

Parkwood Elementary

February 2021



Principal's Message

February is a busy month for our 3rd-6th grade students. They will be taking the second administration of the NWEA Assessment in Reading and Math. This assessment provides teachers one way to measure your child's progress and give an idea of how your child will do on state testing (CAASPP). It is important for your child to be well prepared for this assessment. You can help by ensuring your child completes their assignments and homework and logs on for instruction every day on time. Ask your child to share what they learned in class to get them thinking and talking about their learning. As always, thank you for your support.

Upcoming Events

2/1-2/5 Parent Conferences (All Students)

2/3 Meal Distribution;
11:00-12:30

Material Distribution
Kinder - 10:00-11:30
Grades 3-6 11:00-2:00

ELAC Meeting; 4:00
Zoom Link to Follow

2/8 No School - Lincoln's Day

2/10 Meal Distribution;
11:00-12:30

2/15 No School - Washington's Day

2/17 Meal Distribution;
11:00-12:30

Awards Distribution (Grades K-3)
11:00-2:00

School Site Council; 3:30
Zoom Link to Follow

2/24 Meal Distribution;
11:00-12:30

Important Reminders

Material Distribution - Kindergarten and grades 3-6 will hold a material distribution on Wednesday, February 3 in the parent pick-up zone. Please contact your child's teacher if you have any questions.
Kindergarten from 10:00-11:30
Grades 3-6 from 11:00-2:00

Awards Distribution - Quarter 2 awards will be distributed from 11:00-2:00 on the dates below

Grades K-3 Wednesday, February 17

Grades 4-6 Wednesday, February 24

We will also have our Timberwolves of the Quarter recognition (picture and prize) and Kindness Challenge raffle prize winners come on their designated day. Teachers will notify you if your child is receiving any awards.

Black History Month - Every February, the United States celebrates the achievements and history of African-Americans as part of Black History Month. Throughout the month of February, Parkwood students will participate in lessons and activities in their classroom to celebrate the contributions of African-Americans. In addition, we will have weekly school-wide activities to celebrate the month. Activities will be posted each week on Google Classroom and Parent Square. We encourage everyone to participate and learn more about the individuals who have made a positive impact on society.

Box Tops - Just a reminder our school is participating in Box Tops for Education this year. Use the Box Tops app to scan your store receipt, find participating products, and instantly add cash to our school's earnings online. Please click on the [Box Top Letter](#) link for more information.

Awards Distribution (Grades 4-6)
11:00-2:00

Office Hours - All teachers have established office hours each Wednesday. If your child needs additional help or has any questions, please utilize the teacher's office hours. Office hours are open to both students and parents. Please contact your child's teacher for their hours.

Instructional Blocks - As a reminder, please click the [Parkwood Instructional Block Schedule](#) to access the document with instructional time blocks. Students are expected to log on for live instruction at the start of each instructional block. Instructional blocks include both live instruction and independent practice. Also, there is school every Wednesday. Students do not participate in live instruction, unless pre-arranged with the teacher, but they should be logging on to Google Classroom to complete assignments for the day. If your child is unable to attend, please contact the office at 559-673-2500.

Meal Distribution - Meal distribution will take place on Wednesdays from 11:00 am - 12:30 pm in the bus loading zone. Each box contains 5 breakfasts and 5 lunches. If meals cannot be picked up during the day, families can also pick up boxes at Child Nutrition on Wednesdays from 5:00-6:00. Limited boxes are available. Children do not need to be present to pick up meals.

Behavioral Health - The most important relationship to a child is the one they develop with their parent or caregiver. Children learn about the world around them through a positive parent-child relationship. As they are growing and changing, children look to their parents to determine whether or not they are safe, secure, and loved. It is also the foundation from which they will build their future relationships. You can build a positive parent-child relationship by being in the moment with your child, spending quality time together, and creating an environment where they feel comfortable to explore, and by listening and acknowledging your child's feelings. By listening and empathizing with your child, you will begin to foster mutual respect. There is no secret handbook or guaranteed approach to get this relationship right, and you'll likely experience a few bumps along the way. However, if you keep working on improving your relationship, your child will surely blossom.

Counselor's Corner

Active kids may be smarter kids

Regular exercise may do more than help your kids stay lean and fight off diseases. Some research suggests kids who are physically fit do better in school than ones who are less fit.

“Physical activity helps kids develop mental clarity, feel less stressed and provides an outlet for their energy,” Harrison says.

“Just remember, all kids aren’t created equal,” Harrison adds. “Kids with better motor skills tend to be more active and some kids are genetically inclined to be overweight.” And, you should guide – not force – your kids to increase their activity level.

So, choose physical activities your kids will enjoy, stay positive and get moving.

Kids under age 6 should enjoy natural, daily physical activity like running, jumping and skipping. Kids ages 6 to 17 should exercise at an intensity high enough to raise their heart rate for at least an hour a day, five days a week.

Harrison shares 10 tips to help get your kids to move more and sit less.

1. **Be a role model.** Your children watch and mimic your habits, good and bad. If your kids see you being physically active and having fun, they’re more likely to be active and stay active throughout their lives.
2. **Use exercise as transportation.** Walk your kids to school, bike to visit friends or roller skate to the park. You also can park at the far end of parking lots and take the stairs instead of the elevator.
3. **Involve the whole family.** Invite everyone to participate in activities. “It’s one of the most successful ways to change your kid’s exercise habits,” Harrison says. You can volunteer to coach a soccer team and encourage your kids to play, sign-up for a martial arts class as a family, join an outdoor adventure, swimming or running club, or take a ball or flying disk when your family goes to the park or beach.
4. **Focus on fun.** Kids like to have fun, so they’re more likely to keep exercising if they’re doing an activity they enjoy. Turn on music and have a dance party, or pack in lots of walking during trips to the zoo, park or miniature-golf course.
5. **Make activity social.** Invite your kids’ friends to join the activity. “The number one reason people stick with exercise is they’re engaged and accountable,” Harrison says. And, they’ll probably have more fun.
6. **Use competition as a motivator.** Make it a contest between you and the kids to see who can run faster, or do more push-ups or jumping jacks. Give the winner a prize. And, use

technology such as a pedometer to track your results and progress.

7. **Include kids in household activities.** Many household chores, like washing the dog or the car, or mowing the lawn, are great opportunities to sneak in a little physical activity.
 8. **Give gifts that promote physical activity.** Rollerblades, bicycles, ice skates, soccer balls and even active-play video games make great gifts that promote physical activity. Activity-tracking apps and technologies also are fun choices for kids.
 9. **Limit TV and computer time.** Offer them active options, like joining a local recreation center or after-school program, or taking lessons in a sport they enjoy. When your family watches TV together, get everyone moving during commercial breaks – do jumping jacks, use a hula hoop or even jump rope.
 10. **Plan vacations with new ways to exercise.** Plan your family vacation around an activity or two. Think hiking, off-road cycling, kayaking, camping or snorkeling. You'll get to explore new places and teach your kids to appreciate nature. Plus, the activities you try on vacation might even become the hobbies your family enjoys for years to come.
-
-

Primaria Parkwood

Febrero 2021



Mensaje de la Directora

Febrero es un mes muy ocupado para nuestros estudiantes de los grados 3^{to} al 6^{to}. Ellos van a tomar la segunda administración de la Evaluación de Lectura y Matemáticas llamada NWEA. Esta evaluación les brinda a los maestros una manera de medir el progreso de su hijo/a y da una idea de como se van a desempeñar en la evaluación estatal (CAASPP). Es importante que su hijo/a esté bien preparado para esta evaluación. Usted puede ayudar a asegurarse de que su hijo/a complete sus tareas y se suba en Zoom para recibir instrucción a tiempo cada día . Pídale a su hijo/a que comparta lo que aprendió en clases para que piense y hable acerca de su aprendizaje. Como siempre, gracias por su apoyo.

Eventos Venideros

2/1-2/5 Conferencia de Padres para todo los estudiantes

2/3 Distribución de comida;
11:00-12:30

Distribución de material
Kinder - 10:00-11:30
Grados 3-6 11:00-2:00

Junta de ELAC; 4:00
Enlace de zoom para seguir

2/8 No Hay Escuela - Día de Lincoln

2/10
Distribución de comida;
11:00-12:30

2/15 No Hay Escuela - Día de Washington

2/17 Distribución de comida;
11:00-12:30

Reunión del Concilio Escolar;
3:30

Recordatorios Importantes

Distribución de Materiales - El kinder y los grados tendrán una distribución de materiales el miércoles 3 de febrero en la zona de recogida de padres. Comuníquese con el maestro de su hijo/a si tiene alguna pregunta.

Kinder de 10:00-11:30
Grados 3-6 de 11:00-2:00

Distribución de premios Los premios del segundo trimestre se distribuirán de 11:00-2:00 en las fechas siguientes

Grados K-3 Miércoles 17 de febrero

Grados 4-6 Miércoles 24 de febrero

También tendremos nuestro reconocimiento Timberwolves of the Quarter (foto y premio) y los ganadores del premio de la rifa del Kindness Challenge llegarán el día designado. Los maestros le notificarán si su hijo está recibiendo algún premio.

Mes de la Historia Afroamericana - Cada febrero, los Estados Unidos celebran los logros y la historia de los afroamericanos como parte del mes de la historia afroamericana. Durante todo el mes de febrero, los estudiantes de Parkwood participarán en lecciones y actividades en su salón de clases para celebrar las contribuciones de los afroamericanos. Además, tendremos actividades semanales en toda la escuela para celebrar el mes. Las actividades se publicarán cada semana en Google Classroom y Parent Square. Alentamos a todos a participar y aprender más sobre las personas que han tenido un impacto positivo en la sociedad.

Box Tops - Solo un recordatorio nuestra escuela participa este año en Box Tops for Education. Use la aplicación Box Tops para escanear el

Enlace de zoom para seguir

2/24 Distribución de comida;
11:00-12:30

recibo de su tienda, encontrar productos participantes y recaudar fondos para nuestra escuela en línea. Haga clic en el enlace [Box Top Letter](#) para más información.

Horas de Oficina: Todos los maestros han establecido horas de oficina todos los miércoles. Si su hijo necesita ayuda adicional o tiene alguna pregunta, utilice el horario de oficina del maestro. El horario de oficina está abierto tanto para estudiantes y también los padres. Comuníquese con el maestro de su hijo para conocer el horario.

Horario de Instrucción - Haga clic en el enlace [Parkwood Instructional Block Schedule](#) para acceder los bloques de tiempo de instrucción. Se espera que los estudiantes inicien sesión para recibir instrucción en vivo al comienzo de cada bloque de instrucción. Los bloques de instrucción incluyen instrucción en vivo y práctica independiente. Además, hay escuela todos los miércoles. Los estudiantes no participan en la instrucción en vivo, a menos que se acuerde previamente con el maestro, pero deben iniciar sesión en Google Classroom para completar las tareas del día. Si su hijo no puede asistir, comuníquese con la oficina al 559-673-2500.

Distribución de Comida - La distribución de comidas se llevará a cabo los miércoles de 11:00 a.m. a 12:30 p.m. en la zona de carga de autobuses. Cada caja contiene 5 desayunos y 5 almuerzos. Si las comidas no se pueden recoger durante el día, las familias también pueden recoger las cajas en Child Nutrition los miércoles de 5:00-6:00 pm. Hay cajas limitadas disponibles. Los niños no necesitan estar presentes para recoger las comidas.

Bienestar de la Salud del Estudiante - La relación más importante para un niño es la que ellos desarrollan con sus padres o cuidadores. Los niños aprenden acerca del mundo alrededor de ellos a través de una positiva relación padre-niño. Cuando ellos crecen y cambian, los niños miran a sus padres para determinar si están seguros, protegidos y amados. Es también la base en la cual ellos crean sus futuras relaciones.

Usted puede crear una positiva relación padre-niño al estar en el momento con su niño, pasar juntos tiempo de calidad y creando un ambiente donde ellos se sientan cómodos para explorar y también al escuchar y reconocer los sentimientos de su niño. Al escuchar y empatizar con su niño, usted empezará a fomentar el respeto mutuo.

No hay un manual secreto o acercamiento garantizado para obtener esta relación correctamente y seguramente usted experimentará

algunos tropiezos en el camino. Sin embargo, si usted continúa trabajando en mejorar su relación, seguramente su niño florecerá.

Mensaje del Consejero

Los niños activos pueden ser niños más inteligentes El ejercicio regular puede hacer más que ayudar a sus hijos a mantenerse delgados y combatir enfermedades. Algunas investigaciones sugieren que a los niños que están en buena forma física les va mejor en la escuela que a los que están menos en forma. "La actividad física ayuda a los niños a desarrollar claridad mental, a sentirse menos estresados y les proporciona una salida para su energía", dice Harrison. "Recuerde, no todos los niños son iguales", agrega Harrison. "Los niños con mejores habilidades motoras tienden a ser más activos y algunos niños están genéticamente inclinados al sobrepeso". Y debe guiar, no obligar, a sus hijos a aumentar su nivel de actividad. Por lo tanto, elija actividades físicas que sus hijos disfrutarán, manténgase positivo y muévase. Los niños menores de 6 años deben disfrutar de la actividad física diaria natural como correr, saltar y brincar. Los niños de 6 a 17 años deben ejercitarse a una intensidad lo suficientemente alta como para aumentar su frecuencia cardíaca durante al menos una hora al día, cinco días a la semana. Harrison comparte 10 consejos para ayudar a que sus hijos se muevan más y se sienten menos.

1. Sea un modelo a seguir. Sus hijos observan e imitan sus hábitos, buenos y malos. Si sus hijos ven que usted está físicamente activo y se divierte, es más probable que estén activos y permanezcan activos durante toda su vida.
2. Utilice el ejercicio como medio de transporte. Lleva a tus hijos a la escuela, anda en bicicleta para visitar a tus amigos o patina sobre ruedas hasta el parque. También puede estacionarse en el otro extremo de los estacionamientos y usar las escaleras en lugar del ascensor.
3. Involucre a toda la familia. Invite a todos a participar en las actividades. "Es una de las formas más exitosas de cambiar los hábitos de ejercicio de su hijo", dice Harrison. Puede ofrecerse como voluntario para entrenar a un equipo de fútbol y alentar a sus hijos a jugar, inscribirse en una clase de artes marciales en familia, unirse a un club de aventuras al aire libre, natación o correr, o llevar una pelota o un disco volador cuando su familia vaya al parque o playa.
4. Concéntrese en la diversión. A los niños les gusta divertirse, por lo que es más probable que sigan haciendo ejercicio si realizan una

actividad que disfrutan. Ponga música y haga una fiesta de baile, o haga muchas caminatas durante los viajes al zoológico, parque o campo de minigolf.

5. Haga que la actividad sea social. Invite a los amigos de sus hijos a unirse a la actividad. "La razón número uno por la que las personas se apegan al ejercicio es que están comprometidas y son responsables", dice Harrison. Y probablemente se divertirán más.

6. Utilice la competencia como motivador. Haga una competencia entre usted y los niños para ver quién puede correr más rápido, o hacer más flexiones o saltos. Dale un premio al ganador. Y utilice tecnología como un podómetro para realizar un seguimiento de sus resultados y progreso.

7. Incluya a los niños en las actividades del hogar. Muchas tareas domésticas, como lavar al perro o el automóvil, o cortar el césped, son excelentes oportunidades para realizar un poco de actividad física.

8. Dar regalos que promuevan la actividad física. Patines en línea, bicicletas, patines de hielo, balones de fútbol e incluso videojuegos de juego activo son excelentes regalos que promueven la actividad física. Las aplicaciones y tecnologías de seguimiento de actividad también son opciones divertidas para los niños.

9. Limite el tiempo frente a la televisión y la computadora. Ofréceles opciones activas, como unirse a un centro de recreación local o un programa después de la escuela, o tomar lecciones de un deporte que disfruten. Cuando su familia ve la televisión juntos, haga que todos se muevan durante las pausas comerciales: salte de tijera, use un hula hoop o incluso salte la cuerda.

10. Planifique las vacaciones con nuevas formas de hacer ejercicio. Planifique sus vacaciones familiares en torno a una actividad o dos. Piense en senderismo, ciclismo todoterreno, kayak, camping o snorkel.

Podrás explorar nuevos lugares y enseñar a tus hijos a apreciar la naturaleza. Además, las actividades que prueba durante las vacaciones pueden incluso convertirse en los pasatiempos que disfruta su familia durante muchos años.