

## **FENTON CHARTER PUBLIC SCHOOLS**

*Directora Ejecutiva- Irene Sumida*

*11828 Gain Street*

*Lake View Terrace, CA 91342*

### **Pólizas del bienestar sobre actividad física y la nutrición**

Las escuelas Fenton Charter Public Schools (FCPS) se comprometen a crear un ambiente que promueve y protege la salud de los estudiantes, su bienestar, y la oportunidad para aprender de manera que los motivarán hacer decisiones saludables y actividad física. La mesa directiva de FCPS reconoce la conexión entre la salud del estudiante, el aprendizaje y deseos para proveer un programa comprensivo para promocionar alimentación saludable y actividad física para los estudiantes de FCPS.

Para mantener esto, las escuelas Fenton Charter Public Schools (FCPS) se comprometen a:

- Captar la atención de los estudiantes, padres, maestros, profesionales de servicio de alimentos, profesionales de la salud, y otros miembros de la comunidad en desarrollar, implementar, monitorizar, y revisar las pólizas del bienestar sobre la actividad física y nutrición de las escuelas autónomas.
- Proveer actividades, apoyar, y motivar a todos los estudiantes de kinder al quinto grado a hacer actividad física de forma regular.
- Asegurar que todas las comidas y bebidas que sean vendidas o servidas en las escuelas autónomas durante las horas de escuela, cumplan con los mínimos requisitos de nutrición de acuerdo con SB12.
- Asegurar que una persona profesional calificada en nutrición infantil supervise al personal de la cafetería para que los estudiantes sean proveídos con una variedad de comida económica, nutritiva, y atractiva que cumple con los requisitos de salud y nutrición relacionado a las necesidades de los estudiantes y que cumpla con SB12.
- Respetar las necesidades diversas de la religión, étnicas, y culturales del cuerpo estudiantil cuando se planean las comidas.
- Asegurar que la documentación actual de restricciones del medico para algunos estudiantes sea implementado diariamente.
- Proporcionar un ambiente limpio, seguro, y agradable con un horario adecuado para que los estudiantes coman.
- Proporcionar programas de educación nutritiva y educación física para fomentar hábitos de alimentación saludable y actividad física de toda la vida.

## FENTON CHARTER PUBLIC SCHOOLS

Directora Ejecutiva- Irene Sumida

11828 Gain Street

Lake View Terrace, CA 91342

### **Pólizas del bienestar sobre actividad física y la nutrición**

#### **PARA LOGRAR LAS METAS DE LA POLIZA:**

##### ***I. Concilios de administración y comités***

Los cuatro concilios (Relaciones escolares y de la comunidad; Concilio de presupuesto, facilidades y seguridad; Concilio de currículo y asesoramiento; Concilio de recursos humanos y personal) y los comités (Instrucción, Finanzas, Red de padres-comunidad e instrucción) desarrollarán, implementarán, monitorizarán, y revisarán como sea necesario las pólizas de nutrición y la actividad física pertinente a cada deber de concilio o comité.

Un equipo del bienestar será compuesto de un profesional calificado para la nutrición infantil, maestros, administradores, personal de la educación física, enfermera de la escuela, personal de la cafetería, psicólogo de escuela o algún otro miembro personal de la educación física se unirán durante el año para desarrollar, revisar, monitorizar e implementar pólizas de alimentación y actividades físicas. Padres, miembros de la comunidad, y otros miembros del público serán motivados a participar en el equipo del bienestar del estudiante.

##### ***II. Calidad nutricional de alimentos y bebidas vendidas y servidas dentro de la escuela***

Las escuelas Fenton Charter Public Schools (FCPS) se comprometen a proveer acceso a comidas nutritivas y atractivas para que todos los estudiantes estén listos fisiológicamente y psicológicamente para el día académico.

##### **Comidas de la escuela**

Las comidas que son servidas por parte del programa *National School Lunch and Breakfast Program* serán:

- Apetitosas y atractivas para los estudiantes
- Servidas en un ambiente limpio y agradable
- Satisfacer, por lo mínimo, requisitos nutritivos establecidos por SB12
- Tener de opción una variedad de frutas y vegetales.

## **FENTON CHARTER PUBLIC SCHOOLS**

*Directora Ejecutiva- Irene Sumida*

*11828 Gain Street*

*Lake View Terrace, CA 91342*

### **Pólizas del bienestar sobre actividad física y la nutrición**

- Proveer a los estudiantes solamente leche baja en grasa (1%), leche sin grasa, y alternativas de no-láctea nutritivamente equivalente; y
- Asegurar que la mitad de los granos que se sirvan sea de grano entero.

### **Desayuno**

Para asegurar que los estudiantes tengan desayuno, en casa o en la escuela, y para que cumplan con sus necesidades nutricionales al igual para aumentar su habilidad para aprender, las escuelas de Fenton Charter Public Schools harán lo siguiente:

- Dirigir el programa de desayuno cada mañana de lunes a viernes.
- Ofrecer varias opciones para el desayuno durante la semana
- Animar a los padres a proveer un desayuno saludable para sus hijos por parte de artículos en el boletín, materiales que se llevan a casa, o por otros medios.
- Ofrecer “Segunda oportunidad para desayunar” durante el recreo para los estudiantes que no desayunaron en la escuela o en casa.
- Satisfacer, por lo mínimo, requisitos nutritivos establecidos por SB12

Los menús del desayuno y almuerzo, que incluyen información sobre su contenido nutritivo de las comidas y selecciones de otro artículo serán distribuidos a los padres mes-a-mes.

### **Merienda**

- La merienda se sirve diariamente en los programas de después de escuela como 21st Century y LA’s Best.
- Todas las meriendas cumplen con SB12

## **FENTON CHARTER PUBLIC SCHOOLS**

*Directora Ejecutiva- Irene Sumida*

*11828 Gain Street*

*Lake View Terrace, CA 91342*

### **Pólizas del bienestar sobre actividad física y la nutrición**

#### **Horario de comidas y programación**

- Se servirá el desayuno diariamente. La “Segunda oportunidad para desayunar” se les ofrecerá a los estudiantes que no hayan participado en el programa de desayuno por la mañana.
- El almuerzo ocurre después del recreo y durará entre 40 y 45 minutos.
- Los baños para los estudiantes están abiertos durante el día para darle a los niños la oportunidad de lavarse las manos antes de comer. Los baños se limpian 3 a 5 veces por día.
- Adicionalmente, los salones también tienen lavamanos. Para los niños de los grados primarios se lavarán las manos dentro del salón con el resto de la clase antes de irse a almorzar.
- Todos los salones y las oficinas tienen desinfectante de manos. Maestros dispensan el desinfectante de manos antes de que los niños vayan a su almuerzo.
- Los desinfectantes de manos también están disponibles en el área de la cafetería.
- Carteles que representan la manera adecuada para lavarse las manos y las técnicas para taparse la boca después de toser están puestos en cada salón y a través de la escuela.
- Agua filtrada esta disponible en las fuentes de agua a través de la escuela.

#### **Requisitos del personal de servicio de comidas**

Profesionales en nutrición supervisarán y administrarán los programas de comida. La o el líder de la cafetería está certificada por *ServSafe*. Es responsabilidad de las escuelas autónomas de operar un programa de servicio para la comida. Proveremos oportunidades para el desarrollo profesional de el personal de la cafetería según sea lo necesario. Los entrenamientos mensuales tratarán sobre los requisitos básicos para el manejo de comida, preparación de alimentos seguros y como trabajar en equipo. El condado de la oficina de salud facilitará una inspección de salud de la cocina y las áreas del almacenamiento de alimentos dos veces por año.

## FENTON CHARTER PUBLIC SCHOOLS

Directora Ejecutiva- Irene Sumida

11828 Gain Street

Lake View Terrace, CA 91342

### **Pólizas del bienestar sobre actividad física y la nutrición**

#### **Compartimiento de comidas y bebidas**

Las escuelas Fenton Charter Public Schools prohíbe que los estudiantes compartan su comida y/o bebidas uno a otro durante las comidas o tiempos de merienda por no saber si el estudiante tiene alergias o restricciones dietéticas.

**COMIDAS VENDIDAS POR SEPARADO** (comida vendida fuera del reembolso de las comidas de la escuela por parte de recaudación de fondos, etc.)

Un profesional de la nutrición supervisará y proveerá pautas para todas las ventas de comida y bebidas incluyendo recaudación de fondos y premios que cumplen por lo mínimo los requisitos de nutrición establecidos por SB12. Toda la comida que se venda durante las horas de escuela para la recaudación de fondos 30 minutos antes de escuela y 30 minutos después de escuela cumplirá con SB12. Las escuelas Fenton Charter Public Schools promoverán actividades de recaudación de fondos que promueve actividad física. Todas las recaudaciones de fondos son aprobadas y monitorizadas por el Concilio de relaciones escolares y de la comunidad y el Comité de defensores para padres y la comunidad.

#### **Celebraciones en el salón**

Animarán a los maestros y estudiantes que celebren sus fiestas con comida saludable y que los maestros tengan un plan para sus celebraciones. Comidas sin nutrientes como pastelitos y refrescos serán fuertemente desaconsejados. Toda la comida que se lleve a la escuela para actividades del salón tendrá que ser comprada y estar en el paquete original. Una lista de meriendas saludables y/o ideas alternativas estará disponibles si lo pide. Padres/Tutores o algún otro voluntario se le animará que respalden el plan de educación nutritiva de manera que se les pide que consideren la calidad nutritiva en las meriendas que regalan para las celebraciones del salón. Las fiestas del salón o celebraciones se festejarán durante los últimos 30 minutos del día escolar y no tener más de una celebración por mes. Las comidas con pocos nutritivos serán fuertemente desaconsejadas.

#### ***III. Educación nutritiva y promoción***

Las escuelas Fenton Charter Public Schools se comprometen a enseñar, animar, y apoyar a los estudiantes que coman saludablemente. Las escuelas Fenton Charter Public Schools promoverán educación nutritiva y se empeña a promocionar que:

- Se ofrezca en cada nivel de grado como parte de un programa que es secuencial, comprensivo, y basado en normas para ofrecerles a los

## FENTON CHARTER PUBLIC SCHOOLS

Directora Ejecutiva- Irene Sumida

11828 Gain Street

Lake View Terrace, CA 91342

### **Pólizas del bienestar sobre actividad física y la nutrición**

estudiantes el conocimiento y habilidades necesarias para promover y proteger su salud;

- La educación nutritiva sea integrada dentro y a través de áreas en donde la información sea apropiada.
- Incluye actividades que son divertidas, apropiadas para su desarrollo, y culturalmente pertinente a la educación de cada estudiante.
- Se promocionen frutas, vegetales, productos de grano entero, productos lácteos bajo en grasa o sin grasa, métodos saludables para la preparación de comida, y la salud para mejorar las practicas de nutrición.
- Insistir el balance calórico entre la ingesta de alimentos y el gasto calórico.
- Utiliza un enfoque de multimedia.
- Incluye entrenamiento para los maestros y el personal de la escuela.

### **Comunicación con los padres**

Las escuelas Fenton Charter Public Schools apoyarán los esfuerzos de los padres a insistir que los niños coman saludablemente y que participen en actividades físicas diariamente. Talleres de padres que se enfocan en la nutrición, aptitud física, y los talleres de crianza también serán ofrecidos por parte del Centro Familiar. Las clases serán ofrecidas y se enfocarán específicamente en los estudiantes que tengan el índice de masa corporal alto. Estas clases involucrarán a toda la familia mientras tratan y modelan opciones saludables de comer. Una lista de meriendas saludables se les proporcionará a los padres. Información sobre recursos en la comunidad como equipos de deporte infantil se les distribuirá a los padres. Agencias de la comunidad que se enfocan en la salud y en la nutrición se les invitará que participen en los talleres del sábado para padres y estudiantes.

#### ***IV. Oportunidades de actividad física y la educación física***

##### **Integrando la actividad física dentro del salón**

Para que los estudiantes adopten plenamente la actividad física como comportamiento personal, los estudiantes necesitan oportunidades para participar en actividad física más allá de las clases de educación física.

Con este fin las escuelas harán lo siguiente:

## **FENTON CHARTER PUBLIC SCHOOLS**

*Directora Ejecutiva- Irene Sumida*

*11828 Gain Street*

*Lake View Terrace, CA 91342*

### **Pólizas del bienestar sobre actividad física y la nutrición**

- Educación de la salud en la clase complementará el aprendizaje de la educación física reafirmando el conocimiento y habilidades de autogestión necesarias para mantener un estilo de vida activo y para reducir el tiempo en actividades sedentarias, como viendo la televisión.
- Oportunidades para actividades físicas serán incorporadas dentro de otras lecciones académicas.

### **Educación física Pre-K al sexto grado**

Todos los estudiantes en los grados Pre-K al sexto grado, incluyendo a los estudiantes con discapacidades recibirán educación física por lo mínimo de 100 minutos cada diez días. Los asistentes de maestros de educación física serán empleados para que implementen el programa de la educación física bajo la supervisión de los administradores. Los asistentes de la educación física implementarán el programa de *SPARKS PE*. Información que es colectada antes y después del examen de aptitud física será analizada para el quinto grado.

### **Recreo**

Todos los estudiantes tendrán un periodo de 20 minutos programado en cada nivel para asegurar supervisión y un patio de recreo seguro.

### **Rutas seguras a la escuela**

Las escuelas Fenton Charter Public Schools en conjunción con el Departamento de Los Angeles de Policia han puesto en marcha carriles supervisados para dejar a los estudiantes por la mañana. Este procedimiento se les ofrece a los padres anualmente. La guardia de seguridad de la escuela estará alrededor de la escuela durante las mañanas y por la tarde cuando se les despide a los estudiantes.

### **Oportunidades para actividad física durante y después de escuela**

Antes de que empiecen las clases de escuela el patio de recreo está abierto de 7:00 a 8:00 de la mañana.

Después de escuela, el patio de recreo estará abierto desde la hora de despedida hasta las 5:30 o 6:00 de la tarde, dependiendo de la escuela. Periodos de actividad física con equipamiento apropiado para el patio de recreo son intercalados con periodos de tarea y tiempo para leer. Adicionalmente, los programas de después de escuela LA's BEST y 21st Century Kids incorporan equipos de club y deporte.

## **FENTON CHARTER PUBLIC SCHOOLS**

*Directora Ejecutiva- Irene Sumida  
11828 Gain Street  
Lake View Terrace, CA 91342*

### **Pólizas del bienestar sobre actividad física y la nutrición**

#### **Actividad física y castigo**

Maestros y otro personal de la escuela y comunidad no usará la actividad física ( correr vueltas alrededor del patio, lagartijas) y no les quitará las oportunidades para la actividad física (recreo, educación física) como castigo regular. A los estudiantes no se les negará acceso a las comidas de la escuela o tiempo adecuado para comer como forma de castigo.

#### **El uso de instalaciones fuera del horario escolar**

Los espacios de la escuela e instalaciones estarán disponibles para los estudiantes, empleados, y miembros de la comunidad antes, durante, y después de escuela, el fin de semana, y durante las vacaciones de escuela de acuerdo con el boletín de la semana. Los espacios y las instalaciones están disponibles a las agencias y organizaciones de la comunidad que ofrecen actividad física y programas de nutrición con permiso de la escuela primero. La póliza de seguridad se aplica en todo momento.

#### ***V. Monitorización y repaso de la póliza***

Cada uno de los cuatro concilios y comités se reúnen regularmente para asegurar el cumplimiento del plan del bienestar. El plan se repasará cada tres años y el documento final será aprobado por la mesa de directores de FCPS.

#### **Guías nutritivas para las comidas que estan disponibles en la escuela**

La mesa de directores de FCPS adoptará las guías de nutrición que cumple o supera las normas federales y del estado para todas las comidas disponibles en cada escuela durante el día. Las normas también se aplicarán a toda comida que se venda a los estudiantes, incluyendo comidas y bebidas proveídas por parte del servicio del programa de FCPS, tienda de estudiantes o de recaudación de fondos.

#### **Meriendas proveídas por el personal de la escuela:**

El equipo del bienestar animará a las escuelas que usen comestibles que no sean comidas bajas en nutritivos para recaudación de fondos. El personal de la escuela esta a dirigida que eviten el uso de comida como premio por el rendimiento académico, los logros, o comportamiento en clase del estudiante. Los objetivos de estas guías será para motivar la salud del



estudiante, reducir la obesidad infantil, apoyar la currícula de la salud, y que el ambiente esté seguro para las persona con alergias y otras condiciones médicas. La mesa directiva de FCPS desaconseja la promoción de comida y

## **FENTON CHARTER PUBLIC SCHOOLS**

*Directora Ejecutiva- Irene Sumida*

*11828 Gain Street*

*Lake View Terrace, CA 91342*

### **Pólizas del bienestar sobre actividad física y la nutrición**

bebidas bajas en nutrientes dentro de la propiedad de la escuela por el uso de letreros, maquinas expendedoras, logotipos, útiles de la escuela, publicidad en las publicaciones de la escuela, cupones o programas de incentivo, o otros medios.

#### **Promoción de la nutrición y comunicación**

FCPS tiene como objetivo a enseñar, animar y apoyar la alimentación sana. Las escuelas deben promover la alimentación a cada nivel de grado como parte de un programa comprensivo diseñado para preparar a los estudiantes con el conocimiento y habilidades necesarias para promover y proteger la salud.

#### **Guía para comidas de reembolso**

Comidas y bebidas que son proveídas por programas federales de comida reembolsable cumplirá o excederá las regulaciones y guías referentes a 42 USC 1758(f)(1), 1766(a), y 1779(a) y (b), tal como se le aplique a la escuela. Para maximizar la habilidad de que FCPS pueda proveer comidas y meriendas nutritivas, todas las escuelas del distrito participarán en los programas federales de nutrición escolar, incluyendo a el programa llamado *National School Lunch Program*, hasta que los programas lo permitan.

#### **Implementación y evaluación del programa**

La mesa directiva de FCPS establecerá un plan para medir la manera en que se implementa la póliza. El director/a de cada escuela asignará por lo menos una persona en cada escuela por la quién se encargará de tomar la responsabilidad de asegurar que las escuelas implementen y cumplan con la póliza del bien estar de FCPS. Los indicadores de calidad específicos que se utilizarán para medir la aplicación de la póliza de todo el distrito incluirá, pero no será limitada a, evaluaciones de aptitud física de salud del estado; educación del bienestar y nutrición; un análisis del contenido nutritivo de las comidas que se sirven; el índice de participación del estudiante en los programas de comida del distrito, ventas de comida y bebidas no-nutritivas en eventos para recaudar fondos fuera de los programas de comida del distrito; y crítica adversa o devolución positiva del personal de la cafetería, administradores de la escuela, personal de la escuela, el equipo del bienestar, padres/tutores, estudiantes, y otras personas apropiadas. La

## **FENTON CHARTER PUBLIC SCHOOLS**

*Directora Ejecutiva- Irene Sumida*

*11828 Gain Street*

*Lake View Terrace, CA 91342*

persona asignada reportará a la mesa directiva de FCPS por lo menos cada dos años sobre la implementación de esta póliza y dará recomendaciones para

### **Pólizas del bienestar sobre actividad física y la nutrición**

modificarla, si es necesario. El equipo del distrito del bienestar también está permitido participar en la implementación, repaso y revisión de la póliza.

#### **Requisitos de anuncios**

Cada escuela debe presentar un resumen de las pólizas y regulaciones sobre la nutrición y contenido nutritivo de las selecciones de comida y bebidas que se ofrecen regularmente. Debe presentarse dentro de las cafeterías de todas las escuelas o en otros lugares en donde se come. (Código de educación 49432)

#### **Estas pólizas y regulaciones estarán en la red del distrito.**

Referencia Legal:

#### **Código de Educación**

49430-49436 Nutrición del pupilo, Salud, y Legislación de logros del 2001

49490-49493 Programas de almuerzo y desayuno

49500-49505 Comidas de escuela

49510-49520 Nutrición

49530-49536 Legislación de nutrición infantil

49540-49546 Programa de alimentos de cuidado de niños

49547-49548.3 Servicios comprensivos de nutrición

49550-49560 Comidas para estudiantes necesitados

49565-49565.8 Programa piloto llamado *California Fresh Start*

49570 Legislación nacional de almuerzo en la escuela

51222 Educación física

51223 Educación física, escuelas elementales

#### **Código de regulaciones, Título 5**

## **FENTON CHARTER PUBLIC SCHOOLS**

*Directora Ejecutiva- Irene Sumida*

*11828 Gain Street*

*Lake View Terrace, CA 91342*

15500-15501 Venta de comida por organizaciones de los estudiantes

15510 Comidas mandatorias para estudiantes necesitados

### **Pólizas del bienestar sobre actividad física y la nutrición**

15530-15535 Educación de nutrición

15550-15565 Programas de escuela de desayuno y almuerzo

### **Código de los Estados Unidos, Título 42**

1751-1769 Programa nacional de almuerzo, especialmente:

1751 Póliza local del bienestar

1771-1791 Legislación de nutrición infantil, incluyendo:

1773 Programa de almuerzo en la escuela

1779 Reglas y regulaciones, Legislación de nutrición infantil

### **Código de regulaciones federales, Título 7**

210.1-210.31 Programa nacional de almuerzo en la escuela

220.1-220.21 Programa nacional de desayuno en la escuela

### **Recursos para administración:**

Documentos de póliza CSBA

*The New Nutrition Standards: Implications for Student Wellness Policies, November 2005*

Publicaciones de CSBA

*Student Wellness: A Healthy Food and Physical Activity Policy Resource Guide, rev. 2005*

Publicaciones del departamento de educación de California

*Healthy Children Ready to Learn, January 2005*

*Health Framework for California Public Schools, Kindergarten Through Grade Twelve, 2003*

*Physical Education Framework for California Public Schools, Kindergarten Through Grade 12, 1994*

**USDA Nondiscrimination Statement 2015 (Spanish Translation)**

**De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA.**

**Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos para la comunicación de la información del programa (por ejemplo, sistema Braille, letras grandes, cintas de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben ponerse en contacto con la agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Federal Relay Service [Servicio Federal de Retransmisión] al [\(800\) 877-8339](tel:8008778339). Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas.**

**Para presentar una denuncia de discriminación, complete el [Formulario de Denuncia de Discriminación del Programa del USDA](#), (AD-3027) que está disponible en línea en: [http://www.ascr.usda.gov/complaint\\_filing\\_cust.html](http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html) y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al [\(866\) 632-9992](tel:8666329992). Haga llegar su formulario lleno o carta al USDA por:**

**(1) correo: U.S. Department of Agriculture  
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights  
1400 Independence Avenue, SW  
Washington, D.C. 20250-9410;**

**(2) fax: [\(202\) 690-7442](tel:2026907442); o**

**(3) correo electrónico: [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov).**

**Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.**

*Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.*