

# Primaria de North Shore

## Plan de Bienestar

### 2019-2020

#### Reseña

La ley publica federal (PL 108.265 sección 204) establece que para el primer año escolar del 2006, a partir del 30 de junio del 2006, todas las escuelas deben de desarrollar un plan de bienestar que involucre a papas, alumnos, un representante de la administración de alimentos de la escuela, un representante de la mesa directiva de la escuela, un administrativo y publico en

general. La autoridad educativa local (LEA)

establecerá un plan para medir la implementación de la política de bienestar local. objetivos de la política de bienestar incluyen:

- Educación nutricional
- Actividad física
- Promoción de la salud
- Directrices de nutrición



#### Educación Nutricional

- Se le recomendará a los maestros a que integren educación nutricional a través del currículo.
- El personal motivará a los alumnos a que traigan snacks saludables y a que participen en actividades físicas.
- El programa CATCH estará en las siguientes áreas: Educación física y nutrición.
- La presentación powerpoint de CATCH se le muestra a todo el personal al principio del año escolar.
- Se mandan a casa mensualmente con los alumnos calendarios nutricionales.
- Pósters en la cafetería muestran la importancia de comer saludable.

#### Misión

Galena Park I.S.D. deberá preparar, adoptar e implementar un plan integral para promover la alimentación saludable y la actividad física con el fin de preparar a los estudiantes para convertirse en ciudadanos productivos y aprendices de una vida saludable.

#### Educación Física

- Las actividades físicas no serán usadas como castigo (e.g. dar vueltas o lagartijas)
- Los maestros de educación física continuaran monitoreando el bienestar y crearan conciencia de la salud.
- Todos los días habrá receso, si lo permite el clima. Los registros de recreos se utilizan para asegurar que los alumnos tengan un tiempo de juego estructurado con una variedad de actividades.
- Los maestros de educación física completaran exámenes de Fitnessgram para los alumnos de 3<sup>ro</sup>, 4<sup>to</sup> y 5<sup>to</sup> en los 5 componentes del examen.
- Los maestros de educación física pondrán énfasis en la actividad física; esfuerzo del 100%
- Las áreas de juego están limpias y libres de riesgo.
- Las zonas del área de juegos tiene materiales que enseñan actividades a los niños



## Estándares de Nutrición

- La escuela ofrece desayunos y comidas, y algunas veces se da un snack cuando hay actividades después de la escuela.
- Se motivan a los alumnos y maestros a que promuevan y participen en estos programas.
- La escuela proveerá información nutricional a los padres, para que estos alimenten a sus hijos con comida nutritiva.
- Nuestro personal promoverá una conducta saludable a la hora de comer.
- Nuestro personal promoverá lavarse las manos y motivará a una alimentación saludable y segura, como no compartir la comida y las bebidas.



## Otras actividades relacionadas con la escuela

- El PTA incorporará ideas para familias saludables en su agenda.
- Juntas mensuales para educar a los padres en nutrición y actividades físicas, ej. Programas “WE CAN” y “Savy Shopper” a través de Harris Health System.
- El festival de Otoño, Lock-In, Noche de ciencias y matemáticas y The First Tee son actividades que promueven bienestar y salud que se promueve en la primaria de North Shore.
- El programa ampliado de alimentos y nutrición a través de Texas A&M AgriLife Extension se hace mensualmente con padres voluntarios.
- Muchos proveedores de salud asisten a la noche de ciencias y matemáticas, para promover el bienestar de la salud de la comunidad.
- A todos los alumnos de segundo grado se les da la oportunidad de recibir servicios dentales gratuitos y educación a través del programa Saving Smiles.
- A todos los alumnos se les enseña prevención de incendios con la ayuda de el departamento de bomberos local.
- El Reto para la Salud de NSE, se ofreció a todos los maestros y miembros del personal para promover el bienestar y cambios hacia estilos de vida mas saludables.
- La semana del listón rojo se lleva a cabo durante el semestre de otoño.
- Las vacunas de la Care Van estaban a disposición de todo el personal y los estudiantes para recibir vacunas contra la gripe gratuitas.
- Kids Vision for Life les proporciono a todos los estudiantes la oportunidad de recibir lentes y exámenes de la vista gratis.
- La primaria de North Shore promueve la conciencia de estudiar la universidad.
- Programas después de la escuela que promueven actividad física, como Soccer, Step team, club para correr.
- Desayunos gratuitos para todos los alumnos.

