

**Hệ Trường Công Quận Fairfax Giáo Dục Đời Sống Gia Đình**  
**MẪU PHIẾU XIN-MIỄN THEO HỌC**  
**Đơn Vị An Toàn Sức Khỏe về Cảm Xúc và Xã Hội**  
**Bài Học Sửa Đổi cho các Lớp 7-12 (Học Sinh Giáo Dục Đặc Biệt Chọn Lọc)**

Các bài học sửa đổi cho Sức Khỏe về Cảm Xúc và Xã Hội (Emotional and Social Health (ESH)) được soạn ra dành cho những học sinh có khiếm tật tác hại nhẹ như một phần của Chương Trình Giáo Dục Đời Sống Gia Đình (Family Life Education (FLE)). Có ba đơn vị nội trong giáo trình cải đổi cho ESH – mối quan hệ, an toàn, và bản thân, được mô tả dưới đây. Xin lưu ý không phải là tất cả các bài học sẽ được tiến hành mỗi năm. Xin tham khảo với giáo viên giáo dục đặc biệt của con em cho những bài học giảng dạy cụ thể mỗi năm. Nếu quý vị muốn xin miễn cho con em khỏi học tất cả hay một số bài học cải đổi Giáo Dục Đời Sống Gia Đình, xin điền đầy đủ mẫu phiếu này và **hoàn lại cho giáo viên dạy lớp của con em trước ngày giảng dạy FLE**. Thêm chi tiết về những chủ tiêu của bài học và mô tả nội dung phương tiện truyền thông có sẵn tại [Trường Trung Học Cấp \(7-8\)](#), [Trung Học \(9-12\)](#). Các bài học có sẵn trong Schoology.

**XIN GHI CHÚ:** Quý vị không cần hoàn lại phiếu này, trừ khi quý vị muốn xin miễn cho con em không dự tất cả hay một số bài học cải đổi cho Sức Khỏe về Cảm Xúc và Xã Hội.

TÊN CON EM \_\_\_\_\_ GIÁO VIÊN \_\_\_\_\_

**Sức Khỏe về Cảm Xúc và Xã Hội - Đề Tài Mối Quan Hệ và Chủ Tiêu Bài Học**

Tôi muốn xin miễn cho con em không dự các bài học sau đây:

(Xin đánh dấu các đề tài bài học nào mà quý vị không muốn cho con em tham dự.)

\_\_\_\_\_ **Bài Học 1: Gia Đình**

- Học sinh sẽ nhận biết các thành viên của gia đình mình.
- Học sinh sẽ thừa nhận mọi người đều là một thành viên của một gia đình và gia đình là kinh nghiệm đầu tiên về cộng đồng, và cộng đồng được hình thành từ nhiều gia đình giống nhau và khác nhau.
- Học sinh sẽ phát triển hiểu biết rõ hơn về vai trò, bổn phận, và trách nhiệm của các thành viên trong gia đình.

\_\_\_\_\_ **Bài Học 2: Vai trò của Gia Đình**

- Học sinh sẽ phát triển hiểu biết rõ hơn về vai trò, bổn phận, và trách nhiệm của các thành viên trong gia đình.

\_\_\_\_\_ **Bài Học 3: Trách Nhiệm**

- Học sinh sẽ nhận thức được sự cần thiết phải nhận lãnh trách nhiệm trong gia đình, trong nhóm, và trong cộng đồng rộng lớn hơn.
- Học sinh sẽ phát triển hiểu biết rõ hơn về vai trò, bổn phận, và trách nhiệm của các thành viên trong gia đình.

\_\_\_\_\_ **Bài Học 4: Thay Đổi trong Gia Đình**

Cập Nhật Tháng 7 2021

[Type here]

- Học sinh sẽ nêu thí dụ về các phương sách đối phó lành mạnh nhằm ứng phó với những cảm nghĩ phát sinh từ những đổi thay trong gia đình.
- Học sinh sẽ nhận ra sự biến đổi là một phần không thể tránh trong đời sống.
- Học sinh sẽ nhận biết nỗi đau buồn là một tiến trình bình thường tiếp theo một sự mất mát.

#### **Bài Học 5: Khoảng Cách Riêng Tư**

- Học sinh sẽ nhận ra cử chỉ trìu mến có thể là một cách diễn đạt tình bạn hữu, cách tán dương, và tình thương.

#### **Bài Học 6: Bạn Bè**

- Học sinh sẽ tìm hiểu về những thay đổi trong mối quan hệ bạn bè cùng lứa trong tuổi niên thiếu.

#### **Bài Học 7: Hẹn Hò**

- Học sinh sẽ nhận biết những kỹ năng hẹn hò cơ bản.

#### **Bài Học 8: Mối Quan Hệ Nơi Làm Việc**

- Học sinh sẽ học về hòa hợp với các người khác tại nơi làm việc và hành vi phù hợp tại nơi làm việc.

### **Sức Khỏe về Cảm Xúc và Xã Hội - Đề Tài Bài Học An Toàn và Chủ Tiêu Bài Học**

**Tôi muốn xin miễn cho con em không dự các bài học sau đây:**

*(Xin đánh dấu các đề tài bài học nào mà quý vị không muốn cho con em tham dự.)*

#### **Quy Tắc An Toàn trong Trường**

##### **Bài Học 1: Nhập Đề về 3 Bước đi đến An Toàn**

Học sinh sẽ tìm hiểu các vấn đề an toàn cá nhân thích nghi cho những năm học trung cấp và nhận biết các phương sách để gìn giữ an toàn cá nhân.

Mô Tả Nội Dung: Giảng huấn bao gồm nhận biết và tránh được những tình huống rủi ro. Đề tài được thảo luận bao gồm ở nhà một mình, giữ trẻ, và an toàn lối xóm và cộng đồng.

##### **Bài Học 2: Quy Tắc 1-3 của Trường**

Học sinh sẽ tìm hiểu các vấn đề an toàn cá nhân thích nghi cho những năm học trung cấp và nhận biết các phương sách để gìn giữ an toàn cá nhân.

##### **Bài Học 3: Quy Tắc số 4: Hãy Cư Xử Tốt với Người Ta và Đồ Vật của họ**

Học sinh sẽ tìm hiểu các vấn đề an toàn cá nhân thích nghi cho những năm học trung cấp và nhận biết các phương sách để gìn giữ an toàn cá nhân.

Học sinh sẽ tìm hiểu các loại khai thác và nhận biết các kỹ năng phòng ngừa, phương sách đối phó, và nguồn trợ giúp cho mọi loại khai thác.

Mô Tả Nội Dung: Thảo luận các loại khai thác bao gồm áp lực bạn đồng lứa tiêu cực; bắt nạt; hành hạ; ngược đãi về thể chất, cảm xúc, và lạm dụng tình dục; và bỏ bê.

[Type here]

#### **Bài Học 4: Quy Tắc số 5: Đi Xe Buýt An Toàn**

Học sinh sẽ tìm hiểu các vấn đề an toàn cá nhân thích nghi cho những năm học trung cấp và nhận biết các phương sách để gìn giữ an toàn cá nhân.

#### **Quy Tắc An Toàn trong Cộng Đồng**

#### **Bài Học 5: Quy Tắc 1-2 của Cộng Đồng**

Học sinh sẽ tìm hiểu các vấn đề an toàn cá nhân thích nghi cho những năm học trung cấp và nhận biết các phương sách để gìn giữ an toàn cá nhân.

Học sinh sẽ tìm hiểu các loại khai thác và nhận biết các kỹ năng phòng ngừa, phương sách đối phó, và nguồn trợ giúp cho mọi loại khai thác.

#### **Bài Học 6: Quy Tắc số 3: An Toàn của Người Đi Bộ**

Học sinh sẽ tìm hiểu các vấn đề an toàn cá nhân thích nghi cho những năm học trung cấp và nhận biết các phương sách để gìn giữ an toàn cá nhân.

#### **Bài Học 7: Quy Tắc số 4: Lưu Lại với Nhóm**

Học sinh sẽ tìm hiểu các vấn đề an toàn cá nhân thích nghi cho những năm học trung cấp và nhận biết các phương sách để gìn giữ an toàn cá nhân.

#### **Bài Học 8: Quy Tắc số 5: Giữ các Bộ Phận Kín Riêng Tư**

Học sinh sẽ tìm hiểu các vấn đề an toàn cá nhân thích nghi cho những năm học trung cấp và nhận biết các phương sách để gìn giữ an toàn cá nhân.

Học sinh sẽ tìm hiểu các loại khai thác và nhận biết các kỹ năng phòng ngừa, phương sách đối phó, và nguồn trợ giúp cho mọi loại khai thác.

#### **Quy Tắc An Toàn ở Nhà**

#### **Bài Học 9: Quy Tắc 1-2**

Học sinh sẽ tìm hiểu các vấn đề an toàn cá nhân thích nghi cho những năm học trung cấp và nhận biết các phương sách để gìn giữ an toàn cá nhân.

Học sinh sẽ tìm hiểu vấn đề an toàn liên hệ đến Liên Mạng (Internet).

Mô Tả Nội Dung: Giảng huấn bao gồm phương cách những kẻ trục lợi có thể sử dụng Liên Mạng để khai thác giới trẻ, những kỹ xảo và chiêu dụ phổ biến sử dụng bởi những kẻ trục lợi Liên Mạng, và phương sách nhằm bảo vệ thông tin cá nhân và tìm được trợ giúp của người lớn trong các tình huống bất ổn.

#### **Bài Học 10: Quy Tắc số 3: Gọi số 9-1-1 trong Trường Hợp Khẩn Cấp**

Học sinh sẽ tìm hiểu các vấn đề an toàn cá nhân thích nghi cho những năm học trung cấp và nhận biết các phương sách để gìn giữ an toàn cá nhân.

#### **Bài Học 11: Quy Tắc số 4: Không Đùa Chơi với những Đồ Vật Nguy Hiểm**

Học sinh sẽ tìm hiểu các vấn đề an toàn cá nhân thích nghi cho những năm học trung cấp và nhận biết các phương sách để gìn giữ an toàn cá nhân.

#### **Bài Học 12: Quy Tắc số 5: An Toàn trên Liên Mạng**

Học sinh sẽ tìm hiểu các vấn đề an toàn cá nhân thích nghi cho những năm học trung cấp và nhận biết các phương sách để gìn giữ an toàn cá nhân.

Học sinh sẽ tìm hiểu vấn đề an toàn liên hệ đến Liên Mạng (Internet).

#### **Bài Học 13: Xem Xét Lại tất cả các Quy Tắc An Toàn**

Học sinh sẽ tìm hiểu các vấn đề an toàn cá nhân thích nghi cho những năm học trung cấp và nhận biết các phương sách để gìn giữ an toàn cá nhân.

Cập Nhật Tháng 7 2021

[Type here]

Học sinh sẽ tìm hiểu vấn đề an toàn liên hệ đến Liên Mạng (Internet).

Học sinh sẽ tìm hiểu các loại khai thác và nhận biết các kỹ năng phòng ngừa, phương sách đối phó, và nguồn trợ giúp cho mọi loại khai thác.

**Đơn Vị Bản Thân Sức Khỏe về Cảm Xúc và Xã Hội  
Đề Tài Bài Học và Chủ Tiêu Bài Học**

**Tôi muốn xin miễn cho con em không dự các bài học sau đây:**

*(Xin đánh dấu các đề tài bài học nào mà quý vị không muốn cho con em tham dự.)*

\_\_\_\_\_ **Bài Học 1: Nhập Đề đơn vị Bản Thân; chúng ta định nghĩa bản thân là gì?**

Học sinh sẽ khảo sát những khả năng riêng của mình. Bao gồm phụ trợ sự nâng cao quan điểm riêng bằng cách nhận biết các ưu điểm cá nhân.

\_\_\_\_\_ **Bài Học 2: Khai Tâm về Buổi Họp IEP**

Học sinh sẽ khảo sát những khả năng riêng của mình. Bao gồm phụ trợ sự nâng cao quan điểm riêng bằng cách nhận biết các ưu điểm cá nhân.

- Khai tâm về buổi họp IEP – những gì và tại sao là quan trọng?
- Viết những sở thích, ưu điểm, khả năng và mục tiêu nghề nghiệp trên trang chuyển tiếp của IEP.

\_\_\_\_\_ **Bài Học 3: Thực tập tiến hành buổi họp IEP (bài học này dành cho những học sinh nào sẽ/đang tham dự trong các buổi họp IEP của mình)**

Học sinh sẽ khảo sát những khả năng riêng của mình. Bao gồm phụ trợ sự nâng cao quan điểm riêng bằng cách nhận biết các ưu điểm cá nhân.

- Thực tập tiến hành buổi họp IEP của mình.
- Thảo luận những ưu điểm, khả năng và mục tiêu cá nhân tại buổi họp IEP của mình.

\_\_\_\_\_ **Bài Học 4: Trách nhiệm là gì?**

Học sinh sẽ nhận lãnh trách nhiệm cho hành vi của mình.

- Tìm hiểu định nghĩa trách nhiệm là gì.
- Tìm hiểu cách thức hành động có trách nhiệm.

\_\_\_\_\_ **Bài Học 5: Cảm xúc là gì?**

Học sinh sẽ diễn đạt các cảm nghĩ về hạnh phúc, buồn rầu, và tức giận của mình cho giáo viên.

Học sinh sẽ nhận thức được hành vi thích nghi để sử dụng trong việc đối phó với những cảm nghĩ của mình.

- Cảm xúc là gì?
- Học sinh sẽ tìm hiểu về những cảm xúc khác nhau và cách thức xử lý.

\_\_\_\_\_ **Bài Học 6: Trầm Cảm (Bài học ngắn này có thể được dùng là một bài học nối rộng cho Bài Học 5: Cảm Xúc. Các giáo viên lấy quyết định sử dụng tùy theo xét định của mình nếu bài học này có lợi ích cho (các) học sinh.)**

Học sinh sẽ diễn đạt các cảm nghĩ về hạnh phúc, buồn rầu, và tức giận của mình cho giáo viên.

Học sinh sẽ nhận thức được hành vi thích nghi để sử dụng trong việc đối phó với những cảm nghĩ của mình.

Cập Nhật Tháng 7 2021

[Type here]

- Định nghĩa sự trầm cảm.
- Học sinh sẽ tìm hiểu về sự trầm cảm và những gì phải làm.

---

### **Bài Học 7: Đối phó với thay đổi**

Học sinh sẽ nhận biết các biến đổi về cơ thể, xúc cảm, và xã hội xảy ra trong các năm học trung cấp.

- Giúp các học sinh hiểu rõ sự biến đổi là một phần không thể tránh trong đời sống.
- Giúp học sinh ứng phó với những trường hợp khác nhau được nảy sinh ra khi sự thay đổi xảy ra.

---

### **Bài Học 8: Sự căng thẳng**

Học sinh sẽ nhận rõ tác động của các mức độ căng thẳng khác nhau đối với tâm trí và cơ thể. Học sinh sẽ vận dụng các phương pháp khác nhau để giảm bớt căng thẳng.

- Định nghĩa sự căng thẳng.
- Nhận biết các căn nguyên của sự căng thẳng trong môi trường và cách thức khắc phục những tâm trạng căng thẳng.

---

Chữ Ký của Phụ Huynh/Giám Hộ \_\_\_\_\_ Ngày \_\_\_\_\_