

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!

VIVO/A

Alerta y activo/a; animado/a

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 VIVO/A para ti en este momento?

Auto-conexión

Pasado

¿En qué te diferencias hoy de cuando estabas en la escuela intermedia? Reflexiona sobre los cambios tanto físicos como emocionales que has experimentado.

Presente

Piensa críticamente sobre la palabra VIVO/A. ¿Cuáles son algunas formas diferentes en que otros podrían interpretar esta palabra?

Futuro

¿Cuáles son algunas de las acciones que puedes tomar hoy que pueden afectar tu salud a largo plazo a medida que envejeces?

Conexión del mundo real

Familia

Describe a un/a antepasado/a que ha tenido un impacto en tu vida.

Ambiente de aprendizaje

¿Qué acciones puedes tomar en tu salón de clases para mantenerte a ti y a tus compañeros sanos y seguros?

Comunidad

Crea un anuncio de servicio público que demuestre estrategias para mantener el cuerpo físicamente sano.

Conexión académica

Artes del lenguaje inglés

¿Cómo puede el texto de una página dar vida a la voz de un/a autor/a? ¿Cómo puede dar vida a tu voz escribir algo?

Estudios Sociales

Si pudieras estar vivo/a en cualquier momento de la historia, ¿qué período de tiempo elegirías y por qué?

CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)

Diseña un póster que muestre los recursos naturales que las plantas necesitan para mantenerse vivas.

Dato curioso

El organismo vivo más grande del mundo es un hongo. Está ubicado en Oregon, cubre 2.200 acres y todavía está vivo y creciendo.