Dato curioso

Muchos líderes a lo largo de la historia han demostrado una gran perseverancia y no siempre tuvieron éxito en el primer intento. Abraham Lincoln perdió cinco elecciones separadas antes de convertirse en presidente de los Estados Unidos.