

Social Emotional Learning

Week #1 - March 30th through April 3rd

The lessons given are for all students in grades TK - 8th to participate. We do not expect the younger students in TK- 2nd grade to be able to do these assignments independently and request that either a parent/guardian or old sibling help them as needed. The assignments given can be completed by either drawing or writing.

Monday

Coping Strategies Worksheet - Read the Coping Strategies worksheet and highlight the strategies you feel you would like to try or already do when feeling stressed. Once you are done highlighting choose 2 strategies to try this week.

Wednesday

Use the Shield Instructions worksheet to complete the Shield Outline.

Friday

Coping Strategies Reflection worksheet - After trying 2 of the coping strategies, use the Coping Strategies Reflection worksheet to reflect back on how you felt before and after.

Aprendizaje Social Emocional

Semana # 1 - 30 de marzo al 3 de abril

Las lecciones dadas son para que participen todos los estudiantes en los grados TK - 8. No esperamos que los estudiantes más jóvenes en TK-2do grado puedan hacer estas tareas de forma independiente y solicite que un padre / tutor o un hermano mayor los ayude según sea necesario. Las tareas asignadas se pueden completar dibujando o escribiendo.

Lunes

Hoja de trabajo de Estrategias del Afrontamiento. Lea hoja de Estrategias del Afrontamiento y resaltar las estrategias que cree que le gustaría probar o que ya practica cuando se siente estresado. Una vez que haya terminado de resaltar, elija 2 estrategias para probar esta semana.

Miércoles

Use la hoja de trabajo de instrucciones del Escudo para completar el contorno del Escudo

Viernes Hoja de trabajo de Reflexión de Estrategias del Afrontamiento. Después de probar 2 de las estrategias del afrontamiento, use la hoja de trabajo de Reflexión de Estrategias del Afrontamiento para reflexionar sobre cómo se sintió antes y después.