



Kit de parches “Dream Big Fun”

¡Todos tenemos sueños! ¡Grande, pequeño, todo lo demás! Podría ser un sueño escribir tu propio libro algún día, abrir tu propio negocio, convertirte en la primera mujer presidenta o ¡incluso ir a la Luna! Todo es posible si puedes soñarlo. ¡Este divertido kit de parches incluye recursos para ayudarlo a establecer metas para que pueda lograr sus sueños! ¡Aprenderá sobre futuras carreras que podrían ser para usted y todas las posibilidades que conlleva! Una mirada a las carreras STEM específicas que podrían interesarle y lo que implican esas carreras y a las primeras mujeres en carreras STEM. ¡También aprenderá sobre la NASA, las carreras allí y las mujeres que han asumido esos roles!

¡Las niñas pueden trabajar virtualmente con su tropa o hacer las actividades por su cuenta! Una vez que se completen las actividades, envíe un correo electrónico a Teresa en GSSNV Girl Scout Shop para comprar parches a: tramirez@girlscoutsnv.org. Incluya cuántos parches Dream Big le gustaría pedir junto con el número de artículo: 66044036.

Los líderes de tropa y las niñas pueden enviar fotos a: customerservice@girlscoutsnv.org. ¡Podemos publicar en nuestros canales de redes sociales!

Hemos reunido excelentes manualidades, actividades y videos de muchas fuentes para crear este kit de parches. Recuerde, los adultos siempre deben supervisar a las niñas cuando usan la computadora para utilizar los kits de parches.

¡Utilice los enlaces a continuación para más diversion y juegos adicionales!

[Videos about S.T.E.M. Careers and NASA:](#)

[Why Choose STEM: Career Girls Empowerment Lesson](#)

[Equality Talks – Anya Forestell](#)

[Women in STEM: Adrianna Leung of MorphoTrak](#)

[Inspiring the Next Generation of Female Engineers – Debbie Sterling TED Talk](#)

[Girl Scouts Rock NASA! \(100 year celebration\)](#)



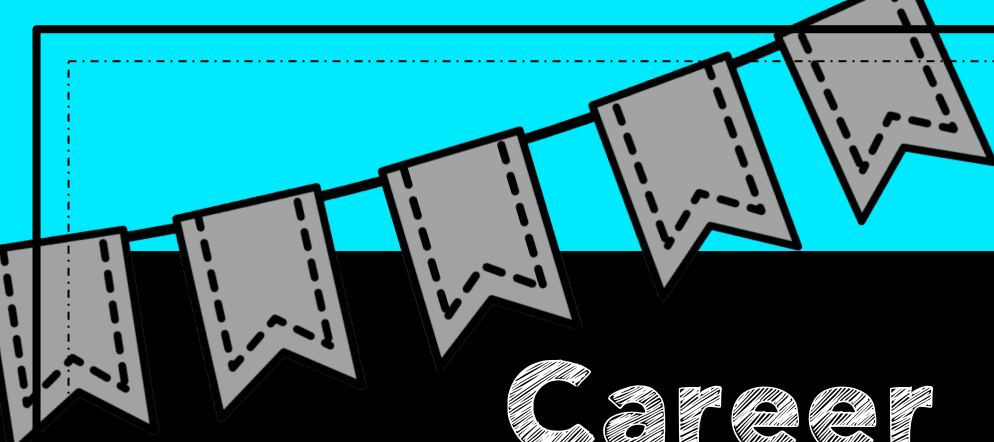
Carreras

¡Muchas personas que sueñan en grande, sueñan con el trabajo/Carrera de sus sueños! Hay tantas posibilidades cuando se trata de su futuro trabajo/Carrera. Es posible que ya sepa lo que quiere hacer y ahora está dando esos pasos para alcanzar ese trabajo/Carrera, o es posible que todavía esté pensando en eso y ¡está bien! Sus sueños pueden cambiar, especialmente cuando se trata de una profesión, ¡solo recuerde buscar algo que disfrute hacer!

¿No estás Seguro de lo que quieres hacer? ¡Eso no es un problema! Niñas más pequeñas, por favor miren este [video](#) llamado “Trabajos que puedo tener cuando sea mayor” por Highlights Kids. ¡Te ofrece todo tipo de profesiones interesantes! Es posible que esté familiarizado con algunos y otros pueden ser nuevos e interesantes para usted. ¡También hay una hoja para colorear del Día de la Carrera para niñas más jóvenes y una búsqueda de palabras para el día de la Carrera!

Para las niñas mayores que aún están averiguando qué trabajo/Carrera quieren, miren este [video](#) llamado, “Los 15 trabajos con mayor demanda en 2021”, que les Brinda una idea de los trabajos más demandados de este año, ya que el lugar de trabajo ha cambiado y se trata del salario y la educación que se necesita para estos trabajos. Si necesita ayuda para determinar qué camino tomar para su trabajo/Carrera, mire este [video](#) llamado, “#futureready: Exploring Careers” Mientras explica cómo

comenzar una Carrera dependiendo de lo que le guste hacer. También hay una búsqueda de palabras sobre trabajos y carreras y una actividad de exploración de carreras para las niñas mayores para ayudarlas en sus búsquedas de profesión.



Career Exploration

Research and Writing Activity



Career Exploration

Career Choice A _____

Average Starting Pay _____

Work hours _____

Amount of Training Required _____

Cost of Training _____

Job Outlook for the Future _____

Where can this job happen? (Rural, urban, etc?) _____

Do I plan on living somewhere this can happen _____

Career Exploration

Career Choice C _____

Average Starting Pay _____

Work hours _____

Amount of Training Required _____

Cost of Training _____

Job Outlook for the Future _____

Where can this job happen? (Rural, urban, etc?) _____

Do I plan on living somewhere this can happen _____

Career Exploration

Career Choice B _____

Average Starting Pay _____

Work hours _____

Amount of Training Required _____

Cost of Training _____

Job Outlook for the Future _____

Where can this job happen? (Rural, urban, etc?) _____

Do I plan on living somewhere this can happen _____

Pros of this choice _____

Cons of this choice _____

Summary

Order of my choices- _____

1) _____

2) _____

3) _____

Things I still need to consider are _____

Problems I see with my potential job choice _____

Possible solutions to the problems with my potential job choice _____

Extension Activity

Pretend you are going through your life very quickly. Write a paper about how you envision your career in the following time increments.

In my first year of employment, I will, (Describe your essential job duties as well as your pay, and anything else that might be important in your chosen career.) _____

In 5 years of getting a job, I will (Describe how things have changed or stayed the same since then.) _____

Extension Activity, cont'd

In my 30th year of employment, I will, (Describe how things have changed over the years.) _____

When I retire, some of the things I can say I accomplished in my career include _____

Special Thanks Goes To the Following:



Career Exploration

Career Choice A: _____

Average Starting Pay: _____

Work hours: _____

Amount of Training Required: _____

Cost of Training: _____

Job Outlook for the Future: _____

Where can this job happen? (Rural, urban, etc?) _____

Do I plan on living somewhere this can happen: _____

Pros of this choice:

Cons of this choice:

Career Exploration

Career Choice B: _____

Average Starting Pay: _____

Work hours: _____

Amount of Training Required: _____

Cost of Training: _____

Job Outlook for the Future: _____

Where can this job happen? (Rural, urban, etc?) _____

Do I plan on living somewhere this can happen: _____

Pros of this choice:

Cons of this choice:

Career Exploration

Career Choice C: _____

Average Starting Pay: _____

Work hours: _____

Amount of Training Required: _____

Cost of Training: _____

Job Outlook for the Future: _____

Where can this job happen? (Rural, urban, etc?) _____

Do I plan on living somewhere this can happen: _____

Pros of this choice:

Cons of this choice:

Summary

Order of my choices-

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____

Things I still need to consider are:

Problems I see with my
potential job choice

Possible solutions to
the problems with my
potential job choice:

Extension Activity

Pretend you are going through your life very quickly. Write a paper about how you envision your career in the following time increments:

In my first year of employment, I will, (Describe your essential job duties as well as your pay, and anything else that might be important in your chosen career.)

In 5 years of getting a job, I will: (Describe how things have changed or stayed the same since year 1.) _____

Extension Activity, cont'd

In my 10th year of employment, I will, (Describe how things have changed over the years.)

In 20 years of getting a job, I will: (Describe how things have changed over the years.) _____

Extension Activity, cont'd

In my 30th year of employment, I will, (Describe how things have changed over the years.)

When I retire, some of the things I can say I accomplished in my career include: _____

Name: _____

CAREER DAY!



R P H D O U G K K J H D D A B
E B H P Q T K O P A E Q J D D
H M A Y T W Y O F S H X Y V D
C Q P L S H L I N W A R U E E
A R E T N I A P A N A B K R P
E X J A C F C I N R V X R T U
T P S E F D T I B A I G V I T
C A R E E R B I A R M I O S Y
I K V D E I L K N N M E M E S
S D A S D B U T A U X T R F U
L T S R O W Y Z Z O D Z J I S
I T E W A C I S U M X Z C R F
D M C J K T B I R T K N D E R
V B I Q R K E N L K R B P M S
H E L I C O P T E R E A G U G

ADVERTISE
DEPUTY
KARATE
PAINTER
TEACHER

ART
FIREMAN
LIBRARY
PHYSICIAN
WAITRESS

CAREER
HELICOPTER
MUSIC
POLICE

Name: _____

JOBS AND CAREERS WORD SEARCH

V S A M K P J W P R W D M A W X L W C J
G G R S X C E Z Z J J T S E M R K L Y H
R N E M S F W K C W B G V R U E W Q D H
M M I V X O N A R Y M F P M Y L J Z Z B
I S R T I E C C L L I K S C T I X O S J
P C S D T T V I O N H X E L I A H R A Y
S M E G U E A T A L Y X A X R B L X O P
X K Y X T G S I N T L V P Z S I Y E S P
B O N X R H G L T Z E E R T H L G T T K
Y F S P X R D H A I C S A C U I W A C X
E O D K O V S H S O N Z C G D T P R E V
N C Z N U U E E U G G I C R U Y X O G S
T L I J G N I K R O W T E N S E Z T A R
R E I T Z N O C P Z Y E C Y J O B C V E
Y Z B A N C T R W G R R H H K D J O Z T
L O N M L E S V H A L F L X F L I D H S
E L X D Y Z R R C B A C H E L O R S D A
V F R P R T B P P L T U I K R A N K M M
E W R I T O U O P P O R T U N I T Y C D
L Z E Q M B C S J A W M N X D W O A C P

APPRENTICE
ASSOCIATES
BACHELORS
CAREER
COLLEAGUE
DOCTORATE
ENTRYLEVEL
GOALSETTING

INITIATIVE
JOB
MASTERS
NETWORKING
OPPORTUNITY
RELIABILITY
SKILL

When I GROWUP

It's **career pay**

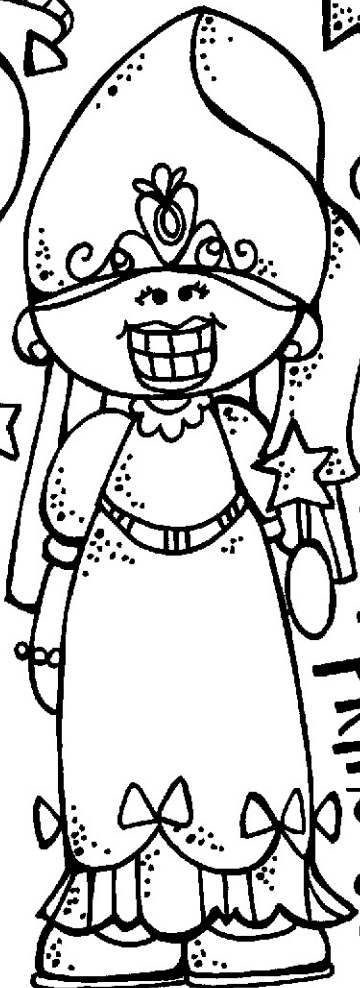
a Baker



a firefighter



a princess



I Want to be a

Draw what you want to
be here...



El establecimiento de metas

Cuando se trata de sueños, el primer paso es establecer metas para llegar a ese sueño. Las metas ayudan a establecer un camino para lograrlo, todos los sueños tienen pequeños pasos para llegar al panorama general, es maravilloso ambicionar, pero no puedes saltar directamente a él, dar esos pasos te ayuda a trabajar hacia el gran sueño.! Si no está Seguro de cómo establecer metas, mire este breve video de [RocketKids](#) que describe cuatro sencillos pasos para comenzar a establecer sus propias metas.

Hay algunas páginas que le ayudarán a crear sus propias metas para lo que quiera. Puede ser para la escuela, tu salud o un objetivo personal por el que quieras luchar.

¡Puede usar Goal Getter, Dear Future Me o la lista de metas 2021 para escribir y realizar un seguimiento de todas las metas por las que le gustaría luchar este año!

Al tartar de alcanzar sus objetivos, puede encontrarse con estrés que puede hacer que desee dejar de perseguir su objetivo. Hay algunas cosas que puede hacer para ayudar con ese estrés. Puede utilizar el folleto Momentos conscientes para el estrés para probar diferentes métodos para mantener su nivel de estrés bajo control.

GOAL GETTERS

GOAL FOR MY HEALTH

I WANT TO IMPROVE MY HEALTH BY:

GOAL FOR MY FRIENDSHIPS

I WANT TO BE A GOOD FRIEND BY:

GOAL FOR MY LEARNING

I WANT TO GROW MY LEARNING BY:

GOAL GETTERS

GOAL FOR MY HEALTH

I WANT TO IMPROVE MY HEALTH BY:

GOAL FOR MY FRIENDSHIPS

I WANT TO BE A GOOD FRIEND BY:

GOAL FOR MY LEARNING

I WANT TO GROW MY LEARNING BY:

Dear Future me.....

This year, we are going to achieve some pretty amazing things. I will be the best me that I can be.



In my learning I will:

I will do better at:

I will try something new:

From Me.

Name: _____

Mindfulness Exercise



Ejercicio de observación consciente

Vaya a su lugar favorito en la naturaleza. Puede ser un lugar favorito para hacer caminatas, Puede ser un lugar favorito para hacer caminatas, un parque local, su patio trasero o incluso simplemente mirar por la Ventana. Elija algo en lo que centrar su atención.

Puede ser cualquier cosa: un tronco de árbol, una flor, algo de musgo, una roca, un arroyo, un hongo, una rana, un pájaro, cualquier cosa.

Dedica toda tu atención a este objeto durante unos cinco minutos.

Observa su forma, colores, texturas y patrones. Permítase relajarse mientras observa el objeto. ¿Cómo describiría este objeto a alguien que nunca lo haya visto antes?

Observe cada detalle del objeto.

Permita que su atención esté completamente absorta en mirar el objeto sin juzgarlo ni analizarlo

Mindfulness Exercise



Ejercicio de alimentación consciente

Cuando te sientes a comer, deja que tu espacio para comer esté libre de distracciones, especialmente de pantallas. Siéntate con una postura equilibrada y apoyada, con los pies plantados en el suelo.

Este ejercicio se suele hacer con una sola uva o un trozo de chocolate, pero realmente puedes usar cualquier alimento. Fíjate cómo se ve tu comida: los colores, formas, texturas y patrones.

Quizás recoja la comida, si es algo que puede comer con las manos, y experimente la sensación táctil de su comida en sus manos.

¿Qué se siente en tu mano y cómo responde cuando la sostienes?
¿La presión o temperatura de tu mano cambia la comida de alguna manera?

Observa el olor de tu comida.

Come cada bocado despacio, deliberadamente, observando el sabor, la textura y la temperatura de cada bocado. Mastica lentamente y experimenta cómo cambian los sabores y texturas a medida que mastica. Experimente el movimiento de masticar.

¿Qué se siente al masticar y tragar este bocado?
¿Qué tipo de sonidos experimenta al masticar la comida?
¿Cómo se siente después de haber tragado el último bocado?

¡Observe cuánto más disfruta de su comida cuando come con atención.



Mindfulness Exercise



Ejercicio de escucha consciente

Encuentre una postura sentada cómoda y equilibrada.

Cierre los ojos o dirija su atención al suelo frente a usted.

Escuche los sonidos que suenan muy lejanos.

Sonidos fuera del edificio en el que se encuentra.

A continuación, dirija su atención a los sonidos que están lejos de usted dentro del edificio en el que se encuentra.

Tal vez estén en otra habitación.

Ahora concéntrese en los sonidos que están en la habitación con usted.

Escuche los sonidos que están cerca de usted.

Enfoque su atención en los sonidos que hace su propio cuerpo.



Mindfulness Exercise



Ejercicio de caminata consciente

Encuentre un lugar tranquilo con mucho espacio para caminar.

Busque un espacio en la naturaleza si puede. Párese erguido. Preste atención al equilibrio de su postura de pie. Camine lentamente, prestando atención al movimineto de los pies.

Sienta cómo sus pies se mueven desde el talon hasta la punta del pie con cada paso. Consciente de la transferencia de peso de un pie a otro Fíjese cuando su peso está en ambos pies y cuando solo en un pie. Fíjese en el movimiento de todo su cuerpo mientras cambia de un pie a otro.

Permita que su respiración fluya cómodamente, naturalmente, sin forzar un ritmo o paso particular.

Con la caminata consciente, no hay destino, por lo que no hay necesidad de sentirse presurado o apresurado.

Disfrute de la libertad de caminar sin tener que caminar. Llegar a cualquier parte.



Mindfulness Exercise



Ejercicio de respiración consciente

Busque un asiento cómodo. Siéntese erguido y recto. Si está sentado en una silla, coloque los pies en el suelo justo debajo de las rodillas, en línea con las caderas. Programa un temporizador de 5 minutos. Permita que sus ojos se cierren o, si eso le resulta incómodo, lleve su mirada con un enfoque suave a un punto en el piso frente a usted. Permita que sus hombros se relajen y deje que cualquier tensión en la cara o mandíbula se libere. Lleve sus manos a su vientre.

Deje que su atención descanse en su respiración. Observe que sus manos se mueven mientras respira. Elija un aspecto de la respiración en el que concentrarse. Puede notar la suave ola de respiración que se mueve entre su corazón y su vientre. Puede concentrarse en la temperatura de la respiración: el aire frío que entra tus fosas nasales y el aire caliente que sale de tus fosas nasales. O concéntrese en el sonido de su respiración que fluye como las olas del océano. A medida que surgen los pensamientos, como lo harán con frecuencia, reconózcalos, etiquételos, déjelos pasar y devuelva su atención a la respiración.

Contar la respiración puede ser una herramienta útil cuando esté primero comenzando con la respiración consciente. Etiqueta cada ciclo de inhalación/exhalación como uno. Cuenta cada ciclo de respiración del 1 al 10. Cuando llegues al 10, comienza de nuevo desde el 1. Cuando note que los pensamientos lo alejan de su respiración y su conteo, déjelos pasar suavemente y comience de nuevo en uno. Cuando el temporizador suene, suelte suavemente el conteo de la respiración y deje que los ojos se abran lentamente. A medida que se sienta más cómodo con la respiración consciente comience a aumentar el tiempo, poco a poco, hasta llegar a los 20 minutos. Intente encontrar un momento de tranquilidad todos los días para respirar conscientemente. Incluso una respiración consciente puede darle la oportunidad de crear un momento de paz en medio de su día.





Carreras en S.T.E.M

Con todas las carreras, existen habilidades especiales que debe aprender antes de aplicarlas a esos trabajos. En Girl Scouts, se te enseñan muchas habilidades a lo largo de los años que puedes y aplicarás en tu vida diaria e incluso en tus futuras carreras. Un área específica que disfrutan muchas Girl Scouts es S.T.E.M. – Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemáticas. Con estas habilidades, hay muchas trayectorias profesionales específicas entre las que puede elegir.

Antes de explorar el mundo de S.T.E.M. ¡A continuación está el compromiso STEM! Si lo desea, dígalos en voz alta y familiarícese con él.

A green rectangular graphic with white text and icons. On the left, it says "girl scouts" with a small icon of a girl in a scout uniform, followed by "STEM PLEDGE" in large, bold, white letters. To the right, there are two sections separated by a horizontal line. The top section features a white icon of a girl in a scout uniform and the text "We will galvanize a new generation of girls to explore STEM and become confident STEM leaders." The bottom section features a white icon of four hands joined at the palms and the text "Together, we will transform the STEM workforce pipeline."

Si las niñas más jóvenes quisieran saber más sobre S.T.E.M. [BrainPOP](#) tiene lecciones y videos que explican varios temas

como circuitos eléctricos, engranajes, Ada Lovelace y mucho más!

Para las niñas mayores, consulte el artículo del estado de Minnesota sobre [Mujeres en STEM](#). Describe los recursos que puede buscar para encontrar mentores en carreras y trayectorias profesionales STEM específicas. También le brinda recursos donde puede encontrar empresas con políticas y programas adaptados a las mujeres.

Para todas las chicas, si dese aver a las mujeres en STEM que cambiaron el mundo, consulte este [article](#) que habla de 13 mujeres que han cambiado el mundo en STEM. Después de conocer sus asombrosos logros, ¡hay hojas para colorear en el kit con ellos que puedes colorear!

A-MAZE-ING WOMEN OF STEM: SCIENCE



NASA Scientist Jie Gong studies Earth's atmosphere. She uses data from satellites to understand where and when snow might fall. She also studies ice clouds and hail.

STEM stands for Science, Technology, Engineering and Mathematics.

Did you know?
NASA hires about 15 different types of scientists.



Want to learn about women doing amazing things in science?
Visit <https://www.nasa.gov/education/womenstem/women-in-science>.

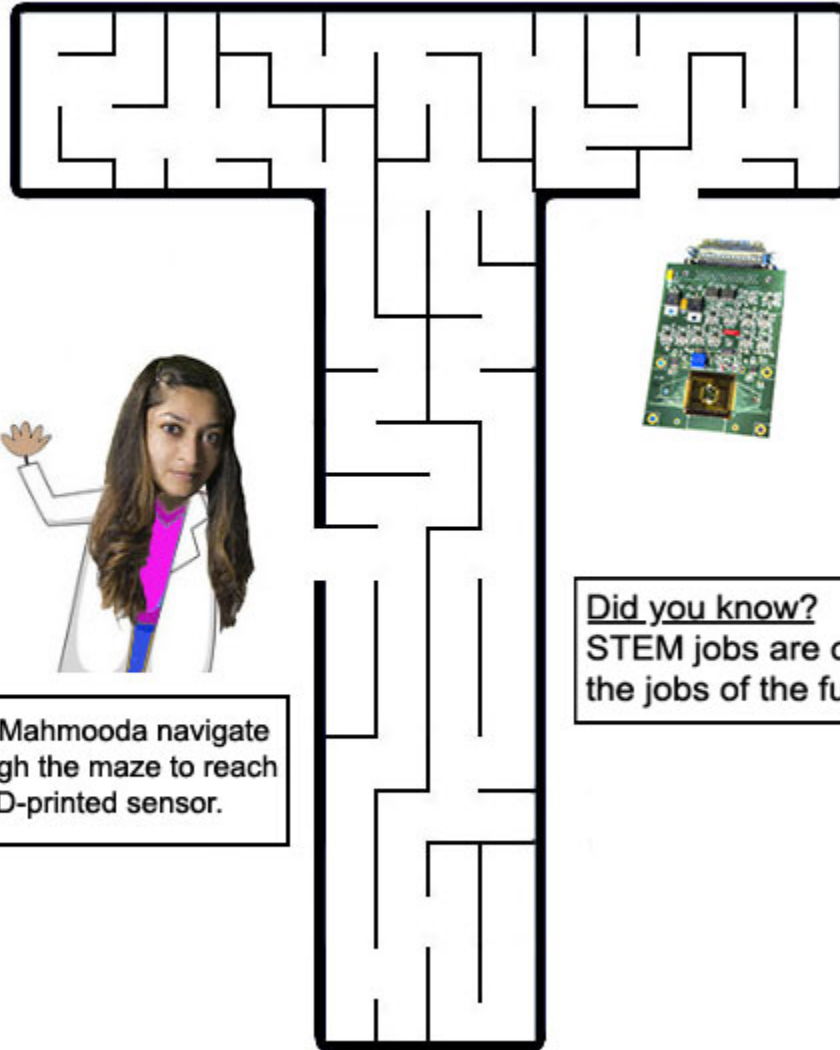
A-MAZE-ING WOMEN OF STEM: TECHNOLOGY



NASA Technologist Mahmooda Sultana is an award-winning inventor!

Mahmooda and her team are working on a new type of sensor that could help when humans go to the Moon and Mars. Sensors on spacesuits could check astronauts' health.

STEM stands for Science, Technology, Engineering and Mathematics.



Help Mahmooda navigate through the maze to reach the 3D-printed sensor.

Did you know?
STEM jobs are called the jobs of the future.

Want to learn about women doing amazing things in technology?
Visit <https://www.nasa.gov/education/womenstem/women-in-technology>

A-MAZE-ING WOMEN OF STEM: ENGINEERING

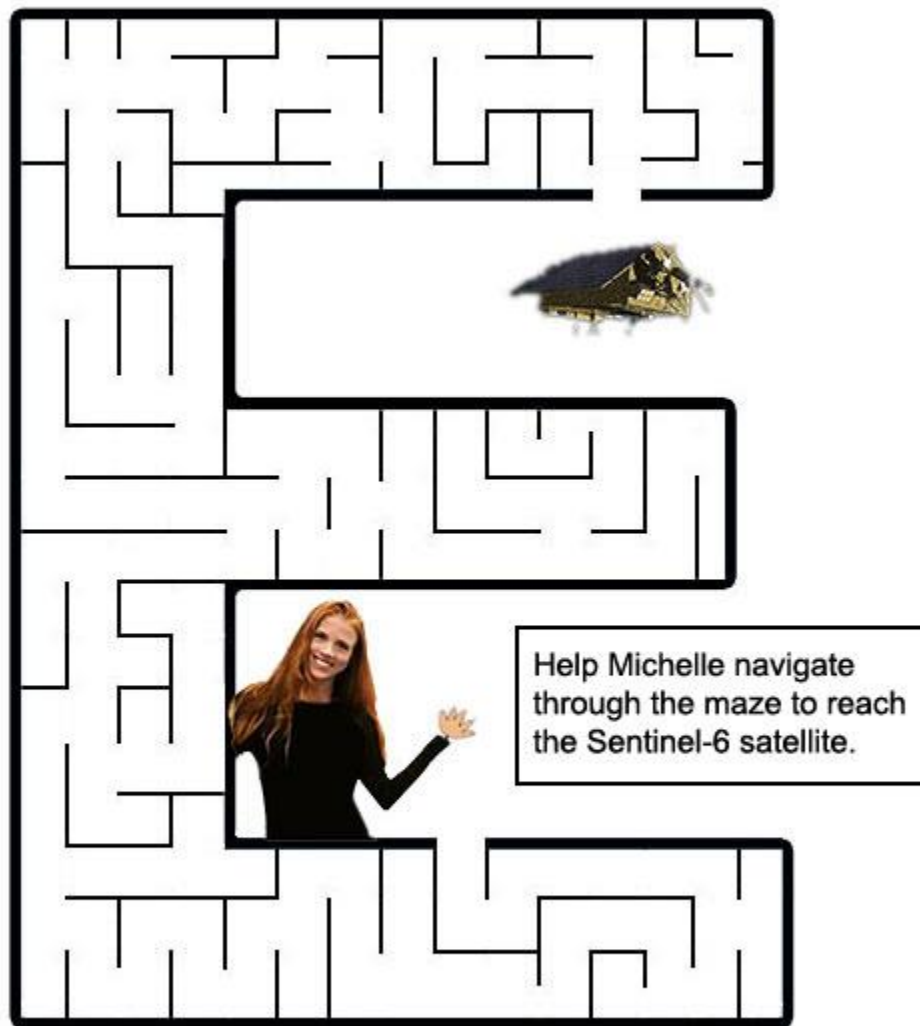


NASA hires about 20 types of engineers.

Michelle Easter is a mechatronics engineer. Michelle's job is similar to robotics engineering. She adds electricity and computer code to machines so they can do awesome things.

Right now, she's working on a satellite that will study Earth's oceans.

STEM stands for Science, Technology, Engineering and Mathematics.



Did You Know? About 60%, or 3 out of 5, jobs at NASA are STEM jobs.

Want to learn about women doing amazing things in engineering?
Visit <https://www.nasa.gov/education/womenstem/women-in-engineering>

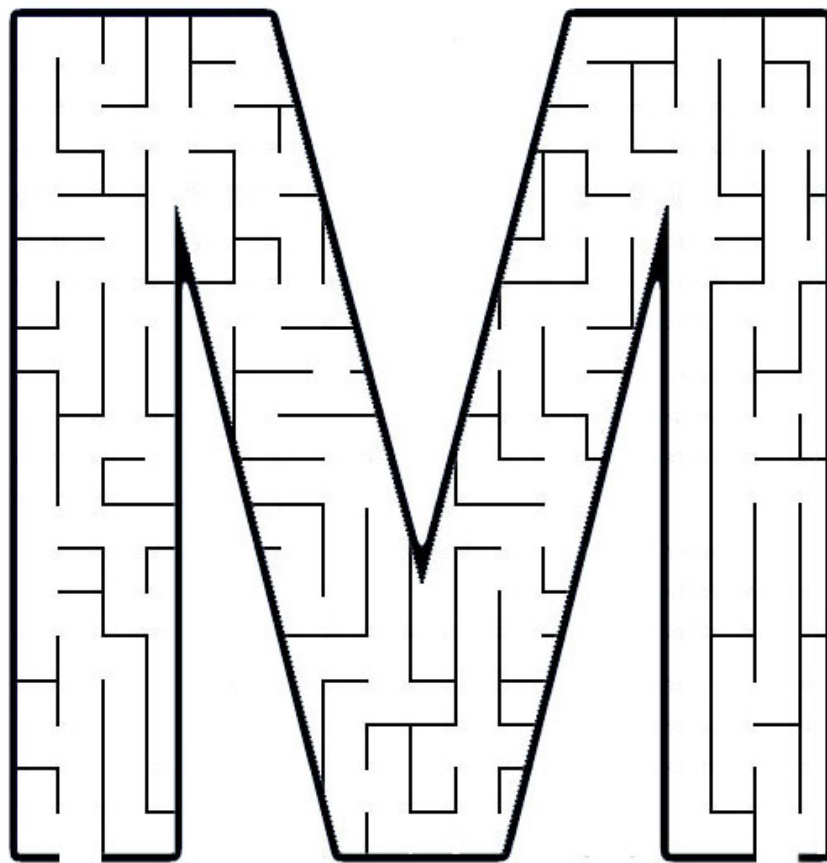
A-MAZE-ING WOMEN OF STEM: MATHEMATICS



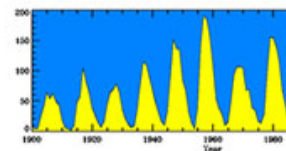
Jeanette Scissum was a mathematician. In 1967, she wrote a report about how to use mathematics to better predict sunspot cycles.

Did you know... some of NASA's first and best computers were women? These math whizzes solved hundreds of thousands of mathematics problems to make space travel possible.

STEM stands for Science, Technology, Engineering and Mathematics.



Help Jeanette navigate through the maze to reach the graph of sunspot activity on the Sun.



Want to learn about women doing amazing things in mathematics?
Visit <https://www.nasa.gov/education/womenstem/women-in-mathematics>

Carreras de la NASA

La NASA es una agencia espacial estadounidense que significa Administración Nacional de Aeronáutica y del Espacio. La NASA fue fundada por Dwight D. Eisenhower el 29 de julio de 1958, ¡lo que hace que la NASA tenga 63 años a partir de 2021!

La sede principal de la NASA tiene su sede en Washington DC, pero también tiene otras operaciones en otras partes del país, incluidas Texas, California, Ohio, Maryland, Virginia Occidental, Florida, Virginia, Alaska, Luisiana, Mississippi y Nuevo México.

La NASA está respaldada por el gobierno de los EE. UU. Y, a partir de 2018, tiene un presupuesto anual de más de \$ 20 mil millones y emplea a más de 17 mil personas.

Hay tantos trabajos interesantes en la NASA, ¡algunos quizás ya los conozcas y otros pueden ser nuevos para ti! ¡Echemos un vistazo a esas carreras y veamos si algo despierta su interés!

[Explore the careers at NASA](#)

Para las niñas más jóvenes, hay mucha información [Dream of a Green Career](#) aprenderá sobre

el clima y las carreras que se centran en salvar la tierra, las plantas y la vida silvestre.

Después de investigar Green Careers, presione aquí: [over](#) y aprenda sobre Katherine Johnson y su impacto en la NASA y cuál era su trabajo.

Además, eche un vistazo a la Introducción a la ingeniería para tener una idea de qué es [Intro to Engineering](#).

Por último, si lo desea, con la ayuda de un adulto, ¡puede hacer los laberintos STEM que se incluyen en el Kit! ¿Puedes encontrar tu camino a través de los laberintos?

Para las niñas mayores, consulte Mujeres en STEM de la NASA [Women in STEM](#). Desglosa a las mujeres en carreras específicas de cada sección de STEM e incluye a las mujeres en el espacio y te dice cómo llegaron a sus carreras. Eche un vistazo a Astronauts at a Glance [Astronauts at a Glance](#), que es una serie de la NASA que cuenta las historias de mujeres astronautas y ¡cómo llegaron a ser una de las pocas en el espacio! Si está interesado en carreras ecológicas, consulte aquí: [this](#) y conozca esas carreras ecológicas.

Si tiene curiosidad sobre cómo obtener más información sobre carreras específicas en la industria STEM, consulte Engineer Girl [Engineer Girl](#). ¡Este sitio le brinda recursos cuando se trata de buscar carreras, lo que necesita para ellos, las personas que ya están en esos campos y sus historias e incluso asistencia universitaria cuando se trata de lo que debe tomar en la escuela para lograrlo!

Por último, si lo desea, también puede hacer los laberintos STEM que se incluyen en el Kit.

Si está considerando seriamente tener una carrera en STEM, potencialmente puede convertirse en pasante de la NASA [intern for NASA](#). Esto solo se aplica a las niñas de secundaria. También tienen programas Pathway que brindan a los estudiantes actuales experiencia laboral remunerada y graduados recientes.

Tenga en cuenta que la fecha límite para el verano de 2021 es el 5 de marzo. La fecha límite para el otoño de 2021 es el 9 de julio.



La primera mujer en el espacio

Hay tantas mujeres en la historia que se han convertido en las primeras olímpicas, emprendedoras, directoras, ejecutivas, científicas, cineastas, productoras y ahora, ¡incluso tenemos una mujer que es la primera vicepresidenta en los Estados Unidos! Todas estas mujeres han logrado mucho y han trabajado tan duro para llegar a donde querían estar.

Con todas las maravillosas ocupaciones de las que forman parte las mujeres, ¿alguna vez pensaste en la primera mujer en el espacio? Sabemos de mujeres que han ayudado con la capacidad de los viajes espaciales, pero ¿quién fue la primera mujer en ir al espacio? Bueno, Valentina Tereshkova de Rusia fue la primera mujer en el espacio.



Valentina tenía solo 26 años cuando salió al espacio el 16 de junio de 1963. Fue lanzada al espacio en la nave espacial Vostok 6, que completó 48 órbitas en 71 horas. Aunque no estaba entrenada para pilotar, era paracaidista aficionada y fue aceptada en el programa de cosmonautas cuando se ofreció como voluntaria en 1961.

Desde 1966 hasta 1991, fue miembro activo en la URSS y dirigió el comité de mujeres soviéticas en 1968. De 1974 a 1991 fue miembro del Presidium del Soviet Supremo.

En 2008, se convirtió en vicepresidenta del parlamento de la provincial de Yaroslavl como miembro del Partido Rusia Unida, fue nombrada Héroe de la Unión Soviética y recibió dos veces la Orden de Lenin.

Aplaudimos a todas las mujeres que se enfrentan a desafíos en todo el mundo y ser la primera mujer en el espacio fue un desafío retador. Por supuesto, tenemos mujeres hoy en día que continúan marcando una diferencia en el espacio al convertirse en astronautas, incluida Jessica Meir, que participó en las Expediciones 61 y 62, Anne McClain, que fue en las Expediciones 57/58 y 59, Peggy Whitson, que fue en las Expediciones 5, 16, 50 y 51/52 y muchos más!

Si desea leer más sobre estas increíbles mujeres y lo que han logrado, lea este [artículo](#) de la NASA que explora lo que hacen y un poco sobre sus antecedentes. ¡También hay algunas hojas para colorear para estas increíbles mujeres que puedes colorear y decorar! Si desea obtener más información sobre la primera mujer estadounidense en el espacio, la primera mujer caminante lunar y mucho más, consulte [esta galería de Mujeres en el espacio](#).

Jessica Meir

American Astronaut

15th woman in
Space

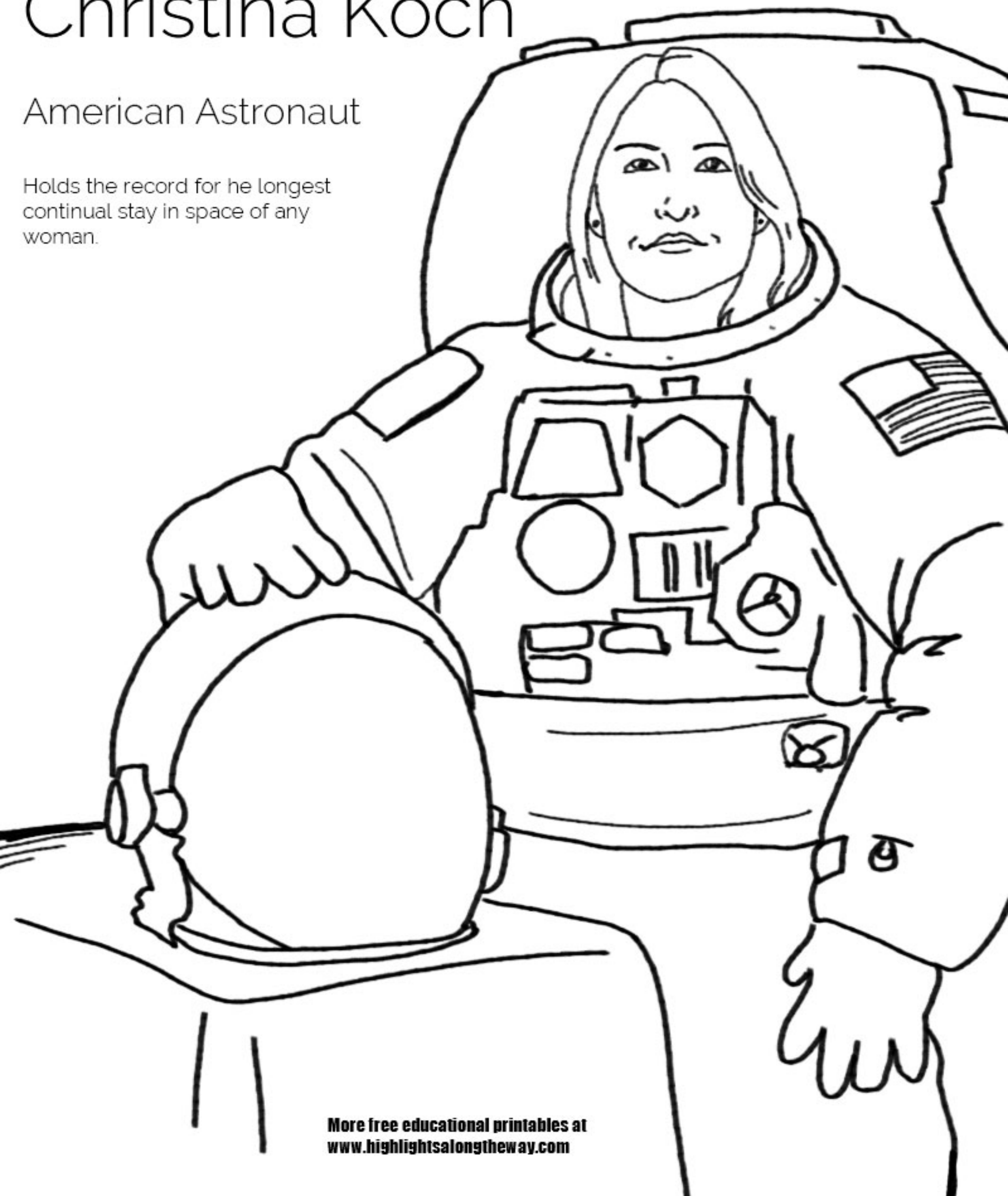


More free educational printables at
www.highlightsalongtheway.com

Christina Koch

American Astronaut

Holds the record for the longest continual stay in space of any woman.

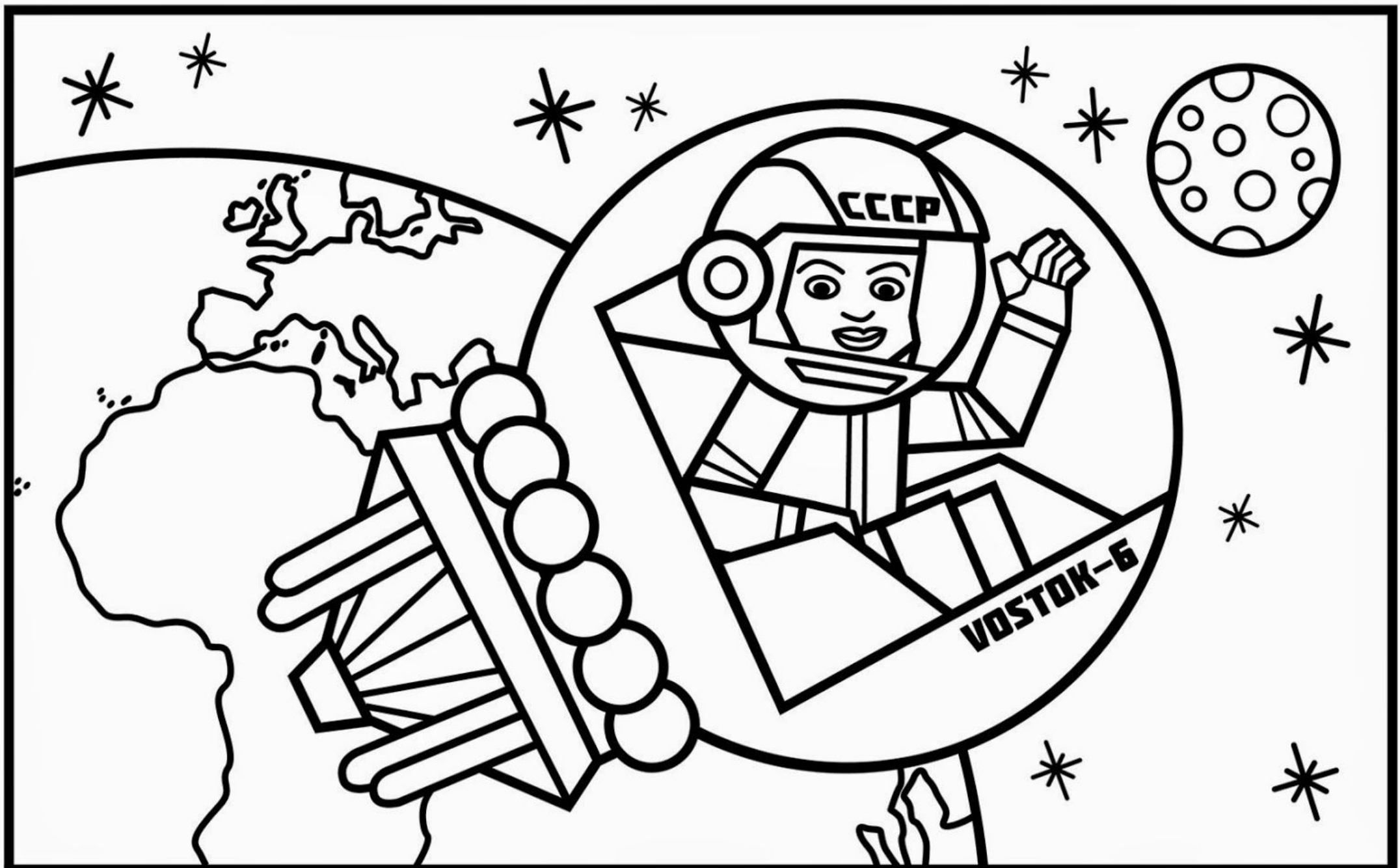


Katherine Johnson

(August 26, 1918 – February 24, 2020)

American mathematician





VALENTINA★TERESHKOVA

