

2021  
2022



# Política de Bienestar Escolar

## Preámbulo de la política

De acuerdo con la regla de Implementación de la Política de Bienestar Escolar Local bajo la Ley de Niños Saludables y Sin Hambre de 2010, la Escuela Parroquial St. Josaphat (en lo sucesivo, el Distrito), establece la siguiente política para su implementación a más tardar el 24 de agosto de 2020.

## Liderazgo de políticas

Cada escuela designará un coordinador del sitio que garantizará el cumplimiento de la política. El funcionario designado para supervisar la política de bienestar es Karin Strasser. El funcionario deberá convocar al Comité de Bienestar y dirigir la revisión, actualización y evaluación de la política.

## Estándares de nutrición para todos los alimentos

El distrito está comprometido a servir comidas saludables a nuestros estudiantes. Los programas de comidas escolares tienen como objetivo mejorar la dieta y la salud de los niños en edad escolar, modelar patrones de alimentación saludables y apoyar elecciones saludables al mismo tiempo que se adaptan a las preferencias alimentarias culturales y las necesidades dietéticas especiales.

## Estándares y pautas para las comidas escolares

El Distrito se compromete a garantizar que:

- Todas las comidas cumplen o superan los requisitos nutricionales actuales establecidos en la Ley de Niños Saludables y Sin Hambre de 2010 ([www.fns.usda.gov/school-meals/nutrition-standards-school-meals](http://www.fns.usda.gov/school-meals/nutrition-standards-school-meals)).
- Todas las comidas son accesibles para todos los estudiantes.
- Se prohíbe estrictamente retener alimentos como castigo.
- Todas las comidas son apetitosas y atractivas y se sirven en ambientes limpios y agradables.
- Hay agua potable disponible para los estudiantes durante las comidas.
- Cuando no haya bebederos en la cafetería, hay vasos / jarras de agua disponibles. Los estudiantes tienen al menos 10 minutos para desayunar y al menos 20 minutos para almorzar después de estar sentados.
- Todos los campus escolares están "cerrados", lo que significa que los estudiantes no pueden salir de los terrenos de la escuela durante el día escolar.
- El almuerzo se programará después del recreo para los estudiantes de primaria.
- El almuerzo se servirá entre las 10:45 am y las 12:30 pm.
- Los menús se publicarán en el sitio web del Distrito e incluirán contenido de nutrientes.
- Los menús serán creados / revisados por un dietista registrado u otro profesional de nutrición certificado.

2021  
2022



## Política de Bienestar Escolar

- Todos los directores, gerentes y personal del programa de nutrición escolar deberán cumplir o superar los requisitos de contratación y educación / capacitación continua anual en los estándares profesionales del USDA para los profesionales de la nutrición infantil.

### **Además, los servicios de nutrición del Distrito deberán:**

- Notificar a los padres de la disponibilidad de los programas de desayuno, almuerzo y comida de verano y se les animará a determinar la elegibilidad para comidas reducidas o gratuitas.
- Permita a los estudiantes la oportunidad de dar su opinión sobre los elementos del menú.
- Restringir la programación de reuniones del club / organización durante el período del almuerzo, a menos que los estudiantes puedan comprar el almuerzo para consumir durante las reuniones.
- Explorar el uso de modelos de servicio de desayuno no tradicionales (como el desayuno en el salón de clases) para aumentar la participación en el desayuno. Alimentos y bebidas que se venden fuera del programa de comidas escolares
- Todos los alimentos y bebidas vendidos y servidos fuera de los programas de comidas escolares (alimentos y bebidas "competitivos") deberán, como mínimo, cumplir con los estándares establecidos en la regla de los Estándares de Nutrición para Todos los Alimentos Vendidos en las Escuelas (Smart Snacks) del USDA. Los estándares están disponibles en <http://www.fns.usda.gov/healthierschoolday/tools-schools-focusing-smart-snacks>.
- Todos los alimentos y bebidas que se vendan a los estudiantes durante los programas antes y después de la escuela deberán cumplir con los estándares de nutrición de USDA Smart Snack.
- No se venderán a los estudiantes bebidas con edulcorantes no nutritivos (artificiales o naturales), como té helado dietético, refrescos dietéticos, etc. durante el día escolar, independientemente de su cumplimiento con los estándares de USDA Smart Snacks.
- Se prohíbe la venta de alimentos y / o bebidas que contengan cafeína (con la excepción de trazas de cafeína natural) en todos los grados durante el día escolar.
- El Distrito permite hasta dos eventos para recaudar fondos exentos por escuela por año. Todas las demás actividades para recaudar fondos que se vendan durante el día escolar cumplirán con los estándares de nutrición de Smart Snacks. No se imponen restricciones a la venta de alimentos / bebidas que se venden fuera del horario escolar.

### *Marketing*

Las escuelas restringirán la comercialización de alimentos y bebidas solo a aquellos alimentos y bebidas que cumplan con los estándares de nutrición establecidos por la regla de Estándares de nutrición para todos los alimentos vendidos en las escuelas (Smart Snacks) del USDA. El marketing incluye nombres de marcas, marcas comerciales, logotipos o etiquetas, excepto cuando se colocan en un producto / recipiente de alimentos o bebidas; exhibidores, como exteriores de máquinas expendedoras; nombres corporativos / de marca, logotipos, marcas registradas en tazas, carteles, útiles escolares, materiales educativos, equipo de servicio de alimentos y equipo escolar (por ejemplo, tableros de mensajes, marcadores, uniformes); anuncios

2021  
2022



## Política de Bienestar Escolar

en publicaciones / correos escolares; patrocinio de actividades escolares, eventos para recaudar fondos o equipos deportivos; programas de incentivos educativos como concursos o programas; y muestras o cupones gratuitos que muestren publicidad de un producto.

### *Alimentos proporcionados pero no vendidos*

Las recompensas o incentivos alimentarios no se utilizarán en los salones de clase para fomentar el rendimiento o el comportamiento deseable de los estudiantes. Se promoverán las celebraciones no relacionadas con la comida y se pondrá a disposición del personal y los miembros de la familia una lista de ideas.

## **Educación nutricional**

El objetivo principal de la educación nutricional es influir en los comportamientos alimentarios de los estudiantes durante toda su vida. Como tal:

- La educación nutricional, un componente de la educación integral para la salud, se ofrecerá todos los años a todos los estudiantes del Distrito.
- El Distrito tiene como objetivo enseñar, modelar, alentar y apoyar la alimentación saludable proporcionando educación nutricional.
- Los maestros integrarán la educación nutricional en otras materias del salón de clases, como matemáticas, ciencias, artes del lenguaje, ciencias sociales y materias optativas.
- La educación nutricional se ofrecerá tanto en la cafetería como en el aula, con coordinación entre el personal de servicio de alimentos y los maestros.
- Los miembros del personal responsables de la educación nutricional participarán regularmente en el desarrollo profesional relevante.

## **Promoción de la nutrición**

El Distrito se compromete a proporcionar un entorno escolar que promueva que los estudiantes practiquen una alimentación saludable y actividad física. Los estudiantes recibirán mensajes de nutrición consistentes que promuevan la salud en las escuelas, los salones de clases, las cafeterías y los medios escolares.

## **Actividad física**

El Distrito proporcionará a los estudiantes oportunidades apropiadas para su edad y grado para participar en la actividad física. Como tal:

- Los niños y adolescentes deben participar en 60 minutos de actividad física todos los días.
- El Distrito proporcionará educación física a los estudiantes, utilizando un plan de estudios de educación física secuencial y apropiado para la edad consistente con los estándares nacionales y estatales de educación física.
- El Distrito también proporcionará oportunidades para que los estudiantes participen en actividad física además de educación física.
- La actividad física durante el día escolar no se retendrá como castigo.

2021  
2022



## Política de Bienestar Escolar

- Se ofrecerá recreo al aire libre si el clima lo permite cuando la "sensación de que" la temperatura no se mueve por debajo de 0° Fahrenheit o supera los 98° Fahrenheit.
- Los maestros / monitores de recreo deben animar a los estudiantes a estar activos durante el recreo.
- Las escuelas proporcionarán oportunidades de actividad física para todos los estudiantes antes y después de la escuela. Las actividades incluyen clases / clubes de actividad física, actividad física en el cuidado posterior, intramuros y deportes universitarios.
- El Distrito apoyará el transporte activo hacia y desde la escuela participando en actividades como el uso de guardias de cruce.

### *Educación Física*

- Todos los estudiantes de primaria del distrito en cada grado recibirán al menos 60 minutos de educación física por semana durante el año escolar.
- Todos los estudiantes de la escuela intermedia del distrito en cada grado recibirán al menos 60 minutos de educación física por semana durante el año escolar.
- Los estudiantes deberán estar moderadamente a vigorosamente activos durante al menos el 50% del tiempo de clase durante todas las sesiones de clase de educación física.
- Todas las clases de educación física son impartidas por maestros con licencia que están certificados para enseñar educación física.
- En las clases de educación para la salud, el Distrito incluirá temas de actividad física, incluyendo: los beneficios físicos, psicológicos o sociales de la actividad física; cómo la actividad física puede contribuir a un peso saludable; cómo la actividad física puede contribuir al proceso de aprendizaje académico; cómo un estilo de vida inactivo contribuye a la enfermedad crónica; y disminución de las actividades sedentarias.

### **Otras actividades escolares que promueven el bienestar**

Según corresponda, las escuelas apoyarán los esfuerzos de los estudiantes, el personal y los padres para mantener un estilo de vida saludable. A los estudiantes se les permitirá traer y llevar durante todo el día botellas de agua aprobadas llenas sólo con agua. Se alienta encarecidamente al personal a modelar hábitos alimenticios saludables y se le desaconseja comer frente a los niños / compartir alimentos con los niños durante el horario regular de clases, fuera de las actividades relacionadas con el plan de estudios de educación nutricional.

### *Bienestar del personal*

El Distrito implementará actividades para promover la alimentación saludable y la actividad física entre el personal de la escuela, tales como animar a los miembros del personal a programar citas médicas para la detección de cáncer, enfermedades cardíacas, diabetes y otras enfermedades.

2021  
2022



## Política de Bienestar Escolar

### *Participación de la comunidad*

El Distrito informará e invitará a los padres a participar en actividades patrocinadas por la escuela durante todo el año.



### **Monitoreo y evaluación**

La política de bienestar del Distrito se actualizará según sea necesario en función de los resultados de la evaluación, como los cambios del Distrito, la publicación de nueva información / tecnología de ciencias de la salud y / o la publicación de una nueva guía federal o estatal.