



Dear Grade 5 Families,

The middle school curriculum is devoted to topics that are an important part of adolescence and the beginning of their journey to wellness, particularly for growth and development. The age appropriate lessons are taught by trained and qualified teachers, in a factual, accurate and inclusive way. Our school nurses, as well Meghan Correll, the District Coach of Health and Wellness are also valuable resources who are available to support these important lessons.

Topics for Grade 5 include:

Self Esteem - Barriers and Benefits of Self Esteem

Social Health - Types of Bullying, Bullying Prevention and Building Friendships

Safety & First Aid - Life Saving Skills, Safety at Home and in the Community

Avoiding Substance Use - Introduction to Nicotine, Caffeine, Prescription Drugs, Alcohol and Cannabis

Nutrition - Introduction to Nutrients, Food Groups and How to Create a Well Balanced Diet

Growth & Development - puberty & hygiene - Proper hygiene, how bodies change with basic detail to the anatomy and what physical, emotional and social changes occur during adolescence.

We are hoping that this is not the first time that your student is introduced to these topics, as we like to partner with you in education. Work and materials can be found on their Health Google Classroom and/or the district webpage. Lessons are developed using guidelines from various curriculums including but not limited to: Healthsmart ETR and the 3 R's: Rights, Respect & Responsibility. The curriculum is led by the Massachusetts Health Frameworks and National Health Standards. State law requires all public schools to teach health education and physical education, but school districts have discretion to determine how standards are implemented at the local level, including what curriculum and materials they will use. We look forward to working with you this year!

The Wellness Department & Health Teachers

The following resources are utilized but not limited to:

<https://www.haverhill-ps.org/health-and-wellness/>



Estimadas familias de 5º grado,

El plan de estudios de la escuela media está dedicado a temas que son una parte importante de la adolescencia y el comienzo de su viaje hacia el bienestar, en particular para el crecimiento y el desarrollo. Las lecciones apropiadas para la edad son enseñadas por maestros entrenados y calificados, de una manera objetiva, precisa e inclusiva. Nuestras enfermeras escolares, así como Meghan Correll, la entrenadora de salud y bienestar del distrito, son también valiosos recursos que están disponibles para apoyar estas importantes lecciones.

Los temas para 5º curso incluyen:

Autoestima - Barreras y beneficios de la autoestima

Salud social: tipos de acoso, prevención del acoso y creación de amistades.

Seguridad y primeros auxilios - Habilidades para salvar vidas, Seguridad en casa y en la comunidad

Evitar el consumo de sustancias - Introducción a la nicotina, la cafeína, los medicamentos con receta, el alcohol y la cannabis(marihuana)

Nutrición - Introducción a los nutrientes, los grupos de alimentos y cómo crear una dieta equilibrada

Crecimiento y desarrollo - Adolescencia e higiene - higiene adecuada, cómo cambian los cuerpos con detalles básicos de la anatomía y qué cambios físicos, emocionales y sociales se producen durante la adolescencia.

Esperamos que esta no sea la primera vez que su estudiante es introducido a estos temas, ya que nos gusta colaborar con usted en la educación. Los trabajos y materiales se pueden encontrar en su Google Classroom de Salud y/o en la página web del distrito. Las lecciones se desarrollan utilizando las directrices de diversos planes de estudio, incluyendo pero no limitado a: Healthsmart ETR y las 3 R's: **Razón**, Respeto y Responsabilidad. El plan de estudios está dirigido por el Marco de Salud de Massachusetts y las Normas Nacionales de Salud. La ley estatal requiere que todas las escuelas públicas enseñen educación para la salud y educación física, pero los distritos escolares tienen discreción para determinar cómo se implementan los estándares a nivel local, incluyendo qué plan de estudios y materiales utilizarán. Esperamos trabajar con ustedes este año.

El Departamento de Bienestar y los Profesores de Salud

Se utilizan, entre otros, los siguientes recursos: <https://www.haverhill-ps.org/health-and-wellness/>



Queridas famílias da 5ª série,

O currículo do ensino médio é dedicado a temas que são partes importantes da adolescência e do início da sua jornada para o bem-estar, principalmente para o crescimento e o desenvolvimento. As aulas adequadas para a idade são ministradas por professores treinados e qualificados, de forma factual, precisa e inclusiva. As nossas enfermeiras escolares, bem como a Meghan Correll, a coach de saúde e bem-estar do distrito, também são recursos valiosos que estão disponíveis para ajudar com estas importantes lições.

Os tópicos para a 5ª série incluem:

Autoestima – Barreiras e benefícios da autoestima

Saúde Social - Tipos de bullying, prevenção ao bullying e construção de amizades

Segurança e primeiros socorros - Habilidades para salvar vidas, segurança em casa e na comunidade

Evitando o uso de substâncias - Introdução à nicotina, cafeína, prescrição de drogas, álcool e maconha medicinal

Nutrição - Introdução aos nutrientes, grupos de alimentos e como criar uma dieta bem balanceada

Crescimento e desenvolvimento - puberdade e higiene - Higiene adequada, como os corpos mudam com detalhes básicos da anatomia e quais mudanças físicas, emocionais e sociais ocorrem durante a adolescência.

Esperamos que esta não seja a primeira vez que seu filho(a) é apresentado a esses tópicos, pois gostamos de fazer parceria com você na educação deles. Trabalhos e materiais podem ser encontrados no *Google Classroom* de Saúde e/ou na página do distrito. As aulas são desenvolvidas usando diretrizes de vários currículos, incluindo, mas não se limitando a: *Healthsmart ETR* e os 3 aspectos: Direitos, Respeito e Responsabilidade. O currículo é liderado pelas *Estruturas de Saúde de Massachusetts* e pelos Padrões Nacionais de Saúde. A lei estatal exige que todas as escolas públicas ensinem educação para a saúde e educação física, mas os distritos escolares têm o poder discricionário de determinar a forma como as normas são implementadas a nível local, incluindo a decisão sobre qual currículo e materiais serão utilizados. Estamos animados para trabalhar com você este ano!

Departamento de Bem-Estar e Professores de Saúde

Os seguintes recursos são utilizados, mas não limitados a:

<https://www.haverhill-ps.org/health-and-wellness/>