

## Política de la Junta de Consejo N ° 3008

### Bienestar Estudiantil

#### A. Intención de esta Política

Esta política tiene la intención de cumplir con la Ley Federal para Niños saludables y sin Hambre (HHFKA *por sus siglas en Ingles*) de 2010. Como tal, la política promueve y protege la salud de los niños, así como el bienestar y la capacidad de aprender mediante el apoyo para una alimentación saludable y una actividad física.

#### B. Metas del Bienestar

##### 1. Educación sobre Nutrición

- a. La enseñanza en clase - Se alentará a todo el personal encargado de instruir K-8 (Kínder a 8vo grado) para integrar temas nutricionales en lecciones diarias cuando sea apropiado, mediante el uso de programas de estudio que puede incluir, pero no se limita a, los siguientes:
  - i. Descubrir “MyPlate” (MyPlatillo)
  - ii. Sirviendo “MyPlate”: Un Delicioso Currículum
  - iii. Ejercer sus opciones
  - iv. SPARK PE (Chispazo en Educación Física)
- b. Pizarrón de anuncios - Al menos una pizarrón de anuncios en cada comedor estará dedicado a la educación nutricional. Los pizarrones tendrán información de MyPlate (MiPlatillo), Cosecha del Mes y otros recursos para promover la alimentación saludable. Se prohíbe la promoción de alimentos poco saludables
- c. Menús - Todos los menús enviados a los padres, contendrán información de nutrición, así como guías para los alimentos ofrecidos.
- d. Incrementar y promover la disponibilidad de agua potable como un componente esencial para el bienestar de los estudiantes, mejorando el acceso al agua potable gratuita y segura.
- e. Bocado saludables - El Departamento de Servicios de Nutrición Infantil proporcionará a los padres y las escuelas una lista de alimentos que cumplen con los estándares del Distrito así como ideas para celebraciones sanas, fiestas y recompensas.
- f. Materiales de Instrucción – Los materiales para instrucción en el aula recibidos, serán distribuidos a través de la administración y el Departamento de Servicios de Nutrición Infantil. Se implementará un procedimiento para asegurar la distribución equitativa de que los materiales apropiados a la edad del infante.

## 2. Actividad Física

- a. Educación Física - Todos los estudiantes en los grados K-8, incluyendo a los estudiantes con discapacidad y/o necesidades especiales de atención de la salud, recibirán educación física por un período total de tiempo de no menos de 200 minutos cada 10 días escolares, exclusivo de recreos y el período de almuerzo, a menos que se especifique lo contrario en el plan 504 o Plan Educativo Individual (IEP *por sus siglas en Inglés*) del estudiante. Ver Código de Educación § 51223. Aunque no es necesario, el Distrito hará esfuerzos para proporcionar 400 minutos de educación física en cada período de 10 días para sus estudiantes de secundaria.
- b. El Recreo Diario - Todos los estudiantes de la escuela primaria tendrán por lo menos 15 minutos al día de recreo supervisado, preferentemente al aire libre, durante el cual el personal de la escuela de tiempo debería alentar moderada a vigorosa actividad física y verbalmente a través de la provisión de espacio y equipo.
- c. Oportunidades de Actividad Física Antes y Después de la Escuela - El Distrito ofrecerá programas de actividad física extracurricular. La escuela ofrecerá una serie de actividades que satisfagan las necesidades, intereses y habilidades de todos los estudiantes, incluyendo los niños, niñas, estudiantes con discapacidades y estudiantes con necesidades especiales de atención de la salud.
- d. Todo el equipo necesario se mantendrá en buen estado de funcionamiento.

## C. Políticas - Todos los alimentos y bebidas Disponibles en el Campus

1. La escuela fomentará y proporcionará oportunidades para que los estudiantes consuman una variedad de alimentos y bebidas ricos en nutrientes que sean parte de los grupos de alimentos básicos, mientras se eligen los alimentos que limitan el consumo de grasas saturadas y trans, colesterol, azúcares añadidos y sal.
2. Esto se logrará a través de lo siguiente:
  - a. Todos los alimentos puestos a disposición en el campus, incluyendo aperitivos, deben cumplir con las actuales directrices dietéticas del USDA para los estadounidenses.
  - b. El Director de Servicios de Nutrición Infantil desarrollará, mantendrá y distribuirá una lista de alimentos y bebidas aprobados para la venta en las escuelas del Distrito. Todos los alimentos y bebidas que se venden o se sirven en el campus del Distrito deben ser de la lista aprobada y se actualizarán según sea necesario para hacer frente a los cambios en las regulaciones.
  - c. Las ventas de alimentos y bebidas en el campus no pueden llevarse a cabo en competencia con programa de almuerzo en la escuela del Distrito. Se

desarrollaran procedimientos para asegurar la máxima participación dentro del Programa de Almuerzo Escolar del Distrito.

- d. Recompensas - Los alimentos de valor nutritivo mínimo, según lo definido por el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos no se ofrecen como incentivos o recompensas.
  - e. Celebraciones - Los alimentos y bebidas que se ofrecen como parte de una celebración en el campus deben cumplir con todas las normativas federales, estatales y locales.
3. Tiendas Estudiantiles, Máquinas Expendedoras y Recaudadores de Fondos en el Campus - Todos los alimentos, máquinas expendedoras, y las ventas de bebidas en el campus distrito debe cumplir con todas las normativas federales, estatales y locales. (Ver la ficha de referencia adjunto Efectiva 01/07/2014).

4. Snacks vendidos a los estudiantes de la escuela primaria y secundaria, excepto la comida que se vende como parte de un programa de alimentos del USDA, deberán cumplir con todas las características siguientes:
- a. El contenido de grasa no excederá del 35% de las calorías totales. Este requisito no se aplica a las nueces, mantequillas de frutos secos, semillas, huevos, queso, frutas, verduras que no han sido fritos, y las legumbres.
  - b. El contenido de grasa saturada no excederá del 10% de las calorías totales. Este requisito no se aplica a los huevos o artículos de queso que se venden por separado.
  - c. El contenido de azúcar no excederá del 35% del peso total (incluido el de origen natural y el azúcar añadido). Este requisito no se aplica a las frutas o verduras que no han sido fritos.
  - d. Las calorías no excederán de 175 calorías por artículo individual.
5. Bebidas admisibles (se aplica en todo momento, independientemente de la hora del día). Las bebidas no pueden contener edulcorantes calóricos añadidos - o no calóricos - con la excepción de alternativas a la leche no lácteos (leches, por ejemplo, almendra, arroz, soya). Además, las bebidas no podrán contener aditivos, incluidos los colores, los aromas, hierbas, vitaminas y minerales (por ejemplo, electrolitos), o estimulantes (por ejemplo, cafeína). Sólo se permiten las siguientes bebidas:

a. Agua

- i. El Distrito deberá proporcionar a todos los estudiantes y el personal con acceso a agua limpia, agua potable segura de forma gratuita en todas las instalaciones del Distrito, incluyendo la cafetería y zonas para comer, aulas, pasillos, áreas de juego y campos de atletismo, y salas de profesores durante todo el día escolar y en antes y después de las actividades escolares;

- ii. El Distrito permitirá a los estudiantes traer agua potable de casa y llevar agua a el aula, con la condición de que el agua este en un recipiente tapado, tal como una botella, para evitar derrames;
  - iii. El Distrito alentará a los administradores, maestros y el personal de la escuela para promover la ingesta de agua;
  - iv. El Distrito deberá llevar a cabo el mantenimiento de todas las fuentes de agua regularmente y según sea necesario;
  - v. Las pruebas de las fuentes de agua potable del Distrito, se llevara a cabo por la Ciudad de Westmorland
- b. La leche de vaca sin o con 1% de Grasa: Debe contener vitaminas A y D y al menos el 25% del valor diario de calcio por cada 8 onzas líquidas
  - c. Las alternativas a la leche no lácteos: debe contener vitaminas A y D y al menos el 25% del valor diario de calcio por cada 8 onzas líquidas
  - d. El jugo de fruta o verdura debe contener 100% jugo.

#### D. Objetivos Nutricionales del Programa Nacional de Almuerzo y Desayunos Escolares.

1. Todas las comidas servidas a los estudiantes por el Departamento de Servicios de Nutrición Infantil deberán satisfacer las directrices nutricionales establecidos por el Departamento de Agricultura de los Alimentos y Nutrición de Estados Unidos. Los hechos e información Nutricional estará disponible a petición.
2. Desayuno en el Aula se utiliza para nuestro procedimiento de desayuno escolar. El maestro es responsable del punto de servicio en el programa de desayuno. El maestro verifica que los componentes de una comida reembolsable se encuentren presentes y cuenta a cada estudiante conforme se sirven las comidas. Una lista se utiliza para documentar el número de estudiantes que han recibido una comida reembolsable. Los grados del 1 al 8 transportaran la comida completa a su salón de clases utilizando un vagón equipado bolsa térmica. Cuando el desayuno es completado las listas se entregan a la cafetería y se anota el total. Grado K entra en la cafetería como la totalidad de una clase [para que se les sirva el desayuno, la lista es completada y entregada ahí mismo. A medio año, el Grado K pasa su desayuno al salón de clases para prepararse para el próximo año.
3. El Departamento de Servicios de Nutrición Infantil preparará comidas dentro de los lineamientos de la planificación basados en los menús estándares de alimentos.
4. Una variedad de frutas y verduras frescas se ofrecerá diariamente a todos los estudiantes que participan en el Programa Nacional de Almuerzos Escolares.

5. El desayuno y el almuerzo está disponible de forma gratuita a todos los estudiantes que asisten a la Escuela Primaria del Distrito Unificado de Westmorland. Esto se aplicará siempre que la escuela sigue siendo una escuela provisionada.
6. La escuela proporcionará a los estudiantes por lo menos 10 minutos para comer después de sentarse para el desayuno y 20 minutos después de sentarse para el almuerzo.
7. La comercialización de alimentos y bebidas saludables será colocado estratégicamente en las cafeterías que promueven el bienestar a través de frutas, leche baja en grasa y agua de consumo.
8. El Departamento de Servicios de Nutrición Infantil deberá trabajar con el liderazgo escolar para mejorar la decoración de la cafetería y la atmósfera mediante la adición de carteles de colores y/o murales de nutrición para todos los comedores escolares.
9. Debe fomentarse al personal de la Primaria del Distrito Unificado de Westmorland para unirse periódicamente los estudiantes para el almuerzo en la cafetería, en un esfuerzo para modelar las buenas costumbres y el comportamiento

#### E. Seguimiento y Análisis de la Política

1. Establecer y mantener un Comité de Bienestar del Distrito Escolar, que consiste en un grupo de individuos que representan a la escuela y la comunidad, incluyendo a los padres, estudiantes, personal de servicios de alimentos, personal de educación física, director de la escuela o el subdirector, miembro de la junta escolar, profesionales de la salud, y/o los miembros del público en general. El Comité podrá formular recomendaciones para la revisión de la política al Superintendente/Director.
2. El Comité de Bienestar de la Escuela Local y sus miembros, junto con el Superintendente/Director y los administradores del sitio tienen la responsabilidad de supervisar y garantizar que la política de bienestar escolar es seguido por todo el personal y los estudiantes del Distrito Escolar.
3. El Superintendente/Director elaborará un informe global anual resumiendo el cumplimiento de Política de Bienestar del Distrito Unificado de Westmorland, basado en la revisión del sitio y la entrada de la escuela. En ese informe se proporcionará a la junta escolar y está disponible en la página web del Distrito.

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. 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.ocio.usda.gov/sites/default/files/docs/2012/Spanish\\_Form\\_508\\_Compliant\\_6\\_8\\_12\\_0.pdf](http://www.ocio.usda.gov/sites/default/files/docs/2012/Spanish_Form_508_Compliant_6_8_12_0.pdf). 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. 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; o

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

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

Referencia Legal:

42 USC § 1751 a 1769, sobre todo 1758b (Política Local de Bienestar)  
42 USC § 1771-91  
California. Código de Educación § 38086  
California. Código de Educación § 49430  
California. Código de Educación § 49431  
California. Código de Educación § 49431.5  
California. Código de Educación § 51223

Fecha de aprobación inicial de esta Política por el Consejo: Septiembre 08, 2015

Fecha de revisión de esta Política por el Consejo: 10 de Noviembre, 2015.