



## 9th Grade High School Introduction (Fall 2023)

### WOODSIDE HIGH SCHOOL COUNSELING

Between August 31, 2023 and September 8, 2023, School Counselors visited English classrooms and delivered a 50-minute lesson with the following standards and objectives:

| American School Counselor Association<br>Standards: Mindsets & Behaviors                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Sequoia Union High School District<br>Counseling Objectives:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>M 2.</b> Sense of acceptance, respect, support and inclusion for self and others in the school environment</p> <p><b>B-LS 10.</b> Participation in enrichment and extracurricular activities</p> <p><b>B-SMS 7.</b> Effective coping skills</p> <p><b>B-SS 8.</b> Advocacy skills for self and others</p> <p><b>B-LS 5.</b> Media and technology skills to enhance learning</p> | <p>By the end of the lesson, students will be able to:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Identify the roles, types of support offered, and confidentiality of the School Counseling Department</li><li>2. identify specific school-site and student-based resources</li><li>3. Explain the importance of school involvement</li><li>4. Practice a coping strategy</li><li>5. Utilize technology tools and resources to identify solutions for academic success</li><li>6. Understand graduation vs. college requirements</li></ol> |

At the close of the lesson, students received a [Counseling Department Overview](#) handout, which details contact information and description of roles for members of the Counseling Department.

Some main points students should take away from the lesson include:

1. School Counselors (located in C-1) work as a team with the College Advisors (in the College and Career Center in D-9) to support students as they plan for life after high school.
2. Referrals to our Confidential Counseling Center in F-14 can be made through School Counselors.
3. We highly recommend that students get involved in clubs, sports, volunteer opportunities, and more. We believe these can teach students new skills and help them develop a Sense of Belonging as they make new friends and transition to high school.
4. Belly breathing, the coping strategy introduced in this lesson, can be something students use when they are worried or nervous about school or life outside of school.
5. The best way for students to connect with School Counselors is simply to drop in during brunch or lunch, no appointments required.
6. Students hoping to apply for four-year colleges must meet A-G requirements and earn a C- or higher in classes. The minimum GPA to apply for CSUs is a 2.5. The minimum GPA for UCs is a 3.0.
7. To graduate, students must earn D- or higher in all required subject areas AND complete at least 220 credits.

The [slide deck](#) has been shared with students in the Canvas pages of their English classes. **If your student was absent for the lesson**, we recommend them 1. review the slide deck; and 2. review the differences between [graduation and A-G requirements](#) (see page 2).

#### Discussion questions at home to extend the learning and reflection:

- Among the 50+ clubs available at Woodside High School, which ones interest you? Why?
- What are some of the coping strategies you currently use when school or life gets a little overwhelming? Where on campus can you go if you feel nervous or worried? Who are some of your trusted adults?
- What graduation and A-G requirements do your current courses fulfill? To be eligible to apply for UCs, you need to have at least a 3.0 GPA, which is a B average. Which types of Academic Supports will you utilize if you find yourself struggling in class?



## Presentación del 9o Grado de High School (Otoño 2023)

### WOODSIDE HIGH SCHOOL COUNSELING

Entre el 31 de agosto, 2023 y el 8 de septiembre, 2023, los Consejeros de la escuela visitaron las clases de inglés y dieron una lección de 50 minutos con los siguientes estándares y objetivos:

| Estándares de la Asociación de la Escuela Americana de Consejeros: Mentalidades y Conductas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Objetivos de Consejería de Sequoia Union High School District                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>M 2.</b> Sentido de aceptación, respeto, apoyo e inclusión para uno mismo y para otros en el medio ambiente de la escuela</p> <p><b>B-LS 10.</b> Participación en el enriquecimiento y actividades extracurriculares</p> <p><b>B-SMS 7.</b> Habilidades de afrontamiento efectivas</p> <p><b>B-SS 8.</b> Habilidades de abogacía para uno mismo y otros</p> <p><b>B-LS 5.</b> Habilidades mediáticas y de tecnología para mejorar el aprendizaje</p> | <p>Para el final de la lección, los estudiantes podrán:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar los roles, tipos de apoyo ofrecidos y confidencialidad del Departamento de Consejería de la Escuela</li> <li>2. Identificar el sitio específico de la escuela y los recursos basados en estudiantes</li> <li>3. Explicar la importancia de la participación escolar</li> <li>4. Practicar una estrategia de afrontamiento</li> <li>5. Utilizar herramientas de tecnología y recursos para identificar soluciones para el éxito académico.</li> <li>6. Entender los requisitos de graduación vs requisitos de la Universidad</li> </ol> |

Al final de la lección, los estudiantes recibieron un folleto de [Descripción General del Departamento de Consejería](#), que detalla la información de contacto y descripción de las funciones de los miembros del Departamento de Consejería.

Algunos de los puntos principales que los estudiantes deben aprender de la lección incluyen:

1. Los Consejeros de la Escuela (ubicado en C-1) trabajan en equipo con los Asesores Universitarios (en el Centro de Universidades y Carreras en D-9) para apoyar a los estudiantes con lo que planean para su vida después de la escuela secundaria. Referencias a nuestro Centro de Consejería Confidencial en F-14 puede hacerse a través de los Consejeros de la Escuela.
2. Nosotros recomendamos encarecidamente que los estudiantes se involucren en clubs, deportes, oportunidades de trabajo voluntario y más. Creemos que estos pueden enseñar a los estudiantes nuevas habilidades y ayudarlos a desarrollar un Sentido de Pertenencia al mismo tiempo que hacen nuevos amigos y transición a la escuela secundaria.
3. Respiración abdominal, la estrategia de afrontamiento presentada en esta lección, puede ser algo que los estudiantes usen cuando están preocupados o nerviosos acerca de la escuela o de la vida fuera de la escuela.
4. La mejor manera para que los estudiantes se conecten con los consejeros de la escuela es simplemente acudir durante los descansos, no se requiere cita previa.
5. Los estudiantes que quieran aplicar a la universidad de cuatro años tienen que cumplir los requisitos A-G y tienen que recibir una C- o más alto en sus clases. El puntaje mínimo para aplicar a una Universidad CSU es de 2.5 El mínimo puntaje para una Universidad UC es un 3.0
6. Para graduarse, los estudiantes deben de recibir una D- o más alto en todas sus materias requeridas Y completar por lo menos 220 créditos.

El [conjunto de diapositivas](#) ha sido compartido con los estudiantes en la página de sus clases de inglés. **Si su estudiante estuvo ausente para la lección**, les recomendamos 1. Revisar el conjunto de diapositivas; y 2. Revisar los requisitos de [graduación vs requisitos A-G](#) (ver página 2).

#### Discusión de preguntas en la casa para extender el aprendizaje y la reflexión: graduación vs requisitos A-G

- Entre los más de 50 clubs disponibles en Woodside High School, ¿Cuáles te interesan? ¿Por qué?
- Cuáles son algunas de las estrategias de afrontamiento que usas actualmente cuando la escuela o la vida se vuelve un poco agobiada? ¿A donde en la escuela puedes ir si te sientes nervioso o preocupado? ¿Quiénes son algunos de los adultos en los que confías?
- Las materias que estás tomando ahorita satisfacen qué requisitos de graduación y A-G? Para ser elegible para aplicar a la Universidad UC tienes que tener un promedio mínimo de 3.0, que sería una calificación de B. ¿Qué apoyo académico utilizarías si te encuentras batallando en clase?