

Kính Gởi Phụ Huynh/ Giám Hộ Học Sinh:

**Giáo Dục Sức Khỏe** là một chương trình cưỡng bách giáo dục phải được giảng dạy tại tất cả các trường tại Học Khu San Francisco. Mục đích của chương trình này là để bổ túc và nhấn mạnh vào những vấn đề thường được bàn cãi trong gia đình, và cũng là để sự thông cảm giữa người lớn và trẻ em được thuận lợi dễ dàng hơn trong gia đình cũng như ngoài xã hội.

Giáo dục về sức khỏe tại các **Lớp Mẫu Giáo** bao gồm những đề tài sau: Khái niệm về sự an toàn và việc đề phòng bị thương tích, gồm việc đi về học và báo động khi có lửa cháy; sự khác biệt giữa con người làm mỗi cá nhân là một người đặc biệt và duy nhất, kính trọng những tình cảm của mỗi người, làm thế nào để kiểm soát tình cảm của mình và biết phân biệt đâu là sự sờ mó xấu hoặc những đụng chạm tốt; học về ngũ quan và sức khỏe cá nhân, biết rửa tay, săn sóc da và răng lợi; dinh dưỡng, các nhóm thức ăn và thức ăn lành mạnh; thuốc độc, thuốc uống chữa bệnh và những chất thuốc nguy hiểm; biết lấy quyết định và những thói quen tốt về y tế sức khỏe; gia đình, tập quán, phong tục của gia đình và những trách nhiệm đối với gia đình.

Tất cả học sinh Tiểu Học thuộc Học Khu San Francisco ghi nhớ **NGÀY BỆNH AIDS THẾ GIỚI (Ngày 1 Tháng 12)** với những sinh hoạt dành cho mọi lứa tuổi thích hợp. Những sinh hoạt đó gồm có việc tặng thực phẩm, viết thư cho những người bị nhiễm trùng HIV, và những bài học về việc tránh nhiễm trùng HIV. Các học sinh lớp Mẫu Giáo có thể tham dự buổi trình diễn với đề tài "Get Real, Too", nói về việc nhiễm trùng HIV và bệnh AIDS.

**Những tài liệu về chương trình giáo dục sức khỏe (gồm tài liệu viết và videos) của học sinh được để tại văn phòng nhà trường để phụ huynh tương.**

Học sinh có thể được miễn theo học các lớp học về giáo dục sức khỏe nếu bài học có những điểm đi ngược với niềm tin về tôn giáo, luân lý hoặc niềm tin cá nhân. **Nếu không muốn cho con em theo học bất cứ phần nào của chương trình học này, quý vị có thể viết giấy cho thầy hoặc cô giáo của em. Giấy yêu cầu này có hiệu lực trong suốt niên học.**

Trân trọng kính chào quý vị.

---

Giáo Sư Phụ Trách

Health Education/Kindergarten  
Vietnamese

Kính Gởi Phụ Huynh/ Giám Hộ Học Sinh:

**Giáo Dục Sức Khỏe** là một chương trình cưỡng bách giáo dục phải được giảng dạy tại tất cả các trường thuộc Học Khu San Francisco. Mục đích của chương trình này là để bổ túc và nhấn mạnh vào những vấn đề thường được bàn cãi trong gia đình, và cũng là để sự thông cảm giữa người lớn và trẻ em được thuận lợi dễ dàng hơn trong gia đình cũng như ngoài xã hội.

Giáo dục về sức khỏe tại **Lớp Một** bao gồm những đề tài sau: Sự tự giác, nhấn mạnh rằng mỗi người đều độc đáo và đặc biệt, sự quan trọng của gia đình, nhận thức về những tính dị biệt và đặc thù của mỗi gia đình, những thói quen hàng ngày về giữ gìn sức khỏe như việc săn sóc răng lợi, thực phẩm có tính cách dinh dưỡng, hiểu biết về các bệnh dịch tễ, truyền nhiễm lây hay không lây, cách tránh làm lan truyền các bệnh hay lây, gồm cả việc tránh nhiễm trùng HIV; một loạt các bài học về sự an toàn như đi xe buýt, đi bộ, và sự an toàn cá nhân; những chất liệu hữu ích và những loại độc hại gồm cả độc dược và các loại thuốc nguy hiểm, kể cả loại thuốc hút; về những vai trò của nhân viên y tế trong việc giúp cho con người được mạnh khỏe, đề phòng bệnh tật.

Tất cả học sinh Tiểu Học thuộc Học Khu San Francisco ghi nhớ **NGÀY BỆNH AIDS THẾ GIỚI (Ngày 1 Tháng 12)** với những sinh hoạt dành cho mọi lứa tuổi thích hợp. Những sinh hoạt đó gồm có việc tặng thực phẩm, viết thư cho những người bị nhiễm trùng HIV, và những bài học về việc tránh nhiễm trùng HIV. Các học sinh lớp Một có thể tham dự buổi trình diễn với đề tài "Get Real, Too", nói về việc nhiễm trùng HIV và bệnh AIDS.

**Những tài liệu về chương trình giáo dục sức khỏe (gồm tài liệu viết và videos) của học sinh được để tại văn phòng nhà trường để phụ huynh tương.**

Học sinh có thể được miễn theo học các lớp học về giáo dục sức khỏe nếu bài học có những điểm đi ngược với niềm tin về tôn giáo, luân lý hoặc niềm tin cá nhân. **Nếu không muốn cho con em theo học bất cứ phần nào của chương trình học này, quý vị có thể viết giấy cho thầy hoặc cô giáo của em. Giấy yêu cầu này có hiệu lực trong suốt niên học.**

Trân trọng kính chào quý vị.

---

Giáo Sư Phụ Trách

Kính Gởi Phụ Huynh/ Giám Hộ Học Sinh:

**Giáo Dục Sức Khỏe** là một chương trình cưỡng bách giáo dục phải được giảng dạy tại tất cả các trường thuộc Học Khu San Francisco. Mục đích của chương trình này là để bổ túc và nhấn mạnh vào những vấn đề thường được bàn cãi trong gia đình, và cũng là để sự thông cảm giữa người lớn và trẻ em được thuận lợi dễ dàng hơn trong gia đình cũng như ngoài xã hội.

Giáo dục về sức khỏe tại **Lớp Hai** bao gồm những đề tài sau: Khả năng giao tiếp với mọi người, bao gồm cả việc biểu lộ tình cảm, những hành vi cử chỉ có hàm ý và làm cách nào để chế ngự tình cảm; khả năng giao tiếp trong lãnh vực gia đình, làm thế nào để các người trong gia đình có thể giúp đỡ lẫn nhau; cách đối đầu với những thay đổi trong gia đình; những bài học về sự tăng trưởng; những thói quen hàng ngày trong việc săn sóc sức khỏe; sự quan trọng của việc tập luyện hàng ngày và những thức ăn bổ dưỡng để giữ gìn sức khỏe; tiếp xúc với nhân viên y tế để được chỉ dẫn về việc giữ gìn sức khỏe, việc tự săn sóc khi bị bệnh nhẹ hoặc bị thương tích nhẹ; bệnh lan truyền như thế nào; hiểu biết về việc uống rượu khi còn trẻ; phát triển khả năng biết từ chối và đề nghị những sinh hoạt, giải trí an toàn; những thủ tục phải theo khi gặp trường hợp khẩn cấp; gồm cả việc an toàn khi có lửa cháy; giải quyết xung đột; biết cách phê bình những quảng cáo, bao gồm cả việc quảng cáo chương trình truyền hình của trẻ em và quảng cáo thuốc lá hút.

Tất cả học sinh Tiểu Học thuộc Học Khu San Francisco ghi nhớ **NGÀY BỆNH AIDS THẾ GIỚI (Ngày 1 Tháng 12)** với những sinh hoạt dành cho mọi lứa tuổi thích hợp. Những sinh hoạt đó gồm có việc tặng thực phẩm, viết thư cho những người bị nhiễm trùng HIV, và những bài học về việc tránh nhiễm trùng HIV. Các học sinh lớp Hai có thể tham dự buổi trình diễn với đề tài "Get Real, Too", nói về việc nhiễm trùng HIV và bệnh AIDS.

**Những tài liệu về chương trình giáo dục sức khỏe (gồm tài liệu viết và videos) của học sinh được để tại văn phòng nhà trường để phụ huynh tương.**

Học sinh có thể được miễn theo học các lớp học về giáo dục sức khỏe nếu bài học có những điểm đi ngược với niềm tin về tôn giáo, luân lý hoặc niềm tin cá nhân. **Nếu không muốn cho con em theo học bất cứ phần nào của chương trình học này, quý vị có thể viết giấy cho thầy hoặc cô giáo của em. Giấy yêu cầu này có hiệu lực trong suốt niên học.**

Trân trọng kính chào quý vị.

---

Giáo Sư Phụ Trách

Kính Gửi Phụ Huynh/ Giám Hộ Học Sinh:

**Giáo Dục Sức Khỏe** là một chương trình cưỡng bách giáo dục phải được giảng dạy tại tất cả các trường thuộc Học Khu San Francisco. Mục đích của chương trình này là để bổ túc và nhấn mạnh vào những vấn đề thường được bàn cãi trong gia đình, và cũng là để sự thông cảm giữa người lớn và trẻ em được thuận lợi dễ dàng hơn trong gia đình cũng như ngoài xã hội.

Giáo dục về sức khỏe tại **Lớp Ba** bao gồm những đề tài sau: Biết áp dụng lý thuyết về cách giải quyết vấn đề vào những quyết định phải làm trong cuộc sống hàng ngày, cách làm việc và giao hảo với người khác, nhấn mạnh vào việc hợp tác và tôn trọng người khác, nhận biết những trường hợp nào là nguy hiểm và thực tập khả năng biết từ chối; giữ gìn sức khỏe; biết cách lựa chọn những môn thực tập nào có ích cho con người của mình, biết nghỉ ngơi, dinh dưỡng và đề phòng bệnh tật; sự an toàn cá nhân ở nhà và trong xe hơi; biết cách sử dụng thuốc men và nhận biết những chất thuốc nguy hại, nhấn mạnh vào sự nguy hiểm của thuốc lá; biết cách đi xe đạp cho an toàn, bao gồm việc đội mũ an toàn; những đề tài về ô nhiễm và bảo vệ môi sinh.

Tất cả học sinh Tiểu Học thuộc Học Khu San Francisco ghi nhớ **NGÀY BỆNH AIDS THẾ GIỚI (Ngày 1 Tháng 12)** với những sinh hoạt dành cho mọi lứa tuổi thích hợp. Những sinh hoạt đó gồm có việc tặng thực phẩm, viết thư cho những người bị nhiễm trùng HIV, và những bài học về việc tránh nhiễm trùng HIV. Các học sinh lớp Ba có thể tham dự buổi trình diễn với đề tài "Get Real, Too", nói về việc nhiễm trùng HIV và bệnh AIDS.

**Những tài liệu về chương trình giáo dục sức khỏe (gồm tài liệu viết và videos) của học sinh được để tại văn phòng nhà trường để phụ huynh tương.**

Học sinh có thể được miễn theo học các lớp học về giáo dục sức khỏe nếu bài học có những điểm đi ngược với niềm tin về tôn giáo, luân lý hoặc niềm tin cá nhân. **Nếu không muốn cho con em theo học bất cứ phần nào của chương trình học này, quý vị có thể viết giấy cho thầy hoặc cô giáo của em. Giấy yêu cầu này có hiệu lực trong suốt niên học.**

Trân trọng kính chào quý vị.

---

Giáo Sư Phụ Trách

Health Education/Grade Three  
Vietnamese

Kính Gởi Phụ Huynh/ Giám Hộ Học Sinh:

**Giáo Dục Sức Khỏe** là một chương trình cưỡng bách giáo dục phải được giảng dạy tại tất cả các trường thuộc Học Khu San Francisco. Mục đích của chương trình này là để bổ túc và nhấn mạnh vào những vấn đề thường được bàn cãi trong gia đình, và cũng là để sự thông cảm giữa người lớn và trẻ em được thuận lợi dễ dàng hơn trong gia đình cũng như ngoài xã hội.

Giáo dục về sức khỏe tại **Lớp Bốn** bao gồm những đề tài sau: tập khả năng biết quyết định về nhiều lãnh vực như lựa chọn bạn bè, biết chống trả những áp lực của bạn bè và biết cách trả lời **KHÔNG** mà không mất tình bạn; hiểu biết về sức khỏe cá nhân và dinh dưỡng; các cơ quan trong người và cách săn sóc các cơ quan đó; hiểu biết về sự khác biệt giữa thuốc trị bệnh và những chất ma túy, biết quả quyết từ chối không sử dụng ma túy; biết thực hiện những mục tiêu do gia đình đặt ra, biết giải quyết xung đột và biết thương lượng và điều đình; hiểu và biết bảo vệ mình khi gặp lửa cháy; những vấn đề về ô nhiễm môi sinh và sự quan trọng của sự bảo vệ môi trường sinh sống; biết sử dụng khả năng và sự hiểu biết để có những quyết định thông minh về lối sống trong việc giữ gìn sức khỏe.

Tất cả học sinh Tiểu Học thuộc Học Khu San Francisco ghi nhớ **NGÀY BỆNH AIDS THẾ GIỚI (Ngày 1 Tháng 12)** với những sinh hoạt dành cho mọi lứa tuổi thích hợp. Những sinh hoạt đó gồm có việc tặng thực phẩm, viết thư cho những người bị nhiễm trùng HIV, và những bài học về việc tránh nhiễm trùng HIV. Các học sinh lớp Bốn có thể tham dự buổi trình diễn với đề tài "Get Real", nói về việc nhiễm trùng HIV và bệnh AIDS.

**Những tài liệu về chương trình giáo dục sức khỏe (gồm tài liệu viết và videos) của học sinh được để tại văn phòng nhà trường để phụ huynh tường.**

Học sinh có thể được miễn theo học các lớp học về giáo dục sức khỏe nếu bài học có những điểm đi ngược với niềm tin về tôn giáo, luân lý hoặc niềm tin cá nhân. **Nếu không muốn cho con em theo học bất cứ phần nào của chương trình học này, quý vị có thể viết giấy cho thầy hoặc cô giáo của em. Giấy yêu cầu này có hiệu lực trong suốt niên học.**

Trân trọng kính chào quý vị.

---

Giáo Sư Phụ Trách

Kính Gởi Phụ Huynh/ Giám Hộ Học Sinh:

**Giáo Dục Sức Khỏe** là một chương trình cưỡng bách giáo dục phải được giảng dạy tại tất cả các trường thuộc Học Khu San Francisco. Mục đích của chương trình này là để bổ túc và nhấn mạnh vào những vấn đề thường được bàn cãi trong gia đình, và cũng là để sự thông cảm giữa người lớn và trẻ em được thuận lợi dễ dàng hơn trong gia đình cũng như ngoài xã hội.

Giáo dục về sức khỏe tại **Lớp Năm** bao gồm những đề tài sau: Quá lo lắng về nhiều vấn đề, cách đối phó với việc lo lắng thái quá đó và biết tìm đến những chuyên viên y tế phụ trách để được giúp đỡ; biết quyết định để giữ gìn sức khỏe tốt và lành mạnh; nhấn mạnh vào việc biết nghỉ ngơi, tập thể dục thể thao; học về dinh dưỡng và bệnh tật, biết phân biệt và thẩm định những quảng cáo về đồ ăn, thức uống có nhiều chất dinh dưỡng; sự trưởng thành và sự phát triển của con người và đời sống gia đình; học về những thay đổi đột ngột của tuổi vị thành niên, nhu cầu về vệ sinh, những bồn phiền đối với gia đình và sự thay đổi trong gia đình; những hậu quả của việc sử dụng ma túy; học về khả năng biết quyết liệt từ chối không hút thuốc hoặc sử dụng ma túy; sự an toàn và tránh bị thương khi xuống nước và khi tập thể dục thể thao; biết bảo vệ mình tránh trường hợp bị lợi dụng về thể xác cũng như về tình dục.

Tất cả học sinh Tiểu Học thuộc Học Khu San Francisco ghi nhớ **NGÀY BỆNH AIDS THẾ GIỚI (Ngày 1 Tháng 12)** với những sinh hoạt dành cho mọi lứa tuổi thích hợp. Những sinh hoạt đó gồm có việc tặng thực phẩm, viết thư cho những người bị nhiễm trùng HIV, và những bài học về việc tránh nhiễm trùng HIV. Các học sinh Lớp Năm có thể tham dự buổi trình diễn với đề tài "Get Real", nói về việc nhiễm trùng HIV và bệnh AIDS.

**Những tài liệu về chương trình giáo dục sức khỏe (gồm tài liệu viết và videos) của học sinh được để tại văn phòng nhà trường để phụ huynh tương.**

Học sinh có thể được miễn theo học các lớp học về giáo dục sức khỏe nếu bài học có những điểm đi ngược với niềm tin về tôn giáo, luân lý hoặc niềm tin cá nhân. **Nếu không muốn cho con em theo học bất cứ phần nào của chương trình học này, quý vị có thể viết giấy cho thầy hoặc cô giáo của em. Giấy yêu cầu này có hiệu lực trong suốt niên học.**

Trân trọng kính chào quý vị.

---

Giáo Sư Phụ Trách

Health Education/Grade Five  
Vietnamese