



## **Distrito Escolar Secundario Kings Union Joint Union**

### **Plan local de bienestar**

### **2020-21**

#### **Racional:**

¿Los estudiantes de hoy serán la primera generación en tener una esperanza de vida más corta que sus padres? Los niños de hoy están comiendo dietas altas en calorías con poco valor nutricional y los niveles de ejercicio son bajos. La falta de actividad física y la mala nutrición pueden provocar hipertensión arterial, diabetes tipo 2 y obesidad. (1) En los últimos 30 años, la obesidad infantil en adolescentes se ha triplicado y más de un tercio de los adolescentes eran obesos en 2010. (2-3) ¿Será el éxito académico cada vez más difícil para los estudiantes a medida que las opciones de estilo de vida disminuyan el ¿habilidad de aprender?

Un ambiente escolar saludable va más allá de las comidas escolares. Un estilo de vida saludable y mantener un peso saludable requiere una combinación de opciones de alimentos saludables, una cantidad apropiada de actividad física y una buena autoestima. Los alimentos disponibles en los campus escolares deben ofrecer a los niños una variedad de opciones nutritivas, la actividad física debe ser incorporada a la vida escolar y proporcionar habilidades para mejorar su autoestima. Un estudiante saludable, físicamente activo, que tiene una gran autoestima es más probable que sea académicamente exitoso.

Con la aprobación de la Ley de niños sanos y sin hambre de 2010, se amplió el alcance de las políticas locales de bienestar escolar. La Sección 204 de la Ley de Niños Sanos y Sin Hambre de 2010 (Ley Pública 111-296) agregó la Sección 9A a la Ley Nacional de Almuerzo Escolar de Richard B. Russell (42 USC 1758b), Implementación de la Política de Bienestar Escolar Local. La disposición establecida en la Sección 204 amplía el requisito anterior de la política local de bienestar del Programa de Nutrición Infantil y Nutrición Suplementaria Especial para Mujeres, Bebés y Niños (WIC) de 2004 (Ley Pública 108-265).

La Ley de Niños Sanos y Sin Hambre de 2010 atrae a partes interesadas adicionales en su desarrollo, implementación y revisión; y requiere actualizaciones públicas sobre el contenido y la implementación de las políticas de bienestar. La intención es fortalecer las políticas locales de bienestar escolar para que se conviertan en herramientas útiles para evaluar, establecer y mantener un entorno escolar saludable y para dejar en claro al público (incluidos los padres, los estudiantes y otras personas de la comunidad) sobre el contenido y la implementación de políticas locales de bienestar escolar.

El gobierno federal reconoce que se requiere un esfuerzo coordinado de toda la comunidad, incluidos los profesionales de la nutrición infantil, los miembros de la junta escolar, los padres, los estudiantes, los administradores escolares y los maestros. Los distritos escolares tienen un papel importante en educar a los estudiantes sobre opciones nutricionales, ofrecer opciones de alimentos saludables y fomentar la actividad física.

## **Componente # 1: Educación nutricional**

- Los estudiantes reciben educación sobre nutrición que es interactiva y les enseña las habilidades para ayudarlos a desarrollar hábitos alimenticios saludables.
- Los miembros del personal responsables de la educación nutricional están adecuadamente preparados y participan en actividades de desarrollo profesional para ofrecer de manera eficaz un programa de educación nutricional preciso según lo planeado. (4)
- Los maestros educan a los estudiantes sobre la "ecuación de equilibrio" de la ingesta de alimentos y la actividad física.
- La educación nutricional implica compartir información con las familias y la comunidad en general para impactar positivamente a los estudiantes y la salud de la comunidad. (7)
- Se anima a los estudiantes a comenzar cada día con un desayuno saludable.

## **Componente # 2: Actividad física**

- Prueba de aptitud física para todos los estudiantes de noveno grado y se vuelve a tomar el año siguiente si los estudiantes no pasan.
- La actividad física se integra a lo largo de la jornada escolar a través de la educación física, actividades complementarias y extracurriculares y otras áreas curriculares, según corresponda.
- Los cursos de educación física son un ambiente donde los estudiantes aprenden, practican y son evaluados en habilidades motoras, habilidades sociales y conocimientos apropiados para el desarrollo. (7)
- Instructores capacitados y con conocimientos facilitan las clases de educación física.
- El tiempo destinado a la actividad física es prioritario, adecuado y apropiado para la edad para fomentar hábitos de salud óptimos.
- Los instructores de salud y educación física enseñan y refuerzan la "ecuación de equilibrio" de la ingesta de alimentos y la actividad física.
- La educación física incluye la instrucción de actividades individuales así como deportes de equipo competitivos y no competitivos para fomentar la actividad física de por vida. (9)
- Las instalaciones de actividad física en los terrenos del distrito escolar son seguras y hay equipo disponible para la participación de los estudiantes.
- El distrito escolar proporciona entornos físicos y sociales que fomentan la actividad segura y agradable para todos los estudiantes, incluidos aquellos que no son talentosos en lo atlético. (4)

- El distrito escolar proporciona acceso a la comunidad para alentar a los estudiantes y miembros de la comunidad a utilizar las instalaciones de actividad física de la escuela fuera del día escolar normal. (9)

### **Componente # 3: Otras actividades basadas en el distrito escolar**

- Implementación de un programa de educación del carácter que ayude a enseñar a los estudiantes la autoestima.
- Los programas extracurriculares fomentan la actividad física y la formación de hábitos saludables. (9)
- El distrito escolar trabaja en conjunto con las familias, maestros y administradores locales para planificar, implementar y mejorar la nutrición y la actividad física en el entorno escolar.
- El distrito escolar alienta a los grupos de jóvenes de todas las edades a utilizar las instalaciones del distrito y desarrollar programas sólidos en deportes de equipo como una salida saludable para el desarrollo físico y el crecimiento social.
- Implementación del apoyo de intervención de comportamiento positivo en el campus.
- Uso de Sprigeo para permitir que los estudiantes informen problemas relacionados con el bienestar de los estudiantes.
- El distrito escolar tiene consejeros de SAP disponibles para que los estudiantes ayuden a trabajar en sus necesidades de autoestima y salud mental.
- El distrito escolar contrata con el Superintendente de Escuelas del Condado de Fresno para una persona de salud conductual en el campus.

### **Componente # 4: Estándares de nutrición**

- Las comidas escolares reembolsables por la escuela cumplen con los requisitos del programa y los estándares de nutrición establecidos en el 7 CFR Parte 210 y 220.
- Los estándares de nutrición para todos los alimentos que se sirven y / o venden durante el día escolar cumplen con los estándares establecidos en el 7 CFR Parte 210 y 220 y el Departamento de Nutrición Escolar.
- Los proveedores de servicios de alimentos toman todas las medidas para garantizar que el acceso de los estudiantes a los alimentos y bebidas cumpla con la legislación y las pautas federales de California. Los proveedores de servicios de alimentos ofrecen una variedad de selecciones de alimentos y bebidas saludables apropiadas para la edad para las escuelas.
- Todos los alimentos que se preparan en los campus cumplirán con las regulaciones estatales y locales de higiene y seguridad alimentaria. Se implementan planes y pautas de análisis de

peligros y puntos críticos de control (HACCP) para prevenir enfermedades alimentarias en las escuelas. (4)

- Para la seguridad del distrito, los alimentos y las instalaciones, el acceso a las operaciones del servicio de alimentos están limitados al personal de servicio de alimentos y al personal autorizado. (5)

- La pausa de nutrición matutina ofrece opciones saludables en el snack bar. (6)

- Los alimentos y bebidas que se venden en eventos de recaudación de fondos incluyen opciones saludables y brindan selecciones apropiadas para la edad.

- Estándares de refrigerios inteligentes del USDA:

<https://healthymeals.fns.usda.gov/sites/default/files/uploads/USDA SmartSnacks.pdf>

- Hay estaciones de llenado de botellas de agua disponibles en el campus.

### **Componente # 5: Evaluación**

- El Plan de bienestar local se revisará todos los años. Cada tres años se completará una evaluación

- El superintendente del distrito escolar supervisará la evaluación del LWP.

- El superintendente del distrito informará los resultados de las evaluaciones a las escuelas individuales del distrito.

- El informe se presentará a la junta escolar.

- La comida no se usa como recompensa o castigo en las aulas o en los campus escolares, a menos que esté detallado en el Plan de Educación Individualizado (IEP) del estudiante.

- Documentación de respaldo

- Una copia de la Política de bienestar escolar local actual
- La documentación que demuestra que la Política de bienestar escolar local se ha puesto a disposición del público.
- Documentación de los esfuerzos del distrito para revisar y actualizar la Política de Bienestar Escolar Local, incluida una indicación de quién está involucrado en la actualización y los métodos que usa el distrito para informar a las partes interesadas sobre su capacidad para participar.
- Una copia de la evaluación más reciente del distrito sobre la implementación de la Política de Bienestar Escolar Local
- Se ha puesto a disposición del público la documentación que demuestra la evaluación más reciente del distrito sobre la implementación de la Política de bienestar escolar local.

## **Componente # 6: Comité de Desarrollo de Políticas**

- El programa de nutrición infantil tiene como objetivo ser económicamente autosuficiente. La neutralidad presupuestaria o la generación de ganancias no prevalecerán sobre las necesidades nutricionales proporcionadas a los estudiantes.
- El programa de nutrición infantil asegura que todos los estudiantes tengan acceso asequible a alimentos variados y nutritivos que necesitan para mantenerse saludables y aprender bien. (8)
- El distrito escolar participa en programas federales de nutrición infantil.
- Revisar la política del distrito para la comercialización de alimentos y bebidas.
- El Distrito de Escuelas Secundarias de Kingsburg Joint Union emplea un proveedor de servicios de alimentos que está capacitado, conocedor y debidamente calificado en los estándares profesionales actuales para administrar los programas escolares de servicios de alimentos.

### **Metas para el año escolar 2020-21**

- Aumentar la cantidad de solicitudes entregadas para comidas gratis o reducidas, para reflejar una proporción más cercana a la cantidad de estudiantes calificados por la encuesta de ingresos. Envíe hojas de información a los padres sobre los beneficios de completar la solicitud además de recibir el almuerzo (solicitudes universitarias, exámenes AP y exámenes SAT / ACT).
- Bienestar del personal. Aumentar la cantidad de desarrollo profesional y apoyos en el campus para los miembros del personal. Anime al personal a asistir a Good Feeling Friday, donde el personal aprende sobre la atención plena.
- Estaciones de llenado de agua: instale las 5 nuevas estaciones de agua instaladas en los sitios del distrito.
- Semana del Bienestar: cree un plan para traer oradores invitados a la Semana del Bienestar cada dos años y luego tenga la Feria del Bienestar cada dos años. Cada año tiene un tema que se visitará durante todo el año.

## Referencias

- 1) Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. El llamado de acción del Cirujano General para prevenir y disminuir el sobrepeso y la obesidad. Rockville, MD: Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU., Editor. Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU., Servicio de Salud Pública, Oficina del Cirujano General; 2001.
- 2) Ogden CL, Carroll MD, Kit BK, Flegal KM. Prevalencia de obesidad y tendencias en el índice de masa corporal en niños y adolescentes de EE. UU., 1999-2010. Revista de la Asociación Médica Americana 2012; 307 (5): 483-490.
- 3) Centro Nacional de Estadísticas de Salud. Salud, Estados Unidos, 2011: con características especiales sobre el estado socioeconómico y la salud. Hyattsville, MD; Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU .; 2012.
- 4) Acción para Healthy Kids, Equipo Estatal de Arizona. Política del modelo de ambiente escolar saludable de Arizona. Disponible en: [www.asu.edu/educ/eps/CERU/Guidelines/CERU-0401-210-RCC.pdf](http://www.asu.edu/educ/eps/CERU/Guidelines/CERU-0401-210-RCC.pdf). Consultado el 7 de marzo de 2005.
- 5) Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, Servicio de Inspección y Seguridad Alimentaria. Seguridad alimentaria y preparación para emergencias. Disponible en: [http://www.fsis.usda.gov/Food\\_Security\\_&\\_Emergency\\_Preparedness/index.asp](http://www.fsis.usda.gov/Food_Security_&_Emergency_Preparedness/index.asp). Consultado el 7 de marzo de 2005.
- 6) Acción de Alabama para niños sanos. Guía para fiestas escolares saludables. Disponible en: [http://www.actionforhealthykids.org/AFHK/team\\_center/team\\_public\\_view.php?team=AL](http://www.actionforhealthykids.org/AFHK/team_center/team_public_view.php?team=AL). Consultado el 7 de marzo de 2005.
- 7) Comisión de Agricultura de Texas. Creando un curso para el cambio. Disponible en: [http://www.squaremeals.org/fn/home/page/0,1248\\_\\_0\\_0,00.html](http://www.squaremeals.org/fn/home/page/0,1248__0_0,00.html). Consultado el 7 de marzo de 2005.
- 8) Escuelas públicas de Seattle. Programa de desayuno y almuerzo. Disponible en: <http://www.seattleschools.org/area/news/x40903nr.xml?wrapper=0>. Consultado el 7 de marzo de 2005.
- 9) Asociación de Juntas Escolares de Wisconsin. Promover una alimentación saludable y actividad física. Disponible en: <http://www.wasb.org/policy/focusoct03.html>. Consultado el 7 de marzo de 2005.
- 10) Asociación de Juntas Escolares de California. Política de bienestar estudiantil. Disponible en <http://www.csba.org>. Consultado el 2 de noviembre de 2005.

## **Preámbulo del Plan de Bienestar Local del Distrito Escolar de Kingsburg Joint Union High School**

Considerando que, los niños necesitan acceso a alimentos saludables y oportunidades para mantenerse físicamente activos para crecer, aprender y prosperar;

Considerando que la buena salud fomenta la asistencia y educación de los estudiantes;

Mientras que las tasas de obesidad se han duplicado en los niños y se han triplicado en los adolescentes en las últimas dos décadas, y en 2010, más de un tercio de los niños y adolescentes tenían sobrepeso o eran obesos.

Considerando que las enfermedades cardíacas, el cáncer, los derrames cerebrales y la diabetes son responsables de dos tercios de las muertes en los Estados Unidos, y los principales factores de riesgo para esas enfermedades, incluidos los hábitos alimenticios no saludables, la inactividad física y la obesidad, a menudo se establecen en la infancia;

Mientras que, en 2011, el 29% de los estudiantes de secundaria encuestados habían participado en al menos 60 minutos por día de actividad física en los 7 días previos a la encuesta y solo el 31% asistía a clase de educación física diariamente.

Considerando que los distritos escolares de todo el país enfrentan importantes limitaciones fiscales y de programación; y

Considerando que, la participación de la comunidad es esencial para el desarrollo y la implementación de políticas de bienestar escolar exitosas;

Por lo tanto, el Distrito Escolar Secundario Conjunto de Kingsburg se compromete a proporcionar un entorno que promueva y proteja la salud, el bienestar y la capacidad de aprendizaje de los niños al apoyar la alimentación saludable y la actividad física. Por lo tanto, es la política del Distrito Escolar Secundario Unido Kingsburg que:

- Todos los estudiantes en los grados K-12 tendrán oportunidades, apoyo y aliento para estar físicamente activos regularmente.
- Los alimentos y bebidas vendidos o servidos en la escuela cumplirán con las recomendaciones nutricionales de las Pautas alimentarias de EE. UU. Para estadounidenses.
- Los profesionales de nutrición proporcionarán a los estudiantes acceso a una variedad de alimentos asequibles, nutritivos y atractivos que satisfagan las necesidades de salud y nutrición de los estudiantes; acomodará la diversidad religiosa, étnica y cultural del cuerpo estudiantil en la planificación de comidas; y proporcionará lugares limpios, seguros y agradables, y un tiempo adecuado para que los estudiantes coman.
- En la medida de lo posible, el Distrito Escolar Secundario Unido Kingsburg participa en los programas de comidas escolares federales disponibles.

- Kingsburg Joint Union High School District brinda educación sobre nutrición, educación física y autoestima para fomentar hábitos de alimentación saludable, actividad física y autoestima durante toda la vida.

El Consejo Escolar de Kingsburg Joint Union High School apoya los esfuerzos del Distrito Escolar Secundario Conjunto Kingsburg definido en este preámbulo y el Plan Local de Bienestar.

9/28/2020  
Fecha

  
Presidente del Consejo del Sitio Escolar