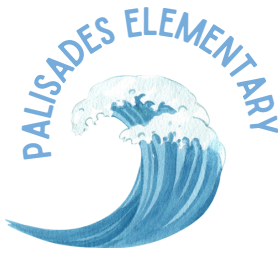


Counselor's Corner



PALISADES SCHOOL | JANUARY 2024



IN THE CLASSROOM

SCHOOL COUNSELOR ACTIVITIES:

Kindness Waves

Kindness Waves created holiday classroom posters!



Snowflake Activity



the Great Kindness Challenge

- The GKC begins on **January 22-26**
- Complete the Challenge to be entered into a raffle:
 - GKC (TK-2)**
 - GKC (3rd-5th)**



JANUARY CLASSROOM LESSONS:

- TK-1st: Following Directions
- 2nd/3rd: Being Respectful Learners
- 4th/5th: Disagreeing Respectfully



Snowflake Creations



HIGHLIGHTS OF THE MONTH

GOAL SETTING

As we start the new year, many people focus on setting new goals or resolutions for themselves. Goal-setting is an important skill that helps children develop perseverance and grit. It can also teach children to take responsibility for their own behaviors and learning, promotes a "can-do" attitude, and helps develop their executive functioning skills. Below are a few steps to help your child set effective goals, track progress, and stay motivated in the process:

- Let children choose their goal (help them make a SMART goal)
- Discuss the purpose of their goal
- Break the big goal into smaller steps
- Brainstorm potential obstacles
- Write down the goal



THE GREAT KINDNESS CHALLENGE

What is The Great Kindness Challenge?

January 22th-26th is one week dedicated to creating a culture of kindness and compassion on school campuses. Please encourage your child to complete as many acts of kindness as possible, even after the week of the great kindness challenge. Together, we will lift each other up, cheer each other on and show the world that **KINDNESS MATTERS!**

- GKC (TK-2)**
- GKC (3rd-5th)**



RESOURCES

RESOURCES FOR FAMILIES:

- 7 Fun Goal Setting Activities for Children - [HERE](#)
- Goal Setting for Kids - [HERE](#)
- Help Your Child Get Motivated - [HERE](#)
- PBS Kindness & Empathy - [HERE](#)



PALISADES 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



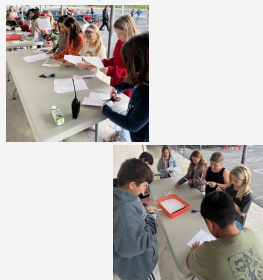
EN EL AULA

ACTIVIDADES DEL CONSEJERO ESCOLAR:

Olas de bondad
¡Los Olas de bondad crearon carteles navideños para el aula!



Actividad del copo de nieve



el gran desafío de la bondad

- El GKC comienza del **22 al 26 de enero**
- Completa el Reto para participar en una rifa:

- **GKC (TK-2)**
- **GKC (3^o-5^o)**

LECCIONES PRESENCIALES DE ENERO:

- TK-1.º: Seguir Instrucciones
- 2.º/3.º: Ser Estudiantes Respetuosos
- 4º/5º: No Estar de Acuerdo Respetuosamente

Creaciones de copos de nieve



LO MÁS DESTACADO DEL MES

EL ESTABLECIMIENTO DE METAS

Al comenzar el nuevo año, muchas personas se concentran en establecer nuevas metas o resoluciones. Establecer metas es una habilidad importante que ayuda a los niños a desarrollar perseverancia y determinación. También puede enseñar a los niños a asumir la responsabilidad de sus propios comportamientos y aprendizaje, promueve una actitud de "puedo hacerlo" y ayuda a desarrollar sus habilidades de funcionamiento ejecutivo. A continuación se detallan algunos pasos para ayudar a su hijo a establecer metas efectivas, realizar un seguimiento del progreso y mantenerse motivado en el proceso:

- Deje que los niños elijan su objetivo (ayúdelos a establecer un objetivo INTELIGENTE)
- Discutir el propósito de su objetivo.
- Divida el gran objetivo en pasos más pequeños
- Piense en posibles obstáculos
- Escribe el objetivo



EL GRAN DESAFÍO DE LA BONDAD

¿Qué es El Gran Desafío de la Bondad?

Del 22 al 26 de enero es una semana dedicada a crear una cultura de bondad y compasión en los campus escolares. Anime a su hijo a realizar tantos actos de bondad como sea posible, incluso después de la semana del gran desafío de bondad. ¡Juntos, nos animaremos unos a otros, nos animaremos y le mostraremos al mundo que LA BONDAD IMPORTA!

- **GKC (TK-2)**
- **GKC (3^o-5^o)**



RECURSOS

RECURSOS PARA FAMILIAS:

- 7 actividades divertidas para establecer objetivos para niños - [AQUÍ](#)
- Establecimiento de objetivos para niños - [AQUÍ](#)
- Ayude a su hijo a motivarse - [AQUÍ](#)
- PBS Bondad y empatía - [AQUÍ](#)



CONSEJERO ESCOLAR PALISADES KATREENA GAVRILA, MS, PPS



- ✉ kegavrila@capousd.org
- 🌐 [Sitio web del rincón del consejero](#)
- 📅 Horario: J, V, y/o MI 7:30-3PM
- 📞 (949) 496-5942

