



¿Cómo tener éxito en ETHS?

Agenda



01

Departamento de Orientación

- Conoce tu equipo de Orientación



02

Éxito Académico

- Requisitos de Graduación
- Recuperación/Remediación de Crédito
- Opciones tras escuela secundaria



03

Herramientas para el éxito

- Asistencia/ Buen uso del tiempo
- Bienestar socioemocional
- Recursos

Personal de Orientación



Mr. Hosseinzadeh
Subdirector Orientación y
Currículo



Brenda Tettemer
Secretaria Equipo
Orientación
(Permisos de Trabajo)



Karen Kazemi
Enlace Comunitario
(Recursos)

Consejeras Escolares ETHS



Miss Felix
(A-Cru)



Mrs. McKelligan
(KURISU)
(Cu-Ho)



Mrs. Baker
(Hu-Mo)

Consejeras Escolares ETHS



Mrs. Coleman
(Mu-Sal)



Mrs. Myers
(Sam-Z)

ETHS Student Services Technicians (SST)



Mrs. Fernandez
(A-Gom)



Mrs. Rego
(Gon-Pan)



Mrs. Chambion
(Pap-Z)

¿Qué hacemos?

Consejeras escolares Ayuda con:

- Orientación universitaria y profesional
- Apoyo socioemocional
- Respuesta a crisis
- Intervención académica
- Referencias para apoyo adicional

Las Técnicas de Servicios Estudiantiles (SST) ayudan con:

- Inscripciones
- Itinerarios de Clase
- Estado y requisitos de graduación
- Formulario de servicio comunitario

Ve a tu consejera:

- antes de clase
- durante merienda o almuerzo
- después de la escuela
- en una emergencia

Éxito académico

- Requisitos de graduación
- Recuperación de créditos/Remediación
- Opciones postsecundarias

Requisitos de Graduación



Asignatura	Requisito
Inglés	40 créditos
Matemáticas (incluyendo Álgebra I)	30 créditos
Ciencia (Biología, Química, Física)	30 créditos
Historia (Historia Mundial, Historia EU, Gobierno/ Economía)	30 créditos
Salud	5 créditos
Educación Física/ Deportes	20 créditos
Lenguaje Mundial ☐ Artes Visuales y Dramáticas ☐ Carrera Técnica (CTE)	10 créditos
Optativos	55 créditos
Créditos Totales:	220 créditos

Calificaciones aprobatorias:

A, B, C, D

(F no es una calificación aprobatoria)

8 horas de servicio comunitario



Recuperación de Créditos

Si fracasas un curso obligatorio como:



Inglés

Matemática

Ciencia

Historia

... tienes que reponer la clase en:

- Escuela de verano
- Clase adicional durante horario escolar

Opciones postsecundarias

- Trabajo
- Fuerzas Armadas
- Colegio/
 - Escuela Vocacional/ Técnica
 - Colegio Comunitario
 - Transferencia a una universidad de 4 años tras 2 años en el colegio comunitario





Herramientas para ser un estudiante exitoso

- Asistir a la escuela diariamente
- Comunicarse con los profesores
- Ser organizado y productivo
- Estudiar todas las noches:
establecer un bloque de tiempo y
minimizar las distracciones

Asistencia

01

Asistir a clases
y ser puntual.



02

Comunícate
con tus
profesores
cuando estés
ausente

03

Asegúrate de justificar todas tus ausencias cuando estés fuera.

Tus padres/tutores pueden enviar un correo electrónico a **ETHSAttendance@svusd.org** o llamar a la Oficina de Asistencia.

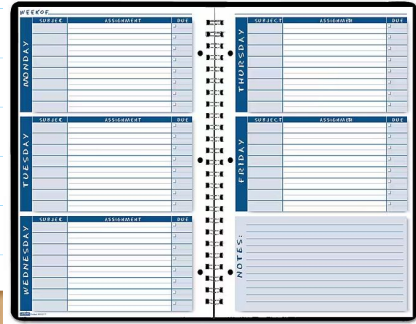
Las ausencias deberán justificarse en un plazo de 3 días.



Gestión del tiempo

01

Busca un sistema que funcione para ti: Calendario Google, Canvas, planificador, aplicaciones para manejar mejor tu tiempo.



02

Crea rutinas e itinerarios.

Planifica con antelación: no esperes hasta el último momento.

03

Priorizar tareas y asignaciones haciendo listas de deberes.





Estilo de vida saludable

- Prioriza:
 - Actividad física
 - Dormir lo suficiente
 - Alimentación saludable
 - Intereses y pasatiempos que disfrutas
 - Tiempo limitado frente a la pantalla
- Busca un balance

Manejo del estrés



01



Está atento a las señales de estrés:

- somnolencia
- ansiedad
- nerviosismo
- tristeza
- cambios de humor
- sentirse abrumado

02

Practica técnicas de afrontamiento positivas:

- escribir un diario
- hacer ejercicio
- hablar con seres queridos
- meditación/atención plena
- buscar ayuda cuando necesites

Apoyo a Estudiantes

- “News You Could Use!” Tablón de anuncios en la oficina principal y boletín electrónico
- **Centro Universitario y Profesional** (en el Centro de Innovación)
- **Jueves de Preparación para el Futuro:** Visitas de universidades y profesionales durante tutorial
- Talleres de bienestar de los miércoles
- El salón rETreat/Wellspace (junto a cerámica): abierto durante el almuerzo para recargar energías
- Tutorías a la hora del almuerzo en el Centro de Innovación

ETHS College & Career Visits

9/10 University of California, Irvine (UCI)

9/17 University of San Francisco
University of Utah **In Room 204**

9/24 University of Chicago
University of South

10/2 University of Calif

10/22 California State Un
Baylor University

10/29 University of Ariz
Worcester Polytec

11/5 Whittier College
University of Minn

📍 Bailey Innovation C

👤 Make an appointmen

on Flexiti

FERIA UNIVERSITARIA Y DE CARRERAS DEL SVUSD

2026

¡RESERVE LA FECHA!

7 DE OCTUBRE EN LHHS

🕒 5PM - 8PM

PRESENTACIONES

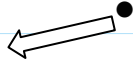
🎓 6PM - 8PM

REPRESENTANTES UNIVERSITARIOS
Y PROFESIONALES

www.svusdcollegefair.org



Recursos de Salud Mental



- **Soluna**

- Aplicación gratis de salud mental para estudiantes de California (13 a 25 años). Herramientas interactivas, conexión, orientación y ayuda personalizada.

- **Recursos de Salud Mental - SVUSD**

- Múltiples recursos (LGBTQ, Duelo, Centros de Consejería, etc.)

- **988 Línea de Crisis por Suicidio**

- Marca 988 or Llama 800-273-TALK

- **Línea de Texto para Crisis**

- Manda el texto “Hello” al número 741-741

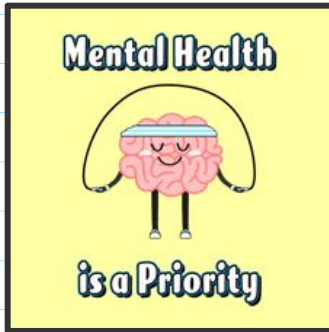
- **Consejería de Bienestar Mental**

- Pídele a tu consejera una referencia al Distrito

- **Salud HAZEL**

- Referido por padres o consejera

- **Programa “Una Puerta” de Western Youth Services**



RESUME

NAME

Tu!

EDUCATION

Varios Cursos Educativos

EXTRA-CURRICULARS

**Clubs, Deportes
Arte / Drama/ Musica**

COMMUNITY INVOLVEMENT

Trabajo Voluntario

HOBBIES & INTERESTS

**¿Qué haces fuera de la escuela?
- Escalar, surfear, senderismo, etc.**

Resumé de un “Charger” Listo para el Futuro!

- Envuélvete en la escuela y la comunidad.
- Explora intereses relacionados con tus futuras opciones profesionales.





Búsqueda del tesoro



Pongamos a prueba tus conocimientos

- Saca tu Chromebook.
- Se te indicará que busques artículos específicos en la página web de nuestra escuela.
- ¡El primero que encuentre el artículo y **levante la mano** ganará el punto!
- ¡Presta atención a cada artículo!

Primera persona en encontrar...

**¡El correo
electrónico de su
consejera!**

Correo electrónico de tu consejera:

**Pagina Web ETHS > “Guidance”
> “Counseling & Guidance Staff”**

Desplaza hacia la parte inferior de la página

Aprieta **AQUÍ** Para acceder la página

Student Service Technicians (SSTs) -

- Registration
- Scheduling
- Credit Recovery
- Community Service

+ Student Last Names (A-Gom)

+ Student Last Names (Gon-Pan)

+ Student Last Names (Pap-Z)

Guidance Counselors -

- Academic/High School Planning
- College/Career Counseling
- Social Emotional Support

+ Student Last Names (A-Cru)

+ Student Last Names (Cu-Ho)

+ Student Last Names (Hu-Mo)

+ Student Last Names (Mu-Sal)

+ Student Last Name (Sam-Z)

Primera persona en encontrar...

Calendario de “Guidance”

Calendario de “Guidance”

Página Web ETHS > “Guidance”

Desplaza hacia la parte inferior
de la página

Aprieta **AQUÍ** para
acceder la página

Guidance Calendar

< OCTOBER 2026 >						
SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
27	28	29 🔔 Freshman Classroom Lesson All Day	30 🔔 Freshman Classroom Lesson All Day	1	2 🔔 Future Ready College Visit: UC Santa Barbara 9:25 AM - 10:10 AM ETHS Bailey Innovation Center	3
4	5	6	7 🔔 SVUSD College & Career Fair 5:00 PM - 8:00 PM Laguna Hills High School, 25401 Paseo De Valencia, Laguna Hills, CA 92653, USA	8 🔔 Future Ready CA Event for Seniors! All Day	9 🔔 Future Ready CA Event for Seniors! All Day	10
11	12	13 🔔 Junior Classroom Lesson All Day	14	15	16	17 🔔 PSAT (Practice SAT) Test All Day

Primera persona en encontrar...

Requisitos de Graduación

Requisitos de Graduación:

Pagina Web ETSH > “Guidance”
> “High School Planning” >
SVUSD “Grad Requirements”

Aprieta **AQUÍ** para
acceder la página

High School Planning

SVUSD Graduation Requirements

Students must complete the following requirements:

- Earn a minimum of 220 credits of coursework: 165 required credits & 55 elective credits

SUBJECT	REQUIREMENT
English	40 credits
Math	30 credits
Science	30 credits
Social Studies	30 credits
Health	5 credits
Physical Education	20 credits
Visual or Performing Arts, World Languages or Career Technical Education	10 credits
Electives	55 credits

Primera persona en encontrar...

Clubs

Clubs:

Pagina Web ETHS > “Activities” > “Clubs”

Vuelve pronto - En construcción

Aprieta **AQUÍ** para
acceder la página

Clubs

El Toro High School prides itself on being able to offer extra-curricular activities that interests all students on campus. Whether students are interested in computer science, drama, hunger awareness, discussing anime, or making origami, there is a club for them. El Toro has Service Clubs, focused on community service, Curricular Clubs, focused on academics, and Non-Curricular Clubs, focused on a variety of topics not associated with academia. Students are able to join these clubs at the Club Rush event at the beginning of the school year, as well as throughout the school year. Students that wish to create their own club must visit the Activities Office before Club Rush in order to collect paperwork and obtain an advisor.

All El Toro students are encouraged to join a variety of clubs in order to build lifelong skills and friendships.

2025-26 Clubs

Club applications will be available in September 2025. There are 3 types of clubs that students can form. All clubs must have a staff advisor to oversee their club and their club meetings.

Type of club: (S) Service, (C) Curricular, (N) Non-curricular

Primera persona en encontrar...

**Recursos de Salud
Mental “*Mental
Wellness
Resources*”**

Recursos de Salud Mental:

Página Web ETHS > “Guidance”
> “Social-Emotional Wellness”

Aprieta **AQUÍ** para
acceder la página

Social-Emotional Wellness Wellness Resources

- + Mental Health Resources
- + Retreat
- + Virtual Relaxation Room
- + Wellness Apps
- + Wellness Wednesdays

¡Gracias!



Por favor envíanos un correo electrónico con cualquier pregunta o pasa por nuestras oficinas.

