



# RME SEL NEWSLETTER



A MONTHLY PARENT NEWSLETTER

## OCTOBER

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
				1
4 Focus of the week: Rams Ready around the school	5	6 SEL Newsletter in your Wednesday Folders!	7	8
11 Focus of the week: Feelings Zones	12	13 SEL Lesson: Bullying Prevention Week 1	14	15
18 Focus of the week: SLANT	19	20 SEL Lesson: Bullying Prevention Week 2	21	22
25 Focus of the week: Safe Place	26	27 SEL Lesson: Bullying Prevention Week 3	28	29

Rocky Mountain  
Rams Ready Traits

Safety	
Respect	
Responsibility	
Compassion	
Perseverance	

### What is Social Emotional Learning?

Social Emotional Learning (SEL) is the skills and strategies to help develop healthy identities, manage emotions, feel and show empathy, establish supportive relationships, and make responsible decisions



### Skills and Strategies:

Feelings Zones

Blue	Green	Yellow	Red
Sad	Happy	Scared	Mad
Tired	Calm	Silly	Angry

See if your student can come up with a strategy to help them in each feelings zone!

Ex: If I'm sad, I am in in the blue zone. To help myself, I could write about my feelings!

### PRACTICE AT HOME!



#### Ask your student...

- What does it mean to be Rams Ready at school?
- How can you be safe in all areas of the school?
- What are the Feelings Zones?
- What does SLANT mean? (Sit up, Listen, Answer questions, Nod your head, Track the speaker)
- Why might you use the safe place at school?
- How do you report bullying at school?

**Homelinks for SEL Lessons will be sent in Wednesday Folders starting 10/13!**



SaraBeth Scott, SEL  
Sco025583@adams12.org  
Alexis Gonzales, SEL  
Gon017541@adams12.org



# BOLETÍN DE RME SEL



UN BOLETÍN MENSUAL PARA PADRES

OCTUBRE

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
				1
4 El enfoque de la semana: Rams Ready en la escuela	5	6 Boletín de SEL en sus carpetas de los miércoles	7	8
11 Enfoque de la semana: Zonas de sentimientos	12	13 Lección SEL: Prevención del acoso escolar Semana 1	14	15
18 Enfoque de la semana: SLANT	19	20 Lección SEL: Prevención del acoso escolar Semana 2	21	22
25 Enfoque de la semana: Lugar seguro	26	27 Lección SEL: Prevención del acoso escolar Semana 3	28	29

Rocky Mountain Rams Ready Características

Seguridad	
Respeto	
Responsabilidad	
Compasión	
Perseverancia	

## ¿Qué es el aprendizaje socio-emocional?

El aprendizaje socio-emocional (SEL) son las habilidades y estrategias para ayudar a desarrollar identidades saludables, gestionar las emociones, sentir y mostrar empatía, establecer relaciones de apoyo y tomar decisiones responsables



### Habilidades y estrategias:

Zonas de sentimientos

Blue	Green	Yellow	Red
Sad	Happy	Scared	Mad
Tired	Calm	Silly	Angry

Vea si su alumno puede idear una estrategia que le ayude en cada zona de sentimientos.

Por ejemplo: Si estoy triste, estoy en la zona azul.

Para ayudarme, podría escribir sobre mis sentimientos.

## ¡PRACTICA EN CASA!



Pregúntale a tu alumno...

- ¿Qué significa estar preparado para los Rams en la escuela?
- ¿Cómo puedes estar seguro en todas las áreas de la escuela?
- ¿Qué son las Zonas de Sensación?
- ¿Qué significa SLANT? (Sentarse, escuchar, responder a las preguntas, asentir con la cabeza, seguir al orador)
- ¿Por qué puedes utilizar el lugar seguro en la escuela?
- ¿Cómo se denuncia el acoso en la escuela?

Los enlaces para las lecciones de SEL se enviarán en las carpetas de los miércoles a partir del 13 de octubre.



SaraBeth Scott, SEL  
Sco025583@adams12.org  
Alexis Gonzales, SEL  
gon017541@adams12.org