

Plan de Bienestar del Campus Primaria de North Shore 2023-2024

La Ley Pública Federal (PL 108.265 Sección 204) establece que todas las escuelas deben desarrollar una política de bienestar local que involucre a los padres, estudiantes, un representante de la Autoridad de Alimentos Escolares, la junta escolar, los administradores escolares y el público. La Autoridad de Educación Local (LEA) establecerá un plan para medir la implementación de la política de bienestar local.

Estado de la misión:

La Escuela Primaria North Shore preparará, adoptará e implementará un plan integral para fomentar la alimentación saludable y la actividad física a fin de preparar a los estudiantes para que se conviertan en ciudadanos saludables y productivos y en aprendices de por vida.

Promoción y Educación Nutricional

- Información nutricional dada a los padres y profesores durante las reuniones de PTA
- Se alentará a los maestros a integrar la educación sobre nutrición en el plan de estudios durante la Semana de Texas Saludable.
- El personal alentará a los estudiantes a traer refrigerios saludables y a participar en actividades físicas y no utilizará la comida y la actividad física como recompensa o castigo.
- Se fomentará la educación nutricional en la cafetería y en el salón de clases a través de una variedad de actividades (p. ej., carteles, videos, juegos y motivación de los adultos). Opciones de alimentos saludables en la cafetería. Los menús de almuerzo se enviarán a casa con los estudiantes mensualmente con consejos saludables en la parte posterior del menú.
- La escuela comunicará información sobre los programas de alimentación y nutrición del campus a las familias y la comunidad. Los patrones de alimentos saludables son elementos esenciales para alcanzar los estándares académicos, lograr el crecimiento físico y mental y mantener el bienestar durante toda la vida.
- La escuela ofrece a los estudiantes, el personal y los padres la oportunidad de participar en el Programa Nacional de Desayuno, Almuerzo y Merienda Escolar para proporcionar una nutrición saludable y de calidad. Se ofrecerán comidas nutritivas gratuitas, a precio reducido o de bajo costo razonable durante el almuerzo para todos los estudiantes, el personal y los padres. Se proporcionará desayuno gratis a todos los estudiantes de los grados, PK - 5, durante el año escolar.
- El campus seguirá las pautas establecidas por USDA y TDA para garantizar que todas las comidas cumplan con los estándares nutricionales y de seguridad para proteger la salud de los estudiantes, el personal y los padres, de las enfermedades transmitidas por los alimentos. Se recomienda programar las

fiestas después de la hora de la comida para evitar reemplazar una comida nutritiva.

- Se administrará un ambiente agradable durante la comida donde los alumnos el personal y los padres no utilizarán los alimentos como recompensa o castigo, programando suficiente tiempo para que los estudiantes consuman comidas: 10 minutos para el desayuno y 20 minutos para el almuerzo, al no ofrecer tutorías, reuniones de motivación, reuniones de clubes/organizaciones y otras actividades durante el consumo de comidas.
- Se alentará a los estudiantes a socializar mientras implementan una conducta adecuada y niveles de voz en la cafetería.

Actividad Física/Educación

- Los maestros de educación física y los maestros de aula continuarán monitoreando el bienestar de los estudiantes y promoverán la conciencia sobre la salud y el tiempo de actividad durante el recreo y el tiempo de clase.
- La educación física se administrará a todos los grados PK-5 con un mínimo de 150 minutos por semana.
- La actividad física no se utilizará como castigo (por ejemplo, correr o flexiones)
- El personal, los estudiantes y los padres recibirán educación sobre temas relacionados con la salud presentados durante el año escolar y la importancia de complementar la educación sobre salud y nutrición con estilos de vida físicamente activos al ofrecer actividad física apropiada para la edad de los estudiantes de PK a 5.
- Los estudiantes participarán en educación física, club de fútbol y tiempo de juego estructurado durante música. Los estudiantes recibirán no menos de 135 minutos de recreo por semana y 50 minutos de educación física por semana. El departamento de Educación física seguirá el Programa de CATCH e implementará la prueba de aptitud física, grados 3-5.

Otras pautas basadas en la escuela

- PTA incorporará ideas de familias saludables en su agenda
- Noches de participación de los padres con estudiantes, padres y maestros interactuando
- El Bienestar Positivo y la Conciencia Ambiental se ofrecen a través de servicios de asesoramiento y personal de apoyo para implementar una imagen positiva de sí mismos y la conciencia ambiental mediante la implementación mensual de

educación del carácter en el plan de estudios académico, anuncios diarios para alentar a todos los estudiantes a tener una estadía segura y agradable durante la escuela. y alentar a los estudiantes a verbalizar cualquier inquietud o problema que pueda afectar su bienestar a un adulto de confianza, miembro del personal, maestro, consejero o administrador e implementar sesiones de asesoramiento individual y grupal según sea necesario.

- El distrito escolar y cada campus tendrán un Consejo Asesor de Salud Escolar activo que apoya las iniciativas relacionadas con la salud y el bienestar de los estudiantes mediante la implementación de un programa de salud consejo asesor, comité SHAC, que está compuesto por el Director y Coordinador de Apoyo Estudiantil y Servicios de Salud, Coordinador Atlético, Director de Servicios de Alimentos, Director del Programa de Salud y Ciencias, padres, personal del distrito escolar y miembros de la comunidad.
- A nivel del plantel, el comité de Bienestar del plantel consistirá del Gerente de la Cafetería, el Maestro de Salud, el maestro de Educación Física, el Administrador del Plantel, el maestro del salón de clases, la enfermera y los padres, para garantizar que el plantel implemente y cumpla con el G.P.I.S.D. Los requisitos de la Política evalúa y mide el Plan de Bienestar del Campus y luego informa al consejo de SHAC para su revisión anualmente.

Pautas de nutrición

- La escuela ofrecerá desayuno y almuerzo y, cuando corresponda, participará en el programa de refrigerios después de la escuela. Se recomienda enfáticamente a los estudiantes y al personal que promuevan y participen en estos programas.
- El personal promoverá el lavado de manos y fomentará prácticas de alimentación seguras, como no compartir alimentos o bebidas.
- Revise el menú del almuerzo con los estudiantes diariamente y analice los beneficios para la salud.
- Las celebraciones en el aula están limitadas a 2 por año.
- Requisitos de comida del USDA: los estudiantes deben tomar al menos ½ porción completa de frutas o verduras.