

Campus Wellness Plan Cimarron Elementary 2024-2025

La Ley Pública Federal (PL 108.265 Sección 204) establece que todas las escuelas deben desarrollar una política de bienestar local que involucre a los padres, estudiantes, un representante de la Autoridad de Alimentos Escolares, la junta escolar, los administradores escolares y el público. La Autoridad de Educación Local (LEA) establecerá un plan para medir la implementación de la política de bienestar local.

Estado de la misión:

La escuela primaria Cimarron preparará, adoptará e implementará un plan integral para fomentar la alimentación saludable y la actividad física a fin de preparar a los estudiantes para que se conviertan en ciudadanos saludables y productivos y en aprendices de por vida.

Promoción y Educación Nutricional

- La escuela ofrece desayuno gratis en el salón de clases, almuerzo saludable gratis para todos los estudiantes.
- Nuestra facultad modelará una alimentación saludable y una conducta adecuada durante el almuerzo, incluidas formas innovadoras para controlar el nivel de ruido.
- El personal alentará a los estudiantes a traer refrigerios saludables y a participar en actividades físicas y no utilizará la comida y la actividad física como recompensa o castigo.
- El menú escolar se revisará diariamente durante los anuncios de la mañana.
- Se fomentará la educación sobre nutrición en la cafetería y en el salón de clases a través de una variedad de actividades (p. ej., carteles, videos, juegos y estímulo de los adultos).
- Los menús de almuerzo están disponibles en nuestro sitio web de Galena Park SchoolCafe , donde los padres y el personal pueden ubicar los alérgenos y la información nutricional enumerada para cada artículo que ofrecemos.
- El personal promoverá el lavado de manos y fomentará prácticas alimentarias seguras y sanitarias, como no compartir alimentos o bebidas, así como estaciones de desinfección de manos en toda la escuela.
- Las celebraciones de cumpleaños de los estudiantes (solo por solicitud de los padres) se limitan a los últimos 15 minutos del día escolar.
- El campus seguirá las pautas establecidas por USDA y TDA para garantizar que todas las comidas cumplan con los estándares nutricionales y de seguridad para proteger la salud de los estudiantes, el personal y los padres de las enfermedades transmitidas por los alimentos. Se recomienda programar las fiestas después del final del período del almuerzo para evitar reemplazar un almuerzo nutritivo.
- Se ofrecerá una Encuesta de Nutrición Anual, del Departamento de Nutrición para todos los estudiantes, el personal y los padres, a fin de permitir comentarios positivos sobre las comidas nutricionales locales, culturales y étnicas favoritas.
- Se alentará a los estudiantes a socializar mientras implementan una conducta adecuada y niveles de voz en la cafetería.

- Al brindarles a los estudiantes acceso a comidas saludables y sabrosas, despertamos la curiosidad a través de la exposición a nuevos alimentos.
- Apoyamos a todos los estudiantes ofreciéndoles comidas balanceadas y nutritivas diariamente para ayudarlos a tener éxito en la clase.
- Los carteles de las pautas de los baños se colocarán fuera de los baños por seguridad.

Actividad Física/Educación

- Los maestros de educación física y los maestros de aula continuarán monitoreando el bienestar de los estudiantes y promoverán la conciencia sobre la salud y el tiempo de actividad durante el recreo y el tiempo de clase.
- Los estudiantes participarán en 135 min/semana de actividad física a través de un recreo estructurado (Curriculum Corner).
- Se alentará a los estudiantes y profesores a caminar o hacer algún tipo de actividad física todos los días antes o después de la escuela durante 20 minutos.
- La educación física se administrará a todos los grados K-5 con un mínimo de 150 minutos por semana.
- La actividad física no se utilizará como castigo (por ejemplo, correr vueltas o flexiones)
- Las áreas de juegos tendrán materiales que son seguros y enseñarán actividades.
- Se fomentará la participación en el Relevé por la Vida para fomentar la actividad física.
- Fly club de baile para niñas/niños después de la escuela (grados 2 a 5)
- Práctica y juegos de equipos mixtos de fútbol
- Práctica de Girls on the Run y 5 km
- Anuncios semanales de "consejos saludables" que se llevarán a cabo en las mañanas del día escolar para un estilo de vida más saludable
- El personal, los estudiantes y los padres recibirán educación sobre temas relacionados con la salud presentados durante el año escolar y la importancia de complementar la educación sobre salud y nutrición con estilos de vida físicamente activos al ofrecer actividad física apropiada para la edad de los estudiantes de PK a 5.

Otras pautas de salud basadas en la escuela

- Organice un evento familiar (noche de lectura de Matemáticas y Ciencias en el otoño o en la primavera) que incluya un componente de salud.
- La PTA incorporará ideas de familias saludables en su agenda. United Health Partners (UHP) presenta el componente de salud PTA. Representante de Medicaid/CHIP para ayudar a los padres en las reuniones de la PTA.

- Capacitación STOP THE BLEED para todos los miembros del personal a través de GPISD.
 - Fly club de baile para niñas/niños después de la escuela de 2.º a 5.º grado para la actividad física.
 - CATCH lecciones en las aulas.
 - Fomentar la hidratación con fuentes de agua y ayudar al medio ambiente.
 - Todos los estudiantes de segundo grado tendrán la oportunidad de recibir limpiezas dentales gratuitas, selladores, flúor y educación a través de la excursión del Proyecto Salvando Sonrisas.
 - Promoción de la higiene para todos los niveles de grado y presentación de 5to grado - "la charla".
 - Compañeros de mochila para ayudar a las familias a recibir una nutrición adecuada.
 - Vacunación gratuita de Care Van
 - Se ofrecerán vacunas contra la gripe a los estudiantes y al personal.
 - Certificación de RCP para el personal.
-
- El programa See-to-Succeed Vision les dará a los estudiantes de 1.º, 3.º y 5.º grado la oportunidad de recibir exámenes de la vista y anteojos gratuitos.
 - Incorporar el Programa de Pautas Dentales y de Nutrición para los padres durante la reunión de la PTA y presentarlo a los estudiantes en todos los niveles de grado.
 - Prevención de incendios durante la Semana del Listón Rojo
 - Se ofrecerá Bienestar Positivo y Conciencia Ambiental a través de servicios de consejería y personal de apoyo para implementar una autoimagen positiva y conciencia ambiental mediante la implementación mensual de educación del carácter en el plan de estudios académico, anuncios diarios para alentar a todos los estudiantes a tener una estadía segura y agradable durante el día escolar y alentar a los estudiantes a verbalizar cualquier inquietud o problema que pueda afectar su bienestar a un adulto de confianza, miembro del personal, maestro, consejero o administrador e implementar sesiones de asesoramiento individual y grupal según sea necesario.
 - A nivel de la escuela, el comité de Bienestar de la escuela consistirá del Gerente de la Cafetería, el Maestro de Salud, el maestro de Educación Física, el Administrador de la Escuela, el maestro del salón de clases, la enfermera y los padres, para garantizar que la escuela implemente y cumpla con los requisitos de la Política de Bienestar de GPISD y evalúe y mida Luego, el Plan de Bienestar del Campus informa al consejo de SHAC para su revisión anual.

Pautas de nutrición

- La escuela ofrecerá desayuno y almuerzo y, cuando corresponda, participará en el programa de refrigerios después de la escuela. Se recomienda enfáticamente a los estudiantes y al personal que promuevan y participen en estos programas.
- El personal promoverá el lavado de manos y fomentará prácticas de alimentación seguras, como no compartir alimentos o bebidas.
- Revise el menú del almuerzo con los estudiantes diariamente y analice los beneficios para la salud.
- Las celebraciones en el aula están limitadas a 2 por año.
- Requisitos de comida del USDA: los estudiantes deben tomar al menos $\frac{1}{2}$ porción completa de frutas o verduras