

Mes de un vistazo: febrero

Actividad	Comprensión duradera	Vocabulario	Tiempo necesario para completar
-----------	----------------------	-------------	---------------------------------



¡Qué línea de tiempo!	No todas las malas decisiones tienen por qué dictar su futuro.	pasado, presente, futuro, actual, transición, matricularse	45 minutos
Puedes conseguir con esto... o puedes conseguir con aquello	Tomar decisiones saludables a una edad temprana puede tener un impacto positivo en su salud general.	elección positiva negativa	60 minutos
Dinero dinero dinero	Estar en buena situación financiera es parte del bienestar general.	disciplinado, priorizador, misceláneo	45 minutos
La decepción no me define	Las decepciones son parte de la vida. La forma en que respondemos a ellos marca la diferencia.	decepción, resultado, mejora	60 minutos
¿Qué haría Ace?	Oportunidades reflexivas.		5-30 minutos

Febrero



Plan de actividades

Título: ¡Qué línea de tiempo!

Tiempo sugerido: 45 minutos

Grado(s) sugerido(s): 6.º a 8.º

<p>Objetivo de la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none">Hacer que los académicos sean conscientes de que las decisiones o eventos de su pasado no dictan su futuro. <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none">computadorapapeltijeraspegamentomarcadoreslápices de colorcinta <p>Vocabulario:</p> <ul style="list-style-type: none">pasadopresentefuturoactualtransiciónmatricularse	<p>Resumen de la actividad: Los estudiantes reflexionarán sobre su pasado pero también comenzarán a visualizar su futuro creando una línea de tiempo de sus vidas.</p>	
	<p>Puente (Conectar y participar)</p>	<ul style="list-style-type: none">Facilitador: ¿Alguna vez has oído hablar de una línea de tiempo? Permita que los académicos respondan.Facilitador: Una línea de tiempo es una línea donde se puede marcar el inicio, la mitad y el final de un período de tiempo específico en orden cronológico. La forma más sencilla de comprender una línea de tiempo es crear una sobre tu propia vida. Después de todo, ¿quién conoce tu vida mejor que tú? Para nuestras líneas de tiempo que vamos a crear, ¡vamos a agregar un giro! Vamos a predecir los próximos diez años del futuro.
	<p>Impulsar (enseñar)</p>	<ul style="list-style-type: none">Facilitador: Hoy vas a crear una línea de tiempo de tu vida. Sus cronogramas tendrán una fecha de inicio, una marca a mitad de camino, donde se encuentran ahora y dentro de diez años. ¿Quién puede decirme con qué fecha debería comenzar tu cronograma? Permita que los eruditos respondan. ¡Correcto! ¡Tu fecha de nacimiento! ¿Quién puede decirme qué edad sería la mitad del camino para ti? Esto será diferente ya que no todos los estudiantes tienen la misma edad. (6/12, 13/6,5, 14/7, 15/7,5)Facilitador: Luego pondrás la edad que tienes ahora y le sumará la edad que tendrás dentro de diez años. Puede agregar tantas edades importantes como desee, pero queremos asegurarnos de que estén ahí.Facilitador: Para las edades que ya pasaron, agregarás fechas, eventos, fotografías o cualquier cosa que sientas que fue importante para ti. Estos pueden ser eventos positivos o negativos. Todas nuestras experiencias nos han convertido en las personas que somos hoy. Para tus edades futuras, agregarás metas, sueños y aspiraciones.

	<p>Impulsar (enseñar)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitador: <i>Para aquellos de ustedes que han tenido eventos negativos que han sucedido en su vida, comprendan que esos eventos no tienen por qué dictar su futuro. ¡Aún puedes hacer y ser lo que te propongas!</i>
	<p>Construir (ensayar y construir para transferir/cerrar)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitador: <i>Sea tan creativo como quiera ser. Seleccionaré voluntarios para compartir sus cronogramas con la clase.</i>

Estación de diferenciación

Sugerencias para la remediación	Sugerencias para la aceleración	Andamios para educación especial y estudiantes de inglés
---------------------------------	---------------------------------	--



<p>El facilitador puede crear un cronograma con los académicos.</p> <p>Los estudiantes pueden trabajar en grupos.</p>	<p>Los académicos pueden crear una línea de tiempo en papel o en la computadora.</p>	<p>Los académicos pueden utilizar Google Translate.</p> <p>Los estudiosos pueden utilizar imágenes.</p>
---	---	---

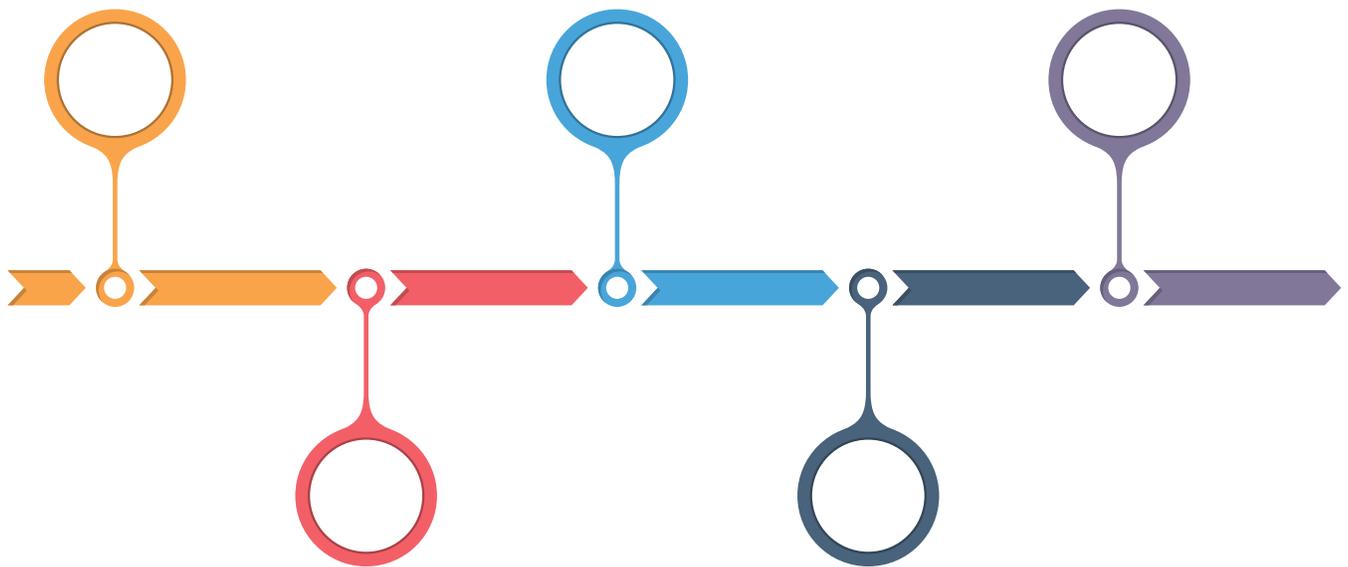
Reflexión de la actividad:

¿Qué piensas después de crear tu línea de tiempo? ¿Qué descubriste sobre ti mismo a través del proceso? de que estas mas orgulloso? Según dónde ha estado y dónde se encuentra ahora, ¿dónde se ve en el futuro? ¿Hay cosas que necesitas empezar a hacer de manera diferente?

Recursos complementarios: <https://foreveryoungautobiographies.com/how-to-make-a-timeline/>



Plantilla de infografía



Plan de actividades

Título: ¡Puedes conseguir esto... o puedes conseguir aquello!

Tiempo sugerido: 60 minutos

Grado(s) sugerido(s): 6.º a 8.º

<p>Objetivo de la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> Los estudiantes explorarán opciones saludables que beneficiarán su bienestar físico, emocional y social general más allá de la escuela secundaria. <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> tarjetas de estado de cuenta marcadores papel de construcción <p>Vocabulario:</p> <ul style="list-style-type: none"> elección positivo negativo 	<p>Resumen de la actividad: Los estudiantes explorarán el impacto de las decisiones que están tomando ahora en sus vidas después de la escuela secundaria.</p>	
	<p>Puente (Conectar y participar)</p>	<ul style="list-style-type: none"> El facilitador debe cortar las tarjetas de declaración para cada categoría y colocarlas en 3 bolsas Ziploc separadas para dos grupos con anticipación. Algunas de las declaraciones tienen números y otras no. Tenga en cuenta que cada grupo debe recibir diferentes tarjetas de declaración (elección). Facilitador: Hoy exploraremos el poder de la elección y los efectos que nuestras elecciones tienen en nuestra vida física, emocional y social más allá de la escuela secundaria. La clase debe dividirse en dos grupos. Los estudiantes decidirán si las opciones que se encuentran en las tarjetas son positivas o negativas. Al responder, deberían considerar la vida más allá de la escuela secundaria y hasta la edad adulta.
	<p>Impulsar (enseñar)</p>	<ul style="list-style-type: none"> El facilitador llamará aleatoriamente un número a la vez y hará que los estudiantes se acerquen al centro de la sala para leer sus tarjetas de declaración. Después de que el erudito lea su declaración de elección, el erudito con la opción opuesta gritará: "¡Puedes aceptar esto o aquello!". El objetivo de la actividad es garantizar que los estudiantes reconozcan las decisiones positivas y negativas que pueden tomar. El objetivo debe ser elegir opciones positivas para un estilo de vida físico, emocional y social saludable.
	<p>Construir (ensayar y construir para transferir/cerrar)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Facilitador: Ahora que hemos emparejado nuestras elecciones, trabaje con su compañero para crear un hashtag que promueva la opción física, emocional o social saludable que promoverá un estilo de vida saludable en general después de la escuela secundaria. Ilustra el hashtag y piensa en una forma interesante y creativa de compartirlo. Para aquellos académicos que no tienen una tarjeta, se unirán. Únase a dos académicos para formar un grupo pequeño. Los estudiantes compartirán sus hashtags y la clase votará por el hashtag más creativo que promueva decisiones positivas más allá de la escuela secundaria.



Estación de diferenciación

Sugerencias para la remediación	Sugerencias para la aceleración	Andamios para educación especial y estudiantes de inglés
---------------------------------	---------------------------------	--



<p>El facilitador puede hacer preguntas motivadoras.</p> <p>Los académicos pueden hacer referencia a gráficos/imágenes.</p> <p>Se puede emparejar a los académicos con un compañero para que los apoye durante toda la sesión.</p>	<p>Los académicos pueden crear un anuncio de servicio público como complemento a su hashtag.</p> <p>Los estudiantes harán campaña para publicar los hashtags en el sitio web de la escuela.</p> <p>Los académicos intercambiarán ideas sobre temas adicionales para crear hashtags adicionales para elecciones físicas, emocionales y sociales positivas.</p>	<p>Los estudiantes pueden pensar en parejas y compartir ideas con un compañero durante la actividad como apoyo.</p> <p>Se pueden utilizar gráficos o imágenes para apoyar el lenguaje académico.</p> <p>Traduzca el documento o utilice el diccionario Word to Word.</p> <p>Los estudiantes pueden ser emparejados con un compañero (cuando esté disponible, elija uno que hable el mismo idioma nativo).</p>
--	---	---

Reflexión de la actividad:

- 1. ¿Por qué es importante conocer la diferencia entre opciones positivas y negativas cuando nos concentramos en la vida más allá de la escuela secundaria?
- 2. ¿Cuál es el peligro de no elegir sabiamente? ¿Cómo pueden estas elecciones afectar nuestra vida en general física, emocional y psicológicamente?

Recursos suplementarios: N/A



Boletas de elección (Grupo 1)



Físico

La falta de sueño	1
Vapear 4 o 5 veces por semana	
Beber 3 refrescos al día	3
Manejar el estrés a través de una dieta equilibrada	

Social

Jugar videojuegos durante varias horas a lo largo del día.	5
Mayor tiempo frente a la pantalla y quedarse dormido con el celular	
Elegir círculos de amistad que honren y compartan tus valores	7
Ira incontrolada que conduce a un comportamiento hostil.	

Emocional

Estrés y frustración no gestionados	
Buscar asesoramiento o terapia para situaciones difíciles.	9
Autoaislamiento	

Hojas de elección (Grupo 2)



Físico

Dormir de 8 a 10 horas cada noche	
Hacer ejercicio de 4 a 5 veces por semana	2
Beber 64 onzas de agua al día	
Uso semanal de DoorDash/Uber Eats para comida rápida	4

Social

Disfrutar de un picnic al aire libre con amigos o familiares.	
Fumar en reuniones sociales	
Programar el tiempo para las actividades de cuidado personal	6
Estar dispuesto a expresar tus sentimientos.	8

Emocional

Programar el tiempo para las actividades de cuidado personal	10
Negarse a hablar o defender sus necesidades	
Ser honesto acerca de sus necesidades personales.	12



Plan de actividades

Título: ¡Dinero, dinero, dinero!

Tiempo sugerido: 45 minutos

Grado(s) sugerido(s): 6.º a 8.º

<p>Objetivo de la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> Los académicos descubrirán formas de ser financieramente responsables. <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> papel pegamento cinta marcadores lápices de color tijeras sobres <p>Vocabulario:</p> <ul style="list-style-type: none"> disciplinado priorizando misceláneas 	<p>Descripción general de la actividad: Los académicos crearán sobres de gastos presupuestarios para priorizar sus gastos mensuales.</p>	
	<p>Puente (Conectar y participar)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Facilitador: <i>Seguir un presupuesto y priorizar sus necesidades puede ayudarle a convertirse en un administrador más disciplinado de sus finanzas. Etiquetaremos los sobres según cómo gastamos y ahorramos dinero. Por ejemplo, crearé tres sobres. El sobre uno tendrá billetes escritos en el frente; el sobre dos tendrá comestibles escritos en el frente; y el sobre tres tendrá varios escritos en el frente.</i>
	<p>Impulsar (enseñar)</p>	<ul style="list-style-type: none"> El facilitador distribuirá tres sobres y otros recursos a cada alumno. Facilitador: <i>Antes de que decidas cómo etiquetar tus sobres, vamos a ver un video (https://www.youtube.com/watch?v=WRcgRimB ac8) que nos brinda un poco más de información.</i> <i>Considere lo que vio y escuchó en el video. ¿Qué categorías crearás para tu presupuesto? ¿En qué se diferencia esto de lo que pensaba antes de ver el video? Escriba una categoría en el frente de cada uno de sus sobres. Siéntete libre de decorarlos.</i>
	<p>Construir (ensayar y construir para transferir/cerrar)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Después de que todos hayan decidido sus categorías de gastos, permítales compartir con el grupo. Anime a otros a agregar a su lista si escuchan buenas ideas. Facilitador: <i>¿Escuchaste las ideas de alguien que te gustaron? Si es así, compártelo con el grupo.</i>

Estación de diferenciación

Sugerencias para la remediación	Sugerencias para la aceleración	Andamios para educación especial y estudiantes de inglés
---------------------------------	---------------------------------	--



<p>El facilitador puede crear sobres con los estudiantes.</p> <p>El facilitador puede permitir que los estudiantes vean el video más de una vez.</p> <p>El facilitador puede hacer preguntas motivadoras para ayudar a los académicos con las listas de gastos.</p>	<p>Los académicos pueden crear un presupuesto para la semana.</p> <p>Los académicos pueden asesorar a sus compañeros sobre cómo gastan su dinero.</p>	<p>Permitir que los académicos utilicen Google Translate.</p> <p>Utilice gráficos para dar a los estudiantes ideas sobre categorías de gastos y listas de gastos.</p> <p>Los académicos pueden trabajar con socios o en grupos pequeños.</p>
---	---	--

Reflexión de la actividad:

¿Cuáles son algunas formas en las que puedes practicar ser más responsable financieramente? ¿Qué importancia tiene reflexionar sobre sus gastos para crear un presupuesto?

Recursos complementarios: fabricación de sobres con papel



Plan de actividades

Título: ¡La decepción no me define!

Tiempo sugerido: 60 minutos Grado(s) sugerido(s): 6.º a 8.º

<p>Objetivo de la actividad: Los académicos identificarán formas saludables de responder a los momentos decepcionantes de la vida.</p> <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none">• estrellas• deseo clip art• lápiz• tarjetas de escenario <p>Vocabulario:</p> <ul style="list-style-type: none">• decepción• resultado• mejora	<p>Resumen de la actividad: Los académicos identificarán formas saludables de responder a la decepción basándose en los detalles de un escenario determinado.</p>	
	<p>Puente (Conectar y participar)</p>	<ul style="list-style-type: none">• Facilitador: <i>Todos hemos tenido momentos en los que nos enfrentamos a decepciones en nuestras vidas. Por ejemplo, es posible que haya esperado un determinado resultado en una situación pero haya experimentado algo diferente. Hoy discutiremos formas saludables de manejar los momentos decepcionantes de nuestras vidas. El facilitador utilizará uno de los escenarios Puente para modelar lo que harán los estudiantes en sus grupos cooperativos. (Vea las instrucciones para el facilitador a continuación).</i>• El facilitador dividirá la clase en 2 grupos cooperativos y le dará a cada grupo dos estrellas y un deseo.• Facilitador: <i>Cada grupo recibirá una hoja con múltiples escenarios. A medida que lea cada escenario, identifique dos áreas en las que a la persona le fue bien y un área en la que debería mejorar. Las estrellas representan las áreas en las que a la persona le va bien y el área de mejora está representada por el deseo.</i>
	<p>Impulsar (enseñar)</p>	<ul style="list-style-type: none">• Facilitador: <i>Una mentalidad de crecimiento nos enseña que el fracaso es parte del proceso de aprendizaje. Probar y fallar nos permite obtener habilidades a través de un aprendizaje más profundo.</i>• El facilitador alentará a los estudiantes a utilizar su único deseo de mejora de la actividad anterior como objetivo de aprendizaje. El facilitador podría optar por compartir varias estrategias de éxito que los académicos pueden utilizar para lograr sus deseos.• Ejemplos incluyen:<ul style="list-style-type: none">◦ Permitir suficiente tiempo para la planificación.◦ Refinando sus cronogramas.◦ Establecer metas.◦ Buscar retroalimentación de sus compañeros y del facilitador.◦ Hacer preguntas al profesor.



**Construir
(ensayar y
construir para
transferir/cerrar)**

- El facilitador alentará a los estudiantes a escuchar activamente al grupo para obtener comentarios clave que resalten lo que hicieron bien y cuál debe ser el comportamiento objetivo para la próxima vez que la persona enfrente el desafío. Los académicos se asegurarán de incluir una estrategia de éxito para desarrollar la resiliencia para responder al momento decepcionante del escenario.
- Los estudiantes compartirán sus respuestas usando las dos estrellas y un lenguaje de deseos con la clase.

Estación de diferenciación

Sugerencias para la
remediación

Sugerencias para la
aceleración

Andamios para
educación especial y
estudiantes de inglés



El facilitador puede hacer preguntas motivadoras.

Los académicos pueden hacer referencia a gráficos/imágenes.

Empareje a los académicos con un compañero para que los apoye durante toda la sesión.

Los académicos pueden crear una hoja rápida de estrategia de éxito como recordatorio de cómo responder positivamente a resultados decepcionantes.

Los estudiantes pueden hacer campaña para publicar la hoja rápida de la estrategia de éxito en el sitio web de la escuela.

Los académicos pueden intercambiar ideas sobre temas adicionales para crear diferentes escenarios que puedan usarse para practicar.

Proporcione bases de oraciones para que los académicos expongan sus estrategias de éxito.

Los estudiantes pueden pensar, emparejarse y compartir ideas con un compañero durante la actividad como apoyo.

Gráficos/imágenes de referencia para apoyar el lenguaje académico.

Traducir documento o diccionario de Word a Word.

Empareje a los académicos con un compañero (cuando esté disponible, uno que hable el mismo idioma nativo).

Reflexión de la actividad:

¿Por qué son importantes las estrategias de éxito para los momentos decepcionantes?
¿Qué podría resultar de no tener una estrategia de éxito para nuestros momentos decepcionantes de la vida?

Recursos suplementarios: N/A



Escenarios puente para “La decepción no me define”



Escenario #1: Myles y su equipo de fútbol de 12 años y menos estuvieron invictos durante la temporada. Había ido a practicar con entusiasmo y había jugado lo mejor que podía en cada partido. Después de que su equipo ganó la primera ronda de los playoffs, Myles confiaba en que su equipo llegaría hasta el final porque ya habían vencido a sus siguientes oponentes una vez antes. Después de ganar la segunda ronda de los playoffs, alardeó mucho. Les dijo a todos que ganar el partido de campeonato sería pan comido. Incluso decidió faltar a la práctica 2 días esa semana.

El día del partido de campeonato, Myles y sus compañeros de equipo estaban muy emocionados. Fue un partido duro y al final perdieron por 3 puntos. Myles estaba más que decepcionado, particularmente porque había fallado un bloqueo importante.

Escenario #2: Lailah era una deletreadora INCREÍBLE. ¡Había ganado los concursos de ortografía de su clase y grado en los últimos 4 años! Como ganadora del concurso de quinto grado de este año, pasó a competir en la competencia de su distrito escolar. ¡Ella también ganó ese! Todos estaban extremadamente orgullosos de ella.

Cuando recibió la lista para estudiar para la competencia del condado, estudió todos los días. Se quedó despierta hasta tarde y se despertó temprano. Sus padres la animaron a descansar, pero estaba nerviosa por no saber deletrear las palabras. Durante las tres semanas previas a la competición, no hizo más que ir a la escuela, comer y estudiar. Rara vez pasaba tiempo con su familia o descansaba.

Ella usó su suéter de la buena suerte el día de la competencia. A pesar de ser una de las últimas tres en la competición, Lailah no ganó. Aunque todos parecían extremadamente orgullosos de ella, ella estaba devastada. Cuando la llamaron por su nombre para obtener su trofeo del tercer lugar, ella se negó a sonreír para las fotografías.



Escenarios puente para “La decepción no me define”



Lea los escenarios dados. Resalte las dos acciones que la persona hizo bien y subraye el área de mejora que la persona debería considerar. Las dos acciones que la persona hizo bien se consideran sus “estrellas” y el área de mejora se considera su “deseo”.

Guión	Estrella	Estrella	Deseo
<p>Jessica corrió a casa desde la escuela y eligió su área favorita de la casa para concentrarse y poder comenzar a estudiar para su examen de Álgebra 1. Tomó un refrigerio para asegurarse de no tener hambre porque sabía que tenía una larga noche por delante. Cuando Jessica comenzó a estudiar, notó que su teléfono vibraba. No podía simplemente ponerlo en silencio porque podría perderse lo que estaba sucediendo en su chat grupal “Friends Forever”. Decidió estudiar y charlar en el medio. Jessica continuó estudiando, pero se distrajo. Con suerte, piensa para sí misma, me irá bien en este examen.</p>			
<p>Larry se está preparando para la presentación de la banda de bienvenida de la escuela. Está muy emocionado porque tiene un solo de batería durante el espectáculo de medio tiempo. Está ansioso, pero sabe que respirar profundamente y estar preparado son las claves de su calma. Larry siempre empaca su uniforme la noche anterior y se asegura de programar un recordatorio para poner el bolso de su banda en el auto por la mañana. Se dio cuenta de que no trajo su partitura a casa para poder practicar antes del partido de mañana. Podía enviar un mensaje de texto al director de su banda o a otro baterista para recibirlo por correo electrónico o a su teléfono, pero también necesitaba terminar su juego en línea antes de que lo expulsaran del chat del juego. Larry decidió que lo haría por la mañana. Después de todo, ¡había estado practicando durante un mes!</p>			



Kesha recibió permiso para ir al baño durante el tercer período y se encontró con dos niñas que hablaban de querer pelear con otra niña del equipo de octavo grado. No conocía a las chicas que hablaban, pero sí conocía a la chica de la que hablaban. Rápidamente usó el baño y fue al lavabo. Las niñas le preguntaron si podía tomarles una foto con su teléfono para poder enviársela a alguien, pero ella les dijo que su teléfono estaba en el salón de clases, donde debería estar en todo momento. También le preguntaron si le entregaría un mensaje a una persona y Kesha dijo que no se sentía cómoda transmitiendo mensajes negativos a personas en situaciones en las que ella no está involucrada. Las chicas se rieron y continuaron diciendo que están planeando pelear. Kesha pensó que no era asunto suyo y se apresuró a regresar a clase. Ella pensó que era complicado y no quería involucrarse.

Desmond se sentía solo y marginado. No sabía por qué su amigo no le hablaba y una chica que le gustaba se estaba mudando a una nueva escuela. Desmond sintió que nada iba bien. Respiró hondo unas cuantas veces y decidió enviarle un mensaje de texto a su amigo para determinar el momento y el lugar en el que podrían hablar sobre las cosas. Quería saber a qué escuela asistía la niña, pero eso requeriría que creara un perfil falso o se hiciera pasar por uno de sus amigos para obtener su información. Él solo quería saber dónde estaba ella, así que pensó que sería solo una vez y luego podría confesarle si ella quería mantenerse en contacto.



Febrero: ¿qué haría Ace?



Estas son preguntas abiertas reflexivas para iniciar, cerrar o registrar actividades durante el mes. La sugerencia es centrarse en una pregunta y permitir que los académicos profundicen lo más posible en sus respuestas.



La transición a la adolescencia puede ser un desafío y, a veces, los adultos no saben exactamente qué decir. ¿Ha notado alguno de los siguientes desde que dejó la escuela primaria? ¿Cómo han respondido los adultos en tu vida?

- Pasar más tiempo con amigos y menos tiempo con la familia.
- Pasar más tiempo solo en tu habitación.
- Probar diferentes estilos personales (ropa, peinado, maquillaje, etc.).
- Probar diferentes pasatiempos o notar cambios de interés.

Tener conocimientos financieros puede tener un impacto positivo en su bienestar general. ¿Cómo priorizarías lo siguiente para llevar una vida saludable?

- Presupuesto
- Ahorro
- Gestionar la deuda
- Invertir
- Gestionar el crédito

Comparta qué decisiones puede tomar que beneficiarán su salud en general.

