

Welcome to Ms. Long's GALS 201 Classroom!

When we teach with love, combining care, commitment, knowledge, responsibility, respect, and trust, we are often able to enter the classroom and go straight to the heart of the matter.
-bell hooks

The GALS series answers a nationwide call for school programming that address social-emotional wellness and supports comprehensive student development of the whole child, including physical health, mental health, and cognitive, academic and identity development. This unique, workshop-style class organizes relational learning lessons and practices around six themes: **Voice, Relationships, Mindfulness, Health and Wellness, Goal Setting/Intention, and Identity.**

Throughout the course students reflect on their personal growth through self-efficacy surveys, personal statements, and project-based learning tasks documented in their personal portfolio.

Students completing the program leave middle school with the tools and skills needed to lead confidently, succeed academically, live boldly, and thrive physically. They enter high school with the self-confidence, self-efficacy, and relational awareness necessary for them to maximize their impact and opportunity in multiple and diverse social contexts.

Example 7th Grade GALS Series Essential Questions:

- How do the choices I make affect my life?
- How do the choices I make affect others around me?
- How do people see me and how do I see myself?
- How do I express myself to the world?

Example 7th Grade GALS Series Learning Targets:

- I use my voice to express myself and meet my personal needs in the world.
- I make connections between my personal health and wellness choices and how these choices impact my life and own definition of success.
- I can explain where emotions come from and I acknowledge these emotions within myself.
- My emotional awareness helps prepare me in facing challenges and conflicts throughout my life.
- I use intention setting to positively impact my personal and academic achievement.
- I can name the core values that define me.
- I identify tools to help me navigate my relationships with friends, peers, adults, and families/caregivers.

Communication:

I can be reached by email and phone

Phone: 303-282-6437 ext. 153

Email: caitlin.long@galsdenver.org

I look forward to working with you this year to help your student reach their full potential. If you need anything, please do not hesitate to get in touch with me.

Sincerely,



Ms. Long

¡Bienvenido al aula GALS 201 de Ms. Long!

Cuando enseñamos con amor, combinando cuidado, compromiso, conocimiento, responsabilidad, respeto y confianza, a menudo podemos ingresar al aula e ir directamente al meollo de la cuestión.

-bell hooks

La serie GALS responde a un llamado nacional para programas escolares que aborden el bienestar socioemocional y apoyan el desarrollo integral del estudiante de todo el niño, incluida la salud física, la salud mental y el desarrollo cognitivo, académico y de la identidad. Esta clase única de estilo taller organiza lecciones y prácticas de aprendizaje relacional en torno a seis temas: **Voz, Relaciones, Atención plena, Salud y bienestar, Establecimiento de objetivos / Intención e Identidad.**

A lo largo del curso, los estudiantes reflexionan sobre su crecimiento personal a través de encuestas de autoeficacia, declaraciones personales y tareas de aprendizaje basadas en proyectos documentadas en su carrera personal.

Los estudiantes que completan el programa dejan la escuela intermedia con las herramientas y habilidades necesarias para liderar con confianza, tener éxito académico, vivir con valentía y prosperar físicamente. Ingresan a la escuela secundaria con la autoconfianza, la autoeficacia y la conciencia relacional necesarias para maximizar su impacto y oportunidad en contextos sociales múltiples y diversos.

Ejemplo de preguntas esenciales de la serie GALS de séptimo grado:

- ¿Cómo afectan las decisiones que tomo a mi vida?
- ¿Cómo afectan las decisiones que tomo a los que me rodean?
- ¿Cómo me ve la gente y cómo me veo a mí mismo?
- ¿Cómo me expreso al mundo?

Ejemplo de objetivos de aprendizaje de la serie GALS de séptimo grado:

- Utilizo mi voz para expresarme y satisfacer mis necesidades personales en el mundo.
- Hago conexiones entre mis elecciones personales de salud y bienestar y cómo estas elecciones impactan mi vida y mi propia definición de éxito.
- Puedo explicar de dónde vienen las emociones y reconozco estas emociones dentro de mí mismo.
- Mi conciencia emocional me ayuda a prepararme para enfrentar desafíos y conflictos a lo largo de mi vida.
- Utilizo el establecimiento de intenciones para impactar positivamente mi logro personal y académico.
- Puedo nombrar los valores centrales que me definen.
- Identifico herramientas para ayudarme a navegar mis relaciones con amigos, compañeros, adultos y familias.

Comunicación:

Me pueden contactar por correo electrónico y teléfono

Teléfono: 303-282-6437 ext. 153

Correo electrónico: caitlin.long@galsdenver.org

Con gratitud y solidaridad,



Ms. Long