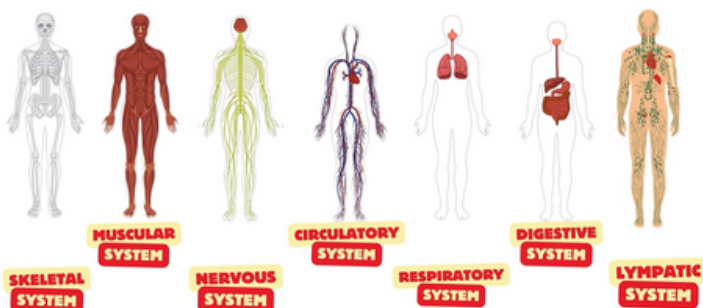




Padres/tutores - Guía de cuarto grado Estudiantes de cuarto grado

El Centro de Educación para la Vida visitó la escuela de su hijo!

- Durante nuestra visita, los estudiantes aprendieron sobre:
 - Nuestros asombrosos sistemas corporales y los órganos que forman parte de cada sistema.
 - Cómo cada sistema trabaja en equipo para realizar un trabajo específico y cómo todos los sistemas trabajan juntos para mantener nuestro cuerpo funcionando.
 - Datos curiosos sobre el cuerpo
 - El abuso de alcohol y nicotina y los efectos que pueden tener en el organismo
 - Estrategias para rechazar la presión de grupo



- Para repasar el material aprendido en la lección y reforzar conceptos saludables, los estudiantes jugaron un juego de Jeopardy!
- Al final de la lección, la mascota del Centro de Educación para la Vida, Harold la Jirafa, nos visitó para saludarnos.

¡Pídale a su hijo que le cuente más!

**Recuérdale a su hijo
que como familia usted
elige:**

**Alturas Sabias...
¡Opciones
con las que
puedes vivir!**



Para reforzar esta lección en casa:

Diviértanse en familia respondiendo juntos esta pregunta:

¿Cuáles son dos actividades de "Wise Highs" que puedes hacer después de la escuela esta semana?



Para reforzar las lecciones enseñadas sobre **medicamentos** recetados, verifique todos los medicamentos recetados y de venta libre en su hogar y asegúrese de que estén en un lugar seguro.

Consejos para padres:

1. Modele un comportamiento de tiempo de pantalla saludable

Enseñe a sus hijos cómo limitar el tiempo de pantalla y encontrar alternativas saludables como la noche de juegos en familia.

2. Modele el comportamiento social positivo

Demostrar comportamientos de relación saludables como respeto, empatía y resolución de conflictos.

3. Modele un diálogo interno positivo

Demuestra cómo usar tus palabras para edificarte en lugar de derribarte.

4. Modelo de perseverancia

Incluya a sus hijos en proyectos y actividades del hogar que demuestren cómo trabajar duro para lograr una meta.



Para obtener más recursos, visítenos en www.pledgeforlife.org



Administrado por la Oficina Regional de Educación I-KAN en colaboración con Pledge for Life Partnership

Lori Mollema, Director del Programa del Centro de Educación para la Vida

I-KAN Regional Office of Education

1 Stuart Drive, Kankakee, IL 60901

(815) 936-4606

lmollema@i-kan.org www.i-kan.org

www.facebook.com/pflpartnership



Financiamiento proporcionado total o parcialmente por el Departamento de Servicios Humanos de Illinois y la Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA). La impresión de esta tarjeta también está parcialmente financiada por: