



## **Política de Bienestar de la Escuela**

Para Los Niños (PLN) y la Escuela Secundaria de Para Los Niños están comprometidos a proporcionar ambientes escolares que promuevan y protejan la salud, bienestar y capacidad de aprendizaje mediante el apoyo a una alimentación saludable y actividad física.

Todos los estudiantes en los grados 6-8 tendrán oportunidades, apoyo y estímulo para realizar actividad física de forma regular.

Los alimentos y bebidas vendidas o servidas en la escuela reunirán las recomendaciones de nutrición de las normas dietéticas de los Estados Unidos para los Estadounidenses.

La Escuela Secundaria de Para Los Niños proporcionará educación sobre la nutrición y la educación física que fomenten la vida, hábitos de actividad física y establecerá una conexión entre la educación de salud y los programas de alimentación escolar y los servicios comunitarios relacionados.

### **Servicio de Alimentos/Programa Nutricional para Niños**

El gobierno reconoce que los estudiantes necesitan comida nutritiva adecuada para crecer, aprender y mantener una buena salud. Las celebraciones en los salones deberán alentar opciones saludables y el control de las porciones. Los padres y las familias deben recibir orientación de la escuela en los alimentos que son apropiados para estas celebraciones. Además, PLN reconoce que importantes investigaciones indican una relación positiva entre una nutrición adecuada y el aprendizaje que resultan en el éxito académico.

Para Los Niños y la Escuela Secundaria de Para Los Niños, proporcionará los recursos necesarios cuando estén disponibles (personal, equipo, mantenimiento continuo y tecnología) para implementar esta política.

Todos los empleados de las escuelas apoyarán la implementación de ésta y otras pólizas relacionadas.

A los padres/guardianes se les motivará a apoyar los esfuerzos de educación de nutrición de la escuela considerando la calidad nutricional cuando se selecciona con cualquier bocado que se pueda donar para eventos especiales ocasionales.

Miembros del Comité de bienestar se reunirán anualmente para examinar la aplicación de estas políticas y reglamentos. Posteriormente, el Superintendente proporcionará un informe anual a la Junta.

## **Calidad de la Comida**

El Superintendente o su designado deberá garantizar que las comidas ofrecidas por el programa de servicio de alimentos cumplan todos los requisitos legales para la participación en los programas de almuerzo escolar nacional y desayuno escolar.

El Superintendente o su designado se asegurará de que las ventas de alimentos por grupos relacionados con la escuela y el uso de máquinas expendedoras cumplan con las leyes estatales y federales y no afecten negativamente la participación estudiantil en el programa de servicio de alimentos.

Los procedimientos de seguridad y saneamiento deberán cumplir con los requisitos de la Ley de California Retail de Instalaciones de Alimentos como se establece en el Código de Salud y Seguridad 113700-11445.

Todos los alimentos disponibles a los estudiantes en el campo de la Escuela Secundaria Charter durante el horario escolar, incluyendo alimentos vendidos por el Departamento de Servicio de Alimentos, a través de máquinas expendedoras y por las ventas de estudiante, cumplirán o excidirán las normas nutricionales establecidas por las reglas estatales/federales.

Todos los alimentos disponibles a los estudiantes durante las horas escolares serán:

1. Seleccionado con el fin de contribuir al bienestar nutricional del estudiante y la prevención de enfermedades.
2. Preparado de manera que será de interés para los estudiantes, mantener la calidad nutritiva y fomentar hábitos saludables para toda la vida.
3. Porbados a dar una gran variedad de opciones saludables en todos los sitios incluyendo comidas étnicas y culturales.

Los estudiantes estarán involucrados en la selección, degustación y comercialización de alimentos saludables que atraen a los estudiantes.

Opciones alimenticias saludables (frutas frescas y verduras, granos enteros, productos lácteos) deben promoverse en las actividades escolares que involucran personal, estudiantes y comunidad.

## **Acceso Estudiantil**

El campo de la Escuela Secundaria Charter de Para Los Niños se esforzará por asegurar que cada estudiante tenga acceso a opciones saludables a través del desarrollo de desayuno gratis universidad en los sitios de la escuela.

Acceso a recaudación de fondos a través de la venta de alimentos será equitativo para todas las clases o las organizaciones estudiantiles.

## **Mantenimiento de un Medio Ambiente Sano**

Agua potable e instalaciones de lavado de manos deben ser convenientemente disponibles para los estudiantes en todo momento.

Todos los sitios de la escuela proporcionarán un ambiente donde comportamientos alimentarios saludables son la norma y son modelados y reforzados.

Se desarrollará un espacio adecuado en un entorno agradable para que los estudiantes pueden ser alentados a comer un almuerzo nutritivo.

El Superintendente o su designado garantizará las prácticas son en lugar de fomentar el respeto mutuo entre los proveedores de servicios, personal de la escuela y los estudiantes.

## **Recompensas**

La Escuela Secundaria Charter de Para Los Niños usará alimentos o bebidas, especialmente aquellos que no cumplen con los estándares de nutrición para alimentos y bebidas que se venden por separado, como recompensas por rendimiento académico o buen comportamiento y a no retener alimentos o bebidas (incluyendo la comida que se sirve a través de la alimentación escolar) como un castigo.

## **Celebraciones**

La Escuela Secundaria Charter de Para Los Niños va a limitar las celebraciones que involucran la comida durante el día escolar a no más de una fiesta por clase por mes. Cada fiesta debe incluir no más de una comida o bebida que no cumple con las normas de nutrición para los alimentos y bebidas vendidas individualmente (véase arriba). PLN difundirá una lista de ideas para fiestas saludables para padres y maestros.

## **Integrar la Actividad Física en el Entorno del Salón**

Para que los estudiantes reciban la cantidad de actividad física diaria de por lo menos 60 minutos diarios recomendados a nivel nacional y para los estudiantes a aceptar plenamente la actividad física regular como un comportamiento personal, los estudiantes necesitan oportunidades para actividades físicas más allá de la clase de educación física (120 minutos cada 10 días durante el día escolar regular).

Hacia ese fin, la educación para la salud del salón complementará la educación física mediante el refuerzo de las habilidades, conocimientos y autogestión necesarias para mantener un estilo de vida físicamente activo y reducir el tiempo dedicado a actividades sedentarias, como ver televisión; como oportunidades para la actividad física se incorporarán otras lecciones del tema; y los maestros del salón proporcionarán algunas pausas con actividad física entre las lecciones o clases, según corresponda.

El Consejo reconoce los beneficios de la actividad física para la salud de los estudiantes y el logro académico. La Junta desea proporcionar un programa de educación física que genera interés y competencia en las habilidades de movimiento y alienta a aptitud permanente de los estudiantes a través de la actividad física. Además de promover altos niveles de logro personal y una autoimagen

positiva, las actividades de educación física deben enseñar a los estudiantes cómo cooperar en el logro de los objetivos.

Los programas de educación física de la Escuela Secundaria Charter incluirá una variedad de actividades kinestésicas, incluyendo equipo y deportes individuales, así como formas de movimiento estético, tales como danza.

Se proporcionará una actividad alternativa apropiada para estudiantes con discapacidades físicas que pueden restringir el excesivo esfuerzo físico.

Educación física personal limitará apropiadamente la cantidad o el tipo de ejercicio físico requerido de estudiantes durante episodios de contaminación del aire, calor u otras condiciones inclementes.

Excepciones: El Superintendente o su designado puede otorgar una exención temporal de la educación física bajo cualquiera de las siguientes condiciones:

1. El estudiante está enfermo o lesionado y no se puede proporcionar un programa modificado para satisfacer su necesidad.
2. El estudiante está matriculado por media hora o menos.

### **Educación Física Diaria (P.E.) K-8**

Todos los estudiantes en los grados K-8, incluyendo a estudiantes con discapacidad, las necesidades especiales de asistencia médica y en entornos educativos alternativos, recibirán educación física diaria (o su equivalente de 120 minutos cada diez días durante el día escolar regular) para todo el año escolar.

Los estudiantes pasarán por lo menos el 50% del tiempo de clase de educación física participando en una actividad física moderada a vigorosa.

### **Recreo Diario**

Todos los estudiantes tendrán al menos 15 minutos al día de recreo supervisado, preferiblemente al aire libre, durante el cual las escuelas que deberían alentar la actividad física moderada a vigorosa verbalmente y a través de la provisión de espacio y equipo.

### **Oportunidades de Actividad Física Antes y Después de la Escuela**

Los programas de antes y después de escuela y programas de enriquecimiento escolar proporcionarán y alentarán, verbalmente y a través de la provisión de espacio y equipo, actividades que promueven el buen estado físico. La recomendación es que un tercio del tiempo programa diario se repartirá durante períodos de actividad física para todos los participantes. Por lo menos 50% del tiempo asignado a la actividad física debe ser en moderada a vigorosa actividad física.

### **Actividad Física y Castigo**

La Escuela Secundaria Charter no debe utilizar la participación o no participación en las clases de educación física o receso como una forma de castigar o disciplinar a los estudiantes.

## **Seguimiento y Revisión de la Política**

Los miembros del Comité de bienestar se reunirán anualmente para revisar el progreso hacia la implementación de estas políticas y reglamentos y el Superintendente proporcionará un informe anual a la Junta.

El Superintendente garantizará el cumplimiento de esta política. En cada escuela, el Director (a) garantizará el cumplimiento de esta política en su escuela y presentará un informe sobre el cumplimiento de la escuela al Superintendente.

El personal de servicios de alimentación escolar asegurará el cumplimiento de las políticas de nutrición dentro de áreas de servicios de alimentación escolar y presentará un informe al respecto al Director (a) de la escuela respectiva.

La Superintendencia desarrollará un informe cada tres años en esta política, basada en el aporte de personal de la escuela y el Comité de bienestar. Se harán recomendaciones para cambios a la política a la junta.

La Junta, según sea necesario, revisará la política de bienestar y desarrollo de planes de trabajo para facilitar la implementación.