

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!

AGALLAS

Coraje y determinación; fuerza de carácter

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 AGALLAS para ti en este momento?

Auto-conexión

Pasado

Describe un momento en el que mostraste agallas.

Presente

Reflexiona sobre un desafío al que te enfrentas actualmente y con el que las agallas podrían ayudar.

Futuro

¿Qué consejo le darías a alguien que quiere renunciar a algo desafiante?

Conexión del mundo real

Familia

¿Quién muestra agallas en tu familia y cómo lo demuestra?

Ambiente de aprendizaje

Crea una receta para las agallas. Asegúrate de incluir ingredientes que ayuden a cada uno de tus compañeros de clase a mostrar agallas.

Comunidad

Describe un momento en el que tu comunidad mostró agallas.

Conexión académica**Artes del lenguaje inglés**

Crea una lista de palabras que te vienen a la mente cuando piensas en agallas.

Estudios Sociales

Describe una figura histórica que haya mostrado agallas.

CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)

¿Cómo pueden las agallas ayudarte a resolver un problema desafiante de matemáticas o ciencias?

Dato curioso

Vuelve a pensar en la definición de AGALLAS. El récord mundial de pararse en un pie es de 76 horas y 40 minutos. ¡Eso es mucho coraje y determinación!