

Estimados padres y tutores de estudiantes en la clase de Salud de preparatoria,

Adams 12 Five Star Schools está dedicado a ayudar a los jóvenes a que sean saludables y seguros de sí mismos mientras llegan a ser adultos jóvenes. Como parte de esta dedicación, y para estar a la par con los Estándares Integrales de Salud del Departamento de Educación de Colorado, en las próximas semanas su hijo estará aprendiendo sobre el Bienestar personal, nutricional, mental y emocional y en las relaciones, Sexualidad humana integral, Prevención de la violencia, y Abuso de sustancias como parte de la clase de Salud en la preparatoria. Adams 12 Five Star Schools sigue los estándares académicos estipulados por el estado para la salud, al igual que la ley actual de Colorado que requiere que la educación de salud sea basada en evidencia, médicamente precisa, apropiada para la edad y culturalmente sensible. Comuníquese con el maestro de Salud de su hijo si tiene preguntas sobre el contenido y el material instruccional o si desea revisar el currículo de Salud para la escuela preparatoria.

Si desea excluir a su hijo de parte o de toda la instrucción en clase de las Unidades de Salud para la escuela preparatoria, complete el formulario a continuación y devuélvalo al maestro de su hijo antes de la fecha indicada. Si elige excluir a su hijo de cualquiera de los contenidos a continuación, su hijo recibirá una tarea alternativa de parte del maestro de salud para ser completada durante el tiempo de instrucción que perderá durante las clases/unidades exentas.

Regrese este formulario sólo si desea excluir a su hijo de alguna de las unidades y/o clases a continuación. Entregue el formulario completado y firmado de Salud de su hijo en o antes del: _____.
Si este formulario no es entregado para la fecha indicada, su hijo participará en todas las unidades y clases mencionadas a continuación.

Mi hijo tiene que ser excluido de la participación en las siguientes unidades y/o clases. Marque las que apliquen:

- Unidad 1: Bienestar personal** – en esta unidad los estudiantes establecerán metas personales para mejorar su salud mental, social y emocional. Los estudiantes también abogarán por mejorar o mantener una salud mental y emocional positiva para ellos mismos y para los demás. Se presentarán las 6 dimensiones de la salud y el modelo de toma de decisiones.
- Unidad 2: Nutrición** – en esta unidad los estudiantes analizarán los beneficios de una dieta saludable y las consecuencias de una dieta no saludable. También analizarán cómo la familia, los compañeros, los medios de comunicación, la cultura y la tecnología influyen en las opciones de alimentación saludable y demostrarán maneras de asumir la responsabilidad de una alimentación saludable.
- Unidad 3: Bienestar mental y emocional** – en esta unidad los estudiantes abogarán por mejorar o mantener una salud mental y emocional positiva para ellos mismos y para los demás y analizarán las causas subyacentes del comportamiento suicida y los pasos necesarios para buscar ayuda. Entenderán los factores que afectan el estrés, la depresión y la ansiedad y cómo implementar estrategias de afrontamiento positivas.
- Unidad 4: Abuso de sustancias** – en esta unidad los estudiantes entenderán los conceptos que afectan a una persona al usar y no usar alcohol, tabaco y drogas. Desarrollarán habilidades de autocontrol para tomar decisiones saludables con relación al alcohol, el tabaco y las drogas, y podrán identificar sus efectos a corto y largo plazo y las señales de advertencia de diferentes clasificaciones de drogas.
- Unidad 5: Prevención de la violencia** – en esta unidad los estudiantes desarrollarán conciencia sobre la prevención de la violencia y se convertirán en defensores de sí mismos y de los demás usando habilidades efectivas de comunicación para entender diversas perspectivas y reducir el riesgo de violencia.
- Unidad 6: Sexualidad humana integral** – esta unidad incluye las siguientes clases en que los estudiantes pueden optar no participar individualmente (marque “Unidad 6” si desea excluir a su hijo de toda esta unidad):
 - Clase 1: Entorno climático e introducción** – esta clase desarrolla un entorno de aprendizaje seguro, respetuoso y atractivo. La clase comenzará con la creación colaborativa de reglas básicas para garantizar un clima de seguridad y respeto. La clase concluye con la aplicación en el entorno del hogar, enfocándose en el papel de la familia como vía para promover la comunicación familiar sobre estos temas.
 - Clase 2: Entendiendo la sexualidad y el género** – esta clase está diseñada para ayudar a que los estudiantes entiendan que todas las personas tienen una orientación sexual y una identidad de género, y a

desarrollar un lenguaje para hablar con respeto y de forma completa sobre estos aspectos de la sexualidad. Además, está diseñada para ayudar a los estudiantes a reconocer que el estigma y la discriminación que a menudo se dirigen hacia las personas lesbianas, homosexuales, bisexuales, transgénero y LGBT+ son dañinos y limitantes para todos. Este contenido es fundamental para un currículo integral de salud sexual y está alineado con los estándares académicos estatales.

- ❑ **Clase 3: Sistemas de reproducción y concepción** – en esta clase los estudiantes desarrollarán un entendimiento claro de los sistemas reproductivos del ser humano, describiendo el propósito de estos sistemas y cómo trabajan juntos en la concepción. Después de presentar ambos sistemas reproductivos, la clase explicará la fertilización/concepción. Es importante entender cómo y dónde ocurre esto una vez que se introducen los anticonceptivos hormonales. Los estudiantes necesitan saber y entender cómo funcionan sus cuerpos, cómo cuidarlos y protegerlos. El conocimiento del sistema reproductivo ayudará a los estudiantes a entender mejor las próximas clases sobre el embarazo, el control de la natalidad, y las infecciones transmitidas sexualmente (ITS, por sus siglas en inglés), VIH y SIDA.
- ❑ **Clase 4: Abstinencia y control de la natalidad** – en esta clase los estudiantes aprenderán que la intimidad física puede resultar en actividad sexual a medida que los adolescentes tienen más curiosidad sobre el sexo. La abstinencia sexual, la decisión de abstenerse de actividad sexual, tiene muchos beneficios, incluyendo no tener riesgo a un embarazo o enfermedades transmitidas sexualmente (STI). También beneficia la salud mental, emocional y social. Los estudiantes tienen que identificar desafíos y situaciones de riesgo, y hablar con sus parejas de citas y buscar ayuda si es necesario. Esta clase también incluye métodos anticonceptivos para prevenir el embarazo (incluyendo la abstinencia, condones internos y externos, sacar el miembro para interrumpir el coito, píldora, parche, anillo, DIU, inyección hormonal, implante y anticonceptivo de emergencia). Es importante tener información confiable sobre los anticonceptivos. Junto con otros métodos anticonceptivos, se presentará una demostración del uso de un condón externo con un modelo de demostración de madera anatómicamente correcto.
- ❑ **Clase 5: ITS/VIH/SIDA** – en esta clase los estudiantes desarrollarán un entendimiento claro de las ITS y los impactos que tienen en la salud personal. Los estudiantes tienen que saber y entender cómo protegerse de las ITS si están sexualmente activos, y los recursos disponibles en la comunidad para recibir ayuda si están expuestos a una ITS. También aprenderán habilidades para prevenir las ITS (incluyendo el uso de condones internos y externos y barreras dentales).
- ❑ **Clase 6: Embarazo en los adolescentes** – en esta clase los estudiantes obtendrán conocimiento sobre los impactos y desafíos del embarazo, especialmente en la etapa de la adolescencia. Se analizarán todas las opciones disponibles para un embarazo no planificado y los pros y contras de cada opción.
- ❑ **Unidad 7: Relaciones** – en esta unidad los estudiantes analizarán las características de las relaciones saludables y no saludables. Podrán identificar cómo la comunicación y la tolerancia están relacionadas con las relaciones saludables.

Nombre del estudiante: _____ (en letra de molde/imprenta)

Firma del padre/madre/tutor: _____ Fecha: _____

Dirección electrónica del padre/madre/tutor: _____