



El Kahok Actual

Volume 13 Emisión 4

Cuarto Trimestre

Saludos del Sr. Snider

Preparatoria de Collinsville Hogar de los Kahoks



Contenido:

Enfoque del Departamento de Asesoría	2
Información de la Escuela de Verano	4
Mes de Conciencia de la Salud Mental	8
Tutoría SAT	10
Horario de Tutoría	14



Yo espero que esta correspondencia encuentre a usted y a los miembros de su familia con bien. Hemos incrementado nuestro horario de aprendizaje en persona a cuatro días a la semana con el esfuerzo de servir mejor a nuestros estudiantes académica y socialmente. También vamos a continuar educando a los aprendices remotos a lo mejor de nuestra capacidad. La asistencia diaria es imperativa para el éxito académico ya sea que su hijo(a) sea designado como híbrido o remote.

La salud y seguridad son también muy importante para nosotros. Vamos a mantener nuestros protocolos de seguridad (ejemplo: tapabocas) y el distanciamiento social cuando sea posible. Por favor asegúrese de que su hijo(a) "pase" la lista de Chequeo Diario para los estudiantes. NO permita que su hijo(a) asista a la escuela si no reúne los criterios de salud establecidos. Gracias por adelantado por su cooperación y cortesía mientras nos esforzamos evitar poner a los estudiantes en cuarentena.

A mi me gustaría reconocer a nuestro personal de CHS por permitir a los estudiantes oportunidades educacionales únicas y de

rango superior este año escolar. Con certeza cada estudiante tiene una oportunidad de crecer académicamente en CHS! A pesar de nuestros desafíos, nosotros estamos disfrutando de otro académicamente fuerte año escolar en la Preparatoria de Collinsville. Por ejemplo, los equipos de nuestra Olimpiada de Ciencia y Vex Robotica recientemente calificaron para la competencia del estado. Es increíble ver a nuestros estudiantes compitiendo a tan alto nivel. Yo los animo a que revisen las buenas noticias en kahoks.org nuestros sitios en la red del distrito y escuelas. Para actualizaciones de noticias en curso acerca de CHS y el resto de CUSD#10, siga Collinsville Community Unit School District #10 en Facebook y/o Twitter. Yo creo que usted va a estar impresionado por acontecimientos positivos dentro de las escuelas de la comunidad!

La Preparatoria de Collinsville ofrece un número de oportunidades de apoyo académicas para estudiantes que tienen dificultades o que buscan enriquecimiento académico. El Centro de Escritura de CHS, Laboratorio de Matemáticas de CHS y Labora-

torio de Idiomas de CHS están disponibles durante todos los períodos de study hall. También ofrecemos sesiones de tutoría después de clases los Miércoles y Jueves después de clases de 1:00-2:25pm en la biblioteca. Se proporciona transportación al final de cada sesión de tutoría. Como siempre los estudiantes pueden hacer arreglos en la hora de recibir apoyo directo por parte de la maestra del salón de clases en las áreas como preparación para un examen, ayuda con tareas, o remedios de una habilidad.

Por ultimo, la Preparatoria de Collinsville es mucho más que una institución académica. Yo estoy orgulloso de nuestro espíritu como comunidad y esfuerzos filantrópicos conducidos por varias organizaciones de estudiantes. Yo estoy muy agradecido por los excepcionales estudiantes y formidable personal. Somos Kahoks Fuerte! Yo espero que todos tengan un sejuro y que disfruten de las Vacaciones de Primavera (Abril 1-5). VAMOS KAHOKS!

Atentamente,

David G. Snider
Director



PRUEBAS DEL ESTADO VIENEN EN ABRIL!

El Estado de Illinois esta requiriendo que todos los estudiantes de 11avo grado participen en las pruebas estandarizadas en Abril 13-14-,2021. Juniors van a tomar el SAT el Martes y el Examen ISA de Ciencia que se requiere el Miércoles 14 de Abril. Los estudiantes de 9veno y 10mo, y los de 12avo grado van a tener días remoto el 13 y 14 y no van a venir a la escuela. La intrucción regular para el 9veno y 12avo se reanuda el Jueves 15 de Abril. Para los de 11avo grado cada salon de pruebas va a tener aproximadamente 8 estudiantes en cada salon. Vamos a agrupar a los estudiantes hibridos y a los estudiantes remoto juntos. Los estudiantes van a estar socialmente distanciados y se requiere que utilicen su tapabocas durante la prueba.

CHS esta proporcionando multiples incentivos para los de 11avo grado para que hagan su mejor esfuerzo en las pruebas. Estos incentivos van a ser anunciados a más tardar en Marzo en una asamblea virtual. Porfavor ayudenos a impresionar sobre nuestros estudiantes que estas pruebas son importantes no solamente para el future sino también para CHS y la comunidad! Juntos podemos decir con orgullo que somos Kahok Strong!

La Preparatoria de Collinsville esta ofreciendo una variedad de opciones para la preparación para pruebas :

Práctica Oficial SAT

Khan Academy recientemente se asoció con la Mesa Directiva de las Universidades para crear un sitio en la red de una Practica Oficial del SAT:

www.satpractice.org. Los estudiantes pueden utilizar este sitio en la red para aumentar sus puntuaciones en la prueba. El departamento de asesoría de CHS va a monitorear quién utiliza la practica Oficial para el SAT de Khan Acedemy y los estudiantes que más la utilicen van a poder ganar incentivos basados en cuantas horas hayan terminado.

Tutoría para el SAT

CHS también est ofreciendo clases gratuitas de preparación para la prueba los Martes y Jueves empezando al final de Enero. Este pendiente de los anuncios las siguientes semanas. Cada semana los maestros van a ofrecer lecciones predeterminadas para cubrir contenido estrategico. Un horario de lecciones semanales a estar disponible en las siguientes semanas. Todas las lecciones son grabadas y posteadas en el Google Classroom. Se va a tomar asistencia de los estudiantes que van a entrar en las rifas de Premios en Efectivo basado en cuantas sesiones ellos hayan asistido.

Enfoque del Departamento de Asesoría

Tips Positivos de Crianza para Adolescentes

Durante los años de la adolescencia, es tiempo de cambios en como es que un adolescente piensa, siente e interactúa con los demás, y como sus cuerpos crecen. Durante este tiempo su adolescente está desarrollando su personalidad única y opiniones. Las relaciones con los amigos aún son importantes, a pesar de que ellos tienen otros intereses que desarrollan un sentido más claro de quienes son. Este es un tiempo importante para prepararse para tener más independencia y responsabilidad.

Aquí hay algunos tips que usted como padre, puede hacer para ayudar a su adolescente durante este tiempo:

Mostrar interés en la escuela de su hijo(a) e intereses extracurriculares y actividades que los animen a involucrarse en actividades tal como deportes, clubs, música, teatro, y arte.

Anime a su adolescente a que voluntarie y que se involucre en actividades cívicas en la comunidad,

Felicite a su adolescente y celebre sus esfuerzos y logros.

Muestre afecto a su adolescente. Pasen tiempo juntos haciendo cosas que disfruten.

Respete la opinión de su adolescente. Escuche a su adolescente sin darle importancia a sus preocupaciones.

Anime a su adolescente a desarrollar soluciones a problemas o conflictos. Ayude a su adolescente a aprender a hacer buenas decisiones. Cree oportunidades para que ellos utilicen su propio juicio, y este disponible para aconsejar y apoyar.

Si su adolescente se compromete en los medios interactivos del internet tal como juegos, grupos de chat, y mensajes instantáneos, animelo a hacer buenas decisiones acerca de lo que publica y la cantidad de tiempo que pasa en estas actividades.

Si su adolescente trabaja, utilice la oportunidad para hablar acerca de las expecta-

tivas, responsabilidades, y otras maneras de comportarse con respeto en los escenarios públicos.

Hable con su adolescente y ayúdelo a planear con anterioridad para situaciones difíciles o incómodas..

Hable con su adolescente acerca de sus preocupaciones y preste atención a cualquier cambio en su comportamiento. Pregúntele a su adolescente si él/ella ha tenido pensamientos de suicidio, particularmente si ellos parecen deprimidos. Preguntar acerca de pensamientos de suicidio no va a causar que los adolescentes tengan estos pensamientos, pero les va a hacer saber que a usted le interesa como es que se siente. Busque ayuda profesional si es necesario.

Hable acerca de lo que ellos pueden hacer si ellos están en un grupo y alguien está utilizando drogas o bajo presión para tener sexo, o que alguien le ofrezca un paseo y esta persona ha estado bebiendo

Respete la necesidad de privacidad de su adolescente.

Anime a su adolescente a dormir suficiente y ejercitar, y comer saludables, comidas balanceadas.

Hable con su adolescente acerca de los peligros de las drogas, tomar alcohol, fumar y actividades sexuales de riesgo. Pregúntele a su adolescente que es lo que saben y lo que oíensan acerca de estos problemas, y comparta sus sentimientos con ellos. Escuche lo que su adolescente tiene que decir y conteste sus preguntas honesta y directamente.

Mantenga las televisions fuera de la recámara de su adolescente.

Know where your teen is and whether a responsible adult is present. Make plans with your teen for when they will call you, where you

can find them, and what time you expect them home.

Muchos de los adolescentes quieren tener buenas relaciones con sus padres y escucharlos puede ayudar a construir cimientos de confianza, respeto y cuidado. Usted puede escuchar cosas que le sorprendan o usted puede descubrir algo de lo que su adolescente no se ha sentido cómodo de platicar. En estas instancias usted debe de saber que no está solo. Existen muchas agencias en la comunidad que están disponibles para ayudar a apoyar a las familias: no dude en hablar con el doctor de su hijo, su compañía de seguros o utilizar agencias locales como páginas de recursos de asesoría <https://sites.google.com/cusd.kahoks.org/cusd-virtual-calming-room/area-counselorsagencies>, United Way para tener acceso a recursos para ayudar a su adolescente y familia en <https://www.stl.unitedway.org/people-we-help/united-way-2-1-1/> o llamando al 211. Mesa Directiva de Salud Mental del Condado de Madison esta disponible para proporcionar información y referencias en http://www.co.madison.il.us/departments/mental_health/index.php o llamando al 618-877-0316. Mesa Directiva de Salud Mental del Condado de St. Clair también ofrece recursos en <http://stc708.org/resources/>. La Línea Nacional para Prevención de Suicidio esta disponible las 24 horas del día para proporcionar apoyo confidencial y recursos al 800-273-8255. Con paciencia y comprensión, usted puede hacer de esta etapa de confusión en la vida de su hijo más fácil. Usted puede ayudar a construir capacidad para adaptarse a su adolescente proporcionando una dirección de una manera segura, con apoyo y positiva.



GUIA DE PLANEACION PARA EL VERANO:

Las clases ya casi terminan y las vacaciones de Verano se aproximan rápido. Para hacer lo mejor de nuestras vacaciones de veranohagan a; go productivo como trabajar, voluntariar, o planear para la universidad. También, utilice esta guía para empezar a planear su experiencia en el Verano.

Planear para la Universidad: El Verano es una buena etapa para investigar escuelas y reducir tus opciones, especialmente si vas a entrar en tu ultimo año en la preparatoria. Investiga varios sitios en la red de universidades con información general acerca de las escuelas, requisitos de admission y costo de colegiatura. Tu puedes utilizar tu cuenta de Naviance para investigar carreras y universidades y empezar a hacer una lista de lo que más te interesa. Unicamente ve al sitio en la red: <https://student.naviance.com/collinsvillehs>(siempre y cuando tu estes en el gmail de CUSD tu haces click en la única señal y vas a entrar en tu cuenta personalizada de Naviance). Otro sitio en la red es <https://bigfuture.collegeboard.org/> . La Hoja de Trabajo para Comparar Universidades puede ayudarte a mantenerte organizado y darte ideas acerca de que debes de considerar cuando pienses en la Universidad. (Localiza una copia de esta hoja de trabajo en: <http://www.lsmsa.edu/files/College%20Comparison%20Worksheet.pdf>) O simplemente haz una lista de tus elecciones por nombre, o clasificalas de cualquier otra manera en la que tú desees. Mantén un portafolio o notas de cada escuela esto te va a ayudar a mantenerte organizado y en buena forma una vez que sea tiempo de aplicar.

Visita las instalaciones de las universidades : Si es posible, visita tus mejores elecciones en las escuelas para aprender más acerca de sus carreras, estudiantes vida dentro de las instalaciones, opciones de ayuda financiera y obtener más experiencias íntimas. Si tus mejores elecciones de universidades están demasiado lejos o no tienen visitas en persona o no puedes visitarlas debido a restricciones financieras usted las puede visitar en línea en una variedad de tours en plataformas virtuales. Algunas de las mejores son

- <https://www.campusreel.org/> - CampusReel es el único sitio en la red con repaso de videos de Instalaciones de Universidades y Dormitorios y videos de recorridos de estudiantes reales.
- <https://www.chihbcualliance.com/tour-> The Chicago HBCU Alianza de Exalumnos esta ofreciendo ferias virtuales para aproximadamente 50 HBCUs.
- [https://www.youniversitytv.com/-](https://www.youniversitytv.com/) YoUniversity– los estudiantes pueden hacer click en las pestañas como “safest campuses,” “Most diverse,” “best campus,” etc.
- <https://www.campustours.com/> - Vean miles de tours virtuales de universidades y mapas interactivos
- <https://www.youvisit.com/collegesearch/> - 360 grados y tours virtuales y en realidad

Visita escuelas en tu estado (aunque no estes interesado en quedarte en el estado) para que tu puedas darte una idea en la experiencia en general de la universidad.

- Toma clases: Consigue una ventaja en la Universidad, llena algunos de los requisitos, y mejora en alguna materia en la que necesites ayuda o adquiere una nueva habilidad. Universidades Comunitarias o Universidades cercanas pueden tener oportunidades de aprendizaje durante el Verano disponibles por un costo relativamente bajo. Habla con tu consejo o contacta tus universidades locales acerca de materias durante el Verano, clases e instalaciones.

Busca un trabajo: Si es posible, encuentra un trabajo que disfrutes y que te ayude a plazo largo con las aspiraciones de tu Carrera. Por ejemplo, si tu meta en la Carrera es la enseñanza, busca trabajos que te van a permitir trabajar con estudiantes en alguna capacidad como tutor de estudiantes o posición de consejero en un campamento. Visita compañías locales para preguntar acerca de oportunidades de trabajo o en los sitios de la red como www.snagajob.com o www.careerbuilder.com

Observación de Trabajos: El Verano es una excelente oportunidad para explorar carreras que estes considerando. Una manera de hacer esto es a través de la observación. Llama a una compañía local, oficina de Doctores, hospitals, u otras organizaciones que tengan trabajos de tu interes para hacer una cita y hablar acerca de la Carrera y lo que involucre. Algunas organizaciones hasta pueden permitirte “trabajar” u observar a un empleado por un día. Ve a tu consejero si tienes alguna pregunta acerca de la observación de trabajos.

Voluntariado: Voluntariar es una excelente manera de ayudar a tu comunidad, mejorar habilidades, mejorar tu curriculum y fortalecer tus aplicaciones para la univervdad o aplicaciones para becas. Tu puedes encontrar oportunidades en despensas, hogares para personas sin hogar, hospitals o en cualquier otro lado en tu comunidad. Por ejemplo organizaciones como United Way podrían ayudarte a encontrar oportunidades para voluntariar <http://www.volunteermatch.org/search/index.jsp>

Preparatoria de Collinsville

2021 Programa de Escuela de Verano – Paquete de Información

Información de Incripción

La Preparatoria de Collinsville acepta paquetes de inscripción en base a como se reciban y esta terminada unicamente cuando todas las formas de inscripción y los pagos se hayan recibido. Unicamente los estudiantes con las inscripciones terminadas van a ser añadidas a la lista de clase .

Las inscripciones estan abiertas ahora y se cierran el Viernes, 14 de Mayo, 2021. En caso de una cancelación las cuotas de inscripción van a ser devueltas. Los estudiantes que se inscriben a una clase que sea cancelada, las cuotas de inscripción van a ser devueltas. Aquellos estudiantes que se inscriben para una clase que sea cancelada pueden elegir entre que se les reembolse o inscribirse en otra clase después de la fecha limite para las inscripciones, si es que el espacio aún esta disponible. No va a haber ningún costo para las clases que se tomen para recobrar un crédito. Clases que se tomen por otras razones que no sean para recobrar un crédito van a costar \$100.00 por la sesion de .5 de crédito. Los estudiantes pueden tomar un máximo de dos cursos de .5 de crédito (\$200.00 dólares en total).

Existe una cuota de inscripción de \$50.00 para estudiantes fuera del distrito. Las cuotas de inscripción aplica sin importar el número de créditos para los cuales un estudiante fuera del distrito se inscriba. La cuota de inscripción es además de la cuota apropiada de instrucción.

En-persona/instrucción remoto

La escuela de Verano esta programada para ser en persona. Sin embargo, la administración de CHS se reserve el derecho de cambiar a híbrido/remoto en cualquier momento basado en la seguridad de nuestros estudiantes y personal. Los estudiantes no van a tener la opción de escoger ser remoto. La inscripción complete en línea y pagos completos deben de ser entregados para el final del Viernes, Mayo 14, 2021. Porfavor dirija cualquier pregunta al Departamento de Asesoría de CHS. El horario de las oficinas es de 7:15 a.m. a 3:45 p.m. o llame al (618) 346-6320 ext. 1129.

**NO EXISTEN REEMBOLSOS DE LAS CUOTAS DE LA ESCUELA DE VERANO!
(EXCEPTO COMO SEA ANOTADO EN LA PARTE DE ARRIBA)**

Política de Asistencia de La Escuela de Verano

Asistencia es esencial durante el Programa de la escuela de Verano ya que estos son programas concentrados de 60+ horas de clase por sesion.

*Se les permite a los estudiantes que estén ausentes dos veces durante una session en la Escuela de Verano. Un estudiante va a ser dado de baja de las clases a la tercera ausencia de una session, sin reembolso.

*No se permiten ausencias parciales

*Los estudiantes no van a tener excusa de la escuela de Verano por vacaciones/camps/trabajo, etc.

*No se van a permitir salidas temprano. Si un estudiante necesita salir temprano por cualquier razon, él/ella va a ser considerado ausente para esa sesion.

* A ningún estudiante se le va a permitir ir a su auto o al estacionamiento durante las sesiones. Si un estudiante lo hace, va a ser considerado ausente para esta sesion

- *Intentos se pueden hacer para contactar a los padres/guardianes acerca de la segunda ausencia. Esto se puede hacer como una cortesía para recordar a las familias de la posible dada de baja en el evento de una tercera ausencia. Se les pide a los padres de una atenta manera monitorear los retrasos, asistencia, y calificaciones en el Portal para los Padres en Skyward.
- *Retrasos se definen como reportarse hasta 5 minutos tarde al principio de la clase o regresar tarde de un Descanso.
- *Reportarse a la clase o regresar a la clase de un Descanso con un exceso de (hasta) 5 minutos tarde es considerado una ausencia.
- *Dos retrasos en la clase es considerado una ausencia
- *No se van a permitir salidas tempranas. Si es estudiante necesita irse temprano por cualquier razón, ella/él va a recibir una ausencia.

Reglas & Reglamentos

Cambios en el Horario:

El último día para darse de baja de una clase y no recibir una calificación F es el 25 de Mayo, 2021. No se van a permitir cambios en el horario.

Disciplina:

- *Cualquier referencia disciplinaria puede resultar en la baja del Programa de la Escuela de Verano
- *Todas las reglas que aplican para el año escolar 2020-2021, reflejadas en el manual del estudiante, están en efecto para la escuela de Verano.
- *Cualquier estudiante que sea encontrado fumando, utilizando, o en posesión de tabaco/substancias/ que parezcan van a ser dados de baja.
- *Los estudiantes no pueden utilizar los casilleros durante la escuela de verano.
- *Algunas de las secciones del edificio van a estar cerradas para los estudiantes durante el verano. Estas secciones del edificio no se van a utilizar para la escuela de Verano y están siendo aseadas y preparadas para la apertura de la escuela en el otoño. Los estudiantes que estén en estas secciones sin la autorización apropiada van a ser dados de baja del programa. Esto incluye el estacionamiento.



Transportación & Lunch

*Los estudiantes son responsables de proporcionar su propia transportación a y de la escuela de Verano.

*Cualquier estudiante en posesión de una licencia de manejo valida puede manejar a la escuela para la escuela de Verano. No hay ningún costo. Porfavor este consciente que todas las políticas acerca del registro a vehículos en la propiedad de la escuela van a aplicar a cualquier estudiante que maneje a la escuela .

*Lunch no se va a ofrecer durante la escuela de Verano. Una máquina de refrescos va a estar disponible para los estudiantes. Los estudiantes planeando asistir el día complete deben de traer su lunch a la escuela. Se les permite a los estudiantes salir durante su Descanso para el lunch, pero las políticas para los estudiantes aplican para los estudiantes que lleguen tarde del lunch.

Horario

Los horarios de los estudiantes y la asignación de salones va a estar disponible en Skyward. Además las tareas, salón de las maestras va a estar posteado en la Puerta número 33 del edificio principal el primer día de la escuela de Verano.

Cursos que se Ofrecen, Fechas, & Horario

Los días de asistencia son:

Mayo 24, 25, 26, 27, 28

Junio 1, 2, 3, 7, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 21, 22

Sesion 1 - 7:30-11:00 a.m.

Sesion 2 - 11:30 a.m. – 3:00 pm

Los exámenes finales se van a tomar el 22 de Junio. No se pueden tomar los exámenes finales antes o después; no hay excepciones

Sesion 1 Final = 7:30 a.m. – 9:00 a.m.

Sesion 2 Final = 9:30 a.m. – 11:00 a.m.

<u>7:30 a.m. – 11:00 a.m.</u>	<u>11:30 a.m. – 3:00 p.m.</u>
Algebra 1A Paced (021011)	Algebra 1B Paced (021012)
Algebra 1 Semestre 1 (021021)	Algebra 1 Semestre 2 (021022)
Conceptos Algebraicos Semester 1 (023031)	Conceptos Algebraicos Semester 2 (023032)
Geometría con Modelos Matemáticos Semestre 1 (023011)	Geometría con Modelos Matemáticos Semestre 2 (023011)
Aplicaciones de Computación (101012)	Educación al Consumidor (101101)
Inglés 1 Semestre 1 (011011)	Inglés 1 Semestre 2 (011012)
Inglés2 Semestre 1 (012011)	Inglés2 Semestre 2 (012012)
Inglés 3 Semestre 1 (013011)	Inglés 3 Semestre 2 (013012)
Composición de Ultimo Año (014021)	Literatura de Ultimo Año (013092)
Historia de E.U Semestre 1 (04301G)	Historia de E.U Semestre 2 (04301G)
Geografía Mundial Semestre 1 (042021)	Geografía Mundial Semestre 2 (042022)
Salud (082012)	Giobierno (041011)
PE (081011)	PE (081012)

**** Los cursos de Matemáticas, Inglés, e Historia de Estados Unidos pueden tomarse unicamente como cursos para recobrar créditos como resultado de reprobarlos durante el año escolar regular. Matemáticas, Inglés, e Historia de Estados Unidos no se pueden tomar con propósito de avanzar .**

****Los estudiantes también tienen la oportunidad de tomar Educación de Manejo. Esta clase cuesta \$250. Si usted esta interesado contacte a la Sra. Gresh al 618-346-6320 ext. 1117 o cgresh@cusd.kahoks.org**

Como Inscribirse para la Escuela de Verano

*Vaya a <http://www.kahoks.org/schools/collinsville-high-school/>

*Haga click en Summer School Rotating Graphic O Click en Summer School bajo la banderola de Information en la parte derecha de la pantalla.

*Usted va a ser dirigido a la Página de Summer School Information (Información para la Escuela de Verano) Summer School Information Packet y Online Registration. Para instrucciones para seleccionar y pagar los cursos de la Escuela de Verano, usted puede tener acceso a la Guía de Inscripción para la Escuela de Verano de CHS en la parte de abajo de la página.



ATENCION GENERACION 2022:

Todos los estudiantes entrando al 12avo grado van a requeriri mostrar prueba de haber recibido por lo menos una dosis de la vacuna Meningococcal (MCV) en o después de su cumpleaños número diez y seis. Porfavor cheque con la oficina de su doctor acerca de entregar esta documentación y haber tenido esta vacuna en la Oficina de Salud lo antes posible. .

Mayo es el Mes de Conciencia de Salud Mental

Nosotros le recomendamos estar concientes de las señales de peligro y síntomas de las enfermedades mentales.

Señales Tempranas de Peligro y Síntomas:

Estar pendientes de señales de peligro y de los síntomas de la enfermedad mental puede salvar una vida. Tener una combinación de síntomas (no solamente un síntoma) indica que alguien puede estar mostrando de una condición de salud mental. Este pendiente de estos síntomas cuando ellos duren más de unas cuantas semanas y empiecen a afectar la escuela, el trabajo, o las actividades diarias :

*Problemas Con Concentración, Memoria, O Capacidad de Hablar Claramente

*Cambios en la Alimentación como Pérdida de Apetito o Comer de Más

*No Ser Capaz de Terminar el Trabajo de la Escuela O Tareas del Trabajo

*Sentirse Demasiado Preocupado

*Sentirse Triste, Vacío, Sin Esperanza, O que No Vale Nada

*Sensibilidad al Sonido, Vista, Olfato, O Tacto

*Irritabilidad e Inquieto

*Pérdida de Interés En las Actividades Que Normalmente Disfruta, Retractarse de los demás, o Desconectarse.

*Sentir Como Que Tu Cerebro esta Jugando Trucos en Tí. Escuchar Golpes en la Puerta, Sonidos de rasquidos, Voces O Que Alguien te llama. Ver Cosas que las Demás Personas No Ven, Como Sombras, Cambios en la Luz, Figuras.

*Cambios en el Nivel de Energía y Patrones de Dormir. Con Frecuencia Alguien Dormiría Durante el Día y Estar Despierto en la Noche.

Señales y Síntomas Que Requieren Atención Inmediata

- *Pensamientos o planes de matar o lastimar a uno mismo u otra persona
- *Escuchar voces o ver cosas que nadie más puede escuchar o ver
- *Cambios inexplicables en el pensamiento, habla o escritura
- *Estar extremadamente sospecho o con temor
- *Sería baja en el desempeño en la escuela
- *Cambios rápidos en la personalidad que sean extraños o fuera de su personalidad

Si alguien que usted conoce esta en crisis, llame al 1-800-273-TALK (8255), vaya a su Sala de Emergencia Local o llame al 911.

Adaptado de :<https://www.mhanational.org/b4stage4-get-informed>

May is

Mental Health Awareness Month

1 in 4 people will suffer from some form of mental illness in any given year

Break the Silence
Break the Stigma

Not all pain is physical and not all wounds are visible

Out of the Ashes / FB

The poster features a green ribbon graphic in the center. To the left is a word cloud with terms like 'stigma', 'depression', 'anxiety', 'distress', 'discrimination', 'avoided', 'embarrassed', 'blame', 'myths', 'opinion', 'reaction', 'shame', 'difficult to discuss', 'patronising', 'vulnerable', 'weakness', 'obstacles', 'judgemental', 'disappointment', 'worry', 'difficult to talk about', 'stigma', 'blame', 'myths', 'opinion', 'reaction', 'shame', 'difficult to discuss', 'patronising', 'vulnerable', 'weakness', 'obstacles', 'judgemental', 'disappointment', 'worry', 'difficult to talk about'. The text '1 in 4 people will suffer from some form of mental illness in any given year' is positioned below the ribbon. A speech bubble contains the slogan 'Break the Silence Break the Stigma'. At the bottom, the quote 'Not all pain is physical and not all wounds are visible' is displayed, with 'Out of the Ashes / FB' in the bottom right corner.



**DO YOU WANT TO
WIN PRIZES AND
IMPROVE YOUR
SAT SCORE?**

SAT Tutoring starts March 2nd
IN PERSON FROM 1-2PM!!!

Tuesdays/Thursdays

Math: Room 316

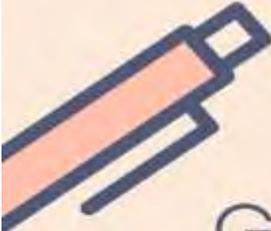
English: Room 311

Wednesdays/Fridays

Math: Room 317

English: Room 300





TRANSPORTATION AVAILABLE!



Grab your lunch and head to
SAT tutoring from 1-2pm.

INCENTIVES!

Daily Attendance Prizes!!!

Score a **1200 or above**

OR Meet or Exceed expected growth in both Lang Arts AND Math:

- *No Finals Exams First and Second Semester
- *Refund of Parking for the entire school year
- *\$35 Prom Voucher
- *ME Day/Extra College Day
- *School wide gift card drawing entry

Score at **950 to 1199** or show improvement

or meet expected growth on both Lang Arts and Math from PSAT:

- *No Final Exams Second Semester
- *School wide gift card drawing entry
- *Second Semester parking refunded



School Health Requirements 2021-22

Early Childhood/Pre-Kindergarten:

- Physical Exam on Illinois State Form by October 15, 2021
- Documented up-to-date Immunizations

Kindergarten:

- Kindergarten Physical Exam on Illinois State Form by October 15, 2021
- Documented up-to-date Immunizations
- Eye Exam on Illinois State Form by Oct 15, 2021
- Kindergarten Dental Exam on Illinois State Form by May 15, 2022

First Grade:

- Same as Kindergarten, Kindergarten Dental Exam completed

Second Grade:

- Same as Kindergarten
- Second grade Dental Exam on Illinois State Form by May 15, 2021

Third/Fourth/Fifth Grade:

- Same as Kindergarten, Second grade Dental Exam completed

Sixth Grade:

- Sixth grade Physical Exam on Illinois State Form by October 15, 2021
- Documented up-to-date Immunizations
- Proof of at least one Tdap Booster
- One dose Meningococcal Conjugate Vaccine (MCV4)
- Sixth grade Dental Exam on Illinois State Form by May 15, 2022

Seventh/Eighth Grades:

- Same as Sixth grade, Sixth grade Dental Exam completed

Ninth Grade:

- Physical Exam on Illinois State Form by October 15, 2021
- Documented up-to-date Immunizations
- Ninth grade Dental Exam on Illinois State Form by May 15, 2022

Tenth/Eleventh Grades:

- Same as Ninth grade, Ninth grade Dental Exam recommended

Twelfth Grade:

- Proof of at least one meningococcal on or after 16th birthday, Ninth grade Dental Exam recommended

Transfer Students:

District within Illinois: meet requirements of grade level within 30 days of start date

From another State: meet requirements of grade level within 30 days of start date, Eye Exam performed within one year if new to Illinois schools.

A completed **PHYSICAL EXAM includes all required fields (immunizations, examination results, system review, diabetic screening, lead risk assessment, physical education examination). It must be on the Illinois Certificate of Child Health Examination form signed by a Physician/PA/NP including the office stamp/contact information. The **health history located on the back of the physical form** must be completed and signed by the parent/guardian. Must be **completed by October 15 of the required grade or may be subject to EXCLUSION from school.**

****DENTAL EXAM** - IDPH Proof of School Dental Examination form including the dentist signature and office/clinic information and completed within 18 months of May 15 of the required grade level.

** **EYE EXAM** - Illinois Eye Examination Report form including doctor signature and completed within one year of the required grade level or upon entry to an Illinois school.

****MEDICAL EXEMPTIONS** – written documentation from the physician (ask School Nurse for form).

****RELIGIOUS EXEMPTIONS** – written religious explanation from the parent/guardian, signed by a physician (ask for form).

****SPORTS PHYSICAL** - If your child will be participating in grades 7-12 sports, a sports physical is required annually (the ninth grade physical exam may be used during freshman year only) on the IHSA/IESA Physical form. Sports physicals are valid for 395 days and must be completed prior to tryouts/practice/play.

Please communicate with your building SCHOOL NURSE if you are in need of assistance finding resources, etc. We are more than willing to assist you in any way we can to prevent your child's exclusion from school.



Requisitos de Salud Para la Escuela 2021-22

Edad Temprana/Pre-Kindergarten:

Examen Físico en la Forma del Estado de Illinois para el 15 de Octubre, 2021
Vacunas actualizadas Documentadas

Kindergarten:

Kindergarten Examen Físico en la Forma del Estado de Illinois para el 15 de Octubre, 2021
Vacunas actualizadas Documentadas
Examen de la Vista en la Forma del Estado de Illinois antes del 15 de Octubre, 2021
Kindergarten Examen Dental en la Forma del Estado de Illinois antes del 15 de Mayo, 2022

Primer Grado:

Lo mismo que Kindergarten, Examen Dental de Kindergarten terminado

Segundo Grado:

Lo mismo que Kindergarten
Segundo Grado Examen Dental en la Forma del Estado de Illinois antes del 15 de Mayo, 2022

Tercero/Cuarto/Quinto Grado:

Lo mismo que Kindergarten, Examen Dental del Segundo Grado terminado

Sexto Grado:

Examen Físico de Sexto Grado en la Forma del Estado de Illinois para Octubre 15, 2021
Vacunas actualizadas documentadas
Comprobante de por lo menos un Refuerzo de Tdap
Una dosis de la Vacuna Meningococcal Conjugate (MCV4)
Examen Dental de Sexto Grado en la Forma del Estado de Illinois para Mayo 15, 2022

Séptimo/Octavo Grados:

Igual como en el Sexto grado, Examen Dental de Sexto Grado terminado

Noveno Grado:

Examen Físico en la Forma del Estado de Illinois antes del 15 de Octubre, 2021
Vacunas actualizadas documentadas
Examen Dental del Noveno Grado en la Forma del Estado de Illinois antes del 15 de Mayo, 2022

Décimo/Onceavo Grados:

Igual que el Noveno, se recomienda Examen Dental del Noveno Grado

Doceavo Grado:

Comprobante de por lo menos una meningococcal en o después de su cumpleaños 16, se recomienda Examen Dental del Noveno Grado.

Estudiantes que se Transfieren:

Distrito dentro de Illinois: reunir los requisitos del nivel de grado dentro de los 30 días de la fecha que empieza

De Otro Estado: reunir los requisitos del nivel de grado dentro de los 30 días de la fecha de empiezo. Examen de los ojos realizado dentro de un año si es Nuevo a las escuelas de Illinois.

****Un EXAMEN FISICO** completo incluye todos los campos (vacunas, resultados de los exámenes, sistema de análisis, evaluación diabética, evaluación de riego de plomo, evaluación de educación física) . Debe de estar en la forma Certificada de Revisión Médica para Salud de los Niños firmada por un Médico/PA/NP incluyendo el sello de la oficina/ información de contacto. El **historial de salud esta localizado en la parte de atrás de la forma física** y debe de estar llenada y firmada por unos de los padres/guardianes. Debe de llenarse antes del **15 de Octubre del grado que se requiere o puede ser sujeto a EXCLUSION de la escuela.**

****EXAMEN DENTAL** - Forma de Comprobante IDPH del Examen Médico Dental incluyendo la firma del dentist y la oficina/ información de la clinica y terminado dentro de 18 meses de Mayo 15 del nivel de grado que se requiere.

**** EXAMEN DE LA VISTA** – Forma de Reporte del Examen Médico de la Vista de Illinois incluyendo la firma del doctor y terminada dentro de un año que el nivel de grado que lo requiere o al entrar a la escuela en Illinois..

****EXEPCIONES MEDICAS** – documentación escrita del Médico (pida la forma a la Enfermera de la Escuela).

****EXCEPCIONES RELIGIOSAS** – explicaciones religiosas escritas del padre/guardian, firmadas por un médico (pida la forma).

****FISICO PARA DEPORTES** – Si su hijo va a participar en deportes en los grados 7-12, se requiere un examen físico para deportes anualmente (el examen físico del noveno grado puede utilizarse durante el noveno año (freshman) unicamente en la forma de un Examen Físico de IHSA/IESA. Los exámenes físicos de deportes son válidos por 395 días y deben de llenarse antes de las pruebas de competencia/ practicas/ juegos.

Porfavor comuniquese con la ENFERMERA DE LA ESCUELA en su edificio si es que

necesita yuada encontrando recursos, etc. Estamos más que dispuestos a ayudarle de cualquier manera para prevenir la exclusion de su hijo(a) de la escuela.

Kahoks On The Go!

Usted tiene un estudiante que desea encajar e involucrarse?

Si es así, unite a Kahoks on the GO!

GO! St. Louis va a ser anfitrión de una Carrera el 1ero de Mayo para los estudiantes que deseen entrenar para el maratón de 5K, 10K o 1/2 maratón! Lo mejor de este club es que le dá la bienvenida a atletas y no atletas para que lleguen a la línea de meta. Ya sea que te encante correr o que nunca hayas corrido

Más que en PE, nos encantaría tenerte! La Sra. Furlo wa la encargada de este club y ayuda a guiar a aquellos que desean participar. El Grupo se va a llevar a cabo dos días a la semana después de clases y posiblemente los Sábados también. Para mayor información, ve a la Sra. Furlow en el salón 211A, email afurlow@cusd.kahoks.org o unite al Kahoks on the GO Google classroom utilizando este código: f7jruyg



SAT Tutoring Writing & Reading Schedule

After School (1-2 PM; bus at 2:25 pm)

January 26 - April 12

Week	Focus	Test	
January 26 & 28	Effective Language Usage		
February 2 & 4	Sentence Structure		
February 9 & 11	Development & Organization	Writing Workout C	
February 16 & 18	Usage & Punctuation	Writing Workout D	
February 23 & 25	Information & Ideas	Reading Workout A	
March 2/3 & Mar 4/5	Synthesis & Summarizing	Reading Workout B/Reading Workout C:	Link--Math, Eng, Math, Eng
March 9/10 & 11/12	Rhetoric & Lit & Science w/Graphs	Reading Workout D/Reading Workout E:	Link--Eng, Math, Eng, Math
March 16/17 & 18/19	Practice Sentences	Writing Workout E; Writing Workout F:	Link--Math, Eng, Math, Eng
March 23/24 & 25/26	Writing Prompt Analysis & Practice	SAT Essay Tips	Link--Eng, Math, Eng, Math
Mar 30 & Apr 1	Testing Strategies	Purple Book & Panda	Link--Math, Eng, Math, Eng
Apr 6 & 8	Questions & Answers	Purple Book & Panda	Link--Eng, Math, Eng, Math
April 12 only (Mon)	TBD by the needs of the group	Math--Tues/Thurs.--Ms. Dust (316) Math--Wed/Fri--Mr. Nichols (317)	Eng--Tues/Thurs--Ms. Martens (311) Eng--Wed/Fri--Mr. White (300)

Access through Class of 2022 Meets--check schedule to know which class (it alternates) is using the link:

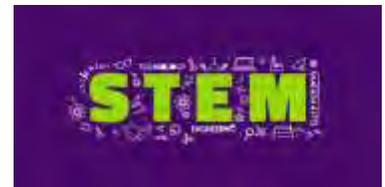
<https://classroom.google.com/c/MTQ0ODA0NTI2NzFa?cjc=h6kbhyx>

STEM Club Y Club de Ciencia

STEM Club ha estado ocupado haciendo que los estudiantes se involucren nuevamente en concursos después de un largo año de cancelaciones. Tuvimos varios estudiantes compitiendo en el Concurso Nacional de Cultivo de Cristales organizado por la Universidad de Buffalo. Jayme Greer se ubicó en el cuarto lugar en el mejor Crystal General, Anna Hendricks en el quinto lugar en Coolest Crystal y Fatima Romo y Carlie Lentz recibieron una Mención Honorífica. A los estudiantes se les dio 30 días para cultivar un cristal a partir de 100 gramos de sulfato de aluminio, aluminio y potasio. Tuvieron que monitorear su crecimiento y atender a las soluciones de calentamiento para redissolver los cristales no deseados y forzarlos al cristal en crecimiento. Los cristales se juzgaron por su forma, tamaño y claridad.

El 6 de marzo, el Equipo de la Olimpiada de Ciencias compitió en la Competencia Regional virtual. Participaron en 22 de 23 eventos y quedaron en tercer lugar para ganar una licitación estatal, que se llevó a cabo el 10 de abril. La competencia estatal también será virtual. Los estudiantes se prepararon durante el año escolar para tomar pruebas y probar sus estructuras de construcción. Estudiantes colocados en los siguientes eventos:

Laboratorio de Química 3er Chase Counton y Fatima Romo
Genes Diseñados 1ero Carli Lentz y Maddy Sparks
Construyendo detectores segundo Ethan Gardner
Detectives de enfermedades 2ndo Jared Christopher y Maddy Sparks
Planeta Dinámico 2ndo Elliott Schusky
Diseño experimental 2ndo Anna Hendricks, Jared Christopher y Elliott Schusky
Forenses 2ndo Maddy Sparks y Ethan Gardner
Mapas Geológico 3er Maddy Sparks y Tyler Morgan
Máquinas 2do Ethan Gardner
Ornitología 3ero Carli Lentz y Tyler Morgan
Modelado de Proteínas 2ndo Maddy Sparks y Carli Lentz
Calidad del Agua 2ndo Chase Counton y Fatima Romo
Escríbelo, Hazlo 1ero Jared Christopher y Anna Hendricks
Boomilever 1ero Ethan Gardner y Jared Christopher
Vehículo de Gravedad 1ero Tyler Morgan
Cohete de Paracaídas de ping pong 2ndo Elliott Schusky



Los estudiantes ahora se están preparando para su competencia estatal. ¡Les deseamos lo mejor!

El equipo de robótica Kahok VEX termina su temporada con un equipo que se dirige al estado el 3 de Abril. Este año ha sido una combinación de competencia en persona y virtual que ha permitido a los estudiantes ver cómo funciona el mundo fuera de lo normal. Tuvimos un total de 4 equipos este año. Todos ellos han crecido en el amor por el deporte. Este año, 3 de nuestros competidores se están graduando Max Laing, Alex Stahnke y Michael Blevins. Les deseamos a los 3 mucha suerte en el futuro. El equipo 9691A, compuesto por Brandon Nygard, James Metcalf y Jacob McChristian se dirigirá al estado para competir contra los mejores equipos del estado de Illinois. La competencia estatal de este año se llevará a cabo en la Universidad Estatal de Illinois en Normal Illinois, siguiendo todas las pautas de distanciamiento social y solo permitiendo que compitan los 24 mejores equipos del estado de Illinois. Los chicos intentarán ganarse un lugar en VEX Worlds a finales de mayo, donde competirán contra equipos de todo el mundo.