

GALS 101 (GALS Series) Syllabus 2019-20

Jennifer Derosby

Course Description:

The GALS Series curriculum will provide GALS students with the tools needed to become more aware of their individual and community identity. The tools and skills students acquire throughout the GALS Series prepare students for situations inside and outside of the classroom. Throughout the program, students are encouraged to explore identity, community, and individual impact. The GALS Series challenges students to reflect on individual actions and decisions in order to strengthen the GALS community as a whole.

Every theme in the series is designed to prepare students for success in middle school, high school, and life. Each year students explore identity through the following six themes / standards: wellness, mindfulness, voice, relationships, mind/body connection and goal setting. It is a class that is focused very intentionally on the whole child and on helping students navigate their worlds as adolescents.

Course Essential Questions:

- *In what ways will the unique setting of GALS support my growth and development?
- *In what ways does my identity shape my experience of self, others and the world around me?
- *How do my personal experiences influence my relationships with others?
- *In what ways do changes in puberty affect how I show up in the world?
- *How does my self identity affect the relationships I have with others?
- *In what ways does individual voice play a role in community action?

Course Long Term Targets:

- *I can describe how the mission, culture and community at GALS are unique and how these things might support my growth.
- *I can identify and differentiate between the personal and social aspects of my identity.
- *I can explore various methods of personal expression and identify the styles that feel right for me.
- *I can identify key people and resources in the building for support.
- *I can identify and use mindfulness practices that help me focus and reflect on my values, intentions and decisions.
- *I can recognize and explain how my mental, emotional and physical wellness are interconnected.
- *I can distinguish between healthy and unhealthy relationship behaviors, emotions and expressions.
- *I can identify and evaluate the way I respond to conflict and practice multiple conflict resolution and communication strategies.
- *I can identify active listening strategies and can recognize my habits in conversation.

Units Covered:

Unit Zero-An introduction to GALS' culture, expectation and beauty
Unit One-Identity & Values
Unit Two-Self Care
Unit Three-Emotional Literacy
Unit Four-Voice

Logistics:

Homework assigned every Wednesday. Much of the homework will require collaboration with folks at home so please check in with your student(s) about this.

Progress reports every other week distributed on Monday or Tuesday and require a parent/guardian signature and to be returned the next day.

Communication: Email-jennifer.derosby@galsdenver.org

Phone: 303.282.6437 ext 12

GALS 101 (Serie GALS) Plan de estudios 2019-20 Jennifer Derosby

Descripción del curso:

El plan de estudios de la Serie GALS proporcionará a los estudiantes de GALS las herramientas necesarias para ser más conscientes de su identidad individual y comunitaria. Las herramientas y habilidades que los estudiantes adquieren a través de la Serie GALS preparan a los estudiantes para situaciones dentro y fuera del salón de clases. A lo largo del programa, se anima a los estudiantes a explorar la identidad, la comunidad y el impacto individual. La Serie GALS desafía a los estudiantes a reflexionar sobre acciones y decisiones individuales para fortalecer a la comunidad GALS como un todo.

Cada tema de la serie está diseñado para preparar a los estudiantes para el éxito en la escuela intermedia, la escuela secundaria y la vida. Cada año los estudiantes exploran la identidad a través de los siguientes seis temas/estándares: bienestar, atención plena, voz, relaciones, conexión mente/cuerpo y establecimiento de metas. Es una clase que se enfoca muy intencionalmente en el niño en su totalidad y en ayudar a los estudiantes a navegar en su mundo como adolescentes.

Preguntas esenciales del curso:

- *¿De qué manera el entorno único de GALS apoyará mi crecimiento y desarrollo?
- *¿De qué manera mi identidad da forma a mi experiencia de mí mismo, de los demás y del mundo que me rodea?
- *¿Cómo influyen mis experiencias personales en mis relaciones con los demás?
- *¿De qué manera los cambios en la pubertad afectan la forma en que aparezco en el mundo?
- *¿Cómo afecta mi propia identidad a las relaciones que tengo con los demás?
- *¿De qué manera la voz individual juega un papel en la acción comunitaria?

Objetivos a largo plazo del curso:

- *Puedo describir cómo la misión, la cultura y la comunidad de GALS son únicas y cómo estas cosas pueden apoyar mi crecimiento.
- *Puedo identificar y diferenciar entre los aspectos personales y sociales de mi identidad.
- *Puedo explorar varios métodos de expresión personal e identificar los estilos que se sienten bien para mí.
- *Puedo identificar personas y recursos clave en el edificio para apoyo.
- *Puedo identificar y usar prácticas de atención plena que me ayudan a concentrarme y reflexionar sobre mis valores, intenciones y decisiones.
- *Puedo reconocer y explicar cómo mi bienestar mental, emocional y físico están interconectados.
- *Puedo distinguir entre comportamientos, emociones y expresiones de relaciones saludables y no saludables.
- *Puedo identificar y evaluar la manera en que respondo a los conflictos y practicar múltiples estrategias de resolución de conflictos y comunicación.
- *Puedo identificar estrategias de escucha activa y puedo reconocer mis hábitos en la conversación.

Unidades cubiertas:

Unit Zero-Una introducción a la cultura, expectativas y belleza de GALS
Unidad Una-Identidad y Valores
Unidad de dos cuidados personales
Unidad de Alfabetización Trimestral
Unidad de cuatro voces

Logística

Tarea asignada cada miércoles. Mucha de la tarea requerirá la colaboración con la gente en casa, así que por favor verifique con su(s) estudiante(s) acerca de esto.

Los informes de progreso se distribuyen cada dos semanas el lunes o martes y requieren la firma del padre/tutor y deben ser devueltos al día siguiente.

Comunicación: Email-jennifer.derosby@galsdenver.org

Teléfono: 303.282.6437 ext 126