

COUNSELOR'S CORNER



PALISADES ELEMENTARY SCHOOL |
APRIL 2023



QR CODE FOR CLICKABLE
LINKS IN NEWSLETTER

IN THE CLASSROOM

SCHOOL COUNSELOR ACTIVITIES

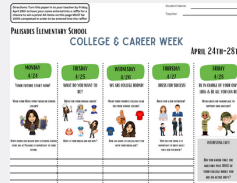
KINDNESS PICTURE CONTEST WINNERS

Congratulations to our students that won the Kindness Picture Contest! All students participated in Kindness Week activities to promote a positive school climate. Be sure to check out these pictures next time you are in the office!



COLLEGE & CAREER WEEK

- College & Career Week is April 24th-28th!
- College & Career Spirit Week - Click [here](#) for flier
- TK-3rd grade students will explore different career opportunities
- 4th & 5th grade students will learn about various post-secondary pathways



APRIL CLASSROOM LESSONS

- TK/K: Career Lesson
- 1st: Career Lesson
- 2nd: Career Lesson
- 3rd: Career Lesson
- 4th: College & Career Lesson
- 5th: College & Career Lesson

HIGHLIGHT OF THE MONTH

TEST TAKING TIPS

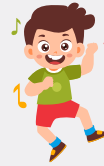


The California Assessment of Student Performance and Progress (CAASPP) will be taken by students in grades 3 through 5 this spring. Many students may feel nervous or anxious before taking this standardized test. Please help your child prepare by utilizing the resources below. If your child is feeling extremely nervous, or suffers from test-anxiety, please reach out to your school counselor for additional support.

SEL SKILL | SELF CONTROL

Did you know there are academic, emotional, and relational benefits to demonstrating self-control? If you're looking for a fun game that allows your children to practice self-control, here are a few for you to try:

- Freeze Dance
- Red Light, Green Light
- Jenga
- Operation
- Freeze Tag
- Memory Games



This is especially helpful to use when our kiddos are experiencing the springtime wiggles! Sometimes kids can be more impulsive as the school year comes to a close. Teaching self-control strategies to your children can help them become better listeners, decision-makers, and problem-solvers! Win-win-win!

PARENTING ARTICLE

Want some more ideas to encourage self-control at home? Check out this article by scanning the QR code for some tips.



RESOURCES

TIPS FOR PARENTS/GUARDIANS:

- Test Taking Strategies - [Click here!](#)
- Help Your Child Prepare for Tests - [Click here!](#)
- 9 Anxiety Busters for Kids Taking Tests - [Click here!](#)



PALISADES ELEMENTARY SCHOOL COUNSELOR KATREENA GAVRILA, M.S., P.P.S.



- ✉ kegavrila@capousd.org
- 🌐 [Counselor's corner website](#)
- 📅 Schedule: TH, F, & e/o W 7:30-3PM
- 📞 (949) 496-5942

RINCÓN DEL CONSEJERO



PALISADES ELEMENTARY SCHOOL |
ABRIL 2023



CÓDIGO QR PARA HACER CLIC
ENLACES EN BOLETÍN

EN EL AULA

Actividades Del Consejero Escolar

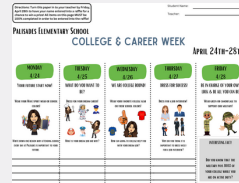
GANADORAS DEL CONCURSO DE IMÁGENES DE AMABILIDAD

¡Felicitaciones a nuestros estudiantes que ganaron el concurso de imágenes de bondad! Todos los estudiantes participaron en las actividades de la Semana de la Bondad para promover un ambiente escolar positivo. ¡Asegúrese de ver estas fotos la próxima vez que esté en la oficina!



SEMANA DE LA UNIVERSIDAD Y LA CARRERA

- ¡La Semana de la Universidad y la Carrera es del 24 al 28 de Abril!
- Semana del espíritu universitario y profesional - Haga clic [aquí](#) para ver el volante
- Los estudiantes de TK a 3º grado explorarán diferentes oportunidades profesionales
- Los estudiantes de 4º y 5º grado aprenderán sobre varios caminos postsecundarios



LECCIONES DE AULA DE ABRIL

- TK/K: Lección de carrera
- 1º: Lección de carrera
- 2º: Lección de carrera
- 3º: Lección de carrera
- 4º: Lección de universidad y carrera
- 5º: Lección de Universidad y Carrera

LO MÁS DESTACADO DEL MES

CONSEJOS PARA TOMAR EXÁMENES



Los estudiantes de los grados 3 a 5 tomarán la Evaluación de Rendimiento y Progreso Estudiantil de California (CAASPP, por sus siglas en inglés) esta primavera. Muchos estudiantes pueden sentirse nerviosos o ansiosos antes de tomar esta prueba estandarizada. Ayude a su hijo a prepararse utilizando los recursos a continuación. Si su hijo se siente extremadamente nervioso o sufre de ansiedad ante los exámenes, comuníquese con su consejero escolar para obtener apoyo adicional.

HABILIDAD SEL I AUTOCONTROL

¿Sabías que hay beneficios académicos, emocionales y relacionales al demostrar autocontrol? Si está buscando un juego divertido que permita a sus hijos practicar el autocontrol, aquí hay algunos para que pruebe:

- Congelar la danza
- Luz roja, luz verde
- Jenga
- Operación
- Etiqueta de congelación
- Juegos de memoria



¡Esto es especialmente útil cuando nuestros niños están experimentando los meneos de primavera! A veces, los niños pueden ser más impulsivos cuando el año escolar llega a su fin. ¡Enseñar estrategias de autocontrol a sus hijos puede ayudarlos a ser mejores oyentes, tomadores de decisiones y solucionadores de problemas! ¡Ganar ganar ganar!

ARTÍCULO DE CRIANZA

¿Quieres más ideas para fomentar el autocontrol en casa? Consulte este artículo escaneando el código QR para obtener algunos consejos.



RECURSOS

CONSEJOS PARA PADRES/TUTORES:

- Cómo ayudar a su niño a tomar exámenes [¡Haga clic aquí!](#)
- Cómo lograr que su hijo se sienta más seguro antes de un examen [¡Haga clic aquí!](#)



CONSEJERO DE LA ESCUELA PRIMARIA PALISADES KATREENA GAVRILA, M.S., P.P.S.



- ✉ kegavrila@capousd.org
- 🌐 [Sitio web de la esquina del consejero](#)
- 📅 Horario: J, V, cada dos MI 7:30-3PM
- 📞 (949) 496 -5942