

Cómo Utilizarlo *en la escuela*



www.happyhealthytoolkit.com

Copyright Texas State University

1º

Orienta a los estudiantes al Toolkit



Relájate



Piensa



Siente



Conecta



Muévete



Recárgate



Crea

Pida a un voluntario que seleccione una tarjeta

Lea la tarjeta en voz alta y guíe a través de la actividad

Puedes

Invitar a los alumnos a sacar una tarjeta de las 7 áreas de bienestar



Sorteo del arco iris

o

Escoger tarjetas con propósito para una lección o necesidad particular

Ejemplo: "Me siento creativo".



Selección intencional