**Campus Wellness Plan \_\_\_Havard Elementary\_\_\_\_**

**2023-2024**

**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, morning announcements about menu selection each day at school and school café App where parents can view the menu at home.
* Brighter Bites: a nonprofit that delivers to Havard Elementary free fresh fruits and vegetables directly into families’ hands. Teachers will be encouraged to integrate nutrition education across the curriculum.
* Staff will encourage students to bring healthy snacks and to participate in physical activity and will not use food and physical activity as reward or punishment.
* Healthy food choices in the cafeteria with a daily selection of fruits and vegetables.
* The campus administration team will ensure healthy nutrition messages are communicated monthly in the cafeteria and to the school community through a variety of media.
* Teachers will be encouraged to integrate nutrition education across the curriculum.
* 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. Brighter Bites delivers fresh fruits and vegetables to Havard Elementary to ensure the opportunity of continuation of proper nutrition during the school year.
* 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. Parties 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 bynot 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.
* Physical Education will be administered to all K-5th grades with a minimum of 150 minutes per week. Physical activity will not be used as a punishment (e.g. running laps or pushups).
* 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 by offering age appropriate physical activity for students’ PK – 5th grade.
* Students will participate in P.E, soccer 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 and parents and teachers interacting.
* Positive Wellbeing and Environmental Awareness is offered through counseling services and support staff in order to implement positive self – image and environmental awareness by having monthly character education implemented into academic curriculum, 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 and 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.

**Havard Elementary**

**Plan de Bienestar Escolar**

**2023-2024**

**Derecho Público Federal (PL 108.265 Art. 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**

Havard Elementary\_ preparara, adoptara e implementar 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**

* Los estudiantes recibirán consejos de alimentación saludable en el menú mensual, anuncios matutinos sobre la selección del menú cada día en la escuela y la aplicación del café escolar donde los padres pueden ver el menú en casa.
* Brighter Bites: una organización sin fines de lucro que entrega a la escuela primaria Havard frutas y verduras frescas y gratuitas directamente en las manos de las familias. Se alentará a los maestros a integrar la educación nutricional en el plan de estudios.
* El personal animará a los estudiantes a traer refrigerios saludables y a participar en actividades físicas y no usará la comida y la actividad física como recompensa o castigo.
* Opciones de comida saludable en la cafetería con una selección diaria de frutas y verduras.
* El equipo de administración del campus se asegurará de que los mensajes de nutrición saludable se comuniquen mensualmente en la cafetería ya la comunidad escolar a través de una variedad de medios.
* Se alentará a los maestros a integrar la educación sobre nutrición en el plan de estudios.
* El Currículo de Salud de Primaria incluirá una unidad de currículo apropiada para la edad sobre nutrición que se enseñará en el salón de clases.
* 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 los 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, el personal y los 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, a precio reducido o de bajo costo razonable durante el almuerzo para todos los estudiantes, el personal y los padres. Brighter Bites entrega frutas y verduras frescas a Havard Elementary para garantizar la oportunidad de continuar con una nutrición adecuada durante el año escolar.
* Se proporcionará desayuno y almuerzo gratis a todos los grados de los estudiantes, PK - 5, durante el año escolar.
* El campus seguirá las pautas establecidas por USDA y TDA para asegurar 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 los alimentos. Se recomienda programar las fiestas después del final del período del almuerzo para evitar reemplazar un almuerzo nutritivo.
* Se administrará un ambiente agradable para comer a todos los estudiantes, el personal y los padres al no retener los alimentos como recompensa o castigo, programar suficiente tiempo para que los estudiantes consuman las 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 y niveles de voz apropiados en la cafetería.

**Actividad Física/Educación**

* Los maestros de educación física y los maestros del salón de clases continuarán monitoreando el bienestar de los estudiantes y promoverán la concientización sobre la salud y el tiempo de actividad durante el recreo y la hora de clase.
* Se alentará a los estudiantes y profesores a caminar o hacer algún tipo de actividad física todos los días durante 20 minutos. El gimnasio está abierto después de la escuela para que el personal camine o corra. 24 vueltas equivalen a 1 milla.
* Se administrará Educación Física a todos los grados K-5 con un mínimo de 150 minutos por semana. La actividad física no se utilizará como castigo (por ejemplo, correr vueltas 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. ° grado.
* Los estudiantes participarán en educación física, club de fútbol 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 aptitud física, grados 3-5.

**Otras pautas de salud 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.
* Bienestar positivo y conciencia ambiental se ofrece a través de servicios de  asesoramiento y personal de apoyo para implementar una autoimagen positiva y  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 el día escolar 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 plantel 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 consejo asesor de salud, el  comité SHAC, que está compuesto por el Director y Coordinador de Apoyo  Estudiantil y Servicios de Salud, Athletic Coordinador, 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 de Bienestar y 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.
* Revisar el menú del almuerzo con los estudiantes diariamente y hablar sobre los beneficios para la salud.
* Las celebraciones en el aula se limitarán a dos fiestas por año académico (Navidad y Fin de año) y se realizarán durante los últimos 30 minutos de la jornada escolar.
* Requisitos de comida del USDA: los estudiantes deben tomar al menos ½ porción completa de frutas o verduras.