

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!

RESPETO

Un sentimiento o comprensión de que alguien o algo es importante

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 RESPETO para ti en este momento?

Auto-conexión

¿Qué te hace sentir RESPETO?

Conexión del mundo real

¿Qué te imaginas cuando te sientes RESPETO?

Conexión académica

Escribe una palabra o haz un dibujo que te venga a la mente cuando pienses en la palabra RESPETO.