

SALUD Y EDUCACIÓN FÍSICA

La Junta Escolar de la Ciudad de Alexandria (Junta) cree que la educación para la salud, la educación física y las oportunidades para el movimiento físico son esenciales para la salud física y mental de los alumnos. Se ofrecen oportunidades de manera inclusiva y equitativa a todos los alumnos. Cuando es posible, la Junta alienta al Superintendente a exceder los requisitos mínimos del estado.

Los alumnos reciben enseñanza sobre la salud y entrenamiento físico, según lo prescrito por la Junta de Educación de Virginia y aprobado por la Junta de Salud de Virginia.

Tal enseñanza de salud

- incorpora estándares que reconocen las múltiples dimensiones de la salud, al incluir la salud mental y la relación entre la salud física y mental, a fin de mejorar la comprensión, las actitudes y el comportamiento de los alumnos que promuevan la salud, el bienestar y la dignidad humana; y
- puede incluir un programa de instrucción apropiado para la edad sobre el uso seguro y los riesgos de abuso de medicamentos recetados, que sea congruente con las guías del plan de estudio desarrolladas por la Junta de Educación de Virginia y aprobadas por la Junta de Salud de Virginia.

Las Escuelas Públicas de la Ciudad de Alexandria (ACPS) ofrecen un programa de actividad física disponible para todos los alumnos, desde kindergarten hasta quinto grado, que consta de al menos 20 minutos por día, o un promedio de 100 minutos por semana durante el año escolar regular, y está disponible para todos los alumnos en los grados seis al doce con una meta de al menos 150 minutos por semana en promedio durante el año escolar regular. Dicho programa puede incluir cualquier combinación de clases de educación física, cursos electivos basados en actividad física, deportes extracátedra, recreos, recesos para moverse durante la clase u otros programas y actividades. Cualquier clase de educación física ofrecida a los alumnos en los grados siete y ocho incluye al menos una hora de capacitación en seguridad personal por año escolar, en cada nivel de grado, que se desarrolla e imparte en asociación con la agencia local de orden público, y consiste en capacitación en concientización sobre seguridad situacional y educación sobre redes sociales.

Además:

- Los alumnos de primaria tienen como meta
 - 60 a 90 minutos por semana de instrucción de educación física; y
 - 30 minutos por día de recreo; y
 - 15 minutos por día de aprendizaje activo en el aula, donde el movimiento mejore el aprendizaje académico en el aula.
- Los alumnos de escuela intermedia tienen la meta de 150 minutos de oportunidades de movimiento cada semana. Las escuelas elaboran planes que consideran el clima y otras actividades para crear estas oportunidades. Las opciones incluyen, pero no se limitan a:
 - Tomar cursos electivos que se basen sustancialmente en actividades físicas.
 - Recesos de movimiento durante las clases

- 47 ○ Recesos de movimiento en toda la escuela
- 48 ○ Intramuros después de clases y clubes basados en el movimiento
- 49
- 50 ● Los alumnos de secundaria tienen la meta de 150 minutos de oportunidades de
- 51 movimiento cada semana. Las opciones incluyen, pero no se limitan a:
- 52 ○ Tomar cursos electivos que se basen sustancialmente en actividades físicas.
- 53 ○ Movimiento en horas flexibles
- 54 ○ Participación en deportes, JROTC o clubes de después de clases (que se basen en
- 55 el movimiento)
- 56

57 Educación para la Vida Familiar

58

59 De acuerdo con la Política IGAF, los padres o tutores legales pueden optar por no participar en

60 la parte de Educación para la Vida Familiar (FLE) del plan de estudios de Educación Física y

61 Salud. Esta exclusión voluntaria solo se aplica a las lecciones FLE del plan de estudios y no se

62 extiende al resto del plan de estudios que incluya lecciones que cubren los Estándares de

63 Aprendizaje de Salud.

64

65

66 Adoptada: 9 de enero de 1997

67 Enmendada: 1 de julio de 2005

68 Enmendada: 22 de enero de 2015

69 Enmendada: 25 de abril de 2019

70 Enmendada: 10 de septiembre de 2020

71 Enmendada: 9 de septiembre de 2021

72 Enmendada: 15 de diciembre de 2022

73 Enmendada: 9 de mayo de 2024

74

75

76 Referencias Legales: Código de Virginia, 1950, según enmienda, §§ 22.1-207, 22.1- 253.13:1,

77

78 8 VAC 20-320-10.

79

80 *Guía para las escuelas*, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

81 (CDC), (Actualizado en mayo de 2020),

82

83 *Guía de fase para las Escuelas de Virginia*, Departamento de Salud de Virginia

84 (VDH), (1° de julio de 2020),

85

86 Referencias cruzadas:

87 IC/ID Año Escolar/Día de clases

88 IGAG Enseñanza sobre Drogas, Alcohol y Tabaco

89 JHCA Exámenes físicos de los alumnos

90 JHCF Bienestar estudiantil

91 JHCF-R Guías del bienestar de las Escuelas Públicas de la Ciudad de Alexandria

92 JO Expedientes Estudiantiles