

# Plan de bienestar en la escuela

2019-2020

## Escuela Primaria Woodland Acres

- ❖ 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 de familia, estudiantes, un representante de la Autoridad de Alimentación Escolar, la junta escolar, los directores de escuelas y el público en general. La Autoridad de Educación Local (LEA) establecerá un plan para medir e implementar la política de bienestar local.

### Misión

- ❖ Galena Park I.S.D. implementa un plan de bienestar integral que fomenta la alimentación saludable y la condición física para reducir la obesidad infantil y preparar a los estudiantes para que se conviertan en ciudadanos productivos saludables y aprendices de por vida. A nivel escuela, todos trabajamos arduamente para fomentar estilos de vida saludables que incorporen aptitud física, buenos hábitos alimenticios y bienestar positivo.

### Educación para la salud

- ❖ La información del programa de salud, bienestar y CATCH se compartirá con el personal docente, el personal general, los estudiantes y los padres de familia durante las reuniones de capacitación, los anuncios diarios, la información mensual sobre nutrición y salud que se encuentra en el sitio web de WAES, el boletín informativo mensual de la escuela, el café con los consejeros y reuniones de nutrición y salud, así como mediante el currículum que se imparte dentro del salón de clases de acuerdo con los TEKS, educación nutricional implementada durante las clases de educación física para darle continuidad al programa CATCH, club de niños, club de niñas, club de cocina y el programa de bienestar Unicef.

### Educación Física

- ❖ El personal, los estudiantes y los padres de familia serán educados en temas relacionados con la salud, los cuales serán presentados durante el año escolar, así como la importancia de complementar la educación en salud y nutrición con estilos de vida físicamente activos al ofrecer actividad física adecuada para la edad de los estudiantes entre PK y 5, educación física, club para correr, club de baile, baile los viernes por la mañana, torneo de golf/*First Tee*, recreo de no menos de 135 minutos por semana, departamento de educación física que da continuidad al Programa de Educación Física CATCH e implementar las pruebas *gram* para estudiantes en grados de 3ro a 5to.
- ❖ Se alentará al personal de Woodland Acres a participar en actividades físicas, relevo por la Vida, participar en eventos deportivos compitiendo estudiantes vs maestros: voleibol y *dodge ball*, al desafío el perdedor más grande/*Biggest Looser*, usar la pista y al reto para cambiar a hábitos saludables de TRS.

### Normas nutricionales

- ❖ Los patrones de alimentación saludables son elementos esenciales para alcanzar los estándares académicos, alcanzar el crecimiento físico y mental y mantener el bienestar de por vida.
- ❖ Woodland Acres ofrece a los estudiantes, al personal y a los padres de familia la oportunidad de participar en el Programa Nacional de Desayunos, Almuerzos y Refrigerios Escolares para brindar una nutrición saludable y de calidad. Se ofrecerán comidas nutritivas gratuitas, o de bajo costo durante el almuerzo para todos los estudiantes, el personal y los padres. Los programas de comidas se implementarán en lugares seleccionados para garantizar la oportunidad de la continuación de una nutrición adecuada durante los meses de verano y se proporcionará desayuno gratuito a todos los estudiantes de PK a 5to durante el año escolar.

- ❖ Woodland Acres seguirá las pautas establecidas por la 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 familia de enfermedades que pudieran ser transmitidas por los alimentos. No se permitirá compartir alimentos que hayan sido preparados en el hogar dentro de la escuela. Se alentará a los estudiantes a desarrollar la práctica saludable de lavarse las manos antes de comer, no se les permitirá compartir alimentos y bebidas que no sean proporcionados por el servicio de comidas de la escuela durante el horario escolar a ninguna hora del día, se permitirá que dentro del salón de clases de primaria tengan un refrigerio nutritivo al día, ya sea por la mañana o por la tarde de acuerdo a los lineamientos del maestro y por último los alimentos que están restringidos por la política de la escuela podrán permitirse en la fiesta de cumpleaños de un estudiante. Se recomienda que las fiestas se programen después de haber tenido el almuerzo para evitar reemplazar una comida nutritiva.
- ❖ Se ofrecerá una encuesta anual de nutrición por parte del Departamento de Nutrición para todos los estudiantes, el personal y los padres de familia con el fin de permitir una aportación positiva a las comidas nutricionales locales, culturales y étnicas favoritas.
- ❖ Se administrará un ambiente de comida agradable a todos los estudiantes, el personal y los padres de familia al no retener los alimentos como recompensa o castigo, programando tiempo suficiente para que los estudiantes consuman comidas - desayuno 10 minutos y 20 minutos para el almuerzo, al no ofrecer tutorías, reuniones de motivación, reuniones de algún club/organización y otras actividades durante el consumo de comidas y alentando a los estudiantes a socializar mientras implementan una conducta y niveles de voz adecuados dentro de la cafetería.

#### **Otras actividades relacionadas con la escuela**

- ❖ El bienestar positivo y la conciencia ambiental se ofrecen a través de servicios de asesoría y personal de apoyo para implementar una imagen personal positiva y conciencia ambiental mediante la implementación de formación del carácter mes con mes dentro del currículum académico, anuncios matutinos para alentar a todos los estudiantes a tener un día tanto seguro como agradable y alentar a los alumnos a expresar verbalmente 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 escuela tendrán un Consejo Asesor de Salud Escolar activo que apoye iniciativas relacionadas con la salud y el bienestar de los estudiantes mediante la implementación de un comité asesor de salud, el comité SHAC, que está compuesto por el Director y Coordinador de Servicios de Salud y Apoyo Estudiantil, Coordinador Atlético, Director de Servicios de Alimentos, Director de Programas de Salud y Ciencia, padres de familia, personal del distrito escolar y miembros de la comunidad.
- ❖ A nivel escuela, el comité estará compuesto por el gerente de la cafetería, el maestro de salud, el maestro de educación física, el director de la escuela, el maestro del salón de clases, la enfermera y los padres de familia, para garantizar que la escuela implemente y cumpla con los requisitos de G.P.I.S.D. sobre la Política de Bienestar y evalúa y mide el Plan de Bienestar del Campus y luego se reporte anualmente a los asesores de SHAC.