



Kính gửi: Phụ huynh/Người Chăm sóc

Về việc: Ra Chơi Trước Ăn Trưa

Trường chúng tôi đang tham gia vào Action Schools! BC, một sáng kiến của tỉnh bang để giúp cho trẻ em ở các trường dễ dàng chọn lấy các lựa chọn lành mạnh.

Trường chúng tôi sẽ thử một thời khoá biểu mới trong giờ ăn trưa, cho phép các em chơi trước rồi mới ăn. Các lợi điểm của chương trình Ra Chơi Trước Ăn Trưa gồm có:

- Cải thiện các hành vi của các em trên sân chơi và trong lớp
- Ít tai nạn hơn trong giờ ăn trưa
- Các em ăn và uống nhiều hơn
- Học sinh sẽ bớt ồn ào và chộn rộn hơn, các em sẽ chú tâm vào việc ăn uống
- Sân trường và trong trường sẽ ít rác hơn
- Học sinh sẽ trở về lớp nhanh hơn và đã ổn định, sẵn sàng để học tập

Trong giờ ăn trưa, học sinh được phép ra sân chơi trước, sau đó là giờ đi vào nhà vệ sinh để rửa tay rồi mời ngồi vào lớp để ăn trưa. Thời khoá biểu mới sẽ như sau:

12:00 chiều	Giờ chơi
12:25 chiều	Chuông rung gọi vào nhà vệ sinh và rửa tay
12:30 chiều	Chuông rung gọi vào lớp và ăn trưa
12:50 chiều	Nghe nhạc/đọc thầm
1:00 chiều	Các tiết học buổi chiều bắt đầu

Nhiều trường đã thử nghiệm chương trình này và thấy rằng học sinh đói hơn và khát hơn ở trường. Để tránh không cho con em quý vị bị đói quá, xin cho các em ăn sáng ở nhà và mang theo thức ăn dặm lành mạnh. Xin liên lạc với nhà trường để lấy danh sách các món được gợi ý dùng để ăn dặm hay vào mạng điểm của Các Chuyên viên Dinh dưỡng Canada (Dietitians of Canada) www.dietitians.ca để xem các gợi ý về những món ăn trưa và ăn dặm.

Thời khoá biểu này sẽ được áp dụng thử cho đến ___ tháng. Chúng tôi hy vọng thời khoá biểu Ra Chơi Trước Ăn Trưa sẽ cổ động sự ăn uống lành mạnh và cải thiện sự thành đạt của học sinh.

Nếu có câu hỏi hay nhận xét về chương trình mới này, xin quý vị tiếp xúc với nhà trường.