

# ACORN PRIDE

Updates Week of 9/14/2020  
#HIGHEXPECTATIONSWITHEMPATHY

What's  
new?

● *Textbook Pick Up*

● *Parent Data Confirmation*

● *Progress Reports*

● *ELAC*

● *Self Care for Students/Families*

● *AP Exams*



## Digital Learning

### TOSA Parent and Student Resources

Our Teachers on Special Assignment have created help and tip sheets for families regarding various instructional platforms and general operations in digital learning. Please visit their resources at [MHUSD TOSA Website](#).

### ZOOM Authentication

Thank you to all of you who have been patient and successful in setting the settings on zoom to create an effective and safe learning environment! If you need a review, please check out the links below for support.

-[MHUSD Authenticated User Video](#)

NEW

### Progress Reports

It's hard to believe, but we are already at progress report time. The grading period ends on Friday 9/11/2020 and grades for the first progress report will be entered by the end of day on Tuesday 9/15/2020. These are accessible in the [Aeries Portal](#) and we are mailing them home!

### Back to School Night Videos

This is a reminder that BTSN videos are still posted on the school website, [www.liveoak.mhusd.org](http://www.liveoak.mhusd.org). If you missed a class or your student has changed classes, the teacher videos are there!

NEW

### AP Exams

Students and families will be receiving emails and information about the 2021 AP exams soon. Exams will be available for registration and payment until 10/31/2020. To ensure you get the most up to date information, please make sure your student is registered at [www.myap.collegeboard.org](http://www.myap.collegeboard.org)



## Announcements



### Textbook Pick Ups

Didn't get a needed textbook at orientation? Switched classes and need a book? We have got you covered! If you need a book, please come by the front office Monday - Thursday 3pm-6pm. We will ask for the student name and ID. The only book we are still waiting for is AP Government. Please remember to practice socially distancing during your visit, mask and staying 6ft apart will be enforced.

### Senior Portraits

We are excited to announce that Life Touch has identified days where students can use the LOHS facility to take their senior portraits. Please check your email for more information. Life touch will handle all scheduling and logistics for this milestone event. Photo dates will vary starting in October.



### Parent Data Confirmation

With social distancing, things were done a little different this year. Please visit the Aeries Portal to complete the data confirmation for enrollment and emergency card purposes. All you have to do is login to your parent portal and complete the confirmation steps. This will allow you to review our policies, opt in or out of a few school related questions, update your students' emergency card and provide information about joining our School Site Council. Call the office at (408)201-6100 for support if needed.

### Athletic Interest Survey

As we gear up for what we hope will be a LO Nation, successful athletic season, we want to hear from your students, what they may be interested in playing. Please complete the survey below to provide us with feedback on your athletic engagement needs!

[Athletic Interest Survey](#)



## Calendar Updates



### Parent and Student Engagement

September 14th	Parent Project - English (email admin for more details)
September 14th	LOHS ELAC Meeting - 6:30pm on <a href="#">Zoom Link</a>
September 15th	MHUSD Board Meeting 6pm - <a href="http://www.mhusd.org">www.mhusd.org</a>

September 17th	Parent Project - Spanish (email admin for more details)
September 18th	LOHS School Site Council - 9am-10am

\*\*\*CLUBS WILL BE MAKING A COMEBACK, VIRTUALLY!!! STAY TUNED FOR DETAILS\*\*\*



**Self Care Corner**

## Self-Care for Families

<p><b>emotional</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>__ watch a good movie</li> <li>__ write each other positive notes</li> <li>__ verbalize and talk about feelings</li> <li>__ draw self portraits</li> <li>__ Say "I love you"</li> <li>__ spend time writing</li> <li>__ have a sing-a-long</li> <li>__ tell jokes</li> <li>__ try a new craft</li> </ul>	<p><b>physical</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>__ dance party</li> <li>__ go for a walk</li> <li>__ family bike ride</li> <li>__ take a hike</li> <li>__ play kickball</li> <li>__ tag</li> <li>__ roller skating</li> <li>__ go to the pool</li> <li>__ jumprope</li> <li>__ kids yoga</li> <li>__ wii fit games</li> </ul>	<p><b>spiritual</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>__ a gratitude list</li> <li>__ go outside</li> <li>__ talk about forgiveness</li> <li>__ write thank you's</li> <li>__ volunteer</li> <li>__ spend time outside or with nature</li> <li>__ practice positive self-talk</li> <li>__ plant a tree</li> </ul>
<p><b>mental</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>__ read together</li> <li>__ draw or write stories</li> <li>__ kids meditation</li> <li>__ find shapes in clouds</li> <li>__ practice belly breaths</li> <li>__ go on a walk to find new things</li> <li>__ make vision boards</li> <li>__ try Headspace for kids</li> <li>__ create mandalas</li> <li>__ make mindfulness jars</li> <li>__ play mind strength games like memory</li> </ul>	<p><b>practical</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>__ clean up</li> <li>__ declutter old toys</li> <li>__ assign chores</li> <li>__ make a grocery list together</li> <li>__ learn about money</li> <li>__ make a weekly budget check-in</li> <li>__ make a weekly cleaning check-in</li> <li>__ homework/study</li> <li>__ have a morning &amp; night routine</li> </ul>	<p><b>social</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>__ play in the park</li> <li>__ call or visit relatives</li> <li>__ have family dinner</li> <li>__ play boardgames</li> <li>__ host a sleepover</li> <li>__ invite friends over</li> <li>__ plan a bbq</li> <li>__ join a team</li> <li>__ do a neighborhood food drive</li> <li>__ have talks about friendship and how to be a friend.</li> </ul>







*just stay curious*

# ACORN PRIDE

Noticias Semanales del 8 de septiembre, 2020

#GRANDESEXPECTATIVASCONEMPATIA

What's  
new?

-  *Distribucion de libros de texto*
-  *Confirmación de datos en Aeries*
-  *Calificacion de progreso*
-  *Comite ELAC*
-  *Cuidado Personal*
-  *Exámenes AP*



## Recursos de Aprendizaje Digital

NEW

### **Recursos tecnologicos para padres y estudiantes de TOSA**

Nuestros maestros en asignaciones especiales han creado videos tutoriales y sugerencias para familias sobre diversas plataformas de instrucción y operaciones generales del aprendizaje digital. Visite estos recursos en el [sitio web de MHUSD TOSA](#).

### **Autenticación de ZOOM**

¡Gracias a todos los que han sido pacientes y exitosos al configurar los ajustes de Zoom para crear un entorno de aprendizaje eficaz y seguro! Si necesita una revisión, consulte los enlaces a continuación para obtener ayuda.

-[video de usuario autenticado de MHUSD](#)

NEW

### **Calificacion de progreso**

Es difícil de creer, pero ya estamos en el momento de la calificación de progreso. El período de calificaciones finaliza el viernes, 11 de septiembre, y las calificaciones para el primer informe de progreso estarán disponibles a partir del 15 de septiembre por medio del [Portal Aeries](#) y se van a enviar a casa.

### **Videos de la Noche de Regreso a la Escuela**

Este es un recordatorio de que los videos de la Noche de Regreso a la Escuela todavía están publicados en el sitio web de la escuela, [www.liveoak.mhusd.org](http://www.liveoak.mhusd.org). Si faltó a una clase o su estudiante ha cambiado de clase, ¡los videos de los maestros están allí!

NEW

### **Los Exámenes AP**

Los estudiantes y las familias pronto recibirán correos electrónicos e información sobre los exámenes AP 2021. Los exámenes estarán disponibles para registro y pago hasta el 31/10/2020. Para asegurarse de obtener la información más actualizada, asegúrese de que su estudiante esté registrado en [www.myap.collegeboard.org](http://www.myap.collegeboard.org)



## Anuncios

NEW

### **Distribución de libros de texto**

¿No obtuvo el libro de texto necesario en la orientación? ¿Hubo un cambio de clases y necesita un libro? Si necesita un libro, venga a la oficina administrativa de lunes a jueves de 3:00 pm a 6:00 pm. Le pediremos el nombre y la identificación del estudiante. El único libro que todavía estamos esperando es Gobierno AP. Recuerde practicar el distanciamiento social durante su visita, llevar un cubrebocas y mantener una distancia de 6 pies.

NEW

### **Fotos de alumnos del grado 12**

El estudio fotografico Lifetouch ha identificado días en los que van a usar las instalaciones de Live Oak para tomarles la foto a los estudiantes de grado 12. Revisen su correo electrónico para obtener más información. Lifetouch se encargará de toda la programación de citas y la logística de este evento. Va a haber fechas a partir de octubre.

NEW

### **Confirmación de los datos de los padres**

Con el distanciamiento social, las cosas se hicieron un poco diferentes este año. Visite el portal Aeries para Padres para completar la confirmación de datos para finalizar la inscripción y la tarjeta de emergencia. Todo lo que tiene que hacer es iniciar la sesión en el portal para padres y completar los pasos de confirmación. Esto le permitirá revisar nuestras polizas, optar por participar o no en algunas preguntas relacionadas con la escuela, actualizar la tarjeta de emergencia de sus estudiantes y proporcionar información sobre cómo unirse a nuestro Consejo Escolar. Llame a la oficina al (408)201-6100 para obtener ayuda si es necesario.

NEW

### **Encuesta de interés atlético**

A medida que nos preparamos para lo que esperamos sea una temporada atlética exitosa de la Nación de Live Oak, queremos saber de sus estudiantes cuáles deportes les interesa jugar. Por favor complete la encuesta a continuación para brindarnos sus comentarios sobre sus necesidades de participación atlética. [Encuesta de interés atlético](#)



## Eventos en el calendario



### Participación de padres y estudiantes

10 de septiembre	Proyecto de padres - Español (envíe un correo electrónico al administrador para obtener más detalles)
14 de septiembre	Proyecto de padres - Inglés (envíe un correo electrónico al administrador para obtener más detalles)
14 de septiembre	Reunión de ELAC de LOHS - 6:30 pm por <a href="#">Zoom</a> (haga clic)
15 de septiembre	Junta de la Mesa Directiva del distrito - 6pm - <a href="http://www.mhusd.org">www.mhusd.org</a>
17 de septiembre	Proyecto de padres - Español (envíe un correo electrónico al administrador para obtener más detalles)
18 de septiembre	Junta del Consejo Escolar de Live Oak - 9am-10am

\*\*\* ¡¡¡SI VA A HABER CLUBES VIRTUALMENTE !!! PRONTO VAN A RECIBIR MÁS DETALLES \*\*\*



NEW

## Rincón del cuidado personal

# Tips Para El Autocuidado de su Mente

- Descansa la mente.**  
En su mente, dígame "estoy descansando" una vez al día.
- Medita.**  
Para animar la conciencia de sí mismo, y disminuir el estrés.
- Lee un libro.**  
Los estudios enseñan que leyendo aumenta la creatividad y alivia dolores.
- Recorrido del cuerpo**  
Nos ayuda a reducir el estrés, tensión de músculos y aumenta plena consciencia.
- Exprésate.**  
Escribe tus pensamientos por 5 minutos para liberar la tensión.
- Desconectate por 1 hora cada día.**  
Apagando electrónico disminuye sentimientos que no son saludables, y promueve creatividad.
- Piensa Positivamente.**  
Ayuda a redirigir nuestros pensamientos y aumenta la recuperación mental.
- Aprende.**  
Aprendiendo un nuevo deporte, lenguaje o receta ayuda estimular el cerebro y reducir el riesgo de deterioro cognitivo.

**f COUNSELING AND TRAUMA THERAPY**  
WALA BILGACORE, LIFT AND UP

© 2023. All rights reserved. This document is for informational purposes only. It is not intended to be a substitute for professional medical advice. Always consult your healthcare provider for more information.