

**HỆ TRƯỜNG CÔNG QUẬN FAIRFAX
GIÁO DỤC ĐỜI SỐNG GIA ĐÌNH**

MÔ TẢ NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH LỚP MỘT

Các bài học lớp một về Giáo Dục Đời Sống Gia Đình (FLE) được bao gồm trong giáo trình giáo dục sức khỏe *Sẵn Sàng, Chuẩn Bị, Tiến tới Sức Khỏe Tốt*. Các bài học nói về Sức Khỏe Tâm Thần.

Mục Tiêu Giảng Huấn Lớp Một—Giáo Dục Sức Khỏe Tâm Thần

- 1.1 Học sinh sẽ gia tăng ý thức là cử chỉ triu mến có thể là một cách diễn đạt tình bằng hữu, cách tán dương, hay tình gia đình yêu thương.**
Mô Tả Nội Dung: Nhắc nhở con em là sự bày tỏ triu mến rất quan trọng cho hạnh phúc cá nhân và gia đình, và bày tỏ tình thương bằng cử chỉ từ người trong gia đình và bạn bè thường là thích hợp. Bao gồm các cách lành mạnh người trong gia đình bày tỏ tình thương, biểu lộ chăm sóc và quan tâm, và hành động để bảo vệ trẻ em bằng cách thiết lập và thi hành quy tắc để che chở các em khỏi bị nguy hại.
- 1.2 Học sinh sẽ phân biệt giữa tình huống căng thẳng và bình thản.**
Mô Tả Nội Dung: Học sinh sẽ nhận dạng các loại tâm trạng căng thẳng, diễn tả cảm giác do từ căng thẳng, bàn về tầm quan trọng của chuyện trò với phụ huynh hay giám hộ, và nhận dạng các loại sinh hoạt con em có thể làm để giữ bình thản.
- 1.3 Học sinh sẽ học cách tôn trọng và nhận thức những khó khăn của người bị những khiếm tật mà những cá nhân và cộng đồng có thể thông cảm và có thể thích ứng.**
Mô Tả Nội Dung: Học sinh sẽ thông hiểu là những người bị khiếm tật có khả năng; phần đông đi học thông thường, có thú riêng, và tham gia sinh hoạt với bạn. Học sinh sẽ nhận thức một số khiếm tật thông thường về thể chất và tâm thần..
- 1.4 Học sinh sẽ nhận biết các tình huống không được vui và cách đối phó với những mất mát.**
Mô Tả Nội Dung: Cần phân biệt giữa kinh nghiệm tích cực và tiêu cực và sử dụng văn chương trẻ em là điểm trọng để thảo luận về sự mất mát của một thành viên gia đình, bạn, vật nuôi trong nhà, hay của cải riêng.
- 1.5 Học sinh sẽ chứng tỏ có sách lược đáp ứng với các tiếp cận không thích hợp của các thành viên gia đình, hàng xóm, người lạ, hay người nào khác mà không tỏ ra hoảng sợ vô căn cứ về những nỗi nguy không có.**
Mô Tả Nội Dung: Bao gồm đề tài như sự sờ chạm đúng đắn và không thích hợp, cách thức tránh gặp gỡ khó chịu, nói “không,” bỏ đi chỗ khác, và nói cho người lớn khả tín (phụ huynh, tu sĩ, giáo viên, ông bà, giám hộ), và la và hét lên như chiến lược tự bảo vệ.

Băng Video Lớp Một—Giáo Dục Sức Khỏe Tâm Thần

My Body Belongs to Me (Thân Thể Tôi Là của Tôi). Sunburst Technology, 1992. (24 phút)
Băng video này giúp trẻ em học hỏi về các loại sờ chạm đúng đắn. Phần đầu chương trình gồm cuộc nói chuyện hướng dẫn giữa con rối và nam cố vấn. Phần thứ nhì giới thiệu con rối khác chơi trường học với một số trẻ em khán thính giả để tác động lặp lại bài học về “sờ chạm đúng đắn/sờ chạm không thích hợp.”

The Same Inside (Bên Trong Như Nhau). March of Dimes, 1985. (2 phút)
Chỉ sử dụng phần mở đầu của băng video này mà thôi. Trong đó, trẻ em có khiếm tật được giới thiệu, với sự nhấn mạnh vào đặc điểm tương đồng với học sinh có thân thể khỏe mạnh hơn.

Học Liệu In Lớp Một—Giáo Dục Sức Khỏe Tâm Thần

Alexander and the Terrible, Horrible, No Good Very Bad Day (Alexander và Ngày Thậm Tệ, Kinh Khủng, Ghê Gớm, Xấu Xa), Viorst, Judith, 1972.
Alexander học được là trong cuộc sống có ngày đẹp và có ngày xấu.

Love You Forever (Yêu Thương Mãi Mãi), Munsch, Robert, 1982.
Một gia đình bày tỏ sự chăm sóc và tình thương đối với một bé sơ sinh trong gia đình.

Three Little Pigs (Ba Con Heo Nhỏ) (giáo viên tuyển chọn bản thuật của câu chuyện truyền thống)