

SAMPLE LETTER TO PARENTS

Note: Verbiage in parenthesis indicates the need for your input.

Dear parents,

A quality physical education program is offered to students as part of the general curriculum at (SPARK Elementary School). We will be using (referencing, adapting, etc.) activities from SPARK Physical Education. SPARK (Sports, Play, and Active Recreation for Kids) of San Diego State University is an “Exemplary Program” of the U.S. Dept. of Education. The curricula has evolved from a National Institutes of Health study; SPARK has been proven effective by objective research and field testing on tens of thousands of elementary age students and their teachers.

It is important to me that every child feel successful each day, and that they leave class eager to have physical education again. That is why I plan to incorporate SPARK’s “SEAD” philosophy. Our classes will be Safe, Enjoyable, Active, and Developmentally Appropriate.

One of my class goals is to actively engage children in sufficient amounts of moderate to vigorous physical activity to improve and/or maintain their physical health and well being. Another goal is to encourage children to apply the skills and knowledge they acquire during class and to seek opportunities to be active outside of school and as part of a healthy lifestyle. Additionally, instructional units are planned to develop motor, personal, and social skills.

I have planned for our (2nd grade) class to have physical education (every afternoon from 2:00 to 2:30). Our first class will take place (on Monday, September 4th).

In order to provide the best possible experience for your child, we must all work together as a team! Please remind your child to dress appropriately for physical activity (each day). For comfort and safety purposes, he/she should wear running shoes with rubber soles, and shorts or loose fitting clothing. Running shoes may be kept (in a closet in our room).

Physical activity must be done regularly to achieve health benefits. Therefore, your child’s participation is very important. If she/he is sick or unable to participate in all activities, please let me know via note or phone call prior to the scheduled class. It would be helpful if the note states the specific nature of the ailment and your suggested restrictions.

On the back of this page, I have provided a quote from an ancient Greek physician. I hope you enjoy it!

If you have any questions or concerns, please don’t hesitate to contact me.

Thank you very much,

Scientists are learning more every day of the relationship between mind and body. It may serve us well to remember the philosophy of the ancient Greeks:

A THOUGHT TO LIVE BY

**"When health is absent,
wisdom cannot reveal itself,
art cannot become manifest,
strength cannot be exerted,
wealth becomes useless,
and reason becomes powerless."**

Herophilus, 300 B.C.

CARTA DE EJEMPLO PARA PADRES DE FAMILIA

Nota: (Palabras entre parentesis indican que se requiere de su opinion)

Estimados Padres de Familia:

Un programa de actividad física se ofrece a jovenes como parte del programa posterior a la escuela en la (Nombre de Escuela Primaria SPARK). Se utilizarán (adaptando, refiriendo, etc.) actividades del programa de actividad física SPARK. SPARK (Deportes, Juego y Recreación Activa para Niños) de la Universidad Estatal de San Diego, es un "Programa Ejemplar" de el departamento de Educación en los Estados Unidos. El curriculum se a desarrollado con estudios hechos en el Instituto Nacional de Salud y el proyecto de nutricion y condicion fisica de California; SPARK se ha probado efectivo en estudios objetivos y tambien en estudios de campo, hechos por miles de alumnos de primaria junto con sus maestros.

Es importante para mi que cada día los alumnos tengan éxito, y se vayan del programa con ganas de tener Actividad Física otra vez. Por eso, es que queremos incorporar nuestra filosofía "SEAD"; en donde las sesiones seran Seguras, Agradables, Activas y Adecuadas para el Desarrollo mental de su hijo.

Una de las metas de nuestras sesiones es mantener a los jovenes en un regimen de ejercicio con suficiente cantidad e intensidad para mejorar y mantener su estado físico y su bienestar. Otra de nuestras metas, es motivar a los jovenes para que apliquen sus habilidades y los conocimientos adquiridos durante la sesion fuera del programa como parte de una vida saludable. Adicionalmente, hay capítulos que estan desarrollados para promover las habilidades motoras, personales y sociales.

Hemos planeado que el grupo de jovenes tenga clase de actividad física (cada tarde de 4:00 a 5:00 p.m.). Nuestra primera sesion se llevara acabo (el Lunes 4 de Septiembre).

Para proveer la mejor experiencia posible para su hijo, debemos de trajar como un equipo. Por favor recuerdele a su hijo/a que lleve ropa adecuada para las actividades (cada día). Para la comodidad y seguridad de su hijo, debera usar tenis con suela de goma dura, y ropa comoda. Los tenis se pueden almacenar (dentro de nuestro salon en el guardaropas).

La actividad física debe ser practicada todos los días para asi lograr mayores beneficios para la salud. Por lo tanto, la participación de su hijo/a es muy importante. Si el/ella esta enfermo/a o no puede participar en todas las actividades, favor de hacernolo saber por medio de una llamada telefónica o por escrito, antes de la clase. Favor de indicar la razón por la cual su hijo/a no puedodrá participar, además de indicar si existe alguna otra restricción. A continuación encontrará un proverbio Griego. Espero lo disfrute!

Si tiene alguna pregunta o preocupación, comuníquese conmigo inmediatamente.

Muchas gracias,

(poner en la parte de atras de la carta de los padres de familia)

Los científicos están aprendiendo más acerca de la relación entre nuestra mente y nuestro cuerpo. Nos serviría recordar una filosofía de los antiguos Griegos;

Un pensamiento por el cual vivir

**“Cuando la salud está ausente,
la sabiduría no se puede revelar,
el arte no se puede manifestar.
la fuerza no puede ser esforzada,
las riquezas se convierten inútiles,
y la razón se vuelve impotente”**

Herophilus, 300 B.C.

