

## Mes de un vistazo: mayo

| Actividad                                   | Comprensión duradera  | Vocabulario                             | Tiempo necesario para completar |
|---|---|---|---------------------------------|
|   |   |   |                                 |
| Avanzando                                   | Los talentos que posee pueden llevarlo a tener confianza en lo que le depara el futuro para el éxito. | metas, confianza, éxito                 | 45 minutos                      |
| Mirando hacia el futuro                     | Es importante tener esperanzas y sueños para el futuro.   | metas, confianza, éxito                 | 45 minutos                      |
| La actitud correcta es igual a vencedor     | La decepción es algo que todo el mundo experimenta. Tener la actitud adecuada ayuda a superarlo.      | decepción, superación, actitud positiva | 45 minutos                      |
| La actitud lo es todo                       | La decepción es algo que todo el mundo experimenta. Tener la actitud adecuada ayuda a superarlo.      | decepción, superación, actitud positiva | 45 minutos                      |
| ¿Estoy sano?                                | Participar en las actividades diarias con confianza mejora su bienestar general.                      | salud física, salud mental              | 45 minutos                      |
| Mírame estar saludable y sin preocupaciones | Participar en las actividades diarias con confianza mejora su bienestar general.                      | salud física, salud mental              | 45 minutos                      |
| ¿Qué haría Ace?                             | Oportunidades reflexivas.   |   | 5-30 minutos                    |

# Mayo

# Plan de actividades

Título: Avanzando

Tiempo sugerido: 45 minutos

Niveles de grado sugeridos: 6.º a 8.º

|   |   |  |
|---|---|--|
| <p><b>Objetivo de la actividad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Los estudiantes comprenderán la importancia de tener esperanzas y sueños que se alineen con sus fortalezas.</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>hoja de actividades para avanzar</li> <li>lápiz</li> </ul> <p><b>Vocabulario:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>objetivos</li> <li>seguro</li> <li>exitoso</li> </ul> | <p><b>Resumen de la actividad:</b> darse cuenta de las fortalezas y talentos que poseen puede llevar a los académicos a tener confianza en lo que les depara el futuro.</p> |  |
|   | <p><b>Puente (Conectar y participar)</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Facilitador:</b> <i>Involucre a los académicos en una discusión grupal. Académicos, nombren a una persona que consideren exitosa. ¿Qué los hace exitosos? ¿Tienen talento? ¿Dotado? ¿Elegante? ¿Trabajo duro? ¿Qué están haciendo para mantener su éxito?</i></li> <li><b>Facilitador:</b> <i>Hoy vamos a trabajar para establecer metas para el futuro. Me gustaría que pensara en dos cosas que le gustaría lograr en los próximos diez años. Comenzaré compartiendo algo que me gustaría lograr. <b>El facilitador comparte un objetivo de elección.</b></i></li> </ul>   |
|   | <p><b>Impulsar (enseñar)</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Facilitador:</b> <i>A veces establecemos metas basadas en lo que otros están haciendo o en lo que alguien nos dice que debemos hacer. Conocer tus fortalezas puede ser un excelente comienzo para establecer metas. Te voy a dar una hoja de papel. Quiero que escribas un objetivo en cada lente de las gafas en la parte superior de la página. <b>Permita que los académicos completen este paso.</b></i></li> <li><b>Facilitador:</b> <i>Al final de la hoja hay una mesa. Lea los títulos en voz alta. Durante los próximos diez minutos, me gustaría que agregaran tanto como fuera posible a la tabla.</i></li> </ul>   |
|   | <p><b>Construir (ensayar y construir para transferir/cerrar)</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Facilitador:</b> <i>¿Los intereses y fortalezas que agregó al final de la página se alinean con lo que necesitará para lograr los objetivos que enumeró en la parte superior de la página? ¿Deberían cambiar sus objetivos para alinearse con sus fortalezas o debería establecerse el objetivo de trabajar en las cosas necesarias para alcanzar sus objetivos futuros? ¿Cuál es más realista para ti? <b>Permita que los académicos respondan.</b></i></li> <li><b>Facilitador:</b> <i>A modo de ejemplo, si me propongo ir a la universidad para ser médico porque creo que es una profesión admirable y los médicos ganan mucho dinero, pero odio la ciencia y lloro al ver la sangre, ¿es eso un objetivo realista para mí? <b>Permita que los académicos respondan.</b></i></li> </ul> |



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

- **Permita que los estudiantes participen en una discusión con un grupo pequeño y obtengan comentarios sobre sus respuestas a la hoja de actividades. Cierre compartiendo con todo el grupo.**



# Estación de diferenciación

Sugerencias para la remediación

Sugerencias para la aceleración

Andamios para educación especial y estudiantes de inglés



El facilitador puede ayudar a los estudiantes a hacer una lista de las cosas en las que son buenos y ayudarlos a establecer conexiones sobre cómo podrían usarse estas habilidades para establecer metas para el futuro.

Los académicos pueden investigar un área de interés para determinar si su objetivo es algo en lo que quieren invertir su tiempo.

Los académicos pueden usar imágenes para representar sus puntos fuertes.

Los académicos pueden utilizar Google Translate.

## Reflexión de la actividad:

Comparte tu objetivo con un familiar. Pídeles que escriban comentarios que le ayudarán a lograr su objetivo.

**Recursos complementarios: 7 actividades para establecer metas con estudiantes de secundaria**

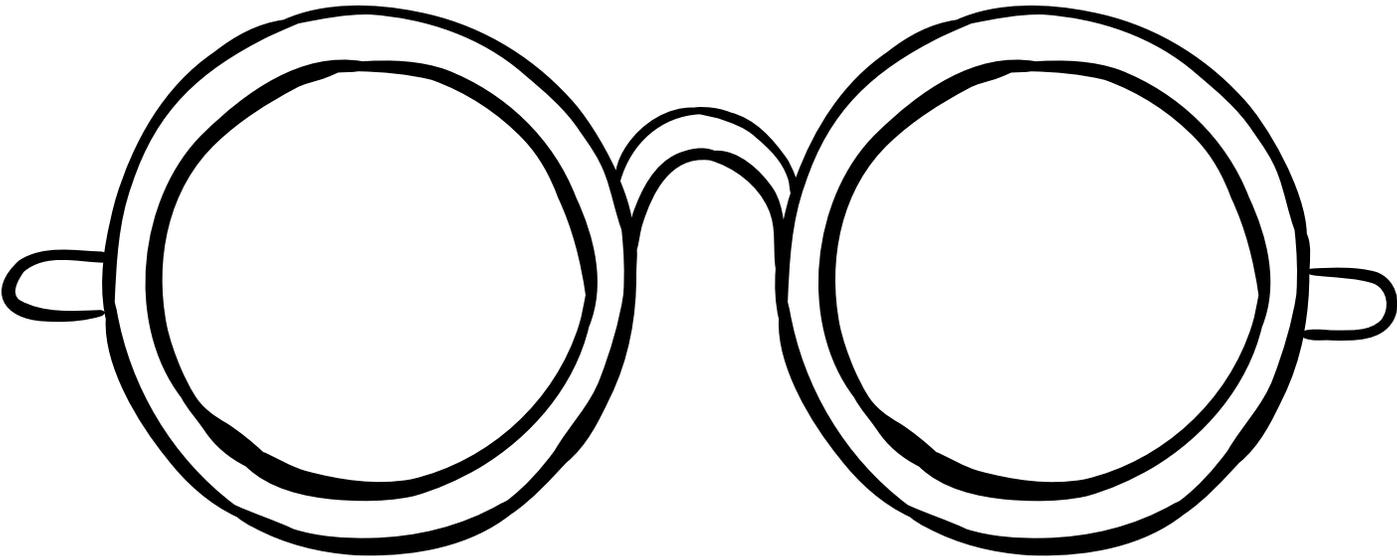


# Avanzando



Meta #1

Meta #2



Cosas en las que soy realmente bueno/Cosas que realmente disfruto

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Cosas en las que otros me han dicho que soy bueno

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



# Plan de actividades

**Título: Mirando hacia el futuro**

**Tiempo sugerido: 45 minutos**

**Grado(s) sugerido(s): 6.º a 8.º**

|  |  |  |
|--|--|--|
| <p><b>Objetivo de la actividad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Los estudiantes comprenderán la importancia de tener un plan para lograr sus objetivos.</li></ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>papel</li><li>lápiz</li><li>cartulina</li><li>pegamento</li><li>revistas</li></ul> <p><b>Vocabulario:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>objetivos</li><li>seguro</li><li>exitoso</li></ul> | <p><b>Descripción general de la actividad:</b> los académicos crearán un tablero de visión para sus objetivos a corto plazo.</p> |  |
|  | <p><b>Puente (Conectar y participar)</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"><li><b>Facilitador:</b> Académicos, hemos hablado mucho sobre el establecimiento de metas. Establecer y alcanzar metas requiere mucho trabajo. Incluso como adultos, debemos crear metas para las cosas que queremos lograr. Por ejemplo, si quiero comprar una casa nueva, no puedo simplemente despertarme y comprarla, incluso si soy rico. Debo decidir dónde quiero vivir. Necesito encontrar un agente inmobiliario que me ayude. Debo examinar mi presupuesto para ver qué tipo de casa puedo permitirme. Hay mucho que hacer antes de realizar dicha compra.</li><li><b>Facilitador:</b> De la misma manera, usted debe comenzar a crear planes factibles para las cosas que desea lograr. Siempre se pueden hacer ajustes a medida que avanza. Reserva tiempo para revisar y reflexionar.</li></ul> |
|  | <p><b>Impulsar (enseñar)</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"><li><b>Distribuya la hoja de actividades "Mirando hacia el futuro". Haga que los estudiantes recuerden y enumeren los objetivos que compartieron durante la actividad "Avanzando".</b></li><li><b>Facilitador:</b> Enumere los pasos que dará para alcanzar estas metas. Considere lo que puede hacer como estudiante de secundaria, preparatoria y más allá.</li><li><b>Facilitador:</b> Una buena manera de responsabilizarse es identificar un socio responsable con quien compartir. Asegúrese siempre de tener fácil acceso para realizar mejoras en su plan. Lo más importante es mantener una actitud positiva y nunca darse por vencido.</li></ul>   |

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

- **Extensión del día 2: cree un tablero de visión.**
- **Facilitador:** *Vamos a crear un tablero de visión para las cosas que dijimos que queríamos lograr durante los próximos tres meses. Usando revistas o imágenes de la computadora, recorta cosas que reflejen tus objetivos. También puedes agregar palabras si lo deseas. Permita que los estudiantes trabajen en sus tableros de visión. Al final del período de clase, digamos: Coloque su tablero de visión en su habitación, donde siempre estará visible para que le sirva como recordatorio de sus objetivos.*

# Estación de diferenciación

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



|   |   |   |
|---|---|---|
| Charla entre pares y charla individualizada con el académico. | Los académicos pueden investigar carreras y qué objetivos deben alcanzarse para conseguir un trabajo en esa área. | Los académicos pueden utilizar imágenes y símbolos de recursos.<br><br>Los académicos pueden utilizar Google Translate. |
|---|---|---|

## Reflexión de la actividad:

Elija a un miembro de la familia para que se comunique con usted y sus objetivos al menos dos veces al año y apruebelos para que pueda concentrarse en su objetivo.

**Recursos complementarios: 7 actividades para establecer metas con estudiantes de secundaria**



# Hoja de objetivos de cara al futuro

| k- lo que sé                      | Objetivo 1 - | Objetivo 2 - |
|-----------------------------------|--------------|--------------|
| Durante los próximos 3 meses      |              |              |
| Escuela secundaria                |              |              |
| Más allá de la escuela secundaria |              |              |

# Plan de actividades

**Título: Actitud correcta es igual a vencedor**

**Tiempo sugerido: 45 minutos**

**Niveles de grado sugeridos: 6.º a 8.º**

|  |   |  |
|--|---|--|
| <p><b>Objetivo de la actividad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Los académicos tendrán herramientas que podrán utilizar para superar la adversidad cuando surja la decepción.</li></ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>diario</li><li>lápiz</li></ul> <p><b>Vocabulario:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>decepción</li><li>superar</li><li>actitud positiva</li></ul> | <p><b>Resumen de la actividad:</b> Los académicos participarán en un círculo de escucha para explorar opciones para manejar la decepción.</p> |  |
|  | <p><b>Puente (Conectar y participar)</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"><li><b>El facilitador comparte sobre un momento en el que Ace experimentó una decepción en su vida y cómo lo afrontó. La historia debe ser un relato personal de algo que experimentaron, pero utiliza a Ace como personaje principal.</b></li></ul>   |
|  | <p><b>Impulsar (enseñar)</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"><li><b>Facilitador:</b> <i>Su actitud es muy importante cuando está decepcionado por el resultado de una situación que no resultó como usted cree que debería haber sido. Tener una actitud positiva realmente puede marcar la diferencia en la forma de resolver un problema. Tu mente está más clara y cuando los demás observan tu actitud positiva, es más probable que quieran ayudarte a superar tu desafío.</i></li></ul>   |
|  | <p><b>Construir (ensayar y construir para transferir/cerrar)</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"><li><b>El círculo de escucha:</b> <i>el facilitador organiza grupos de estudiantes y hace que cada persona comparta un momento en el que tuvo que lidiar con una decepción. También deberían compartir cómo respondieron al problema. Los miembros del grupo deben establecer conexiones compartiendo cómo respondieron en situaciones similares. También podrían ofrecer sugerencias adicionales que podrían haber mejorado los resultados.</i></li><li><b>Compartir y escuchar debe continuar hasta que cada persona haya tenido la oportunidad de compartir o hasta que se acabe el tiempo.</b></li></ul> |



# Estación de diferenciación

Sugerencias para la remediación

Sugerencias para la aceleración

Andamios para educación especial y estudiantes de inglés



Los académicos pueden participar en conversaciones entre pares.

Los académicos pueden revisar lo que significa establecer metas.

El facilitador puede ofrecer apoyo individualizado.

Los estudiantes pueden escribir una obra de teatro y representarla.

Los académicos pueden utilizar Google Translate.

Los académicos pueden asociarse con un compañero para recibir apoyo.

Los académicos pueden usar raíces de oraciones para completar sus pensamientos.

## Reflexión de la actividad:

Escribe sobre una ocasión en la que convertiste una situación negativa en un resultado positivo.

Recursos complementarios: lea el poema "Todo el mundo me odia".



# Plan de actividades

**Título: La actitud lo es todo Tiempo sugerido: 45 minutos**

**Niveles de grado sugeridos: 6.º a 8.º**

|  |  |  |
|--|--|--|
| <b>Objetivo de la actividad:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Los eruditos podrán superar la adversidad cuando surja la decepción.</li></ul><br><b>Materiales:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>lapices</li><li>papel</li><li>fichas</li></ul><br><b>Vocabulario:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>decepción</li><li>superar</li><li>actitud positiva</li></ul> | <b>Descripción general de la actividad:</b> Los académicos identificarán sus factores desencadenantes y planificarán las respuestas adecuadas. |  |
|  | <b>Puente (Conectar y participar)</b>  | <ul style="list-style-type: none"><li><b>El facilitador debe tener tarjetas con las palabras reír, llorar y discutir. Se deberán hacer con antelación tantas tarjetas como sean necesarias para formar grupos de no más de 5.</b></li><li><b>Facilitador:</b> <i>Hoy vamos a hablar sobre actitudes, cosas que pueden desencadenar comportamientos negativos y qué podemos hacer para cambiar esos comportamientos. Si algo te provoca, provoca una respuesta.</i></li><li><b>Facilitador:</b> <i>Lisa pasa por el mostrador de perfumes de Macy's e inmediatamente comienza a estornudar. ¿Qué pudo haberla desencadenado y por qué? Permita que los académicos respondan.</i></li></ul>  |
|  | <b>Impulsar (enseñar)</b>  | <ul style="list-style-type: none"><li><b>Coloque una tarjeta en el centro de cada grupo. Haga que los estudiantes discutan cosas que desencadenan la acción en la tarjeta. Pueden ser cosas que suceden en la escuela, en el hogar o en la comunidad.</b></li><li><b>Facilitador:</b> <i>Desafortunadamente, las cosas no siempre salen como queremos y no siempre estamos de buen humor. Simplemente no es realista. Pase a la siguiente página de sus diarios. Crea un gráfico T. Por un lado, enumera 2 o 3 cosas (si es posible) que te ponen de mal humor o te provocan una mala actitud. Por otro lado, escribe cosas que puedas hacer para cambiar esos sentimientos negativos. ¿Hay algo que puedas planear decirle a la persona que desencadena tus sentimientos?</i></li><li><b>El facilitador puede hablar sobre los beneficios de conocer los factores desencadenantes y tener una respuesta planificada ante ellos.</b></li></ul> |

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

- Haga que los estudiantes elijan un desencadenante y un cambio de actitud positivo que les gustaría compartir con el grupo. Pregunte a los académicos si escucharon algo con lo que pudieran identificarse de alguno de sus compañeros.

# Estación de diferenciación

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



|  |  |  |
|--|--|--|
| <p>Los académicos pueden relacionar imágenes de desencadenantes y respuestas negativas. Pueden hacer dibujos de respuestas más apropiadas.</p> <p>Los académicos pueden recibir apoyo de un compañero.</p> | <p>Utilizando uno de los desencadenantes anotados en sus diarios, los académicos pueden crear un escenario que incluya una respuesta negativa a un desencadenante y uno que incluya una respuesta planificada al mismo desencadenante.</p> | <p>Los académicos pueden relacionar imágenes de desencadenantes y respuestas negativas. Pueden hacer dibujos de respuestas más apropiadas.</p> <p>Los académicos pueden recibir apoyo de un compañero.</p> <p>Se puede utilizar Google Translate para garantizar que los estudiantes comprendan las instrucciones.</p> |
|--|--|--|

## Reflexión de la actividad:

Entreviste a un miembro de la familia sobre cómo tomó una mala situación y la convirtió en un resultado positivo.

## Recursos suplementarios:



# Plan de actividades

Título: ¿Estoy sano?

Tiempo sugerido: 45 minutos

Grado(s) sugerido(s): 6.º a 8.º

|  |  |  |
|--|--|--|
| <p><b>Objetivo de la actividad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Los académicos comprenderán los atributos de un estilo de vida saludable.</li></ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>diario</li><li>lapices</li><li>Papel de gráfico</li><li>marcadores</li></ul> <p><b>Vocabulario:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>decepción</li><li>superar</li><li>actitud positiva</li></ul> | <p><b>Descripción general de la actividad:</b> comprender la salud general debe reflejar la realización de las actividades cotidianas con confianza, sin importar las circunstancias que se presenten.</p> |  |
|  | <p><b>Puente (Conectar y participar)</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"><li><b>Facilitador:</b> Académicos, ¿qué significa tener un estilo de vida saludable? <b>Registre las respuestas en papel afiche o en la pizarra.</b></li></ul>  |
|  | <p><b>Impulsar (enseñar)</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"><li><b>Facilitador:</b> Tener un estilo de vida saludable no significa sólo estar en buena forma física. Cuando hablamos de salud, debemos considerar también nuestra salud mental. Hablemos de la diferencia entre salud física y mental y cómo nos afecta.</li><li><b>El facilitador comparte la siguiente declaración con los académicos para aclarar cualquier idea errónea.</b> La salud mental es un estado de ánimo, mientras que la salud física es un estado del ser. Cada uno puede afectar el bienestar de las personas si está desequilibrado.</li></ul>   |
|  | <p><b>Construir (ensayar y construir para transferir/cerrar)</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"><li><b>Divida la clase en dos grupos. Distribuya copias de los escenarios, marcadores y una hoja de papel a ambos grupos. Haga que una persona de cada grupo actúe como escriba y otra como facilitador.</b></li><li><b>El papel cuadriculado debe tener una línea dibujada en el centro y el escriba debe escribir negativo en un lado y positivo en el otro.</b></li><li><b>El facilitador del grupo debe leer cada escenario (uno a la vez) en voz alta y hacer que los miembros del equipo compartan qué partes impactan negativamente la salud de los personajes y qué partes impactan positivamente la salud de los personajes mientras escribe el escriba.</b></li><li><b>Después de 15 minutos, el facilitador debe reunir al grupo para comparar sus respuestas. Pregunte a los académicos qué acciones afectan el bienestar mental de los personajes y cuáles afectan el bienestar físico. ¿Qué podrían haber hecho diferente para garantizar un bienestar físico y mental positivo?</b></li></ul> |

# Estación de diferenciación

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



|   |   |   |
|---|---|---|
| A los académicos se les puede asignar un compañero que les ayude. | Los académicos pueden escribir un guión para fomentar un estilo de vida saludable para los anuncios de la mañana. | Los académicos pueden utilizar imágenes y símbolos de recursos.<br><br>Los académicos pueden utilizar Google Translate según sea necesario. |
|---|---|---|

## Reflexión de la actividad:

Utilice su diario para hacer una lista de las cosas que hará para lograr un estilo de vida saludable en general.

**Recursos complementarios: Siete hábitos de los adolescentes altamente efectivos por Sean Covey**



# Escenario de salud física y mental



Gabby es una atleta de pista. Corre tres millas por día para prepararse para la competencia estatal de atletismo. Tiene un mes para prepararse para la reunión. Ha decidido que no practicará los fines de semana. Ella toma un desayuno y almuerzo saludable y equilibrado diariamente. Cuando llega a casa, está agotada por la práctica y toma un refresco, una bolsa de papas fritas y una barra energética para repostar. Como le toma alrededor de veinticinco minutos correr tres millas, decidió saltarse su última clase para poder terminar su entrenamiento temprano los martes y jueves.

Julia tomó prestada la computadora portátil de Denise y accidentalmente derramó su bebida sobre el teclado. La computadora portátil no se enciende y la luz indica que no se cargará. Julia no tiene dinero para reparar la computadora portátil, por lo que ha estado evitando los mensajes y llamadas de Denise. Finalmente decide vender los Air Jordan 11 de su hermano en Ebay. En el momento en que ella vende los zapatos, él anuncia que entrará en su colección para usarlos en una salida especial con sus amigos. Julia está enferma de preocupación y no sabe qué hacer para hacer las paces con Denise o su hermano.



# Plan de actividades

**Título: Mírame estar saludable y sin preocupaciones**

**Tiempo sugerido: 45 minutos**

**Grado(s) sugerido(s): 6.º a 8.º**

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p><b>Objetivo de la actividad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Los estudiantes comprenderán la importancia de realizar las actividades diarias con confianza.</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>diario</li> </ul> <p><b>Vocabulario:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>salud física</li> <li>salud mental</li> </ul> | <p><b>Descripción general de la actividad:</b> los estudiantes investigarán y crearán su propio plan de alimentación saludable y rutina de ejercicio</p> |   |
|   | <p><b>Puente (Conectar y participar)</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Facilitador:</b> <i>¿Sabe que hay cosas que puede hacer para controlar su salud en general? Descansar lo suficiente, prestar atención a lo que comes, hacer ejercicio con regularidad y encontrar un pasatiempo que te haga feliz son excelentes opciones.</i></li> <li><b>Facilitador:</b> <i>En promedio, deberíamos dormir al menos ocho horas cada día. <b>Realice una encuesta en la clase para ver cuántos alumnos duermen lo suficiente.</b> ¿Cómo crees que la falta de sueño puede afectar tu salud?</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué pasa con una dieta adecuada? ¿Has visto alguna vez la pirámide alimenticia? Discuta la pirámide alimenticia con los académicos. Ser consciente de tu nutrición e incorporar ejercicio te dará la energía que necesitas para realizar tus actividades del día a día.</li> </ul> </li> <li><b>Facilitador:</b> <i>Hacer cambios en estas dos áreas de su vida puede ser un gran comienzo para mejorar su salud física y mental en general.</i></li> </ul> |
|   | <p><b>Impulsar (enseñar)</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Facilitador:</b> <i>Hoy buscaremos en el sitio web de Pinterest y encontraremos tres recetas saludables (consulte su pirámide alimenticia si es necesario) y tres ejercicios simples que podemos incorporar a nuestra vida diaria. Trate de encontrar recetas que incluyan alimentos que le guste comer. Tendrás 20 minutos para elegir tus recetas y ejercicios para compartir con la clase.</i></li> </ul>  |
|   | <p><b>Construir (ensayar y construir para transferir/cerrar)</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Permita que los voluntarios compartan sus recetas y actividades de ejercicio con la clase. Los académicos pueden responder con un pulgar hacia arriba si una receta o ejercicio compartido es algo que a ellos también les gustaría. Los académicos compartirán recetas entre ellos para crear un plan de alimentación semanal y un régimen de ejercicio.</b></li> </ul>  |

# Estación de diferenciación

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



|   |   |   |
|---|---|---|
| <p>Permita que los estudiantes trabajen con un compañero o en un grupo pequeño.</p> <p>Permita que los estudiantes revisen la plantilla del plan de alimentación y el registro diario de ejercicio.</p> | <p>Haga que los estudiantes creen un registro para registrar su sueño, alimentación y ejercicio durante una semana.</p> | <p>Los académicos pueden utilizar imágenes y símbolos para ayudarles a registrar su progreso en el bienestar.</p> <p>Los académicos pueden utilizar Google Translate según sea necesario.</p> <p>Los académicos pueden trabajar con un compañero o en un grupo pequeño.</p> |
|---|---|---|

## Reflexión de la actividad:

Escribe un mensaje de texto a Ace usando la plantilla del teléfono. Comparte lo que has aprendido hoy.

**Recursos complementarios:** el libro que todo adolescente debería leer de Nicole González

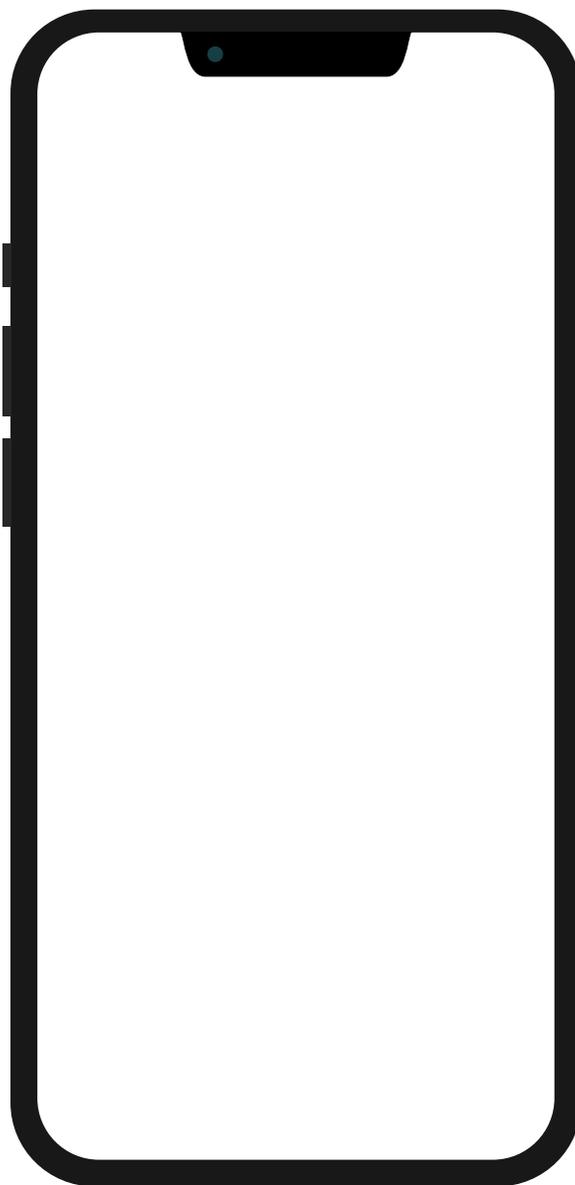




# Actividad de reflexión



Escribe un mensaje de texto a Ace usando la plantilla del teléfono. Comparte lo que has aprendido hoy.



# Tarjeta de receta

Título:

Ingredientes:

Tiempo:

Porciones:

Fuente:

Instrucciones:

Notas:



# Mayo: ¿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.



¿Es importante la confianza cuando se trata de su salud general? ¿Por qué o por qué no?

¿Qué parte de ti considerarías más saludable: tu mente o tu cuerpo? ¿Qué cambios podrías hacer para estar más saludable?

¿Por qué aceptar la decepción es parte de una vida sana?

¿Cómo promueve la salud física la salud mental y emocional?

