

Hello 1st Grade Parents!

Today your child completed the PATH, Prevention & Awareness for Total Health curriculum Lesson 4: Sometimes You Should Say NO! Students learned today that sometimes it is better to say no in a situation that they don't feel comfortable or safe. We expanded to remind them that they may say **NO** even if it is a friend who wants them to do something their way. Students learned today that it is important for them to think for themselves and not be persuaded to make a bad choice because of others. To reinforce the lesson, we watched a short Howard B. Wigglebottom fable "It's OK to say No." We concluded the lesson with specific examples of times to say yes or no regarding strangers, friends, bullies and more. Please take time to ask your child to share the day's information.

Did You Know?

Having children practice social skills and refusal skills helps them develop confidence and independence. These social development skills allow for enhanced judgement and communication which can have a positive impact on their achievement, behavior, and mental health.

Tips:

- Safety rules are best learned through memory and music.
- Teach them to trust their instincts.
- Use careful words – perhaps expanding beyond "stranger danger" because some manipulative people may not be strangers.
- Remind them to always be open with you about their concerns.

Helplines/Resources

- Stop Bullying.gov – student and parent resources.
<https://www.stopbullying.gov/resources/kids>
- Kids Health by Nemours – most widely visited site regarding kids' physical, mental, and social health.
<https://kidshealth.org/>

¡Hola! ¡Padres de 1er Grado!

Hoy su hijo/a completó la Lección 4 del plan de estudios PATH, Prevención y Concientización para la Salud Total: ¡A veces debería decir NO! Los estudiantes aprendieron hoy que a veces es mejor decir que no en una situación en la que no se sienten cómodos o seguros. Nos expandimos para recordarles que pueden decir NO incluso si es un amigo que quiere que hagan algo a su manera. Los estudiantes aprendieron hoy que es importante para ellos pensar por sí mismos y no ser persuadidos de tomar una mala decisión debido a otros. Para reforzar la lección, vimos una breve fábula de Howard B. Wigglebottom “Está bien decir que no”. Concluimos la lección con ejemplos específicos de ocasiones para decir sí o no con respecto a extraños, amigos, matones y más. Tómese el tiempo para pedirle a su hijo/a que comparta la información del día.

¿Sabías?

Hacer que los niños practiquen habilidades sociales y de rechazo les ayuda a desarrollar confianza e independencia. Estas habilidades de desarrollo social permiten mejorar el juicio y la comunicación, lo que puede tener un impacto positivo en sus logros, comportamiento y salud mental.

Consejos:

- Las reglas de seguridad se aprenden mejor a través de la memoria y la música.
- Enséñeles a confiar en sus instintos.
- Use palabras cuidadosas, tal vez expandiéndose más allá del “peligro de los extraños” porque algunas personas manipuladoras pueden no ser extrañas.
- Recuérdeles que siempre sean abiertos con usted sobre sus preocupaciones.

Líneas de ayuda / recursos

- Stop Bullying.gov - recursos para estudiantes y padres.
<https://www.stopbullying.gov/resources/kids>
- Kids Health by Nemours: el sitio más visitado sobre la salud física, mental y social de los niños.
<https://kidshealth.org/>