



Plan de Bienestar

La política de bienestar del distrito (JGCA)1 proporciona un mensaje coherente para la salud de nuestros estudiantes. Este Plan de Bienestar, creado por el Comité de Bienestar, está diseñado para reforzar el compromiso del distrito con el bienestar de los estudiantes. El Plan de Bienestar está destinado a: Proporcionar una hoja de ruta para que las escuelas promuevan el bienestar de los estudiantes, el personal y la comunidad.

Nutrición

- Las escuelas permitirán y animarán a los estudiantes a tener botellas de agua individuales en el salón de clases.
- Los refrescos carbonatados o bebidas energéticas no estarán disponibles para los estudiantes (de venta o como premio).
- Se seguirán las pautas de Smart Snacks in School para los alimentos / bebidas que se venden a los estudiantes, incluidas las tiendas escolares y la recaudación de fondos.
- Fomente las recompensas, incentivos y celebraciones no alimentarias proporcionando a los maestros y padres información sobre opciones saludables.
- Los alimentos/bebidas proporcionados a los estudiantes serán etiquetados por el fabricante. Las frutas/verduras frescas no necesitan etiqueta.
- No se proporcionarán/venderán alimentos o bebidas en competencia con el servicio de alimentos durante los horarios de servicio de comidas.
- No se pedirán alimentos para su entrega a la escuela durante el día escolar para el consumo de los estudiantes.
- Se animará a las escuelas a proporcionar al menos 20 minutos de "tiempo de asiento" para los estudiantes durante el almuerzo, sin incluir el tiempo que pasan caminando hacia / desde clase o esperando en la fila.

Promoción y Educación Nutricional

- Se educará al personal sobre las opciones de alimentación saludable y las formas de integrar la educación nutricional en la instrucción (ejemplo: incluyendo recetas más saludables cuando los alimentos son preparados por los estudiantes en las clases de FACS). (Currículo e Instrucción)
- Se animará a las escuelas a tener al menos un evento interactivo en toda la escuela que se centre en la nutrición o que contenga nutrición como componente principal. (Ferias de Salud, Noche Familiar o conexiones o eventos de la comunidad educativa)
- La comercialización (oral, escrita o gráfica) de cualquier alimento y bebida que se venda en el campus escolar durante el día escolar debe cumplir con los requisitos establecidos en la Regla de Bocadillos -Smart Snacks Rule .
- El personal de la escuela, PTA y todos los departamentos promoverán a los estudiantes el desarrollo de hábitos alimenticios saludables.

Actividad Física

- Las escuelas modelarán el beneficio de la actividad física y el bienestar fomentando oportunidades para el movimiento periódico en el aula y durante todo el día escolar.
- Se prohíbe la actividad física como castigo, incluida la retención de actividad física.
- Las escuelas explorarán oportunidades para compartir información sobre rutas seguras a las escuelas y proyectos de mapas comunitario como una forma de promover que los estudiantes y las familias caminen y/o ir en bicicleta a la escuela.

Bienestar Integrado Basado en la Escuela

- Se proporcionará información educativa sobre el vapeo y el tabaco a los administradores del edificio, al personal, a los estudiantes y a los padres.
- No se permitirá el uso de velas, difusores de aceite, plug-ins, incienso u otros artículos perfumados en los edificios del distrito. Estos disminuyen la calidad del aire interior, lo que puede ser un irritante respiratorio para los asmáticos y otras poblaciones sensibles.
- El Distrito mantendrá un sitio web de Bienestar del Personal que proporcionará información sobre todos los dominios del bienestar: físicas, emocionales, financieras, profesionales y comunitarias.

Bienestar Socioemocional

- El distrito utiliza un recurso basado en evidencia diseñado para ayudar a los estudiantes a desarrollar el conocimiento, las actitudes y las habilidades necesarias para comprender y manejar las emociones; la capacidad de establecer y alcanzar metas positivas; la capacidad de sentir y mostrar empatía por los demás; la capacidad de establecer y mantener relaciones positivas; y la capacidad de tomar decisiones responsables.