



VICTOR ELEMENTARY SCHOOL DISTRICT

Sixth Street Prep School

15476 Sixth Street

Victorville, CA 92392

Tel. (760) 241-0962 Fax (760) 241-2497

ELAC Meeting

Agenda

10/10/25

VESD Parent Basic #1. We will support my child's education by: ensuring my child is in school every day on time. Assisting my child with homework. Having my child properly clothed and nourished for school..

1. Welcome

Members Present: Angela Bishop Cupp, Veronica Venegas, Amanda Oxborrow, Erika Velasquez, Miriam Aldana, Sintia Hernandez, Terina Robey, Blanca Venegas, Mireya Nava, Mary Calvillo, Anthony Calvillo, Damario Hoskins, Lauren Hoskins, Mayra Menendez, Josefina Barbosa, Maria Munox, Eugenia Menendez, George Kaleny, Gerardo Villanueva, Sara Villanueva, Michelle Lomeli, Silvia Chajon, Jesus Chajon

-Review of VESD Parent Basic #1

2. Approval of Minutes

-Motion to approve minutes as is: Sintia Hernandez

-1st: Mary Calvillo

-2nd: Anthony Calvillo

-100% motion to approve minutes as is

3. DELAC Information

- DELAC information was shared by Miriam Aldana:
 - LCAP Updates - VESD growth in Distance from Standard
 - Increase in VESD Reclassification rates
 - Classes available and upcoming at the FRC

4. Effects of Screen Time- Amanda Oxborrow

- What counts as “screen time”
- When used properly, in moderation, with adult assistance, screen time can support learning
- Screen time is on the rise (Children 8-10 averages 6 hours per day, Children 11-14 averages 9 hours per day and Young People ages 15-18 averages 7.5 hours per day)
- Recommended Screen time: Under 2 years old - minimal use, 2-5 years - max of 1 hour per day, over 5 years - max of 2 hours per day
- Signs of unhealthy screen habits - mood swings, less physical activity, avoiding social interaction, irritability and skipping meals
- Screen time addiction is real - screen use releases dopamine in the brain
- Long term effects of screen addiction - speech delays, cognitive impairment, difficulty with creative thinking, cyber bullying, body weight issues and depression and anxiety
- Screen-Induced Autism - There are a growing number of studies that link higher daily screen use with more autism-like symptoms in early childhood. These effects CAN be reversed if screen time is taken away or limited.
- Excessive screen time impacts behavior: school problems, anger, aggression, frustration, depression, hyperactivity and other emotional problems
- High screen use can slow the development of executive functions.
- Excessive screen time can overstimulate certain brain areas, potentially hindering the development of others, such as the auditory cortex essential for language and social skills.
- Screen time impacts academic performance.

- There is a correlation between more screen time and a higher likelihood of children experiencing internalizing problems like anxiety and depression. It also reduces young children's ability to read emotions, hindering empathy development.
- Screen time affects the quality of sleep.
- Setting boundaries: Establish regular screen-time hours and expectations and stick to them. Give your kids a countdown. Implement a reward/penalty system.
- Creating healthy habits: When it's time to turn off the screen, do not let yourself be pulled into an argument about the rules. Parents can use an app or service that automatically limits screen time or shuts down access to devices. Encourage outdoor play, reading or board games.
- Choose quality content: Use parental controls, choose trusted educational apps and watch together when possible.
- Be a role model: Parents must model good screen habits and stay involved in what their children watch or play.
- Balance is key: The goal is not to eliminate screens but to create a healthy balance that supports learning and development.

5. Questions/Comments

- Parents shared their questions and comments about the presentation. Mrs. Oxborrow shared tips for what to do when your child resists limited screen time.



VICTOR ELEMENTARY SCHOOL DISTRICT

Sixth Street Prep School

15476 Sixth Street

Victorville, CA 92392

Tel. (760) 241-0962 Fax (760) 241-2497

Junta de ELAC

Agenda

10/10/25

Básica de Padres de VESD #1. Apoyaremos la educación de mi hijo en:
Asegurando que mi hijo esté en la escuela todos los días puntualmente.
Ayudando a mi hijo con sus tareas. Vistiéndolo y alimentándolo
apropiadamente para la escuela.

1. Bienvenida

Miembros Presentes: Angela Bishop Cupp, Veronica Venegas, Amanda Oxborrow, Erika Velasquez, Miriam Aldana, Sintia Hernandez, Terina Robey, Blanca Venegas, Mireya Nava, Mary Calvillo, Anthony Calvillo, Damarío Hoskins, Lauren Hoskins, Mayra Menendez, Josefina Barbosa, Maria Munox, Eugenia Menendez, George Kaleny, Gerardo Villanueva, Sara Villanueva, Michelle Lomeli, Silvia Chajon, Jesus Chajon

-Repaso de Básica de Padres de VESD #1

2. Aprobación de Minutos

-Moción para aprobar los minutos como están: Sintia Hernandez

-Primera: Mary Calvillo

- Segunda: Anthony Calvillo
- Moción del 100% para aprobar los minutos como estan

3. Información de DELAC

- Miriam Aldana compartió información de la reunión de DELAC:
 - Actualizaciones del LCAP - Crecimiento de VESD en la distancia con respecto al estándar
 - Aumento en las tasas de reclasificación de VESD
 - Clases disponibles y próximas en el FRC

4. Efectos de Tiempo en Pantalla- Amanda Oxborrow

- ¿Qué se considera “tiempo frente a la pantalla”?
- Cuando se usa correctamente, con moderación y con la ayuda de un adulto, El tiempo frente a la pantalla puede favorecer el aprendizaje.
- El tiempo frente a la pantalla está en aumento (los niños de 8 a 10 años pasan un promedio de 6 horas al día, los niños de 11 a 14 años pasan un promedio de 9 horas al día y los jóvenes de 15 a 18 años pasan un promedio de 7.5 horas al día).
- Tiempo frente a la pantalla recomendado: Menores de 2 años- uso mínimo, de 2 a 5 años- máximo de 1 hora al día, mayores de 5 años- máximo de 2 horas al día.
- Señales de hábitos poco saludables frente a la pantalla- cambios de humor, menor actividad física, evitar la interacción social, irritabilidad y saltarse comidas.
- La adicción al tiempo frente a la pantalla es real- el uso de pantallas libera dopamina en el cerebro
- Efectos a largo plazo de la adicción a la pantalla- retrasos en el habla, Deterioro cognitivo, dificultad con el pensamiento creativo, acoso ciber-Nético, problemas de peso corporal, depresión y ansiedad.
- Autismo inducido por pantallas- Cada vez hay más estudios que vinculan un mayor uso diario de pantallas con síntomas más similares al autismo en la primera infancia. Estos efectos pueden revertirse si se elimina o limita el Tiempo frente a las pantallas.
- El exceso de tiempo frente a pantallas afecta el comportamiento: problemas escolares , ira, agresión, frustración, depresión, hiperactividad y otros

Problemas emocionales.

- El uso excesivo de pantallas puede retrasar el desarrollo de las funciones ejecutivas.

- El tiempo excesivo frente a la pantalla puede sobreestimar ciertas áreas del cerebro, lo que podría dificultar el desarrollo de otras, como la corteza auditiva, esencial para el lenguaje y las habilidades sociales.

- el tiempo frente a la pantalla afecta el rendimiento académico.

- Existe una correlación entre un mayor tiempo frente a la pantalla y una mayor probabilidad de que los niños experimenten problemas de internalización como ansiedad y depresión. También reduce la capacidad de Los niños pequeños para interpretar las emociones, lo que dificulta el desarrollo de la empatía.

- El tiempo frente a la pantalla afecta la calidad del sueño.

- Establecer límites: Establezca horarios y expectativas regulares frente a la pantalla y cúmplalos. Dé a sus hijos una cuenta regresiva. Implemente un sistema de recompensas y penalizaciones.

- Crear hábitos saludables: Cuando llegue el momento de apagar la pantalla, No se deje arrastrar a una discusión sobre las reglas. Los padres pueden usar Una aplicación o servicio que limite automáticamente el tiempo frente a la Pantalla o bloquee el acceso de los dispositivos. Fomente el juego al aire libre, la lectura o los juegos de mesa.

- Elija contenido de calidad: Use el control parental, elija apps educativas de Confianza y vean contenido juntos siempre que sea posible.

- Sea un ejemplo a seguir: Los padres deben ser un ejemplo de buenos Hábitos frente a las pantallas y mantenerse involucrados en lo que sus hijos ven o juegan.

- El equilibrio es clave: El objetivo no es eliminar las pantallas, sino crear un equilibrio saludable que favorezca el aprendizaje y desarrollo..

5. Preguntas/Comentarios

Los padres compartieron sus preguntas y comentarios sobre la presentación. Mrs. Oxborrow compartió consejos para que hacer cuando su hijo resista el tiempo limitado de pantallas.