

Distrito Escolar Unificado de Wickenburg

Política de bienestar local

El Distrito Escolar Unificado de Wickenburg reconoce que la nutrición adecuada y la actividad física son directamente relacionadas con la salud, el bienestar físico y la capacidad de aprendizaje del estudiante. El Distrito estamos comprometidos a proporcionar un ambiente escolar que promueva el bienestar de los estudiantes, nutrición, educación nutricional y actividad física regular como parte del aprendizaje experiencia total. En un ambiente escolar saludable, los estudiantes aprenderán y participarán en prácticas dietéticas y de estilo de vidas positivas que pueden mejorar el rendimiento de los estudiantes.

El Distrito se esfuerza por hacer una contribución significativa al bienestar general, mental y capacidad física y la capacidad de aprendizaje de cada estudiante al tiempo que les brinda la oportunidad de participar plenamente en el proceso educativo.

El Distrito Escolar Unificado de Wickenburg se compromete a proporcionar un ambiente escolar que promueve y protege la salud, el bienestar y la capacidad de aprender de los niños mediante el apoyo a alimentación y actividad física. La alimentación saludable está relacionada con un menor riesgo de mortalidad y desarrollo de muchas enfermedades crónicas en la edad adulta.

Para garantizar la salud y el bienestar de todos los estudiantes, el Distrito promoverá y monitoreará bienestar del estudiante de una manera que el Distrito determine que es apropiada en las siguientes áreas por desarrollando metas para lo siguiente:

- Educación, pautas y promoción de la nutrición
- Actividad Física
- Otras actividades escolares
- Estándares para todos los alimentos y bebidas que se venden a los estudiantes en el plantel escolar y para todos alimentos y bebidas proporcionadas a los estudiantes durante el día escolar
- Políticas que permiten la comercialización y la publicidad solo para alimentos y bebidas que cumplan con Smart Meriendas en los estándares de nutrición escolar
- Participación de los padres, la comunidad y el personal

I. DEFINICIONES

Alimentos competitivos: todos los alimentos y bebidas ofrecidos o vendidos a los estudiantes en el campus de la escuela durante el día escolar fuera de las comidas reembolsables servidas a través de una nutrición infantil nacional como el Programa Nacional de Almuerzos Escolares o el Programa de Desayunos Escolares.

Campus Escolar: Áreas que son propiedad o están alquiladas por el Distrito y utilizadas en cualquier momento para actividades relacionadas con la escuela, incluso en el exterior de un edificio escolar,

autobuses escolares u otros vehículos utilizados para transportar estudiantes, campos deportivos y estadios (p. ej., en marcadores, hieleras, vasos y botellas de agua) o estacionamientos.

Día Escolar: El tiempo entre la medianoche de la noche anterior y treinta (30) minutos después del final del día de instrucción.

II. ADMINISTRACIÓN

Comité de Bienestar:

El propósito del Comité de Bienestar es establecer metas y supervisar la salud y políticas de la seguridad y programas, incluido el desarrollo, la implementación y la revisión y actualización periódicas de la Política de Bienestar del Distrito.

El Superintendente nombrará un Comité de Bienestar integrado por al menos uno (1) de los siguiente: un representante del nivel escolar, padre/tutor, estudiante, el distrito Directora de Nutrición Infantil, profesora de educación física, profesional de salud escolar, administrador y cualquier otra persona del público en general. El Comité de Bienestar se reunirá por lo menos cuatro (4) veces al año para evaluar la política y implementación. El Superintendente informará a la Junta sobre el cumplimiento del Distrito con la política de Bienestar como lo prescribe la ley.

Como mínimo, la Política de Bienestar se actualizará al menos cada tres años siguiendo por reglamentos

Implementación:

El Distrito desarrollará y mantendrá un plan de implementación para administrar y coordinar la ejecución de esta Política de Bienestar. El plan explicará los roles, responsabilidades, acciones y plazos específicos de cada escuela e incluirá información sobre quién será responsable de hacer qué cambio, cuánto, dónde y cuándo, así como metas y objetivos específicos para estándares de nutrición para todos los alimentos y bebidas disponibles en el plantel escolar, alimentos y marketing de bebidas, promoción y educación nutricional, actividad física, educación física y otras actividades escolares que promuevan el bienestar de los estudiantes.

Mantenimiento de registros:

El Distrito mantendrá registros para documentar el cumplimiento de los requisitos de su Programa de Bienestar Política. La documentación incluirá, pero no se limitará a:

1. Una copia de la Política de Bienestar actual;
2. Documentación que demuestre que la Política de Bienestar se puso a disposición del público;
3. Documentación de los esfuerzos para revisar y actualizar la Política de Bienestar, incluida una indicación de quién está involucrado en la actualización y los métodos que usa el Distrito para hacer partes interesadas conscientes de su capacidad para participar en el Comité de Bienestar;
4. Documentación para demostrar el cumplimiento de la convocatoria pública anual requisitos;

5. La evaluación más reciente sobre la implementación de la Política de Bienestar del Distrito;
6. Documentación que demuestre la evaluación más reciente sobre la implementación de la Política de Bienestar se puso a disposición del público; y
7. Documentación de la evaluación de la Política de Bienestar.

Aviso Anual:

Cada año, el Distrito informará a las familias y al público información básica sobre el Política de bienestar, incluido su contenido, cualquier actualización de la Política y su estado de implementación. Además, cada año, el Distrito indicará el nombre y la información de contacto del líder del comité y el director de cada escuela, así como información sobre cómo el público puede involucrado con el Comité de Bienestar para participar en el desarrollo, implementación y revisión periódica y actualización de la Política de Bienestar del Distrito.

Evaluación:

Al menos una vez cada tres años, el Distrito evaluará su cumplimiento con la Política de Bienestar y poner los resultados de la evaluación a disposición del público. Esta evaluación medirá la implementación de la Política de Bienestar e incluyen:

1. La medida en que cada escuela del Distrito cumple con la Política de Bienestar; y
2. Una descripción del progreso realizado en el logro de las metas del Programa de Bienestar del Distrito Política.

Participación comunitaria, divulgación y comunicaciones:

El Distrito se compromete a responder a los aportes de la comunidad. El Distrito activamente comunicar lo siguiente:

1. Formas en que el Comité de Bienestar y otros pueden participar en el desarrollo, implementación y revisión periódica y actualización de la Política de Bienestar;
2. El Distrito informará a los padres sobre las mejoras realizadas en las comidas escolares y su cumplimiento de las normas de alimentación escolar;
3. El Distrito informará a los padres sobre la disponibilidad de los programas de nutrición infantil del Distrito y cómo aplicar;
4. El Distrito compartirá información sobre una descripción y cumplimiento de Smart Meriendas en las normas de nutrición escolar.

Las comunicaciones del distrito pueden ocurrir a través de una variedad de métodos, incluido el correo electrónico, el sitio web, boletines, presentaciones a los padres y a través de cualquier otro medio que el Distrito y las escuelas del distrito comunican información a los padres.

III. NUTRICIÓN

Comidas del colegio:

El programa de nutrición y alimentación del Distrito tiene como objetivo mejorar la dieta y la salud de los niños en edad escolar, ayudar a mitigar la obesidad infantil, modelar una alimentación saludable para apoyar el desarrollo de patrones de alimentación saludables y apoyar elecciones saludables. El Distrito servirá comidas saludables a estudiantes de acuerdo con los requisitos mínimos federales y estatales que promueven muchas frutas, verduras, cereales integrales, productos lácteos bajos en grasa y sin grasa. También se mantendrá en cumplimiento con las especificaciones dietéticas de calorías, grasas saturadas, grasas trans y sodio.

El Distrito se compromete a ofrecer comidas escolares a través de programas federales y estatales de nutrición infantil, programas que son accesibles para todos los estudiantes, atractivos y atractivos para los niños, se sirven en ambientes limpios y agradables, cumplir o exceder los requisitos de nutrición infantil establecidos por las autoridades locales, estatutos y reglamentos estatales y federales, y promover opciones saludables de alimentos y bebidas utilizando al menos diez de las siguientes técnicas Smarter Lunchroom:

- Fruta fresca disponible todos los días.
- Las opciones de frutas diarias se muestran en un lugar en la línea de visión y alcance de los estudiantes.
- Todas las opciones de vegetales disponibles han recibido nombres descriptivos.
- Las opciones diarias de vegetales se incluyen en todas las comidas para llevar disponibles para los estudiantes.
- Todos los miembros del personal, especialmente los que prestan servicio, han sido capacitados para educar a los estudiantes seleccionar y consumir las opciones vegetales diarias con su comida.
- La leche blanca se coloca delante de otras bebidas en todos los refrigeradores.
- Las opciones de platos principales alternativos (p. ej., barra de ensaladas, parfaits de yogur, etc.) se destacan en carteles o letreros dentro de todas las áreas de servicio y comedor.
- Se puede crear una comida reembolsable en cualquier área de servicio disponible para los estudiantes (merenderos, etc.).
- Las encuestas de estudiantes y las oportunidades de prueba de sabor se utilizan para informar el desarrollo del menú, decoración de comedores e ideas promocionales.
- Se utilizan anuncios diarios para promocionar y comercializar las opciones del menú.

Calificaciones del personal y desarrollo profesional:

Todos los directores, gerentes y personal del programa de nutrición escolar cumplirán o superarán los requisitos de contratación y requisitos anuales de educación/capacitación continua según lo exige la ley.

Agua:

Para promover la hidratación, habrá agua potable gratuita, segura y sin sabor disponible para todos los estudiantes a lo largo de la jornada escolar en cada escuela. Habrá bebederos disponibles donde la escuela las comidas se sirven durante las comidas.

Alimentos y bebidas competitivos:

Como mínimo, los alimentos competitivos proporcionados y/o vendidos a los estudiantes en el campus escolar durante el día escolar, cumplirá con los estándares de nutrición Smart Snacks in School del USDA. Estas las normas se aplicarán en todos los lugares y a través de todos los servicios donde se venden alimentos y bebidas, que pueden incluir, entre otros, opciones a la carta en cafeterías, máquinas expendedoras, tiendas escolares y carritos de comida o bocadillos.

Además, todos los alimentos ofrecidos en el plantel escolar durante el día escolar cumplirán o superarán los estándares de nutrición de Smart Snacks in School del USDA incluyen:

1. Celebraciones y fiestas: El Distrito proporcionará una lista de ideas para fiestas saludables a los padres y maestros, incluidas ideas para celebraciones no relacionadas con la comida.
2. Meriendas del salón de clases traídas por los padres: El Distrito proporcionará a los padres una lista de alimentos y bebidas que cumplen con los estándares nutricionales de Smart Snacks.
3. Recompensas e incentivos: Los alimentos no se utilizarán como castigo y si los alimentos se ofrecen como recompensa, debe, como mínimo, cumplir con los estándares de nutrición USDA Smart Snacks in School y las normas estatales aplicables.

Recaudación de Fondos

Alimentos y bebidas que cumplen o superan los estándares de nutrición de Smart Snacks in Schools del USDA se pueden vender a través de eventos para recaudar fondos en el campus de la escuela durante el día escolar. El Distrito pondrá a disposición de los padres y maestros una lista de ideas saludables para recaudar fondos.

Promoción Nutricional

La promoción y la educación nutricional influyen positivamente en los comportamientos alimentarios de por vida mediante el uso de técnicas basadas en evidencia y mensajes de nutrición, y creando ambientes alimentarios que fomentan opciones de nutrición saludable y fomentar la participación en los programas de comidas escolares. Los estudiantes y el personal recibirán mensajes de nutrición consistentes en todas las escuelas, aulas, gimnasios y cafeterías.

El Distrito promoverá opciones saludables de alimentos y bebidas para todos los estudiantes durante todo el campus escolar, así como fomentar la participación en los programas de comidas escolares. Esta promoción se ocurrir mediante la implementación de al menos diez o más programas de promoción de alimentos saludables basados en evidencia técnicas a través de los programas de comidas escolares

usando técnicas Smarter Lunchroom y asegurando el 100 % de los alimentos y bebidas que se promocionan a los estudiantes cumplan con los Smart Snacks in School del USDA estándares de nutrición.

Todos los alimentos y bebidas disponibles en las escuelas de los grados K-12 durante el día escolar deben ser consistentes con las regulaciones de Smart Snacks. Las pautas para las comidas escolares reembolsables deberán no ser menos restrictivas que los reglamentos y las orientaciones. El Distrito creará procedimientos que aborden todos los alimentos disponibles para los estudiantes durante el día escolar en las siguientes áreas:

- Comidas del Programa Nacional de Almuerzos y Desayunos Escolares
- Ofertas a la carta en el programa de servicio de alimentos
- Máquinas expendedoras
- Tiendas escolares
- Recompensas
- Meriendas servidas en programas extracurriculares

Educación nutricional

La educación nutricional se centrará en los comportamientos alimentarios de los estudiantes, se basará en teorías y métodos demostrados ser efectivo por investigación y ser consistente con la educación de salud del distrito estatal y local estándares El Distrito enseñará, modelará, alentará y apoyará la alimentación saludable de todos los estudiantes.

Las escuelas brindarán educación sobre nutrición y participarán en la promoción de la nutrición que es:

1. Diseñado para proporcionar a los estudiantes los conocimientos y habilidades apropiados para su edad necesarios para promover y proteger su salud;
2. Es parte no solo de las clases de educación para la salud, sino que también se integra en otras clases instrucción a través de materias como matemáticas, ciencias, artes del lenguaje, ciencias sociales y asignaturas optativas;
3. Incluye actividades divertidas, apropiadas para el desarrollo, culturalmente relevantes y participativas, actividades, como demostraciones o lecciones de cocina, promociones, degustaciones, visitas y huertos escolares;
4. Promueve frutas, verduras, productos integrales, productos lácteos bajos en grasa y sin grasa y métodos de preparación de alimentos saludables;
5. Enfatiza el equilibrio calórico entre la ingesta de alimentos y el gasto de energía (promueve actividad física/ejercicio);

6. Vínculos con programas de comidas escolares, actividades de promoción de la nutrición en la cafetería y servicios comunitarios relacionados con la nutrición;

7. Enseña alfabetización mediática con énfasis en la comercialización de alimentos y bebidas; y

8. Incluye capacitación en educación nutricional para maestros y otro personal.

Con el fin de reforzar y apoyar los esfuerzos de educación nutricional, las directrices garantizarán que:

- La instrucción en nutrición brinda educación de salud integral y secuencial de acuerdo con las normas curriculares y estándares académicos del Departamento de Educación de Arizona;

- Se alienta la cooperación con agencias y organizaciones comunitarias para proporcionar oportunidades para proyectos estudiantiles apropiados relacionados con la nutrición;

- Se difunden mensajes de nutrición consistentes desde el Distrito a través de las escuelas, comunidades, hogares y medios de comunicación; y

- La educación nutricional se extiende más allá del entorno escolar al involucrar a las familias y la comunidad en todo el programa de bienestar del Distrito.

Marketing de Alimentos y Bebidas en las Escuelas

Cualquier comida y bebida comercializada o promovida a los estudiantes en el campus escolar durante el día escolar cumplirá o superará los estándares de nutrición Smart Snacks in School del USDA y normas estatales aplicables.

El marketing de alimentos y bebidas se define como la publicidad y otras promociones en las escuelas. Alimento y el marketing de bebidas a menudo incluye declaraciones orales, escritas o gráficas hechas para el propósito de promover la venta de un producto alimenticio o bebida hecho por el productor, fabricante, vendedor o cualquier otra entidad con un interés comercial en el producto. Este término incluye, pero no se limita a lo siguiente:

1. Nombres comerciales, marcas registradas, logotipos o etiquetas, excepto cuando se colocan en un alimento físicamente presente o producto de bebida o su envase.

2. Exhibiciones, como en el exterior de las máquinas expendedoras.

3. Marca corporativa, logo, nombre o marca registrada en equipos escolares, tales como marquesinas, tableros de mensajes, marcadores o tableros traseros.

4. Marca corporativa, logotipo, nombre o marca registrada en vasos utilizados para dispensar bebidas, menú tablas, hieleras, botes de basura y otros equipos de servicio de alimentos; así como en carteles, libros cubiertas, libros de asignación de alumnos o útiles escolares exhibidos, distribuidos, ofrecidos o vendidos por el Distrito.

5. Anuncios en publicaciones escolares o correspondencia escolar.

6. Muestras gratuitas de productos, pruebas de sabor o cupones de un producto, o muestras gratuitas que muestran publicidad de un producto.

IV. ACTIVIDAD FÍSICA

Actividad física durante el día escolar (que incluye, entre otros, actividad física en el aula descansos o educación física) no serán retenidos como castigo. Esta prohibición no incluir la participación en actividades extracurriculares que tengan requisitos académicos específicos.

El distrito proporcionará a los maestros y otro personal escolar una lista de ideas de formas alternativas para disciplinar a los estudiantes.

En la medida de lo posible, el Distrito se asegurará de que sus terrenos e instalaciones sean seguros y que el equipo está disponible para que los estudiantes estén activos. El Distrito llevará a cabo las inspecciones necesarias y reparaciones

Educación Física

El Distrito proporcionará a los estudiantes educación física, utilizando un método secuencial apropiado para la edad, currículo de educación física consistente con los estándares nacionales y estatales para la educación física. Todos los estudiantes tendrán la misma oportunidad de participar en clases de educación física.

El Distrito hará las adaptaciones apropiadas para permitir una participación equitativa para todos los estudiantes y adaptará las clases y el equipo de educación física según sea necesario. El programa de educación física del Distrito promoverá la aptitud física de los estudiantes a través de evaluaciones individualizadas de aptitud física y actividad y utilizará informes basados en criterios para cada alumno.

-Educación física (requisitos para graduarse de la preparatoria): Los estudiantes deben, por lo menos, satisfacer el requisito de crédito de educación física del estado y del distrito.

-Actividad física (tiempo, frecuencia y/o intensidad): Las escuelas se asegurarán de que los estudiantes moderado a vigorosamente activo al menos el 50% del tiempo mientras participa en actividades físicas clases de educación

- Actividad física fuera de la educación física: las escuelas pueden ofrecer actividades intramuros después de la escuela, programas y/o clubes de actividad física que satisfagan las necesidades e intereses de todos los estudiantes, incluidos aquellos que no participan atléticamente o aquellos con necesidades especiales de atención médica.

- Recreo para promover la actividad física: los grados K-6 tendrán recreo o educación física clases diarias, cuyas actividades no se suspenderán por motivos disciplinarios.

- Programas para después de la escuela: El Distrito alentará los programas para después de la escuela para proporcionar actividad física apropiada para el desarrollo de los niños participantes y reducir o eliminar el tiempo dedicado a actividades sedentarias como ver televisión o videos.

-Uso comunitario: El distrito fomentará el acceso de la comunidad y los estudiantes de uso comunitario de los eventos de actividad física de la escuela fuera del día escolar normal

Recreo (Primaria)

Todas las escuelas primarias tendrán receso o clases de educación diariamente para promover la actividad física. Si se ofrece el recreo antes del almuerzo, las escuelas tendrán instalaciones apropiadas para lavarse las manos y/o mecanismos de desinfección de manos ubicados justo dentro/fuera de la cafetería para garantizar una higiene adecuada antes de comer y los estudiantes deben usar estos mecanismos antes de comer. Lavado de manos tiempo, así como tiempo para guardar abrigos/sombreros/guantes, se incorporará a la transición del recreo período/marco de tiempo antes de que los estudiantes entren a la cafetería. Se ofrecerá recreo al aire libre cuando el clima es factible para jugar al aire libre. En el caso de que una escuela del Distrito deba realizar recreo, los maestros y el personal promoverán la actividad física para los estudiantes, en la medida de lo posible. El recreo complementará, no sustituirá, la clase de educación física. Monitores de recreo o profesores animará a los estudiantes a ser activos.

Descansos de actividad física en el aula

El Distrito reconoce que los estudiantes están más atentos y listos para aprender si se les proporciona descansos periódicos cuando pueden estar físicamente activos o estirarse. Así, se ofrecerá a los estudiantes oportunidades periódicas para estar activo o para estirar durante todo el día en todos o la mayoría de los días durante un semana típica de la escuela. El Distrito recomienda que los maestros proporcionen exámenes físicos breves (de 3 a 5 minutos) recesos de actividad para los estudiantes durante y entre el tiempo de clase por lo menos tres días a la semana. Estos descansos para la actividad física complementarán, no sustituirán, la clase de educación física, recreo y periodos de transición de clase.

Académicos Activos

Los maestros incorporarán enfoques de aprendizaje de movimiento y kinestésico en la materia "central" instrucción cuando sea posible (por ejemplo, ciencias, matemáticas, artes del lenguaje, estudios sociales y otros) y hacer su parte para limitar el comportamiento sedentario durante la jornada escolar. El Distrito apoyará a los maestros de aula que incorporen actividad física y empleen enfoques de aprendizaje kinestésico en materias básicas al proporcionar desarrollo profesional oportunidades y recursos, incluida información sobre actividades principales, opciones de actividades, así como poner a disposición material de referencia sobre las conexiones entre el aprendizaje y el movimiento.

Actividades extracurriculares

El distrito ofrece oportunidades para que los estudiantes participen en actividades físicas después de la escuela a través de una variedad de métodos. El Distrito alentará a los estudiantes a ser físicamente activos por participación en clubes, deportes intramuros o inter escolares.

V. OTRAS ACTIVIDADES BASADAS EN LA ESCUELA QUE PROMUEVEN

BIENESTAR

Asociaciones comunitarias

El Distrito continuará desarrollando y mejorando las relaciones con los socios de la comunidad (p. ej., hospitales, universidades/colegios, empresas locales, etc.) en apoyo de esta Política de Bienestar implementación. Se evaluarán las asociaciones y patrocinios existentes y nuevos de la comunidad para asegurar que sean consistentes con la Política de Bienestar y sus objetivos.

Promoción de la salud comunitaria y participación familiar

El Distrito promoverá a los padres/cuidadores, familias y la comunidad en general los beneficios de y enfoques para la alimentación saludable y la actividad física a lo largo del año escolar. Familias será informado e invitado a participar en actividades patrocinadas por la escuela y recibirá información sobre los esfuerzos de promoción de la salud.

Bienestar del Personal y Promoción de la Salud

El Comité de Bienestar del Distrito tendrá un subcomité de bienestar del personal que se enfoca en el temas de bienestar, identifica y difunde recursos de bienestar y realiza otras funciones que apoyar el bienestar del personal en coordinación con el personal de recursos humanos. Las escuelas del Distrito implementarán estrategias para apoyar al personal en la promoción y modelar conductas de alimentación saludable y actividad física. El distrito promueve a un miembro del personal participación en programas de promoción de la salud y apoyará programas para miembros del personal en alimentación saludable/control de peso que sean accesibles y gratuitos o de bajo costo.

Aprendizaje Profesional

Cuando sea factible, el Distrito ofrecerá oportunidades de aprendizaje profesional y recursos para el personal aumentar los conocimientos y habilidades sobre la promoción de comportamientos saludables en el aula y la escuela. El aprendizaje profesional ayudará al personal del Distrito a comprender las conexiones entre lo académico y lo salud y las formas en que la salud y el bienestar se integran en el distrito en curso planes/esfuerzos de transformación o mejoramiento académico.