



Padres/Tutores - Guía de quinto grado

FIFTH GRADERS

The Life Education Center visited your child's school!

¡El Life Education Center visitó la escuela de su hijo!

Se pidió a los estudiantes que demostraran su comprensión de Wise Highs creando su propio plan para escapar de la presión de los compañeros mediante el uso de debate, experimentos y otras herramientas de enseñanza.

Utilizaron estrategias para rechazar la presión de los compañeros, entre ellas:

- 1 Hacer preguntas
- 2 Identificar consecuencias
- 3 Sugerir una alternativa
- 4 Escapar
- 5 Hablar con un adulto

Poner sus planes en acción fue lo más destacado de esta lección donde los estudiantes jugaron un papel en grupos usando habilidades de rechazo para evadir la presión de los compañeros.

Se animó a los estudiantes a enseñar a su comunidad sobre Wise Highs ya participar en un concurso de carteleras para promover opciones y comportamientos saludables. Las vallas publicitarias se utilizan para su publicación en los condados de Kankakee e Iroquois.

¡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 interpretando situaciones de presión de grupo. Por ejemplo, finja ofrecerle a su hijo un cigarrillo electrónico (vape) o un trago de cerveza, o pretenda tratar de convencerlos de robar algo o de faltar a la escuela. Túrnense para practicar las habilidades de rechazo.



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.



**Life Education Center
Pledge for Life Partnership**

Iroquois - Kankakee
I-KAN
Regional Office of Education

Administered by the I-KAN Regional Office of Education
in collaboration with the Pledge for Life Partnership

Brenda Wetzel, Director of Life Education Center Programs
I-KAN Regional Office of Education
1 Stuart Drive, Kankakee, IL 60901

bwetzel@i-kan.org www.pledgeforlife.org www.i-kan.org

 www.facebook.com/pflpartnership

Funding provided in whole or in part by the Illinois Department of Human Services & the Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA.) Printing of this card also partially funded by:

