

Campus Wellness Plan Havard Elementary
2024-2025

Federal Public Law (PL 108.265 Section 204) states that all schools must develop a local wellness policy that involves parents, students, a representative from the School Food Authority, school board, school administrators and the public. The Local Education Authority (LEA) will establish a plan for measuring implementation of the local wellness policy.

Mission Statement:

Havard Elementary shall prepare, adopt, and implement a comprehensive plan to encourage healthy eating and physical activity in order to prepare students to become healthy productive citizens and lifelong learners.

Nutrition Promotion and Education

- Students will be provided with healthy eating tips on the monthly menu and the school café App that can be viewed on the Galena Park ISD website.
- Lunch menus will be sent home with students monthly.
- Teachers will be encouraged to integrate nutrition education across the curriculum.
- Weekly healthy nutrition announcements will be made to students and staff during morning announcements.
- Teachers will send home information at the beginning of the year about myplate.gov to give families access to menu options, making healthy food fun for kids, calorie requirements, and other nutritional materials.
- Myplate.gov handouts will be available in the front office for easy access for parents, students, and staff.
- Nutrition education will be encouraged in the cafeteria and in the classroom via various ways (ex. Posters, videos, games, and adult encouragement).
- Staff will encourage students to bring healthy snacks, participate in physical activity, and will not use food or physical activity as a reward nor punishment.
- Healthy food choices including fresh fruits and vegetables will be readily available in the cafeteria during breakfast and lunch.

- Elementary Health Curriculum will include an age-appropriate curriculum unit on nutrition that will be taught in the classroom.
- The campus will communicate information about campus food and nutrition programs to families and the community. Healthy eating patterns are essential building blocks to achieve academic standards, fulfill physical and mental growth and to maintain lifelong wellbeing. The school will offer breakfast, lunch, and an after school healthy snack program.
- Encourage students to drink water, 100% fruit or vegetable juice, and 100% fruit or vegetable juice diluted with water (with or without carbonation) and no added sweeteners.
- The campus offers students, staff and parents the opportunity to participate in the National School Breakfast, Lunch and Snack Program to provide healthy and quality nutrition. Free, reduced or sensible low cost, nutritional meals will be offered during lunch for all students, staff and parents.
- Free breakfast and lunch will be issued to all student's grades, PK – 5, during the school year.
- The campus will follow the guidelines set per USDA and TDA to assure that all meals meet nutritional and safety standards to protect the health of students, staff and parents from food borne illness. Special event snacks are recommended to be scheduled after the end of the lunch period to avoid replacing a nutritious lunch.
- Pleasant eating environment will be administered to all students, staff and parents by not withholding food as a reward or punishment, scheduling enough time for students to consume meals - breakfast 10 minutes and 20 minutes for lunch, by not offering tutorials, pep rallies, club/organization meetings and other activities during meal consumption.
- Students will be encouraged to socialize while implementing proper conduct and voice levels in the cafeteria.

Physical Activity/Education

- Physical Education teachers and classroom teachers will continue to monitor student wellness and promote health awareness and activity time during recess and class time.
- Students and faculty will be encouraged to walk, or do some type of physical activity every day for 20 minutes. The gym is open after school for staff to walk or run. 24 laps equal 1 mile.
- Staff, students and parents will be educated on health-related topics presented during the school year and the importance of complimenting Health and Nutritional education with physically active lifestyles.
- Students will participate in P.E, Soccer club, Dance, Running Club, and structured play time during music. Students will receive no less than 135 minutes of recess per week and 50 minutes of physical education, per week. The P.E. department will follow the CATCH Physical Education Program and implement the fitness gram test, grades 3-5.

Other School Based Health Guidelines

- PTA will incorporate ideas of healthy families into their agenda.
- Parent Involvement Nights with students, parents, and teachers interacting.
- Mental health meetings will be administered by the counselor for families.
- Health night will be offered to promote healthy eating and tips for family involvement.
- S.T.R.E.A.M Nights will be offered periodically throughout the school year providing many community resources including health information, healthy eating, technology, education, fire safety, and etc.
- Positive Wellbeing and Environmental Awareness is offered through counseling services and support staff in order to implement a positive self – image and environmental awareness. Monthly character education will be implemented into academic curriculum. These will include daily announcements to encourage all students to have a safe and enjoyable stay during the school day and to encourage students to verbalize any concerns or issues that may affect their wellbeing, to a trusted adult, staff member, teacher, counselor or administrator and implement individual and group counseling sessions as needed.

- The school district and each campus will have an active School Health Advisory Council that supports initiatives related to student health and wellness by implementing a health advisory council, SHAC committee, that is composed of the Director and Coordinator of Student Support and Health Services, Athletic Coordinator, Food Services Director, Health and Science Program Director, parents, school district staff, and members of the community.
- At the campus level, the campus Wellness committee will consist of the Cafeteria Manager, Health Teacher, Physical Education teacher, Campus Administrator, classroom teacher, nurse, and parent, to ensure that the campus implements and meets the G.P.I.S.D. Wellness Policy requirements. They will also make sure it evaluates and measures the Campus Wellness Plan then reports to SHAC council for review annually.

Nutrition Guidelines

- The school will offer breakfast and lunch and when applicable. Participate in the after-school snack program.
- Students and staff are highly encouraged to promote and participate in these programs.
- The staff will promote hand washing and encourage safe eating practices, such as no sharing of food or drink.
- Review lunch menu with students daily and discuss health benefits.
- Classroom celebrations shall be limited to two parties per academic year (Christmas and End of year) and will be held during the last 30min of the school day.
- USDA meal requirements: students must take at least ½ full serving of fruits or vegetables.

Plan de bienestar del campus ____Havard Elementary____
2024-2025

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, los estudiantes, un representante de la Autoridad de Alimentación Escolar, la junta escolar, los administradores escolares y el público. La Autoridad Educativa Local (LEA) establecerá un plan para medir la implementación de la política de bienestar local.

Estado de la misión:

La Primaria **Havard Elementary** deberá preparar, adoptar e implementar un plan integral para fomentar la alimentación saludable y la actividad física con el fin de preparar a los estudiantes para que se conviertan en ciudadanos productivos saludables y aprendices de por vida.

Promoción y educación nutricional

- Los estudiantes recibirán consejos sobre alimentación saludable en el menú mensual y en la aplicación del café escolar que se puede ver en el sitio web de Galena Park ISD.
- Los menús del almuerzo se enviarán a casa con los estudiantes mensualmente.
- Se alentará a los maestros a integrar la educación nutricional en todo el plan de estudios.
- Se harán anuncios semanales de nutrición saludable a los estudiantes y al personal durante los anuncios de la mañana.
- Los maestros enviarán a casa información a principios de año sobre myplate.gov para brindarles a las familias acceso a opciones de menú, hacer que los alimentos saludables sean divertidos para los niños, los requisitos calóricos y otros materiales nutricionales.
- Los folletos de Myplate.gov estarán disponibles en la oficina principal para que los padres, estudiantes y el personal puedan acceder fácilmente a ellos.
- Se fomentará la educación nutricional en la cafetería y en el salón de clases de varias maneras (por ejemplo, carteles, videos, juegos y estímulo de adultos).
- El personal alentará a los estudiantes a traer refrigerios saludables, participar en actividad física y no utilizará la comida o la actividad física como recompensa o castigo.

- Habrá opciones de alimentos saludables, incluidas frutas y verduras frescas, disponibles en la cafetería durante el desayuno y el almuerzo.
- El plan de estudios de salud de primaria incluirá una unidad curricular sobre nutrición apropiada para la edad que se enseñará en el aula.
- El campus comunicará información sobre los programas de alimentación y nutrición del campus a las familias y la comunidad. Los patrones de alimentación saludables son elementos esenciales para alcanzar estándares académicos, lograr el crecimiento físico y mental y mantener el bienestar durante toda la vida. La escuela ofrecerá desayuno, almuerzo y un programa de refrigerios saludables después de la escuela.
- Anime a los estudiantes a beber agua, jugo 100% de frutas o vegetales y jugo 100% de frutas o vegetales diluido con agua (con o sin carbonatación) y sin edulcorantes agregados.
- El campus ofrece a los estudiantes, personal y padres la oportunidad de participar en el Programa Nacional de Desayuno, Almuerzo y Merienda Escolar para brindar una nutrición saludable y de calidad. Se ofrecerán comidas nutritivas gratuitas, reducidas o de bajo costo durante el almuerzo para todos los estudiantes, el personal y los padres.
- Se entregarán desayunos y almuerzos gratuitos a todos los grados de los estudiantes, desde PK a 5º, 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 enfermedades transmitidas por alimentos. Se recomienda programar los refrigerios para eventos especiales después del final del período de almuerzo para evitar reemplazar un almuerzo nutritivo.
- Se administrará un ambiente de alimentación agradable para todos los estudiantes, el personal y los padres al no retener alimentos como recompensa o castigo, programar tiempo suficiente para que los estudiantes consuman las comidas: desayuno de 10 minutos y 20 minutos para el almuerzo, al no ofrecer tutorías, reuniones de motivación, clubes. /reuniones de organización y otras actividades durante el consumo de comidas.
- Se animará a los estudiantes a socializar mientras implementan una conducta y niveles de voz adecuados en la cafetería.

Actividad Física/Educación

- Los maestros de educación física y los maestros de aula continuarán monitoreando el bienestar de los estudiantes y promoviendo la conciencia sobre la salud y el tiempo de actividad durante el recreo y el tiempo de clase.

- Se animará a los estudiantes y profesores a caminar o realizar algún tipo de actividad física todos los días durante 20 minutos. El gimnasio está abierto después de clases para que el personal camine o corra. 24 vueltas equivalen a 1 milla.
- Se educará al personal, los estudiantes y los padres 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.
- Los estudiantes participarán en educación física, club de fútbol, baile, club de correr y tiempo de juego estructurado durante la música. Los estudiantes recibirán no menos de 135 minutos de recreo por semana y 50 minutos de educación física por semana. El PE. El departamento seguirá el programa de educación física CATCH e implementará la prueba de fitness grama, grados 3-5.

Otras pautas de salud escolares

- La PTA incorporará ideas de familias saludables en su agenda.
- Noches de participación de padres con estudiantes, padres y maestros interactuando.
- Las reuniones de salud mental serán administradas por el consejero para las familias.
- Se ofrecerá una noche de salud para promover una alimentación saludable y consejos para la participación familiar.
- Las Noches S.T.R.E.A.M se ofrecerán periódicamente durante todo el año escolar y brindarán muchos recursos comunitarios que incluyen información de salud, alimentación saludable, tecnología, educación, seguridad contra incendios, etc.
- Bienestar Positivo y Conciencia Ambiental se ofrece a través de servicios de asesoramiento y personal de apoyo para implementar una autoimagen positiva y una conciencia ambiental. La educación del carácter mensual se implementará en el plan de estudios académico. Estos incluirán anuncios diarios para alentar a todos los estudiantes a tener una estadía segura y agradable durante el día escolar y para 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 y 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 iniciativas relacionadas con la salud y el bienestar de los estudiantes mediante la implementación de un consejo asesor de salud, comité SHAC, que está compuesto por el Director y Coordinador de Servicios de Salud y Apoyo Estudiantil, el Coordinador Atlético. , Director de Servicios Alimentarios, Director del Programa de Salud y Ciencias, padres, personal del distrito escolar y miembros de la comunidad.

- A nivel del campus, el comité de Bienestar del campus estará formado por el Gerente de la Cafetería, el Maestro de Salud, el maestro de Educación Física, el Administrador del Campus, el maestro del salón de clases, la enfermera y los padres, para garantizar que el campus implemente y cumpla con los requisitos de G.P.I.S.D. Requisitos de la Política de Bienestar. También se asegurarán de que evalúe y mida el Plan de Bienestar del Campus y luego informe al consejo de SHAC para su revisión anualmente.

Pautas nutricionales

- La escuela ofrecerá desayuno y almuerzo cuando corresponda. Participar en el programa de merienda después de clases.
- Se recomienda encarecidamente a los estudiantes y al personal que promuevan y participen en estos programas.
- El personal promoverá el lavado de manos y fomentará prácticas alimentarias seguras, como no compartir alimentos ni bebidas.
- Revise el menú del almuerzo con los estudiantes diariamente y analice los beneficios para la salud.
- Las celebraciones en el aula se limitarán a dos fiestas por curso académico (Navidad y Fin de curso) y se realizarán durante los últimos 30min de la jornada escolar.
- Requisitos de alimentación del USDA: los estudiantes deben tomar al menos $\frac{1}{2}$ porción completa de frutas o verduras.