

February 12, 2019

Swift Creek Current

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

<http://swiftcreekes.wcpss.net>

919-233-4320

Desde el escritorio del director

Qué hermosa semana hemos tenido. No hay nada mejor que obtener un anticipo de la primavera en pleno invierno. ¿Sprinter?

Quiero agradecer a todos los que vinieron el viernes pasado por Coffee and Conversation. Es muy alentador escuchar cómo cantas los elogios de SCES a la comunidad y escuchar tus grandes ideas para hacerlo aún mejor.

Además de esa reunión, muchos padres también escucharon sobre algunas "Ranas Extrañas" en tercer grado y para Celebration of Brilliance. ¡Día excepcional en la cala!

Espero verlos a todos este martes por la noche, ¡habrá algo para todos! Comenzaremos a las 5:30 con pizza en la cafetería. A las 6:00, los alumnos de segundo grado tocarán su concierto de sonido. Luego tendremos dos sesiones de Currículo de Matemáticas, a las 6:40 y a las 7:15. Estas sesiones son específicas para cada grado, con consejos prácticos para que apoye el aprendizaje de las matemáticas de sus hijos en el hogar. Habrá intérpretes de español disponibles.

Recuerde que el próximo viernes, 15 de febrero, es un día de salida temprana. Asegúrese de que su hijo sepa cómo se irán a casa ese día.

Además, el 18 de febrero es un día laborable para los maestros.

El viernes 22 de febrero es nuestra danza padre-hija. El evento del año pasado fue un gran éxito. ¡Papás y otros héroes importantes, esperamos verte allí!

¡Me encanta la semana del conductor del autobús!

¡Nuestros conductores de autobuses trabajan arduamente para que nuestros niños puedan ir y venir de la escuela de manera



TONIGHT!

Math Curriculum Night

Join us for a night of math fun!

- 5:30-6:00 Dinner in the café
- 6:00-6:30 2nd grade sound concert in the gym
- 6:40 – 7:10 Information Session 1
- 7:15-7:45 Information Session 2

In This Issue

P2 Corner

Zones of Regulation

What Is a Cougar Coupon?

Family Academy Events

International Night

Be a Watch DOG

Get Involved at the Creek

Help Spread the Word about the Creek

Your February, March, and April Calendars

segura todos los días! Les agradecemos por todo su duro trabajo. ¡Por favor tome un momento esta semana para agradecer al conductor del autobús de su hijo!

P2 Corner:

Feb 11-15
Love



¿Qué significa el amor?

Valoras las relaciones cercanas con los demás y estar cerca de las personas.

¿Por qué eso importa?

El amor es imprescindible para la felicidad y la realización de una persona en la vida. A nivel grupal, el amor es vital para el bienestar de la sociedad. El mundo está interconectado infinitamente. Todos dependemos unos de otros para sobrevivir y ser felices.

El amor produce sentimientos positivos, que ayudan a anular la soledad, la ansiedad y la depresión. Sin amor, no podemos encontrar intimidad ni formar relaciones sólidas con nuestras familias, amigos o comunidades. Un mundo sin amor y conexión es un mundo peligroso.

Feb 18-22
Make Up / Wild Card Week



Feb 25-Mar 1
Zest \ Enthusiasm



¿Qué significa Zest \ Entusiasmo?

Te acercas a la vida con entusiasmo y energía. Usted energiza a las personas a su alrededor.

¿Por qué eso importa?

Para los individuos, entusiasmo y entusiasmo son rasgos de personalidad fácilmente identificables y altamente deseables. Nos sentimos bien cuando nos sentimos motivados por una actividad u oportunidad, y nos gusta pasar tiempo con personas que están entusiasmadas con la vida. Quienes demuestren un alto nivel de entusiasmo tienen más probabilidades de completar tareas y superar los requisitos mínimos como resultado de su pasión.

El entusiasmo de una persona puede hacer que otros piensen, hablen y actúen con más energía y convicción. Los grupos que están entusiasmados con las tareas tienen muchas más probabilidades de pasar más tiempo en el servicio a los objetivos generales del grupo.

Mar 4-8
Cheering Others' Success



Zonas de Regulación

Recientemente, la Escuela Primaria Swift Creek adoptó el uso del currículo ZONAS de Regulación en toda la escuela para enseñar a los estudiantes a identificar y manejar sus emociones. Este programa permitirá a todos los miembros del personal usar un lenguaje común al abordar las necesidades sociales y emocionales de los estudiantes de SCES. Se ha comprobado que ZONES of Regulation apoya a todos los tipos de estudiantes en el desarrollo del autocontrol.

Hay cuatro zonas que usaremos para describir cómo se sienten el cerebro y el cuerpo. Son:

- Azul: el cuerpo corre lento (cansado, enfermo, triste o aburrido)
- Verde: bueno para ir, como una luz verde (feliz, tranquilo, enfocado, listo para aprender)
- Amarillo: proceda con precaución o disminuya la velocidad (comience a perder el control, frustrado, abrumado, tonto, inquieto, emocionado, preocupado, ansioso, sorprendido)
- Rojo: emociones extremas, problemas para tomar buenas decisiones y necesidad de DETENERSE (fuera de control, terror, ira incontrolada, agresión, euforia).

El personal ayudará a los estudiantes a registrarse usando la declaración: "Me siento _____. Estoy en la ZONA ____ ". Los maestros usarán elementos visuales para ayudar a los estudiantes a identificar su ZONA y la herramienta que podría ser útil para el estudiante. Todos los maestros han enseñado a los estudiantes lecciones sobre cómo identificar su ZONA y algunas herramientas que podrían ayudarles a estar en un estado más apropiado para aprender.

HERRAMIENTAS para ayudar a su hijo con la autorregulación:

- Respiraciones profundas
- ejercicio
- Hablar con un padre o hermano
- Abrazar a alguien
- Leer (solo o con un padre)
- Escuchar música
- Tomar un descanso

¡Las ZONAS pueden ser útiles en casa también! Consejos para usar las ZONAS en casa:

- Use el idioma de las zonas roja, azul, verde y amarilla en el hogar.

- Señale sus observaciones de las emociones / comportamientos de su hijo y en qué zona pueden estar.

Valide en qué zona se encuentra su hijo y ayúdeles a pensar en formas de obtener autocontrol para que su comportamiento sea esperado para el contexto.

- Comparta con su hijo cómo su comportamiento afecta la zona en la que se encuentra y cómo se siente.
- Ayude al estudiante a sentirse cómodo usando el lenguaje de ZONAS para comunicar sus sentimientos y necesidades, alentándolos a compartir su zona con usted.
- Mostrar interés por aprender sobre los disparadores de los estudiantes y las herramientas de zonas. Pregunte si quieren recordatorios para usar las herramientas y cómo quieren los recordatorios.
- Refuerce positivamente a su hijo cuando reconozca y comparta su zona con usted y maneje sus comportamientos mientras está en ella.
- Hable con su hijo sobre las "herramientas" apropiadas que usa para sobrellevar las emociones. Modela y habla sobre tu experiencia en voz alta.
- Recuerde, todos experimentan todas las zonas (y emociones), por lo tanto, las zonas roja y amarilla no son zonas "malas" o "malas".

¿Qué es un cupón de puma?

Los estudiantes pueden obtener un cupón de puma de cualquier miembro del personal cuando el estudiante muestra el comportamiento ROAR. Esto puede ser en el aula, el pasillo, en especiales, y así sucesivamente.

Los estudiantes guardan sus cupones para comprar artículos del menú de cupones de ROAR, que se muestra en cada salón de clases. Algunos niveles de grado tienen una caja de tesoro, donde un estudiante puede canjear cupones por un artículo. Otros niveles de grado tienen premios de experiencia, como almorzar con el maestro o un pase de tarea gratis.

Buscando un gran campamento de verano? ¿Por qué no probar el campamento de invención en Swift Creek?

Camp Invention será en Swift Creek del 24 al 28 de junio. Este campamento está disponible para niños que ingresan a K-6 y es enseñado por maestros de Swift Creek. La Directora del campamento es la Sra. Mónica Coles, una de nuestras maestras de quinto grado.

Si se registra ahora hasta el 22 de marzo, puede ahorrar \$ 25 usando el código INNOVATE25CP. Regístrese hoy en el sitio web de Camp Invention www.campinvention.org.

¡Patrocine una página o coloque un anuncio en el anuario!

¡Patrocinador una página en el anuario es una manera divertida de mostrar su apoyo al Anuario de Swift Creek! Por \$ 10, puede patrocinar una página de su elección.

¡El Anuario también es una forma fácil y económica de anunciar su negocio! Tenemos anuncios de diferentes tamaños disponibles para satisfacer sus necesidades. Cuando compra un anuncio en el anuario, también ayuda a mantener bajos los costos para los niños que compran el anuario.

Para obtener más información, comuníquese con Kristy Pickurel en yearbookpics.sce@gmail.com.

No te olvides de comprar tu anuario en [https://tinyurl.com/scesYearbook!](https://tinyurl.com/scesYearbook)

¡Reserva! La noche internacional es el jueves 21 de marzo.

¡Estamos entusiasmados de cómo las cosas se están uniendo para la Noche Internacional el jueves 21 de marzo! Será una gran noche y se llevará a cabo en conjunto con la Noche Familiar en la Feria del Libro. Aquí está el horario de la noche:

- 5: 30-7: 45 Feria del libro abierta en el centro de medios
- 5: 30-6: 30 Pruebe la comida internacional en la cafetería
- 6: 30-7: 15 Performances en el gimnasio.

Viernes: Fecha límite para despertar y leer libro

El Swift Creek Service Club (SC2) está recolectando libros nuevos y usados para niños de 0 a 12 años durante la campaña de despertar y leer libros. Estos libros serán distribuidos a las áreas de mayor necesidad en el Condado de Wake. 13 escuelas primarias, centros preescolares locales, centros comunitarios e iglesias se beneficiarán de estas donaciones de libros.

¡Por favor ponga sus libros en la caja en el vestíbulo! Estamos recogiendo hasta el viernes!



- 5: 30-7: 30 Las exhibiciones de los países están abiertas para los turistas

¡Nos encantaría que tu familia se involucrara! El nivel de compromiso depende de usted. Puedes ayudar a crear una pantalla que represente el país de donde proviene tu familia y enumera algunas de tus tradiciones. ¡Puedes traer libros, música, comida y tener un salón de clases! O puede ser voluntario para ayudar en la noche del evento. Buscamos todo tipo de ayuda.

Queremos escuchar la historia de TU FAMILIA. Si está interesado, póngase en contacto con Marie Dexter en mariecddexter@gmail.com.



Felicitaciones a los Super Snippers de enero!

Felicitaciones a la clase de quinto grado de la Sra. D'Amelio por entregar \$ 16.30 en Box Tops en enero.

Nuestro próximo día de recolección es el viernes 22 de febrero. Por favor, entregue cualquier Box Tops que tenga. La fecha límite para nuestra presentación de primavera es el 1 de marzo.

The Swifty Spirit Award Goes to Mrs. Sedaghat's Class!

¡El Premio Swifty Spirit se otorga a la clase de la Sra. Sedaghat!

La clase de la Sra. Sedaghat demostró que tienen toneladas de espíritu de Swift Creek en el Día del Espíritu, el 1 de febrero. Tuvieron un 70% de participación en la clase. Ellos recibirán a Swifty Cougar durante el próximo mes en su salón de clases y lo celebrarán con una fiesta de palomitas de maíz. Nuestro próximo día de espíritu es el viernes 8 de marzo. Ya que esto es durante la Locura de marzo, será un día de espíritu universitario. ¡Se anima a los estudiantes a usar sus equipos o colores favoritos de la universidad!



¡Cómo puedes ayudar a difundir la palabra sobre Swift Creek!

¡Tenemos tantas cosas maravillosas en Swift Creek para celebrar! Los padres juegan un papel importante para hacer correr la voz a los padres en perspectiva. Así es como puedes ayudar:

- Revisenos en Grandes Escuelas.
- Dígales a los padres que sigan nuestra escuela en Twitter @SCESROARS.
- Comparte este boletín.
- Pídale a las personas que les guste nuestra página de Facebook de PTA:
<https://www.facebook.com/swiftcreekespta>

Notas de la reunión del Consejo del Distrito 5

Tres veces al año, el representante de nuestra junta escolar, el Dr. James Martin, celebra una reunión del consejo para las escuelas en la región suroeste del Condado de Wake (Distrito 5). La reunión de febrero discutió estos temas:

- Comercializar tu escuela a padres con perspectiva.
- Actualizaciones a la política de bienestar por el Consejo Consultivo de Salud Escolar (SHAC). Aquí están las actualizaciones:

- o Recomienda 30 minutos de actividad diaria para estudiantes de K-8.
- o Incluye los 10 componentes de la escuela completa, la comunidad completa, el modelo de niño completo
- o Respalda y apoya el uso de los jardines escolares y el transporte activo hacia y desde la escuela
- o Se enfoca en nutrición y bocadillos saludables y discute el modelo.
- o Nuevas orientaciones de implementación y reporte de cumplimiento de la política.

Si desea obtener más información sobre esta reunión, comuníquese con Marie Dexter a mariecdexter@gmail.com.

Noticias de Artes Culturales!

Swift Creek le dio la bienvenida a Billy Jonas el lunes 11 de febrero. ¡Proporcionó un taller para cada clase de segundo grado en el que compartió sus talentos musicales y ayudó a cada alumno de segundo grado a preparar instrumentos a partir de objetos reciclados! Los estudiantes de segundo grado usarán sus magníficos instrumentos en el Concierto de sonido esta noche, 12 de febrero. Esperamos escuchar su hermosa música.

Este evento fue posible gracias a las donaciones de TU Fun Run y está patrocinado por el PTA de Swift Creek.

¡Usted hace una diferencia en la sala! ¡Involucrarse!

Hoy, nuestras vidas son muy apresuradas, apuradas, vete, vete, pero si tienes un momento, nos encantaría que te involucraras en el Creek. Aquí hay algunas maneras en que puede ayudar!

- Comuníquese con la Sra. Wils sobre los estantes de libros en la biblioteca.
swils@wcpss.com.
 - Comuníquese con el maestro de su hijo sobre los suministros necesarios en el aula o sobre las formas en que puede ser voluntario.
 - Participar más en las actividades patrocinadas por la PTA. No es necesario ser miembro de la PTA para ser voluntario. Póngase en contacto con Delores Ragsdale en dmragsdale@yahoo.com para agregarlos a nuestra lista de voluntarios.
 - Plan para el próximo año! Tenemos muchas familias de quinto grado que salen de The Creek este año y tienen algunos zapatos grandes que llenar. Estamos buscando voluntarios en estas áreas:
 - o Membresía
 - o Contador de puma
 - o Feria del Libro
 - o vida saludable
 - o Feria de ciencias / noche de STEM
 - o ver perros
 - o Posiciones de oficiales: Presidente, Vicepresidente, Secretario, Tesorero (para asumir en el año escolar 2020-21)
- ¡Si quieres ayudar, podemos encontrar algo para que hagas! Si desea nominar a alguien para un puesto, ¡también puede hacerlo! Póngase en contacto con la Presidenta de la PTA, Marie Dexter, en mariecdexter@gmail.com o con la Vicepresidente Tara Batemon en tbatemon@gmail.com.

Papás, te necesitamos

El programa Watch DOG se centra en la educación y la seguridad en las escuelas mediante el uso de la influencia positiva de padres y figuras paternas con un doble propósito:

1. Brindar modelos positivos de correo para los estudiantes, demostrando con su presencia que la educación es importante.
2. Proporcionar un conjunto adicional de ojos y oídos para mejorar la seguridad escolar y reducir el acoso escolar.

A los padres, padrastros, abuelos, tíos, hermanos mayores, primos se les pide que pasen al menos 1 día en el voluntariado escolar de sus hijos.

Apoyarán a la escuela a través del monitoreo de la propiedad escolar, trabajando en grupos pequeños, leyendo, usando tarjetas didácticas, ayudando con las tareas escolares, juegos de arbitraje, escuchando a los oídos, o cualquier otra cosa que deba hacerse para PLANT SEEDS OF SUCCESS en la vida de los estudiantes.



Dads of Great Students

Tips for Build Consejos para construir resiliencia en niños y adolescentes

1. Hacer conexiones.

Enséñele a su hijo cómo hacer amigos, incluida la habilidad de empatía.

2. Ayude a su hijo haciéndole ayudar a otros.

Involucre a su hijo en un trabajo voluntario apropiado para su edad o pida ayuda con alguna tarea que pueda dominar,

3. Mantener una rutina diaria.

Adherirse a una rutina puede ser reconfortante para los niños.

4. Tómame un descanso.

¡Sé un perro PERRO!

El reloj de la escuela no se detiene. Queremos que seas un perro guardián este año. Regístrese hoy en <http://tinyurl.com/scesDads1819> o contacte a David Outlaw en drdavidoutlaw@gmail.com.

Sé nuestro mejor perro!

Estamos buscando a alguien para dirigir el programa Watch DOG el próximo año escolar.

Los deberes incluyen:

- Organizar una reunión organizativa a principios de año con la participación principal de Propst en el programa y comenzar la inscripción en septiembre.
- Después de eso, las tareas principales son responder preguntas sobre el programa y reclutar voluntarios.
- Finalmente, coordinar y comunicar el horario de los papás se inscribió en el administrador de la escuela. For more details or if you are interested in helping, contact David Outlaw at drdavidoutlaw@gmail.com

Trabajar sin fin puede ser contraproducente. Enséñele a su hijo cómo concentrarse en algo además de lo que le preocupa.

5. Enseñe a su hijo a cuidar de sí mismo.

Dése un buen ejemplo y enséñele a su hijo la importancia de tener tiempo para comer adecuadamente, hacer ejercicio y descansar. Asegúrese de que su hijo tenga tiempo para divertirse.

6. Muévete hacia tus metas.

Enseñe a su hijo a establecer metas razonables y luego muévase hacia ellos paso a paso. Recibir elogios centrará a su hijo en lo que ha logrado en lugar de lo que no se ha logrado.

7. Fomentar una visión positiva de sí mismo.

Ayudar a su hijo a recordar las formas en que él o ella ha manejado con éxito las dificultades que se encuentran en el pasado y luego ayudarlo a comprender que estos desafíos pasados lo ayudan a desarrollar la fuerza para manejar los desafíos futuros.

8. Mantenga las cosas en perspectiva y mantenga una perspectiva esperanzadora.

Incluso cuando su hijo esté enfrentando eventos muy dolorosos, ayúdelo a ver la situación en un

Más oportunidades para ver la resiliencia: la biología del estrés y la ciencia de la esperanza

Gracias a todos los padres y al personal que asistieron a la exhibición de Resilience el 30 de enero. Todos los que asistieron dijeron que desearían que todos pudieran ver esta película.

Muchos niños tienen experiencias infantiles adversas que les han causado estrés. Estos niños necesitan nuestro apoyo. ¿No estás seguro de lo que es una experiencia infantil adversa? Eche un vistazo a este cuestionario de Public Schools First of NC. Consulte <https://www.publicschoolsfirstnc.org/know-the-issues/resilience/>.

La resistencia se mostrará nuevamente en WCPSS Crossroads II, 110 Corning Dr, Cary NC a las 7 pm:

- Marzo 14
- 11 de abril

contexto más amplio y a mantener una perspectiva a largo plazo. Una perspectiva optimista y positiva le permite a su hijo ver las cosas buenas de la vida y seguir adelante incluso en los momentos más difíciles.

9. Busque oportunidades para el autodescubrimiento.

Los tiempos difíciles son a menudo los momentos en que los niños aprenden más sobre sí mismos. Ayude a su hijo a ver cómo lo que está enfrentando puede enseñarle "de qué está hecho".

10. Aceptar que el cambio es parte de la vida.

El cambio a menudo puede ser aterrador. Ayude a su hijo a ver que el cambio es parte de la vida y los nuevos objetivos pueden reemplazar los objetivos que se han vuelto inalcanzables.

Source: American Psychological Association. <http://www.apa.org/helpcenter/resilience.aspx>. *The full document is available from the Public Schools First of NC website.*

Nuestro calendario de febrero

- 11-15 de febrero: P2 Love
- 12 de febrero 6:30 pm: reunión de la PTA
- 15 de febrero, 1:15 pm: Salida temprana. La escuela sale a la 1:15 pm. Fecha límite para las confirmaciones de asistencia para el baile del padre hija.
- 18 de febrero: Día de trabajo del maestro
- 22 de febrero:
 - o 6-7: 30pm: Padre Hija Baile en la cafetería
 - o Box Top Collection Day! ¡Esta es la última gran colección antes de la presentación de nuestra escuela para un cheque de primavera! ¡Por favor entregue todas sus tapas de Box Tops y botellas de Coca Cola para que podamos obtener un gran cheque!
- 25 de febrero-1 de marzo: P2 entusiasmo; Leer la semana de América. Consulte el folleto que aparece anteriormente en este boletín para conocer el tema de cada día.

Horario de baloncesto de SCES

¡Venga a animar a la Sra. Graves y a nuestro equipo de baloncesto de quinto grado!

- 13 de febrero - HOME vs Creech Road Elementary
- 27 de febrero - AWAY en Barwell Elementary
- 6 de marzo - LEJOS en Creech Road Elementary
- 13 de marzo - LEJOS en Dillard Drive Elementary

¡Gracias a David's Auto Service en Durham por patrocinar a nuestro equipo este año! Nos están proporcionando camisetas y bocadillos.

Tu calendario de marzo

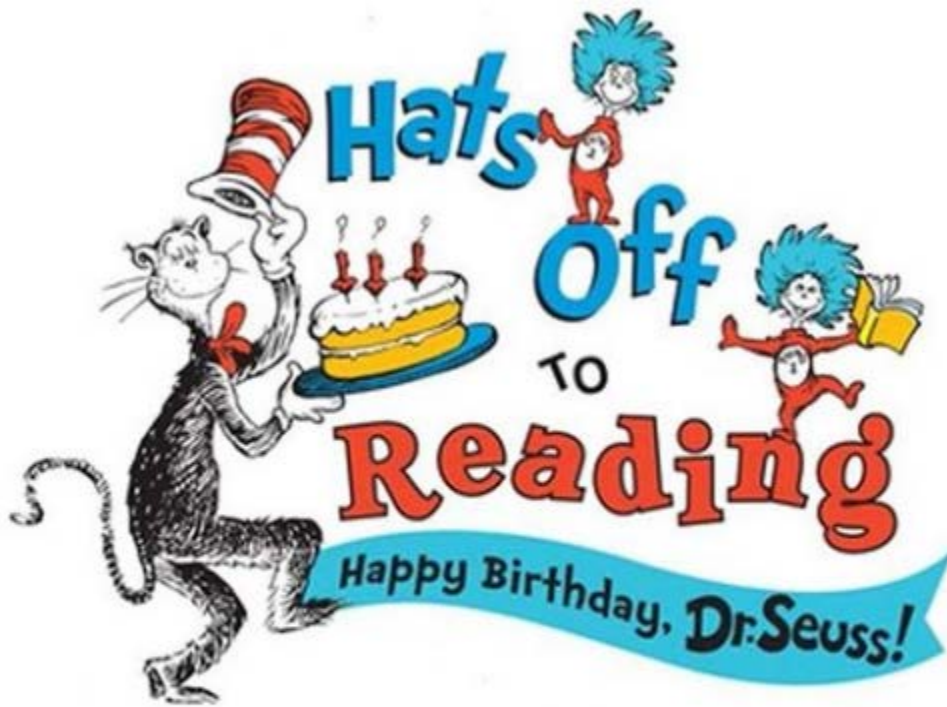
- 4-8 de marzo: P2 animando el éxito de otros
- 8 de marzo 1:15 pm: Salida temprana. La escuela sale a la 1:15 pm.
- 11-15 de marzo: P2 Love of Learning
- 12 de marzo 6:00 pm: Reunión de la PTA y Noche de la Academia Familiar: Transición a la escuela intermedia
- 18-22 de marzo: P2 Perdón
- 25-29 de marzo: P2 Justicia □ 28 de marzo: Día de la colección de Box Top!
- 29 de marzo: Día de trabajo del maestro

Tu calendario de abril

- 1 al 5 de abril: Humor P2
- 8-12 de abril: P2 Estar presente y prestar atención a los demás
- 9 de abril 6:30 pm: reunión de la PTA, presentación de drama!
- 15-19 de abril: vacaciones de primavera
- 22 de abril: Día de trabajo del maestro
- 23 de abril: Noche de la Academia Familiar: Preparándose para los EOG
- 22-26 de abril: P2 Valoración de la belleza y la excelencia.
- 29 de abril al 3 de mayo: P2 Propósito
- 30 de abril: Día de la colección de Box Top!

Padres de 3er, 4to y 5to grado: ventana de prueba de EOG !!!!

Por favor, marque su calendario! Las pruebas de EOG se llevarán a cabo del 29 de mayo al 7 de junio para todos los estudiantes de 3er a 5to grado. Las pruebas comienzan a las 9:15 AM cada día y es muy importante que todos los estudiantes lleguen a tiempo a la escuela en cada uno de estos días. Por favor, no programe citas u otros eventos que hagan que los estudiantes no estén en la escuela para comenzar el día. Más información sobre las pruebas de EOG saldrá más adelante en la primavera. ¡Gracias por ayudar a garantizar un proceso de prueba sin problemas para los estudiantes y el personal!



Read Across America Week!

February 25-March 1

Lunes— Día del gato en el sombrero! Use un sombrero y traiga su libro favorito de Dr. Seuss

Únase a nosotros para una noche de inicio de Lectura a través de América en nuestro Biblioteca de 5: 00-6: 00!

Martes— ¡Día de pelo de Whoville! Muestra tu cabello loco estilos

Miércoles— ¡Día del Bigote Lorax! Usa tu bigote favorito

Jueves— ¡Fox en el día de los calcetines! Use su par favorito de calcetines

Viernes: los lectores de la comunidad leerán su libro favorito.

¡en tu clase! Vístete como tu libro favorito ¡personaje!