

**March 2020**

Todd Hall, Federal Programs Director, Ext. 10007, Jeff Horne, Assistant Federal Programs Director

The Parent Post

Colquitt County Schools Parent and Family Engagement

Darlene Reynolds, Parent and Family Engagement Director, 10034 Yolanda Carr-Fuller, Federal Programs Secretary, 10033

**Testing is… HARD**

**By: Shanate Porter, School Counselor, Youth Villages, Inner Harbour Campus**

Tests can be hard for anybody. Think about it, we test for every milestone in our lives. For kindergarten, it’s to see if we have basic skills like writing your name, final exams to pass to the next grade, and tests to get in college, even tests to be certified professionals! The truth is we can’t get away from tests.

With the upcoming test season there are many ways to support your child, one of those ways is emotional support. According to Tim Zimmer in “The Effects of Standardized Testing on Teachers and Students” stress from standardized testing can lead to poor health and negative feelings toward school and learning, go figure right? With that being said, here are some ways to support your child during these times.

* Watch what you feed them! During this time it would be natural for the kiddos to grab some junk food to make them “feel better”. Instead prepare foods that are rich in protein like turkey or chicken. Protein regulates hunger and produces serotonin “the feel good” chemical. Yogurt is another snack to give, the probiotics in yogurt reduces activity in the brain that handles stress.
* Post inspirational quotes all over! Although we may feel that kids know they’re great, with all the preparation for testing they could feel not so great. So posting in the bathroom, on the refrigerator, in their lunch bags, could make a world of difference.
* Extra free time. This may sound counterproductive but the less pressure they feel the more efficient they learn.

All in all the more emotional support that is given, the less stressful the students are and the better they perform.

For more information about the Georgia Milestones Assessment System on the Georgia Department of Education website, please visit the following link:

<https://goo.gl/QwmTHB>

**How Can we Help our Students Prepare for Testing?**

Maggie Brown, STEM Teacher, North Douglas Elementary School

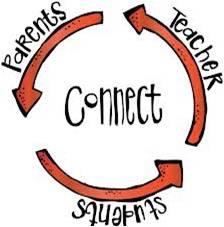
As GMAS, Georgia Milestones Assessment System, testing windows approach, many parents are concerned with the success of their children. Teachers and students share this concern. Testing expectations can be very stressful for all stakeholders. Our community should always work together to help children understand that the tests are important; however, they are not an absolute measure of student’s intelligence. These assessments are designed to track the academic progress for the benefit of the child. It is extremely helpful in showing areas that need additional work or practice with each individual student.

We are a community and we must all work together to ensure the success of our children and schools. The National Education Association states, “When schools, parents, families and communities work together to support learning, students tend to earn higher grades, attend school more regularly, stay in school longer, and enroll in higher programs.” (NEA, 2008)

**What’s On Your Mind?**

All Colquitt County Schools are Title I schools, and we continuously seek your input on any decision making and carrying out of activities. We are in the beginning stages of revising our 2020/2021 compacts, family engagement plans, reserved funds, and school improvement plans. We refuse to make any decisions without allowing you the opportunity to give us your feedback. Each school will have opportunities for you to provide input and all families are welcome to participate. We need your input to help us plan to make the 2020-2021 Title I Parent Engagement program SUCCESSFUL!

Contact your child’s school for more details.





El Portal Paternal

Compromiso de Padsres de las Escuelas del Condado Colquitt

Todd Hall, Director de Programas, Federales r, Ext. 10007, Jeff Horne, Asistente del Director de Programas Federales

**March 2020**

Darlene Reynolds, Parent and Family Engagement Director, 10034 Yolanda Carr-Fuller, Federal Programs Secretary, 10033

**¿Cómo Podemos Ayudar a Nuestros Estudiantes a Prepararse para Los Exámenes?**

Maggie Brown, Maestra de STEM, Escuela Primaria North Douglas

A medida que se aproximan las fechas de las evaluaciones de GMAS, el Sistema de Evaluación de Milestones de Georgia, muchos padres están preocupados por el éxito de sus hijos. Los maestros y alumnos comparten esta inquietud. Las expectativas de los exámenes pueden ser muy estresantes para todos los interesados. Nuestra comunidad siempre debe trabajar junta para ayudar a los niños a comprender que las pruebas son importantes; sin embargo, no son una medida absoluta de la inteligencia del estudiante. Estas evaluaciones están diseñadas para hacer un seguimiento del progreso académico en beneficio del niño-a. Es extremadamente útil para mostrar áreas que necesitan trabajo adicional o práctica individualizada para cada estudiante.

Somos una comunidad y debemos trabajar todos juntos para garantizar el éxito de nuestros niños y escuelas. La

Asociación Nacional de Educación declara: "Cuando las escuelas, los padres, las familias y las comunidades trabajan juntas para apoyar el aprendizaje, los estudiantes tienden a obtener mejores calificaciones, asisten a la escuela con más frecuencia, permanecen en la escuela por más tiempo y se inscriben en programas superiores". (NEA, 2008)

**Tomar exámenes es ... DIFÍCIL**

**Por: Shanate Porter, Consejera Escolar, Youth Villages, Campus de Inner Harbor**

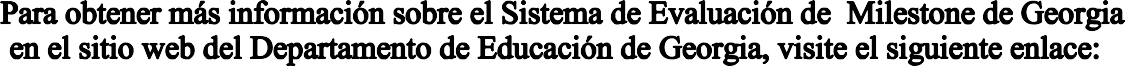
Las pruebas pueden ser difíciles para cualquiera. Piénselo, hay una prueba en cada etapa de nuestras vidas. Para kindergarten, es para ver si tenemos habilidades básicas como escribir nuestro nombre, exámenes finales para pasar al siguiente grado, y exámenes para ingresar a la universidad, ¡incluso exámenes para obtener certificación profesional! La verdad es que no podemos escaparnos de las pruebas..

Con la próxima temporada de exámenes, hay muchas maneras de apoyar a su hijo-a, una de esas formas es el apoyo emocional. Según Tim Zimmer en "Los efectos de las Pruebas Estandarizadas en Profesores y Estudiantes", el estrés de las pruebas estandarizadas puede llevar a una mala salud y sentimientos negativos hacia la escuela y el aprendizaje, imagínese eso, ¿verdad? Dicho esto, aquí hay algunas formas de ayudar a su hijo durante estos momentos.

1. ¡Cuidado con lo que les da de comer! Durante este tiempo, sería natural que los niños tomen algo de comida chatarra para sentirse "mejor". En su lugar, prepare alimentos que sean ricos en proteínas como el pavo o el pollo. La proteína regula el hambre y produce serotonina el químico de "sentirse bien". El yogur es otro bocadillo para dar, los probióticos en el yogur reducen la actividad en el cerebro que maneja el estrés.
2. ¡Ponga citas inspiradoras por todas partes! Aunque sentimos que los niños saben que son geniales, con toda la preparación para las pruebas es posible que no se sientan tan bien. Así que póngalas en el baño, en el refrigerador, en sus loncheras, podrían hacer una gran diferencia.
3. Extra tiempo libre. Esto puede parecer contraproducente, pero cuanta menos presión sientan, aprenderán más eficientemente.

En general, cuanto más apoyo emocional se dé, menos estresantes estarán los estudiantes y mejor se desempeñarán

<https://goo.gl/QwmTHB>

****

**What’s On Your Mind?**

Todas las Escuelas del Condado de Colquitt son escuelas de Título I, y continuamente buscamos su opinión sobre cualquier toma de decisiones y realización de actividades. Estamos en las etapas iniciales de la revisión de nuestros pactos 2020/2021, planes de participación familiar, fondos reservados y planes de mejora escolar. Nos negamos a tomar cualquier decisión sin permitirle la oportunidad de darnos sus comentarios. Cada escuela tendrá oportunidades para que usted proporcione información y todas las familias son bienvenidas a participar. ¡Necesitamos su opinión para ayudarnos a planear hacer que el programa de participación de los padres del Título I 2020-2021 sea exitoso!

Comuníquese con la escuela de su hijo para obtener más detalles.