

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!

DEDICACIÓN

La calidad de estar dedicado/a o comprometido/a con una tarea o propósito

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 DEDICACIÓN para ti en este momento?

Auto-conexión

Pasado

En el pasado, ¿cómo te has mantenido dedicado/a a tus metas y sueños cuando partes de tu vida cotidiana se han sido interrumpidas?

Presente

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

Futuro

¿Qué es una cosa (un valor, un concepto o una persona) que te importa y cómo puedes mantenerte dedicado/a a esto en el futuro?

Conexión del mundo real

Familia

¿Cuáles son algunos valores a los que está dedicada su familia? ¿Tus valores se alinean con los de tu familia?

Ambiente de aprendizaje

Con los otros miembros de tu ambiente de aprendizaje, trabajen juntos para decidir sobre una palabra unificadora. Esta palabra debe representar un concepto o meta al que todos ustedes están dedicados este año escolar.

Comunidad

Dedícate a una causa dentro de tu comunidad tomando un paso de acción para mostrar tu apoyo. Comparte tu plan con tus compañeros.

Conexión académica

Artes del lenguaje inglés

Escribe una “carta de amor” a una actividad o pasatiempo en tu vida a la que estés dedicado/a.

Estudios Sociales

¿Cómo puede una estatua o monumento representar la dedicación de una comunidad hacia algo? ¿Por qué estas estatuas a veces son controvertidas?

CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)

¿Qué papel juega la dedicación en el descubrimiento científico?

Dato curioso

El maratón más largo en un saltador fue de 206.864 rebotes, logrado por el estadounidense James Roumeliotis en Pogopalooza 8 en Costa Mesa, California, el 29 de julio de 2011. James rebotó durante 20 horas y 13 minutos. ¡Eso sí que es dedicación!