Mahal na Magulang/Tagapagalaga:

Ang Karunungang Pangkalusugan ay bahagi ng programa na alituntunan sa pagtuturo sa lahat ng baitang sa mga paaralan ng San Francisco. Ang hangad ng Karunungang Pangkalusugan ay madagdagan at mapagtibay ang pagtatalakay hinggil sa kalusugan at madali ang pakikipag-ugnayan ng kabataan at nakakatanda sa kanilang tahanan at sa lipunan.

Sa Ika-anim na baitang ang aralin sa karunungang pangkalusugan ay naka-pokus sa: pagtanggap ng responsibilidad para sa kalusugang pang-personal at sariling kapakanan; pag-paplano para sa pang-habangbuhay na kalusugan; matutong magtiwala sa sarili; maintindihan ang importansya ng pag-aalaga sa sarili; matutuhan ang kahalagahan ng kalakasan ng katawan, at nutrisyon sa pagpili ng masustansyang pagkain at matutuhan ang kahalagahan ng ehersisyo; umunlad sa edukasyong pang-lipunan at kalusugang emosyonal sa pamamagitan ng pagsasanay sa komunikasyon, kasama rito ang pagtutol at paninindigan upang mapaglabanan and impluensya ng mga kaibigan, matutong magdala ng problema o stress; magsanay kung papaanong mapagkakaisahan ang mga salungatan at pag-galang sa kaibahan ng pamilya; pag-aralan ang iba't ibang sistema ng katawan; matutuhan ang pagkakaiba ng sakit na hindi nakakahawa at sakit na nakakahawa; maunawaan ang pagbabago ng katawan habang nagdadalaga o nagbibinata, kasama rito ang pisikal at emosyonal na pagbabago; pag-aaralan ang iba"t ibang sistema ng katawan; maunawaan ang sakit na nakakahawa at hindi nakakahawa; makilala ang epekto ng bawal na gamot: magsanay sa pagpapasiya at pagtutol hinggil sa pag-gamit ng bawal na gamot at mga pang-seksual na gawain; itaguyod ang kaingatang pang-personal sa loob ng tahanan, gawain sa labas ng bahay, at pangalagaan ang sarili sa mga abusong pisikal o seksual.

Lahat ng paaralang middle-school ng San Francisco ay gumagalang sa ala-ala ng World Aids Day (December 1) lahat ng baitang ay may gawaing angkop sa kanilang gulang, kasama rito ang kilusan sa paghingi ng donasyong pagkain, pakikipagsulat sa mga taong mayroong impeksyong HIV at mga aralin hinggil sa pagkontra sa HIV. Ang mga 6th graders ay maaari ring makapanood ng palabas sa teatro, "Nightmare on Puberty Street ", ito ay hinggil sa pisikal, sosyal at emosyonal na pagbabago sa pagdadalaga o pagbibinata.

Mga ahensya ng lipunan ay inapruba ang pagtatanghal sa loob ng eskuela sa mga middle-school at high school sa San Francisco. Ang mga organisasyong ito ay nakalista sa likod ng pahinang ito

Kopya ng materyales o kagamitan sa kurikulum at video na gagamitin ay inyong matatagpuan sa paaralan para inyong mabalik-aral.

Ang mag-aaral ay ipagpapaumanhin sa anumang bahagi ng programang karunungan pangkalusugan kung ito ay salungat sa kaniyang relihiyon, asal o sariling paniniwala. Kung hangarin ninyong huwag sumali ang inyong anak sa anumang bahagi ng instruksyon, pakiusap lang na gumawa ng sulat at ipadala sa guro ng inyong anak. Ang sulat o pakiusap ninyo ay may bisa sa loob ng isang taong pasukan.

Sumasainyo.

_____

Pirma ng Guro

Mahal na Magulang/Tagapagalaga:

Ang Karunungang Pangkalusugan ay bahagi ng programa na alituntunan sa pagtuturo sa lahat ng baitang sa mga paaralan ng San Francisco. Ang hangad ng Karunungang Pangkalusugan ay madagdagan at mapagtibay ang pagtatalakay hinggil sa kalusugan at madali ang pakikipag-ugnayan ng kabataan at nakakatanda sa kanilang tahanan at sa lipunan.

Sa Ika-pitong baitang ang aralin sa karunungang pagkalusugan ay naka-pokus sa; pag-tanggap ng responsibilidad para sa kalusugang pang-personal at kabutihan: matutong maging maganda at magkaroon ng mabuting pakiramdam sa pamamagitan ng pag-aalaga sa sarili; maintidihan ang kalusugang pang-mental at magkaroon ng walang pag-aalinlangan at pagpapahalaga sa sarili; matutong magkaroon ng magandang relasyon datapwa"t matutong tumanggap ng pagkakaiba ng tao: matutong harapin ang abuso at karahasan at gumawa ng resolusyon sa mga salungatan; pagtuturo ng wastong na pamimili; magkaroon ng kaalaman sa paglaki at pag-unlad; matutuhan ang importansya ng kalusugan at nutrisyon; maunawaan ang sakit na hindi nakakahawa at sakit na nakakahawa, pag-aralan halimbawa ang "Sexually Transmitted Disease o STD", magsanay sa pakikipag-usap, kasama rito ang pagtutol at paninindigan upang mapaglabanan ang impluensya ng kaibigan; alamin ang epekto ng tabako at alkohol; magsanay sa pagpapasiya at pagtutol hingiil sa paggamit ng bawal na gamot at pang-seksual na gawain; itaguyod ang kaingatang pang-personal sa tahanan, sa lipunan at mga gawain sa labas ng bahay; pag-aralin ang kapaligiran at ang relasyon nito sa ating kalusugan.

Lahat ng paaralang middle-school ng San Francisco ay gumagalang sa ala-ala ng World Aids Day (December 1) lahat ng baitang ay may gawaing angkop sa kanilang gulang, kasama rito ang kilusan sa paghingi ng donasyong pagkain, pakikipag-sulat sa mga taong mayroong impeksyong HIV at mga aralin hinggil sa pagkontra sa HIV.

Mga ahensya sa lipunan ay inapruba ang pagtatanghal sa loob ng silid-aralin sa mga middle-school at high-school ng San Francisco. Ang mga organisasyong ito ay nakalista sa likod ng pahinang ito.

Kopya ng materyales o kagamitan sa kurikulum at video na gagamitin ay inyong matatagpuan sa paaralan para inyong mabalik-aral.

Ang mag-aaral ay ipagpapaumanhin sa anumang bahagi ng programang karunungan pangkalusugan kung ito ay salungat sa kaniyang relihiyon, asal o sariling paniniwala. Kung hangarin ninyong huwag sumali ang inyong anak sa anumang bahagi ng instruksyon, pakiusap lang na gumawa ng sulat at ipadala sa guro ng inyong anak. Ang sulat o pakiusap ninyo ay may bisa sa loob ng isang taong-pasukan.

Sumasainyo,

_____

Pirma ng Guro

Health Education/Grade Seven
Tagalog

Mahal na Magulang/Tagapagalaga:

Ang Karunungang Pangkalusugan ay bahagi ng programa na alituntunan sa pagtuturo sa lahat ng baitang sa mga paaralan ng San Francisco. Ang hangad ng Karunungang Pangkalusugan ay madagdagan at mapagtibay ang pagtatalakay hinggil sa kalusugan at madali ang pakikipag-ugnayan ng kabataan at nakakatanda sa kanilang tahanan at sa lipunan.

Sa Ika-walong baitang, ang aralin sa karunungang pangkalusugan ay naka-pokus sa: pag-gawa ng desisyon, magkaroon ng layunin at gumawa ng mga kilos para sa kalusugang pang-personal at kabutihan, pag-unawa ng damdamin, karamdaman sa utak, at mga mapagkukunan ng tulong; matutong magdala ng problema o "stress", maunawaan ang pakikipag-tipan o pakikipag-date, pag-aasawa at pagiging magulang at pagtanggap sa pagkakaiba ng tao; maunawaan ang problema ng mamimili, at mga usaping kalusugan ng publiko; magkaroon ng kaalaman sa pagdadalaga o pagbibinata at pagtanda at pagharap sa kamatayan at kalungkutan; pagpaplano ng programa sa kalusugan o kalakasan at pagsamasamahin ang bawa't isa sa gawain ng isang grupo; pangangalaga sa timbang at alamin ang hindi wastong pagkain; pag-aaralin ang mga nakakahawang sakit at hindi nakakahawang sakit, kasama rito ang seksual na nagdadala ng sakit (STD); maunawaan ang allergy, asthma at iba pang hindi nakakahawang sakit; mapag-aralan ang mga bawal na gamot at ang pinsalang gagawin nito sa kalusugan. kung paanong manindigan sa pagtutol sa mga bawal na gamot; matutuhang alamin ang mga uri ng pang-aabuso at alamin ang tamang ahensya na makukunan ng impormasyon at tulong; matuto ng pamamaraan pag nasa kagipitan; matuto ng pamamaraan sa mga panganib sa kapaligiran.

Lahat ng paaralang middle-school ng San Francisco ay gumagalang sa ala-ala ng World Aids Day (December 1) lahat ng baitang ay may gawaing angkop sa kanilang gulang, kasama rito ang kilusan sa paghingi ng donasyong pagkain, pakikipagsulat sa mga taong mayroong impeksyong HIV at mga aralin hinggil sa pagkontra sa HIV.

Mga ahensya sa lipunan ay inapruba ang pagtatanghal sa loob ng silid-aralin sa mga middle school at high-school ng San Francisco. Ang mga organisasyong ito ay nakalista sa likod ng pahinang ito.

Kopya ng materyales o kagamitan sa kurikulum at video na gagamitin ay inyong matatagpuan sa paaralan para inyong mabalik-aral.

Ang mag-aaral ay ipagpapaumanhin sa anumang bahagi ng programang karunungan pangkalusugan kung ito ay salungat sa kaniyang relihiyon, asal o sariling paniniwala. Kung hangarin ninyong huwag sumali ang inyong anak sa anumang bahagi ng instruksyon, pakiusap lang na gumawa ng sulat at ipadala sa guro ng inyong anak. Ang sulat o pakiusap ninyo ay may bisa sa loob ng isang taong pasukan.

Sumasainyo,

_____

Pirma ng Guro

Health Education/Grade Eight
Tagalog