

Brisa de Consejería

Volumen 1, Edición 1

Octubre 2008










Freshmen (9)



Tu primer año en la preparatoria es el año más importante de tu carrera académica. Las decisiones que tomas ahora impactarán tu futuro. Al principio del año, se le dio a su hijo/a una agenda. Esta herramienta provee una manera excelente para que los estudiantes planeen y organicen su tiempo y apunten sus tareas y otras responsabilidades. Los estudiantes tendrán tarea cada noche—aunque sea una asignación corta. Favor de chequear la agenda cada noche para asegurar que su hijo/a esta cumpliendo con sus estudios. Asegúrese también que su hijo/a tenga una hora fija para estudiar. Su hijo/a necesitará por lo menos una hora cada noche para completar sus tareas.

Los estudiantes con buenos hábitos de estudio aumentan su potencial de aprender y reducen el tiempo y frustración involucrados en estudiar. Aquí tienes algunas maneras de mejorar tus hábitos de estudio.

Cómo Mejorar Tus Hábitos de Estudio

-  Llega a clase listo(a) para aprender
-  Prepárate tomando buenas notas
-  Empieza a trabajar en tus trabajos inmediatamente
-  Ten tu agenda/planificador
-  Entrega todos tus trabajos a tiempo
-  Únete o empieza a un grupo de estudios
-  Haz preguntas
-  Haz de estudiar un hábito
-  Ten una buena actitud

Preparatoria Arroyo Valley EQUIPO de Consejería



Grado 9

Black Hawks, Night Hawks, Sharp-tailed Hawks:

Mr. Michael Bennie, Ext. 3010, A-024,
michael.bennie@sbcusd.com

Golden Hawks, Red-tailed Hawks, Sea Hawks:

Ms. Christina Hurtado, Ext. 3177, A-021,
christina.hurtado@sbcusd.com

Grado 10, 11, y 12 (Apellido empezando con...)

A-Chau: Ms. Rhonda Johnson, Ext. 3029, A-217,
rhonda.johnson@sbcusd.com

Chav-Gom: Ms. Josiane Beckles, Ext. 3180, A-216,
josiane.beckles@sbcusd.com

Gon-Lop: Ms. Helene Bishop, Ext. 3031, A-219,
helene.bishop@sbcusd.com

Lor-O: Mr. James Soward, Ext. 3008, A-022,
james.soward@sbcusd.com

Pa-San: Ms. Gwen Pittman (Head Counselor), Ext. 3016, A-029,
guinevere.pittman@sbcusd.com

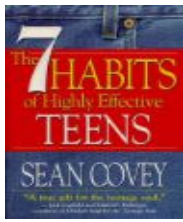
Sap-Z: Mr. Charles Oyas, Ext. 3009, A-023,
charles.oyas@sbcusd.com

Educación Especial (SDC o RSP):

Ms. Karla Chavez, Ext. 3030, A-218,
karla.chavez@sbcusd.com

Cómo ver a tu consejero...

Por favor llama o visita a Ms. Elva Ocampo, al 909-381-4297 ext. 3054 entre 7 am y 3 pm, ó escríbele a elva.ocampo@sbcusd.com.

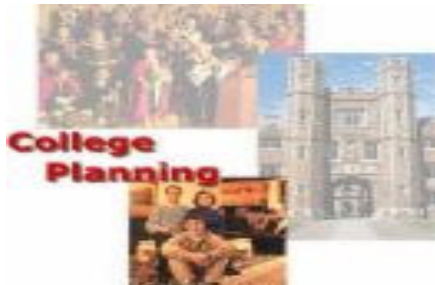


Durante el año escolar los consejeros del grado 9 estarán en los salones presentando Los 7 Hábitos de Adolescentes Altamente Exitosos escrito por Sean Covey. La vida para los adolescentes hoy en día no es fácil. Es una jungla allá fuera, con dediciones difíciles, presión social, ansiedad, inseguridades personales, y ansiedad de lo que otros piensan. Los 7 Hábitos de Adolescentes Altamente Exitosos proveen a los jóvenes con herramientas para enfrentar exitosamente la vida real.

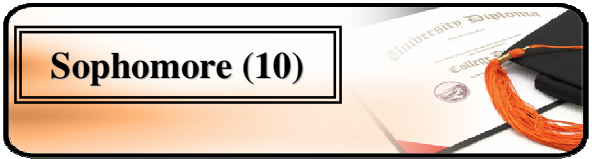
Los 7 Hábitos de Adolescentes Altamente Exitosos les pueden ayudar a:

- ☺ Tener mayor control de sus vidas
- ☺ Mejorar sus relaciones con sus familiares y amigos.
- ☺ Aumentar el concepto de si mismo y su auto-estima
- ☺ Hacer mejores dediciones
- ☺ Sobrepasar adicciones
- ☺ Definir sus valores y lo que les es más importantes
- ☺ Hacer más en menos tiempos
- ☺ Ser feliz
- ☺ Encontrar un balance entre la escuela, trabajo, amigos, y todo lo demás

Para aprender más sobre los 7 Hábitos, visite:
<http://www.7habits4teens.com>.



Nunca es temprano para empezar la planificación universitaria para su hijo/a. Los consejeros ya se reúnen con los del Grado 9 para ayudarlos a hacer los planes de cuatro años para que se preparen para la universidad. Favor de revisar con su estudiante sus planes para la universidad.



Durante el grado 10 todos los estudiantes deben tomar y pasar el Examen de Salida de la Preparatoria de California (CaHSEE) para poder graduarse de una preparatoria publica en California. El examen determina si has desarrollado las habilidades académicas esenciales para la vida después de la preparatoria. El examen mide la lectura, escritura, y matemática. En el grado 10 los estudiantes tomaran el CaHSEE en la primavera (**Marzo 17 y 18, 2009**). Si no pasas el examen, puedes retomarlos los próximos años.



Consejos Para Tomar el Examen CaHSEE

- ✓ Asistir a tutoría después de la escuela
- ✓ No te apresures toma tu tiempo, lee toda la pregunta y busca palabras claves
- ✓ Mantente calmado(a) y relajado(a)
- ✓ Lee las instrucciones cuidadosamente

Guía de estudio del Departamento de Educación de California:

Guía de Estudio de CaHSEE Matemática
<http://www.cde.ca.gov/ta/tg/hs/documents/matstudyguide07.pdf>

Guía de Estudio de CaHSEE
<http://www.cde.ca.gov/ta/tg/hs/documents/elastudyguide07.pdf>

¿Estás interesado(a) en unirte en un Club?

Hay una variedad de clubs y actividades disponibles. Si estás interesado(a) en ciencias, idiomas extranjeros, culturas diversas, arte, cine, actuación, o servicio comunitario hay un club para ti! Aquí esta una lista de algunos clubs. Para una lista completa visita nuestra pagina de Internet <http://arroyovalleyhighschool.net/counseling/clubs-to-join>

Nombre de Club, Consejeros de Club, y Número de salón

- 📌 Academic Team, Mrs. Thayer, F204
- 📌 ALIVE Club, G. Wilkins, D103
- 📌 Art Club, P. Cooley, G202
- 📌 Asian Club, A. Allison, C201
- 📌 AVHS Golf Club, E. Clayton, Athletic Office
- 📌 AVHS Young Democrats, E. Mooney, N210
- 📌 AVID Club, J. Lasch, C205
- 📌 Ballicious Club, T. Shearer, Gym
- 📌 Black Student Union, R. Rogers, H111/F209
- 📌 Choral Club, A. Hubbard, G103
- 📌 Club de Español, M. Figueroa, D102
- 📌 Culinary Arts Club, T. Alfaro, B102
- 📌 Dance Company, D. Bonds, I104
- 📌 Drama Club, N. Gross, J103
- 📌 Fashion Design Club, R. Brandenburg, G201
- 📌 Friends Of The Library Club, R. Ali, Library
- 📌 Hawk Studio Production Club, J. Coates, G102
- 📌 JROTC Club, W. Howard, H102/N201/N205/N209
- 📌 Key Club, M. Conwell, I101
- 📌 MECHA Club, C. Burkhart, N208
- 📌 National Honor Society Club, J & C Anderson, H101/H104



Junior (11)

Te has inscrito para el examen PSAT?

El Examen de la Beca Preliminar de SAT Mérito Nacional es un programa co-patrocinado por el Comité de Colegios y la Corporación de la Beca Nacional de Mérito (NMSC). PSAT/NMSQT significa Examen de la Beca Preliminar de SAT Mérito Nacional. Es un examen estandarizado que provee práctica de primera mano para el examen SAT de Razonamiento. También te permite entrar en el programa NMSC de becas.

¿Qué mide el examen?

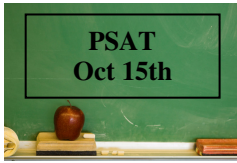
- * Habilidades de lectura crítica
- * Habilidades de resolver problemas matemáticas
- * Habilidades de escritura



¿Por qué tomar el examen

- * Para saber cuales son tus fuerzas y debilidades
- * Para saber cómo fue tu funcionamiento en el examen de admisión
- * Para entrar en la competencia de Becas de la Corporación de Mérito Nacional (Grado 11)
- * Para ayudarte a prepararte para el examen SAT.

For more information please visit: www.collegeboard.com

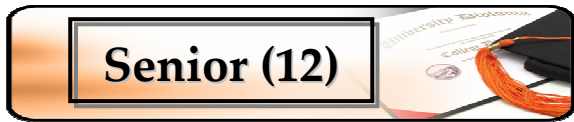


**Inscríbete para el examen
PSAT**
en la oficina de ASB

DIA DE EXAMEN: octubre 15, 2008
COSTO: \$13.00
LUGAR: Durante el primer periodo



Los estudiantes del grado 11 que no han pasado una o ambas partes del examen, pueden tomar el CAHSEE los días **4 y 5 de noviembre**.



**Fechas de Plazo para las Solicitud
de Becas UC/CSU**

Si su estudiante está planeando asistir a la Universidad de California (UC) el plazo para someter una solicitud es **noviembre 1 hasta noviembre 30**. El plazo de prioridad para someter una solicitud para la Universidad Estatal de California (CSU) es **octubre 1 hasta noviembre 30**. Si tiene alguna pregunta, por favor contacte el departamento de conserjería. Los estudiantes pueden someter su solicitud directamente por Internet www.ucop.edu/pathways



**Necesitas Dinero Para la
Universidad?**

La preparatoria Arroyo Vallen llevara acabo un taller de ayuda financiera. Ven a aprender sobre prestamos, becas, consejos, recursos y mucho más!!

Inglés

Cuándo: noviembre 5
Dónde: Biblioteca
Hora: 6-7 PM

Español

Cuándo: noviembre 12
Dónde: Biblioteca
Hora: 6-7 PM

Para más información sobre ayuda financiera por favor visite: <http://www.fafsa.ed.gov>



Los estudiantes del grado 12 que no han pasado una o ambas partes del examen CAHSEE, pueden tomar el examen **octubre 7 y 8** y tendrán oportunidades adicionales si lo necesitan, **diciembre 6 y 13**.

Ya te inscribiste para el examen SAT?

¿Sabías que el SAT es el examen más usado para la admisión de los colegios y universidades? Los estudiantes del décimo grado deben recordar que el examen SAT I o el examen ACT es necesario para asistir a los colegios de 4 años y a las universidades. Para más información y para registrarse por internet por favor visita www.collegeboard.com. Puedes registrarte para el ACT en www.act.org. El sistema de la Universidad de California (UC) y universidades privadas altamente selectivas, también requieren el examen SAT II. El sistema universitario UC requiere dos exámenes de SAT II: Matemáticas y otro de tu elección. Pregunta en la oficina de admisión de la universidad específica para asegurarte que examen tomar



FECHAS DE EXÁMENES SAT I y SAT II 2008-2009

Fecha de Exámenes:	Fecha de Plazo:
October 4, 2008	September 9, 2008
November 1, 2008	September 26, 2008
December 6, 2008	November 5, 2008
January 24, 2009	December 26, 2008
March 14, 2009 (SAT I ONLY)	February 10, 2009
May 2, 2009	March 31, 2009
June 6, 2009	May 5, 2009

FECHAS DE EXAMEN ACT 2008-2009

Fecha de Exámenes:	Fecha de Plazo:
September 13, 2008	August 12, 2008
October 25, 2008	September 19, 2008
December 13, 2008	November 7, 2008
February 7, 2009	January 6, 2009
April 4, 2009	February 27, 2009



!!!!Becas!!!!

Quieres dinero gratis para la universidad? Las siguientes páginas de Internet te ayudarán en la travesía.

-- El recurso más grande y más completo de becas www.fastweb.com

-- Sabias que www.scholarships.com tiene más de 2.7 millones de becas con un valor de más de \$19 billones?

-- El Fondo de Hispano de Becas es una de las organizaciones principales en la nación, apoyando la educación universitaria. Los estudiantes deben tener un promedio de 3.0 o mejor y ser ciudadanos o residentes legales de los Estados Unidos.

<http://www.hsf.net/default.aspx>

-- El Fondo United Negro College es la organización mas grande, antigua, y más exitosa en asistencia para la educación universitaria. <http://www.uncf.org/>

Recorrido de Universidades

Estás pensando en la universidad? No estas seguro(a) a cuál asistir? Entonces visitar un plantel universitario es tu oportunidad de ver una universidad. Si estás interesado(a) en cualquier Universidad Estatal de California (CSU), por favor ingresa a www.csumentor.edu, haz clic en "more" y ve a la sección FAQ y haz clic en "campus tours."

Si estás interesado(a) en visitar cualquier Universidad de California (UC) por favor ingresa a <http://www.universityofcalifornia.edu/aboutuc/tours.html>. Este sitio de Internet te dará toda la información necesaria para asistir un día anterior o hacer una cita para un recorrido.

RECURSOS PARA PADRES



Involucrar a los padres en la educación de sus hijos hace una gran diferencia en niños de todas las edades. Los resultados pueden incluir un mejoramiento en asistencia, mejor comportamiento, y mejores calificaciones. Cada 2 semanas los estudiantes reciben un repaso de calificación de todos sus maestros. Esto le proveerá con las calificaciones actualizadas, trabajos que faltan, e información de contactos..

Grade Check Calendar

- ✓ October 12th
- ✓ November 10th
- ✓ December 15th
- ✓ January 12th
- ✓ February 17th
- ✓ March 9th
- ✓ April 13th
- ✓ April 27th
- ✓ May 11th
- ✓ May 26th

Es importante que su hijo/a asista la escuela regularmente. El no asistir regularmente es una de las razones majors que los estudiantes recidben calificaciones bajas. Al nivel de la preparatoria, es muy facil atrasarse y no poder ponerse al corriente en las clases debido a la cantidad de informacion que se presenta cada dia-especialmenete en las clases instruccion directamente del masestro. Para ayudar a su hijo/a, favor de fijar citas medicales despues de la escuela cuando sea posible y no jejarles perder dias enteros. Se puede llamar a la oficina de asistencia para pedir un reporte de asistencia.

Oficina de asistencia

909-381-4295
Ext. 3019

Clases para Aprendices de Inglés (EL)

Las clases EL son para padres y estudiantes que se interesan en aprender inglés y cómo usar la computadora.

Cuándo: jueves por la tarde entre 5:30 y 7:30 pm

Dónde: Salón H110

Quién: Mr. Bean

CUIDADO DE NIÑOS DISPONIBLE

CENTRO COMUNITARIO DE TAREA

Necesita su hijo(a) apoyo adicional con su tarea? El Centro Comunitario de Tarea ayuda a los estudiantes con su tarea en las materias principales tales como inglés, ciencias, matemáticas, estudios sociales, etc. Los estudiantes recibirán tutoría para reforzar sus habilidades y se les proveerá apoyo tecnológico a través del uso de computadoras para investigación por Internet. Por favor contacte al Centro Comunitario para información sobre otros servicios que ellos ofrecen.

Center	Address	ZIP	Phone	Contact
Central City Lutheran	1354 North "G" St.	92405	381-6921	Ken Wood
St. John's Episcopal Church	1407 N. Arrowhead	92405	889-1195	Kristy Chambers
First Congregational Church	3041 North Sierra Way	92405	886-4911	Love Batchelor
Asian-American Resource Center	1115 South "E" St.	92408	383-0164	Ramsey Sam
Branch Library	525 N. Mt. Vernon Ave.	92410	381-8205	Paula Miller
Top Flight/Johnson Hall	906 Wilson St.	92411	885-7367	Marcus Montgomery