

December 12, 2017

Swift Creek Al Día

Swift Creek Elementary School, 5601 Tryon Road, Raleigh, NC 27606

<http://swiftcreekes.wcpss.net>

919-233-4320

Cambios en el Email de la Escuela

Recientemente, Wake County Schools cambio el servidor de correos que sirve al personal de Swift Creek. A pesar de que la dirección de correo electrónico es la misma para cada miembro, ha habido algunos inconvenientes debido a la migración hacia el nuevo servidor. Por ejemplo, algunos emails no han sido enviados exitosamente.

Si recientemente has enviado un correo a alguien de nuestro personal y no has recibido respuesta, por favor trata de enviar el mensaje nuevamente o contacta al maestro por otra vía.

Internet Seguro por Mrs. Chadwick, Consejera de la Escuela:

Padres de 3^{ro}, 4^{to}, y 5^{to} grado, ¡Por favor vean estos 3 recursos gratis enviados a casa hoy en la carpeta de los Martes (Tuesday Folder) los cuales contienen valiosa información sobre seguridad en Internet! Este es un tema en el que todos los padres necesitan estar actualizados con el propósito de ayudar a nuestros niños a estar seguros y a aprender a ser responsables consumidores del Internet. ¡Estos recursos brindan mucha información útil para los padres y la información está dirigida a niños de todas las edades! ¡Nunca es demasiado temprano o demasiado tarde para informarse sobre este importante y rápidamente cambiante tema!

Divertirse y mantenerse saludable

¡Tenemos más de 50 estudiantes de 3^{er}o a 5^{to} grado inscritos para participar en los Tres lunes de habilidades de fútbol! ¡Una excelente forma de construir nuestra comunidad de Swift Creek y hacer nuevos amigos! ¡Mantente atento a más actividades después de la escuela para que los estudiantes estén activos en 2018! ¡Más información sobre el baloncesto de 5^{to} grado será enviada pronto a casa!

Celebración para nuestro Personal!

El Comité de Hospitalidad está celebrando a los maestros el 15 de diciembre obsequiándoles golosinas dulces y saludables en el Salón de Maestros. Si desea participar, por favor vaya al siguiente link e inscribese



ESTA NOCHE a las 6:30pm

Únete a nosotros en el Gimnasio para una breve reunión del PTA, seguida del concierto de nuestra coral (Cougar Chorus)!!!

En esta edición

P2 Corner

La Feria de Ciencias ese n Enero 18

Contribuye a nuestro Proyecto de Servicio Anual en Navidad

Resultados de la Feria del Libro y la Noche de STEM

Escuchemos música

Momento Musical

Manejo del Stress en Navidades: Tips del Psicólogo de la Escuela

Nominaciones para el AIG (para este año escolar) hasta Enero 5

<https://tinyurl.com/yb8ve4cn>. Si estas interesado en formar parte del Comité de Hospitalidad, por favor contacta a Elizabeth a través de Elizabeth.worthy@me.com.

P2 (El Proyecto de Positividad) Corner:

Durante Diciembre y Enero, los estudiantes estarán aprendiendo acerca de las siguientes fortalezas del carácter

Dec 11 – 22



Self-Control

You have the ability to control your emotions and behaviors. You think before you act.

Auto Control:

Tienes la habilidad de controlar tus emociones y comportamientos. Piensa antes de actuar.

Ene 1-13



Perseverance

You complete what you start despite obstacles. You never give up.

Perseverancia:

Completas lo que inicias a pesar de los obstáculos. Nunca te das por vencido.

La Feria de Ciencias es en Enero 18

¡Atención todos los Swifties de 3^o, 4^o y 5^o grado! La Feria de Ciencia de la Escuela Primaria Swift Creek este año se llevará a cabo el jueves 18 de enero de 2018 en la cafetería. El próximo feriado es el momento perfecto para trabajar en esos proyectos experimentales o demostraciones. ¿No estás seguro de cómo empezar o qué hacer? Visita

<http://swiftcreekeswcpssnetptahtml.weebly.com/science-fair.html>

y echa un vistazo a las "Guías de la Feria de Ciencias del Proyecto Experimental y de Demostración" y a nuestros sitios web sugeridos para visitar en busca de ideas. El formulario de registro se envió a casa en la Carpeta del martes el día 5 de diciembre, pero también está disponible en línea en

<http://swiftcreekeswcpssnetptahtml.weebly.com/science-fair.html>.

Un número limitado de copias también están disponibles en la oficina principal.

Así es como se organiza nuestra Feria de Ciencias: los jueces voluntarios con experiencia en STEM de la comunidad juzgan todos nuestros proyectos (tenemos categorías de demostración y de proyectos experimentales). Se pueden otorgar hasta tres primeros lugares y medallas de mención honorable ilimitadas por grado (dependiendo de nuestro número de participantes). Todos los participantes también reciben premios. Además, los jueces eligen los tres mejores proyectos generales. Estos reciben trofeos de "Best in Show". Los proyectos experimentales "Best in Show" son elegibles para ingresar a la feria regional. Swift Creek cubre la tarifa de inscripción para la feria regional y proporcionaré una hoja

Padres, ¡necesitamos de tu ayuda para que la Feria de Ciencias de este año sea un éxito!

Visita la siguiente URL para registrarte y ayudar con la ambientación, el registro, la evaluación y la limpieza después del evento:

<http://tinyurl.com/sces-science>

¿Alguna pregunta? Por favor contactame (Jen Miller) a través de jcmille4@gmail.com.

¡Espero verlos a todos en nuestra feria de ciencias!

de información a los padres "Best in Show" que detalla cómo inscribirse en la feria regional. También tenemos una ceremonia de reconocimiento en la noche de la Feria de Ciencias, donde estaré disponible en persona para responder cualquier pregunta que puedan tener los padres.

Ayudando a otros - Contribuyendo al Proyecto Anual de Servicio en Navidades

Se están recolectando artículos para los residentes de North Pointe Assisted Living en Garner, NC y Brian Nursing Home Center en Raleigh, NC.

Ellos necesitan estos artículos:

- Guantes de felpa suaves para uso en interiores
- Calcetines o pantuflas con una parte inferior de agarre
- Mantas o cobijas
- Sombreros
- Bufandas
- Libros de búsqueda de palabras de letras grandes y rompecabezas



Por favor entrega todos los artículos a los encargados del Cuidado de Antes o Después de la Escuela antes del 15 de diciembre. Si tiene preguntas, por favor contáctenos Mrs. Kress a través de akress2@wcpss.net.

Resultados de la Feria del Libro y la Noche de STEM

¡Gracias a todos los que asistieron a la Noche Familiar y la noche de STEM el 16 de noviembre! Tuvimos más de 102 niños que entregaron pasaportes y completaron las actividades de STEM, este día generamos MUCHA emoción para la Feria de Ciencias, que está abierta para 3º, 4º y 5º grado. Gracias a todo el personal y los voluntarios que ayudaron a que este evento fuera un éxito. Un agradecimiento especial a Chris y Jen Miller por organizar este evento. Han estado trabajando desde junio para hacer de esta una noche especial para nuestros estudiantes y personal.

Gracias!

Gracias a Dominos y Papa Johns por donar pizzas para la Feria del Libro y la noche de STEM, y a Food Lion por donar las galletas.

Gracias a Elizabeth Worthy, Hospitality Chair, por los acuerdos realizados para la comida.



En total nuestra Feria del Libro para el otoño recaudo más de \$ 9000. Cerca de la mitad de ese dinero vuelve a la escuela para comprar libros para la biblioteca. ¡Muchas gracias a Aimee Langerhans, la presidenta del comité de la Feria del Libro, por sacar adelante este reto!

Escucha la Musica

Gracias a todos los que asistieron a la reunión del PTA del 14 de noviembre. En esa reunión, votamos para usar una parte de las ganancias de; Fun Run para comprar 2 xilófonos nuevos y soportes para la sala de música. Estos xilófonos serán utilizados por TODOS los Swifties en los próximos años.

Además, gracias a todos los que enviaron sugerencias sobre cómo debería gastarse nuestro superávit del PTA. Recibimos sugerencias que van desde paisajismo, paneles para el Mural Club, para ayudar a los estudiantes que necesitan tecnología, materiales STEM. ¡Tantos lugares donde podemos hacer bien en The Creek! Estas opciones serán discutidas y votadas en futuras reuniones de la PTA. ¡Todos los miembros actuales de la PTA son bienvenidos a Votar!

Momento Musical por Ms. Sutton

"No puedo cantar"

Muchas veces, cuando conozco gente, escucho una frase común que es "No puedo cantar" o "No soy muy musical".

¿Sabías que se ha demostrado científicamente que la idea de que una persona no puede "cantar" es un mito? Este mito se basa en el concepto erróneo común de que ser musical o la habilidad de cantar y tocar es un talento natural y no una habilidad de crecimiento.

Todos tienen algo de la habilidad musical. En un momento en el que la mayoría de la música que escuchamos ha sido alterada por la tecnología, puede ser desalentador crear música por nuestra cuenta.

Aquí hay algunas maneras de mejorar sus propias habilidades musicales personales:

-
- | | |
|--------------------------------|--|
| 1. MUEVETE!!!! | El movimiento es una forma segura de conectarse a la música. Existe toda una pedagogía (práctica o método de enseñanza) para enseñar música a través del movimiento. Para comenzar, mantén tus movimientos simples. A medida que avances, cambia la música y los movimientos para desarrollar tu comprensión. Además, si es lo suficientemente vigoroso, puede funcionar como un mini-entrenamiento. |
| 2. Escucha activamente: | Escucha música sin palabras e imagina un sentimiento o historia para acompañar la música. El jazz de los años 1920/1930 o la música en otro idioma siempre es un buen lugar para comenzar. Esto libera tu mente para estar abierto a las posibilidades de tu propia creación. |
| 3. Dramatiza: | Lea un libro para niños con diferentes voces de personajes, agregue efectos de sonido y cree canciones con su niño. Los estudios han demostrado que los estudiantes que escuchan y leen con expresión aumentan su comprensión y |
-

fluidez. Incluso los estudiantes de edad adolescente se benefician escuchando y compartiendo lecturas dramatizadas.

4. **Zumba mas:** Elija una canción y escuche una y otra vez hasta que la tarare mientras realiza su trabajo diario. El zumbido internaliza la música, lo que permite una mejor comprensión de la línea musical. También sirve como una buena liberación de estrés.

Animo a todas las familias a encontrar maneras de ser más musicales durante el receso. Yo (Srta. Sutton) espero escuchar acerca de sus aventuras musicales cuando regresemos en enero.

Ser musical va más allá de tocar un instrumento o cantar en un escenario. La musicalidad toma la vida cotidiana y agrega pequeños cambios para mejorar la experiencia.



Tips del Psicólogo de la Escuela: Manejo del Stress en Navidades

Kristen Lewis

Klewis2@wcpss.net

¡La temporada de vacaciones está en pleno apogeo! Disfruta leyendo los siguientes consejos de la Asociación Estadounidense de Psicología (APA, por sus siglas en inglés) con la intención de ayudar a los padres y cuidadores a manejar eficazmente el estrés durante las vacaciones:

Fortalece las conexiones sociales

Sabemos que las relaciones sólidas y de apoyo nos ayudan a gestionar todo tipo de desafíos. Por lo tanto, podemos ver las fiestas como un momento para volver a conectar con las personas positivas en nuestras vidas. Aceptar ayuda y apoyo de aquellos que se preocupan por nosotros puede ayudar a aliviar el estrés. Además, ser voluntario en una organización benéfica local por nuestra cuenta o con la familia puede ser otra forma de hacer conexiones; ayudar a los demás a menudo nos hace sentir mejor, también.

Inicia conversaciones sobre la temporada

Puede ser útil tener conversaciones con nuestros hijos sobre la variedad de diferentes tradiciones navideñas que nuestras familias, amigos y otras personas pueden celebrar. Los padres pueden usar este momento como una oportunidad para analizar cómo algunas familias no pueden participar en las mismas tradiciones navideñas que otras. Es importante enseñar una mente abierta sobre los demás y sus celebraciones.

Establecer expectativas

Es útil establecer expectativas realistas para regalos y actividades festivas. Dependiendo de la edad de un niño, podemos aprovechar esta oportunidad para enseñar a los niños sobre el valor del dinero y el gasto responsable. También debemos recordar reducir nuestras propias expectativas. En lugar de tratar de asumir todo, tenemos que identificar las tareas navideñas más importantes y tomar pequeños pasos concretos para lograrlas.

Mantener las cosas en perspectiva

En general, la temporada de vacaciones es corta, y podemos controlar nuestras reacciones al estrés. Ayuda mantener un contexto más amplio y una perspectiva a más largo plazo. Nuestros mayores temores pueden no suceder y, si lo hacen, podemos aprovechar nuestras fortalezas y la ayuda de otros para gestionarlas. Habrá tiempo después de la temporada de vacaciones para hacer un seguimiento o hacer más cosas que hemos pasado por alto o que no tuvimos tiempo de hacer durante las vacaciones.

Cuídate

Es importante que prestemos atención a nuestras propias necesidades y sentimientos durante la temporada de vacaciones. Podemos encontrar actividades divertidas y relajantes para nosotros y nuestras familias. Al mantener nuestras mentes y cuerpos saludables, estamos preparados para enfrentar situaciones estresantes cuando surjan. Considere reducir el tiempo que los niños ven televisión y dedíquelo a salir juntos a tomar aire fresco y dar un paseo en invierno. La actividad física puede ayudarnos a sentirnos mejor y dormir bien, al tiempo que reducimos el tiempo sedentario y la posible exposición a anuncios que inducen estrés.



Calendario de Diciembre

- **Dec 12 6:30pm:** Reunion del PTA, concierto de 3^{er} grado y Cougar Chorus en el Gimnasio
- **Dec 15:** College Spirit Day!
- **Dec 19:** Winter Glow Dance party!
- **Dec 21 1:15pm:** Early Release
- **Dec 21:** Box Top Collection Day!
- **Dec 22-Jan 1:** Winter Break (Receso de Invierno)

Calendario de Enero

- **Jan 2-13:** The Positivity Project: Perseverancia
- **Jan 2 9:15am:** ¡Comienza de nuevo la escuela! ¡No llegues tarde!
- **Jan 5:** School Spirit Day!
- **Jan 9 6:30pm:** Reunion del PTA
- **Jan 12**
 - **3^{ro}, 4^{to}, and 5^{to} grado:** Dia limite para entregar las forma de inscripción par al Feria de Ciencia a realizarse el 18 de enero
 - **9:30am:** Title I Family Engagement en el Media Center
- **Jan 15-26:** The Positivity Project: Esperanza /Optimismo
- **Jan 15:** Nacimiento de Martin Luther King Jr. No hay escuela
- **Jan 18:** Feria de Ciencia para 3^{ro}, 4^{to}, and 5^{to} grado.
- **Jan 19:** College Spirit Day
- **Jan 22:** Teacher Work Day. No hay clases.
- **Jan 29-Feb 2:** The Positivity Project: Prudencia
- **Jan 31:** Box Top Collection day! Envía tus Box Tops y tapas de soda a la maestra de tu hijo.

Calendario de Febrero

- **Feb 2:** School Spirit Day
- **Feb 5-9:** The Positivity Project: Justicia
- **Feb 8:** Sound Works! Cultural Arts Workshop para 2^{do} grado
- **Feb 9 1:15pm:** Early Release. School dismisses at 1:15.
- **Feb 12-16:** The Positivity Project: Amor
- **Feb 13 6:30pm:** Reunion del PTA
- **Feb 15:** Ensamble de Danza Afroamericana. ¡Presentación Cultural para toda la escuela!
- **Feb 16:**
 - College Spirit Day!
 - Box Top Collection Day! ¡última gran colección antes del receso de Primavera! ¡Por favor entrega todas box -tops y tapas de botellas soda para que podamos obtener un gran cheque!
- **Feb 19:** Teacher Work Day. No hay clases.

Periodo de Nominaciones para AIG

Nominaciones para AIG son aceptadas en todo momento. Simplemente envía una nota a Mrs. Krutsch (skrutsch@wcpss.net). Sin embargo, para ser considerado para la prueba este año escolar, las nominaciones deben ser recibidas antes del 5 de enero de 2018.

Felicitaciones a nuestros Super Snippers de noviembre!

Felicitaciones a la clase de Mrs. Coles' 5^{to} grado por recolectar la mayor cantidad de Box Tops (152) y mas tapas de sodas (43) en Noviembre. ¡Como la clase ganadora, la Mrs. Coles recibió algunos útiles escolares y los estudiantes recibieron algunos lápices divertidos!

Ayúdenos a ganar dinero fácil para Swift Creek recolectando Box Tops. ¡Cada uno aporta 10 centavos para nuestra escuela!