

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 Sáu** bao gồm những đề tài sau: Nhận lãnh trách nhiệm về sức khỏe và an sinh cá nhân; phác họa sống một cuộc sống lành mạnh; phát triển tính tự tin và lòng tự trọng, nhận thức được sự quan trọng của việc tự săn sóc cho bản thân; sự quan trọng của việc giữ gìn sức khỏe, khái niệm về dinh dưỡng bằng cách biết chọn thức ăn lành mạnh và biết về những lợi ích của sự tập luyện thân thể, phát triển đời sống tinh thần và xã hội bằng cách tập luyện khả năng giao tế kể cả việc biết từ chối và tập tính quả quyết trong việc chống lại áp buộc của bạn bè, học cách đối phó với những trường hợp khó khăn; học cách giải quyết xung đột và kính trọng sự khác biệt của mỗi gia đình; hiểu biết những thay đổi về thể chất và tinh thần của lứa tuổi thanh thiếu niên; học về sự cấu tạo khác biệt của cơ thể; hiểu biết sự khác biệt giữa bệnh hay lây và bệnh không lây; nhận biết về hậu quả của việc dùng thuốc hoặc ma túy; thực tập khả năng biết quyết định và khả năng biết từ chối việc sử dụng ma túy và những liên hệ tình dục; biết giữ gìn an ninh cá nhân khi ở nhà cũng như ngoài xã hội và những khi tham dự sinh hoạt ngoài trời; biết bảo vệ mình để tránh bị lạm dụng thể xác và tính 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 Sáu có thể được xem kịch về đề tài "Nightmare on Puberty Street" (Con Ác Mộng Về Tuổi Dậy Thì), nói về những thay đổi về thân thể, đời sống xã hội và tinh thần trong tuổi dậy thì.

**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 để dàng hơn trong gia đình cũng như ngoài xã hội.

Giáo dục về sức khỏe tại **Lớp Bảy** bao gồm những đề tài sau: Nhận lãnh trách nhiệm về sức khỏe và an sinh cá nhân; học cách săn sóc thân thể để cảm thấy khỏe khoắn thoải mái; hiểu biết về vấn đề sức khỏe tâm thần và tạo cho mình tính tự trọng; học cách tạo dựng những liên hệ tình cảm tốt đồng thời biết chấp nhận những khác biệt giữa cá nhân; biết đối phó với những sự lạm dụng và bạo hành và thực tập cách giải quyết vấn đề khi có xung đột; tạo những thói quen tốt trong việc biết lựa chọn những gì cần mua; hiểu biết về sự tăng trưởng và phát triển của cơ thể; học biết sự quan trọng của việc luyện tập thân thể và khái niệm về dinh dưỡng; hiểu biết về những bệnh hay lây hoặc bệnh không lây gồm cả bệnh phong tình; tập khả năng giao tế nhân sự bao gồm cả việc biết từ chối và tính quả quyết để chống lại những áp buộc của bạn bè; nhận biết những hậu quả của việc dùng thuốc hút và uống rượu; thực tập cách giải quyết vấn đề và khả năng biết từ chối xử dụng ma túy và những liên hệ tình dục; phát triển những thói quen để được an toàn tại nhà, ngoài xã hội và trong những sinh hoạt ngoài trời; hiểu biết về môi sinh và những liên hệ của môi trường sinh sống đối với sức khỏe con người.

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.

Nhiều cơ quan cộng đồng được phép trình bày, nói chuyện về vấn đề sức khỏe tại các trường **Trung Học Cấp I và Cấp II**. Tên các cơ quan này được in tại mặt sau.

**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 cường 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 Tám** bao gồm những đề tài sau: Học để biết cách lấy quyết định, để giải quyết vấn đề; biết thiết lập mục tiêu và kế hoạch hành động để giữ gìn sức khỏe và an sinh cho cuộc sống; hiểu biết thế nào là rối loạn tinh thần và rối loạn tình cảm và biết chỗ nào đến để được giúp đỡ; học làm cách nào để đối phó với những vấn đề; hiểu biết về việc chọn người yêu, hôn nhân và vai trò của bậc làm cha mẹ trong khi biết chấp nhận những dị biệt; hiểu biết những vấn đề về thị trường tiêu thụ và những vấn đề về y tế công cộng; học về tuổi trưởng thành và tuổi già; đối diện với sự chết và sự đau khổ; phác họa một chương trình tập luyện trong khi biết phối hợp những hoạt động cá nhân và hoạt động tập thể; biết giữ cân và hiểu về những rối loạn có tính cách dinh dưỡng; học ôn về những bệnh hay lây và bệnh không lây kể cả các bệnh phong tình; hiểu về bệnh dị ứng, bệnh suyễn, và những bệnh không truyền nhiễm khác; học về các loại ma túy, độc dược và những tác hại của chúng đối với sức khỏe và đồng thời tập biết từ chối và tập khả năng biết chống lại những áp buộc bắt phải sử dụng ma túy; học về những sự lạm dụng và biết nơi chốn để được giúp đỡ; học cách đối phó với tình trạng khẩn cấp; và biết giải quyết vấn đề trong trường hợp nguy hiểm.

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.

Nhiều cơ quan cộng đồng được phép trình bày, nói chuyện về vấn đề sức khỏe tại các trường **Trung Học Cấp I và Cấp II**. Tên các cơ quan này được in tại mặt sau.

**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