

## **PVUSD – POLÍTICA DE BIENESTAR**

**BP 5030** (aprobado 7/2018)

<b><u>INTRODUCCIÓN A PVUSD Política DE BIENESTAR</u></b> .....	<b>página 2</b>
<b><u>NUTRICIÓN</u></b> .....	<b>página 3</b>
<b>A. Pautas nutricionales para los alimentos disponible en la escuela</b>	
a. Alimentos escolares	
b. Frutas y verduras	
c. Agua	
d. Comida y bebida vendidas en campus DURANTE el día escolar	
e. Comida y bebida vendida en campus FUERA del día escolar	
f. Recompensas de comida	
<b>B. Política de educación nutricional</b>	
a. Currículo	
b. Apoyo de padres	
<b><u>ACTIVIDAD FÍSICA Y EDUCACIÓN FÍSICA</u></b> .....	<b>página 8</b>
<b>A. Metas para la educación física y la actividad física</b>	
<b>B. Requisitos mínimos para la educación física</b>	
<b><u>SALUD ESCOLAR Y SEGURIDAD</u></b> .....	<b>página 10</b>
<b>A. Consejería, psicología y servicios sociales</b>	
<b>B. Servicios de salud</b>	
<b>C. Educación para la salud</b>	
<b>D. Ambiente sano y seguro</b>	
<b><u>PARTICIPACIÓN DE LA FAMILIA, COMUNIDAD Y EL PERSONAL</u></b> .....	<b>página 11</b>
<b>A. Participación de la familia/comunidad</b>	
<b>B. Promociones de salud para el personal</b>	
<b><u>IMPLEMENTACIÓN Y EVALUACIÓN DE LA POLÍTICA DE BIENESTAR</u></b> .....	<b>página 12</b>
<b>A. Implementación</b>	
<b>B. Evaluación</b>	
<b><u>AR 5030</u></b> .....	<b>página 15</b>

**Bienestar del estudiante**

**INTRODUCCIÓN A PVUSD POLÍTICA DE BIENESTAR**

El Consejo educativo busca crear comunidades escolares que promueven el desarrollo de humanos saludables a través de la implementación de una política integral de bienestar diseñado para (1) promover el bienestar general del estudiante utilizando ocho componentes de la salud escolar coordinada, (2) promover nutrición saludable y actividad física, y (3) reducir la obesidad infantil y enfermedades relacionadas a la dieta.

El enfoque coordinado de la salud escolar pueda ayudar a reducir el impacto negativo de condiciones de salud aguda y crónica en la asistencia y rendimiento escolar. Este enfoque proporciona un sistema diseñado para abordar las necesidades del niño completo conectando con la salud y la educación con eficacia. Este enfoque coordinado proporciona el marco para que las familias, comunidades y escuelas trabajen juntos para mejorar la salud de los estudiantes y su capacidad de aprender. Cada componente del enfoque de salud escolar hace una contribución única complementando otros componentes, en última instancia, la creación de un conjunto que es mayor que la suma de sus partes. Los ocho componentes incluyen servicios de nutrición, educación física, consejería, psicología/servicios sociales, servicios de salud, educación para la salud, un entorno escolar sano y seguro, participación de la familia y comunidad, y promociones de salud para el personal.

Los representantes de los ocho componentes de la salud coordinada estarán involucrados en el desarrollo de la política del Consejo educativo relacionada con el bienestar estudiantil. Estos pueden incluir padres/tutores, profesionales de la escuela, administradores de la escuela, miembros de la junta escolar, enfermeras escolares, educadores de salud y físicos, y otros maestros y/o miembros de la comunidad interesados en problemas de salud escolar.

Las siguientes pautas proporcionan un marco para mejorar la salud y el bienestar de los estudiantes del distrito y la comunidad.

**PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO**

**Bienestar estudiantil**

**NUTRICIÓN**

**A. Pautas de nutrición para alimentos disponible en la escuela**

a.) Alimentos escolares

El Distrito asegurará que todos los estudiantes de PVUSD tengan acceso a alimentos nutritivos mientras que estén en la escuela a través del año escolar y el programa de comida de verano. El Distrito hará todo lo posible para garantizar que todos los estudiantes de PVUSD tengan acceso a desayunos nutritivos y botanas después de la escuela. El Distrito se asegurará que todos los estudiantes de PVUSD están matriculados en el programa de comida gratis/reducida.

Con el fin de maximizar la capacidad del distrito de proveer comidas nutritivas y botanas y mejorar la participación de los estudiantes en los programas de alimentos escolares, todas las escuelas del distrito participarán, promoverán y educarán a los padres/tutores en los programas federales de nutrición, incluyendo National School Lunch y desayuno escolar, en la medida de lo posible.

Para maximizar la utilización de estos programas y asegurar que ningún estudiante pase hambre, el distrito explorará las exenciones USDA disponibles que permita la alimentación de todos los niños gratis y solicitar estas exenciones si el porcentaje de los estudiantes calificados para comida gratuita o reducida hacen que el programa sea rentable.

Los alimentos y bebidas proporcionadas a través de programas de alimentos escolares reembolsables por el gobierno federal deberán cumplir o exceder las regulaciones y directrices federales emitidas de conformidad con 42 USC (f)(1), 1766(a), y 1779(a) y (b), cuando se aplican a las escuelas (42 USC 1751 Nota

Los alimentos escolares ofrecerán alimentos que sean apetitosos y atractivos para los niños en las porciones apropiadas. Las comidas se ofrecen en lugares limpios y agradables que se proporcionan en un ambiente tranquilo para los estudiantes y el personal y el tiempo adecuado para la comida no apresurada. Los servicios de alimentación y nutrición usarán herramientas de movimiento de comedores más inteligentes y estrategias para estimular la alimentación saludable para los estudiantes. El lugar para las comidas se proporcionará cuando sea apropiado.

Las escuelas servirán comida agradable y culturalmente apropiada que reflejará la diversidad del cuerpo estudiantil. Los menús incluirán alimentos frescos, proteínas delgadas, opciones menos azucaradas y variedad y opción de oferta.

PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO EDUCATIVO

**Bienestar del estudiante**

Las escuelas Charter que participan en el National School Lunch Program y los sitios de cuidado infantil que participan en el programa Child y Adult Care Feeding se adherirán a las pautas de nutrición enunciadas en esta política.

El superintendente o el designado deben animar a las escuelas a trabajar con el departamento de servicios de Food and Nutrition para coordinar el reciclaje y crear abono dentro y fuera de la cafetería cuando sea posible.

El distrito y los servicios de alimentos y nutrición trabajarán juntos con organizaciones de la comunidad, agricultores, y empresas para mantener un programa de Granja a la escuela.

b.) Frutas y verduras

Una variedad de frutas y verduras frescas de los huertos escolares y granjas locales se usarán en el programa de comidas escolares y en las actividades de educación nutricional tanto como sea posible. El Departamento de servicios alimenticios y nutricionales se esforzará para establecer relaciones con los granjeros locales y los mercados agrícola. El departamento de servicios alimenticios y nutricionales será fuente de al menos 40 por ciento o más de productos frescos utilizados para las comidas de las granjas locales, a través de las empresas de compra directa y/o distribución de agricultores. Las granjas locales se definen como existentes a 250 millas del distrito.

c.) Agua

El Superintendente o el designado deberá proveer acceso al agua potable durante los tiempos de comida en el área de servicio de alimentos. Este distrito fomentará el consumo de agua de los estudiantes al educarlos sobre los beneficios para la salud del agua y servir el agua de una manera atractiva.

d.) Comida y bebidas vendidas en el campus **durante** el día escolar  
(*medianoche a 30 minutos después del final del día escolar*)

El Consejo opina que los alimentos y bebidas disponibles para los estudiantes en las escuelas del distrito deben apoyar el currículo de salud y promover una salud óptima. Las normas de nutrición adoptados por el distrito para todos los alimentos y bebidas vendidos a los estudiantes, incluyendo alimentos y bebidas proporcionados a través del programa de servicio de alimentos del distrito, tiendas estudiantiles, máquinas expendedoras, recaudadores de fondos, u otros lugares, deberán cumplir o exceder normas de nutrición estatales y federales.

**PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT**  
**POLÍTICA DEL CONSEJO**

**Bienestar estudiantil**

Se fomentarán elecciones saludables mediante el desarrollo de estrategias innovadoras para preparar, presentar, empaquetar y comercializar alimentos nutritivos. La disponibilidad de alimentos y bebidas no nutritivos se reducirá y estos alimentos y bebidas no se anunciarán ya que el Consejo Escolar prohíbe la comercialización de alimentos y bebidas no nutritivas a los estudiantes. Sólo los alimentos y bebidas que cumplen con las pautas estatales y federales pueden ser comercializados y publicitados en las escuelas durante el día escolar.

*(cf. 3312 – Contractos)*

*(cf. 3550 – Servicio de alimentos/ Programa de nutrición infantil)*

*(cf. 3554 – Otras ventas de alimentos)*

*(cf. 5148 – Cuidado infantil y desarrollo)*

*(cf. 6300 – Educación preescolar/educación temprana)*

Ninguna venta de alimentos fuera de los servicios de Food and Nutrition, incluyendo máquinas expendedoras, recaudación de fondos y tiendas de estudiantes se llevarán a cabo hasta después de horas regulares de escuela, con la excepción de:

- Las escuelas secundarias pueden tener hasta **cuatro** días aprobados por año de ventas de alimentos durante las horas escolares. Todos los alimentos vendidos en estos días aprobados deben cumplir con las regulaciones federales y estatales.
- Las escuelas primarias pueden tener **dos** días aprobados por año de ventas de alimentos durante las horas escolares. Todos los alimentos vendidos en días de comida deben cumplir con las pautas federales y estatales.
- Los servicios de alimentación y nutrición serán notificados dos semanas antes de cualquier venta que se esté llevando a cabo.

Todos los alimentos vendidos a los estudiantes en el campus durante el día escolar deben ser comprados en una tienda de comida al por menor o en un restaurante que pueda listar y/o proporcionar información sobre los ingredientes y confirmar la información de los datos nutricionales.

Los alimentos no se venderán en las instalaciones escolares del distrito por vendedores comerciales externos excepto en los días de ventas aprobados. Los beneficios de todas las ventas de alimentos, incluyendo las máquinas expendedoras que venden alimentos y bebidas aprobados, deben beneficiar a la escuela, al programa de servicio de alimentos de la escuela, o a los grupos estudiantiles que patrocinan las ventas.

**Bienestar del estudiante**

Cuando se venden productos alimenticios no empaquetados, debe haber por lo menos una persona presente en la venta que posea un certificado de seguridad alimentaria válido.

Las máquinas expendedoras patrocinadas por la escuela no estarán disponibles para los estudiantes durante el día escolar.

El director animará a las organizaciones y grupos patrocinados por la escuela a usar alimentos saludables o estrategias no alimenticias para propósitos de recaudación de fondos.

El director se asegurará de que se sigan todas las pautas de nutrición federales, estatales y locales sobre la recaudación de fondos durante el día escolar.

El currículo aprobado por el distrito y las clases que incluyen la preparación y ventas de alimentos trabajarán con el Departamento de servicios de alimentos y nutrición para asegurar que se sigan las leyes y normas de seguridad alimentaria.

e.) Alimentos y bebidas vendidos en el campus **fuera** del día escolar

*(a partir de 30 minutos después del final del día escolar o todos los días no escolares)*

La escuela fomentará las ventas de alimentos saludables y bebidas en eventos y actividades fuera del día escolar. Las ventas deben incluir opciones saludables como agua, frutas y/o verduras. Los eventos y/o actividades fuera del día escolar pueden incluir; bailes, actuaciones, actividades atléticas, ceremonias de premiación, promociones, o chiringuitos deportivos o puestos de concesiones.

f.) Recompensas de alimentos

Como regla general, el personal de la escuela no debe usar los alimentos como recompensa o castigo. En cambio, se alienta al personal a usar artículos no alimenticios como recompensa por el desempeño académico de los estudiantes, sus logros o su comportamiento en el aula.

Las celebraciones en el salón para fiestas, cumpleaños u otros eventos se limitarán a una o dos veces al mes. La comida en estas celebraciones mensuales incluirá opciones saludables de comida. Las fiestas se llevarán a cabo después de la hora del almuerzo escolar.

Se desalientan los alimentos como caramelos, sodas, totopos u otros artículos con alto contenido de azúcar o grasa. Las listas de alimentos recomendados para eventos serán distribuidas a la administración, departamentos, directores, personal escolar, padres y estudiantes.

**PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO**

**Bienestar estudiantil**

Se alentará a los padres y a todos los miembros de la comunidad escolar a apoyar la política de nutrición del distrito enviando sólo alimentos, ya sea para el consumo individual, para el consumo de clases, o para otras actividades en el campus, que esté de acuerdo con la política del Distrito.

**B. Política de nutrición educacional**

La educación nutricional se proporcionará como parte del programa de educación para la salud en los grados K-12 y, según proceda, se integrará en asignaturas académicas básicas y programas antes y después de la escuela.

*(cf. 6142.8 - Educación integral en salud)*

Los programas de educación nutricional y educación física del distrito se basarán en la investigación, consistente con los mandatos establecidos en los marcos curriculares del estado, y diseñados para construir las habilidades y conocimientos que todos los estudiantes necesitan para mantener un estilo de vida saludable.

*(cf. 6011 – Normas académicos)*

*(cf. 6143 – Cursos de estudio)*

El Departamento de servicios de alimentación y nutrición se asegurará de que las áreas de servicio de alimentos muestren carteles e información que promueva la alimentación saludable y la actividad física.

a) Currículo

El distrito fomentará la implementación de un currículo completo, apropiado para la nutrición/jardín en todas las escuelas de todo el distrito que refleje NGSS y normas básicas comunes.

El distrito fomentará actividades como el desarrollo de huertos escolares orgánicos, la utilización de frutas y hortalizas cultivadas en las escuelas en programas de cafetería, clases de cocina y sesiones de prueba de sabor de alimentos saludables. Siempre que sea aplicable, dichas actividades deben integrarse con otras áreas temáticas del salón, como las artes del lenguaje, las matemáticas, la educación física, el arte, la ciencia y las ciencias sociales.

El distrito también fomentará programas de granja a escuela incluyendo, pero no limitado a, viajes de campo a granjas y mercados de agricultores.

El distrito trabajará con agencias externas para apoyar la educación nutricional como parte de su currículo.

**Bienestar del estudiante**

El currículo de nutrición del distrito usará los materiales disponibles y el aprendizaje de servicio para examinar las causas profundas del hambre y la inseguridad alimentaria en nuestra comunidad.

El distrito desarrollará alianzas entre escuelas y organizaciones que ofrezcan programas de buena nutrición y estilos de vida saludables.

**b) Apoyo de padres**

Las escuelas trabajarán en colaboración con los socios comunitarios para involucrar a los padres/tutores en actividades de buena nutrición conectando a los padres con alimentos comunitarios, recursos de jardinería, organizaciones sin fines de lucro locales y proporcionando educación nutricional.

Para alentar mensajes de salud constantes entre el hogar y el ambiente escolar, el Superintendente o el designado puede diseminar información de salud a los padres/tutores a través de boletines de noticias del distrito o de la escuela, folletos, reuniones de padres/tutores, el sitio web del distrito o de la escuela, y otras comunicaciones. La divulgación a los padres/tutores deberá enfatizar la relación entre la salud del estudiante y el desempeño académico.

**ACTIVIDAD FÍSICA Y EDUCACIÓN FÍSICA**

**A. Metas para la educación física y la actividad física**

El Consejo Escolar reconoce los beneficios positivos de la actividad física para la salud estudiantil y los logros académicos y alienta a cada estudiante a aprovechar las diversas oportunidades para la actividad física proporcionada por el distrito.

El Consejo proporcionará un programa de la educación física que construye el interés y la habilidad en habilidades de movimiento y lleva a la forma física de toda la vida de los estudiantes a través de la actividad física. Además de la promoción de altos niveles del logro personal y una autoimagen positiva, las actividades de la educación física enseñarán a estudiantes cómo cooperar en el logro de objetivos comunes.

El personal de la escuela será instruido para no requerir ni negar la actividad física como un medio de castigo. Por ejemplo, retener el receso o la actividad física o forzar a un estudiante a correr vueltas como castigo.

El Distrito trabajará con agencias externas para apoyar la educación física como parte de su currículo.



**PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO**

**Bienestar estudiantil**

El distrito desarrollará alianzas entre las escuelas y organizaciones que ofrezcan programas de actividad física y estilos de vida saludables.

Las escuelas proveerán a todos los estudiantes en los grados K-12 la oportunidad, apoyo y estímulo para ser físicamente activos regularmente a través de instrucción de educación física y programas de actividad física.

Las oportunidades de actividad física moderada a vigorosa se proporcionarán a través de la educación física, recreo, programas atléticos escolares, programas extracurriculares, programas antes y después de la escuela, y otras actividades estructuradas y no estructuradas.

La actividad física se refiere a ser físicamente activo y puede incluir actividad estructurada (juegos, deportes, etc.), actividad no estructurada (programas de caminar, bailes, etc.), u oportunidades para participar en la actividad física de la rutina diaria.

La educación física es un programa secuencial planificado de planes de estudios e instrucción que ayuda a los estudiantes a desarrollar el conocimiento, las habilidades y la confianza necesaria para un estilo de vida activo.

**B. Requisitos mínimos para la educación física**

Todos los estudiantes de K-12 (incluyendo estudiantes con discapacidades y/o necesidades especiales de atención de salud y aquellos en escenarios educativos alternativos) recibirán instrucción de educación física basada en normas según lo designado (Código de educación 51210, 51222, and 51223).

- Un mínimo de 200 minutos por cada 10 días escolares para los estudiantes de primaria en los grados 1-6.
- Un mínimo de 400 minutos por cada 10 días escolares para intermedia y estudiantes de la secundaria en los grados 7-12.

El contenido del curso de educación física de la escuela secundaria incluirá cada una de las siguientes áreas: (1) efectos de la actividad física en la salud dinámica; (2) mecánica del movimiento del cuerpo; (3) Acuáticos; (4) gimnasia y voltereta; (5) deportes individuales y dobles; (6) ritmo y danza; (7) deportes de equipo; y (8) combativas. (CCR título 5, sección 10060).

El Consejo aprobará los componentes del programa de educación física. Una alternativa apropiada de actividad física será proporcionada para estudiantes con limitaciones conocidas o necesidades médicas.

**Bienestar del estudiante**

**SALUD ESCOLAR Y SEGURIDAD**

**A. Consejería, psicología, y servicios sociales**

El distrito se asociará con programas para proveer servicios de Consejería a sus estudiantes. Todas las escuelas proveerán profesionales calificados para proveer servicios de consejería estudiantil para promover el bienestar social y emocional. Para los estudiantes que asisten a escuelas secundarias, se proporcionarán servicios de consejería para el abuso de sustancias y otras preocupaciones socio-emocionales.

**B. Servicios de salud**

El distrito proveerá los servicios de enfermeras escolares para realizar evaluaciones de salud, proyecciones, etc. El distrito apoyará la colaboración entre los servicios de salud escolar y otros servicios de apoyo comunitarios como un medio para aumentar el acceso de los estudiantes y sus familias a la atención médica de calidad.

Las enfermeras de la escuela y los asistentes de salud también proveerán referidos a otros profesionales apropiados del servicio de salud para servir mejor a los estudiantes que necesitan servicios adicionales relacionados con la salud.

**C. Educación de la salud**

El distrito proporcionará un currículo K-12 que aborde las dimensiones físicas, mentales, emocionales y sociales de la salud. El currículo debe motivar y ayudar a los estudiantes a mantener y mejorar su salud, prevenir enfermedades y reducir los comportamientos de riesgo relacionados con la salud. El currículo integral de educación en salud debe incluir una variedad de temas como salud personal, salud de la familia, salud de la comunidad, salud del consumidor, salud ambiental, educación sexual, salud mental y emocional, prevención de lesiones y seguridad, nutrición, prevención y control de enfermedades y el uso y abuso de sustancias.

**D. Salud y ambiente escolar seguro**

El distrito promoverá y preservará los ambientes escolares que sean seguros emocional y físicamente. Esto incluye la presencia de adultos cariñosos entrenados en el manejo del comportamiento, sensibilidad cultural, y la intervención de violencia y acoso. Se fomentará y apoyará la tolerancia a las diversas capacidades, etnias, preferencias lingüísticas, estatus socioeconómico e identidad de género. Se realizarán esfuerzos para mantener las propiedades de la escuela en condiciones seguras, limpias y funcionales.

**PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO**

**Bienestar estudiantil**

**PARTICIPACIÓN DE FAMILIA, COMUNIDAD Y PERSONAL**

**A. Participación familiar/comunidad**

El distrito promoverá activamente la condición física, la seguridad y la salud general de los estudiantes mediante la colaboración con organizaciones comunitarias para proporcionar programas educativos de calidad adicionales. También se animará a las familias a participar e involucrarse en dichos programas junto con sus estudiantes.

El distrito apoyará los medios de transporte activo de los estudiantes, tales como andar en bicicleta, caminar y patinar hacia y desde la escuela con el fin de aumentar la actividad física fuera del día escolar. Se animará a la escuela a promover y comercializar actividades relacionadas con la salud, como un día de bicicleta a escuela.

**B. Promociones de salud para el personal**

Los miembros del personal de la escuela sirven como modelos a seguir para los estudiantes y tienen la oportunidad de abogar por los principios establecidos dentro de la política de bienestar. Por lo tanto, el Distrito utilizará varias maneras de apoyar al personal en la promoción de comportamientos saludables de alimentación y actividad física.

El distrito promoverá oportunidades para que los miembros del personal participen en programas de promoción de la salud. Cuando sea factible, el distrito ofrecerá oportunidades de desarrollo profesional y recursos para que el personal aumente sus conocimientos y destrezas sobre la promoción de comportamientos saludables en el salón y en la escuela.

**Bienestar del estudiante**

**IMPLEMENTACIÓN Y EVALUACIÓN DE LA POLÍTICA DE BIENESTAR**

**A. Implementación**

El distrito y/o las escuelas individuales dentro del distrito crearán, fortalecerán o trabajarán dentro de los consejos existentes de bienestar escolar para desarrollar, implementar, monitorear y, según sea necesario, revisar las políticas de nutrición y actividad física de la escuela. Los consejos también servirán como recursos a los centros escolares para la aplicación de esas políticas. El distrito y/o las escuelas individuales notificarán a los hogares sobre una base anual de la política de bienestar y cualquier actualización.

Cada escuela publicará las políticas y reglamentos del distrito sobre nutrición y actividad física en la vista pública dentro de la oficina de la escuela, cafeterías y/o en otras áreas centrales de alimentación. (Código de educación 49432)

Los directores de la escuela deberán asegurarse de que los alimentos y bebidas vendidas a los estudiantes fuera del Departamento de servicios de alimentos y nutrición cumplan con todas las pautas federales, estatales y locales de nutrición, incluyendo las máquinas expendedoras patrocinadas por la escuela, los días competitivos de venta de alimentos y que el curso de estudio adoptado por el distrito para la educación física de K12 será implementado y otros programas de educación física aprobados por el distrito serán proporcionados.

El director de los servicios de alimentación y nutrición se asegurará de que todas las leyes y reglamentos federales, estatales y locales relativos a los programas de nutrición infantil se apliquen estrictamente.

El Superintendente o el designado deberá asegurar que se logren los objetivos para la educación nutricional, la educación física y la actividad física, y otras actividades basadas en la escuela, diseñadas para promover el bienestar estudiantil.

El Superintendente o su designado recomendarán la aprobación del Consejo Escolar para indicadores de calidad específicos que serán utilizados para medir la implementación de la política en todo el distrito y en cada escuela del distrito. Estas medidas incluirán, pero no se limitarán a, un análisis del contenido nutricional de las comidas atendidas; tasas de participación estudiantil en programas de comidas escolares; cualquier venta de alimentos y bebidas no nutritivas en recaudación de fondos u otros lugares fuera de los programas de comidas del distrito; y comentarios de los alimentos.

El Superintendente o el designado deberá presentarse al Consejo por lo menos cada tres años sobre la implementación de esta política y cualquier otra política del Consejo relacionada con la nutrición y la actividad física.

**PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO**

**Bienestar estudiantil**

**B. Evaluación**

El Consejo establecerá un plan para la realización de una evaluación del cumplimiento de la política. La evaluación se realizará cada tres años. El Superintendente designará a una persona dentro del distrito y a la directora de la escuela para que sea cargada con la responsabilidad operativa de asegurar que la escuela implemente la política de bienestar del distrito. Estos designados son en última instancia responsables de asegurar el cumplimiento de la política de bienestar de sus respectivas escuelas. (42 USC 1751)

*gal Referencia:*

CÓDIGO DE EDUCACIÓN

49430-49436 *Nutrición del alumno, salud, y acta le logro de 2001*

49490-49493 *Programa escolar de desayuno y almuerzo*

49500-49505 *Alimentos escolares*

49510-49520 *Nutrición*

49530-49536 *Ley de nutrición infantil*

49540-49546 *Programa de alimentos para cuidado infantil*

49547-49548.3 *Servicios integrales de nutrición*

49550-49560 *Comidas para estudiantes necesitados*

49565-49565.8 *Programa piloto de California Fresh Start*

49570 *Ley Nacional de Almuerzo nacional*

51222 *Educación física*

51223 *Educación física, escuelas primarias*

CÓDIGO DE REGLAMENTOS, TÍTULO 5

15500-15501 *Venta de alimentos por organizaciones estudiantiles*

15510 *Comidas obligatorias para estudiantes necesitados*

15530-15535 *Educación nutricional*

15550-15565 *Programas de desayuno y almuerzo escolar*

CÓDIGO DE LOS ESTADOS UNIDOS, TÍTULO 42

1751-1769 *Programa nacional de almuerzo escolar, especialmente: 1751 Nota política de bienestar local*

1771-1791 *Ley de nutrición infantil, incluyendo:*

1773 *Programa de desayuno escolar*

1779 *Normas y reglas, Ley de nutrición infantil*

CODIGO DE REGULACIONES FEDERALES, TITULO 7

210.1-210.31 *Programa nacional de almuerzo escolar*

220.1-220.21 *Programa nacional de desayuno escolar*

*Recursos de gestión: CSBA INFORMES DE POLÍTICA*

*Las nuevas normas nutricionales: implicaciones para las políticas de bienestar estudiantil, noviembre 2005*

*CSBA PUBLICACIONES*

*Bienestar estudiantil: Guía de recursos para la política de alimentos saludables y actividades físicas, rev. 2005*

*PUBLICACIONES DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN DE CALIFORNIA*

*Niños sanos listos para aprender, enero 2005*

*Marco de salud para las escuelas públicas de California, Kinder hasta el grado 12, 2003*

PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO EDUCATIVO

**Bienestar del estudiante**

*El marco para la educación física para las escuelas públicas de California, Kínder hasta grado 12, 1994*  
*PUBLICACIONES DE LOS CENTROS PARA EL CONTROL DE ENFERMEDADES*

*Índice de salud escolar para la actividad física y la alimentación saludable: una guía de autoevaluación y planificación para escuelas primarias y secundarias, 2004*

*Publicaciones de la Asociación Nacional de consejos estatales de Educación (NASBE)*

*En forma, saludable y listo para aprender, 2000*

*Publicaciones del Departamento de agricultura de EE. UU.*

*Pautas dietéticas para los americanos, 2005*

*Equipo de nutrición, servicios de alimentación y nutrición, cambiando la escena, mejorando el entorno de nutrición escolar: Una guía para la acción local, 2000*

*SITIOS WEB:*

*CSBA: <http://www.csba.org>*

*California Departamento de educación, Division de servicios nutricionales:*

*<http://www.cde.ca.gov/ls/nu>*

*California Departamento de servicios de salud: <http://www.dhs.ca.gov>*

*California centro de recursos para niños sanos: <http://www.californiahealthykids.org>*

*California Project LEAN (Leaders Encouraging Activity and Nutrition):*

*<http://www.californiaprojectlean.org>*

*Centros para el control y prevención de enfermedades (CDC): <http://www.cdc.gov>*

*Consejo lechero de California: <http://www.dairycouncilofca.org>*

*Alianza nacional para la nutrición y la actividad: <http://www.cspinet.org/nutritionpolicy/nana.html>*

*Asociación nacional del Consejo estatal de educación: <http://www.nasbe.org>*

*Asociación nacional del Consejo escolar: <http://www.nsba.org>*

*Asociación de nutrición escolar: <http://www.schoolnutrition.org>*

*Sociedad para la educación nutricional: <http://www.sne.org>*

*Departamento de agricultura de los estados unidos:*

*[http://www.fns.usda.gov/tn/Healthy/wellnesspolicy\\_steps.html](http://www.fns.usda.gov/tn/Healthy/wellnesspolicy_steps.html)*

PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO

Bienestar estudiantil

AR 5030

BIENESTAR ESTUDIANTIL

- A. Definiciones para las escuelas primarias, intermedias y secundarias
- B. Restricciones alimentarias de las escuelas primarias
- C. Restricciones de bebidas de las escuelas primarias
- D. Restricciones alimentarias de las escuelas intermedias y secundarias
- E. Restricciones de bebidas para las escuelas intermedias y secundarias
- F. Registros
- G. Educación física

**A. Definiciones para la escuela primaria, intermedia y secundaria:**

Alimentos competitivos: Todos los alimentos y bebidas vendidos en las escuelas que no son parte del programa federal de comidas escolares.

Vendido: el intercambio de alimentos o bebidas por dinero, cupones, vales o formularios de pedido, cuando cualquier parte del intercambio ocurre en un campus escolar.

Horario escolar: de medianoche a 30 minutos después del día escolar.

Día escolar: el fin del día escolar regular. A menos que la escuela tenga un programa de aprendizaje extendido, entonces el fin del día del programa de aprendizaje extendido.

Alimentos o bebidas que cumplen: alimentos y bebidas que cumplen con los requisitos nutricionales.

**B. Restricciones alimentarias de las escuelas primarias**

Referencias: *Código de educación secciones 49430, 49431, 49431.7; Código de regulaciones de California*

*Código de regulaciones secciones 15575, 15577, 15578; Código de regulaciones federales secciones 210.11, 220.12*

Los alimentos y bebidas vendidos a los estudiantes en la escuela en los dos días de venta aprobados deben cumplir los requisitos siguientes.

Una escuela primaria no contiene grado más alto que el grado seis.

Efectivo de medianoche a una media hora después de la escuela.

PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO EDUCATIVO

**Bienestar del estudiante**

Se aplica a todos los alimentos vendidos a los estudiantes por cualquier entidad. Vendido significa el intercambio de alimento por el dinero, cupones, vales, o formularios de ordenar, cuando cualquier parte del intercambio ocurre en un campus de la escuela.

***Alimentos que cumplen:***

**1. DEBEN cumplir con UNA de las siguientes normas generales de alimentación:**

- a. Ser una fruta, verdura, producto lácteo, proteína, o artículo de grano entero\* (o tener una de estos como primer ingrediente), o
- b. Ser una combinación de alimentos que contiene por los menos ¼ tasa de fruta o verdura.

**Y**

**2. DEBE cumplir con una de las siguientes normas generales de alimentación:**

- a. ≤ 35 por ciento calorías de grasa (excepto nueces, semillas, queso rebajado en grasa o mozzarella desnatada, fruta seca y combinación de nueces y semillas, frutas, verduras no fritas, mariscos), **y**
- b. < 10 por ciento calorías de grasas saturadas (excepto nueces, semillas, queso rebajado en grasa o mozzarella parcialmente descremada, frutos secos y combinación de nueces y semillas), **y**
- c. ≤ 35 por ciento de azúcar en peso (excepto frutas \* \*, verduras no fritas, fruta seca y combinación de nueces/semillas), **y**
- c. ≤ 35 por ciento de azúcar en peso (excepto frutas \* \*, verduras no fritas, frutos secos y combinación de nueces/semillas), **y**
- d. < 0.5 gramos grasas tran por porción (sin excepciones), **y**
- e. ≤ 200 miligramos de sodio por artículo/contenedor (sin excepciones), **y**
- f. ≤ 200 calorías por artículo/contenedor (sin excepciones)

**Alimentos emparejados:**

Si los alimentos exentos se combinan con alimentos no exentos o grasas/azúcar agregados, deben cumplir con todas las normas de nutrientes mencionados anteriormente.

Si dos alimentos exentos de uno o más de las normas de nutrición se emparejan y se venden como un solo elemento, el artículo debe reunirse para grasas tran, sodio y calorías.

\* Un artículo de grano entero contiene:

- a. La declaración "las dietas ricas en alimentos de grano entero... y bajo en total grasa... pueden ayudar a reducir el riesgo de cardiopatía...", **o**
- b. Un grano entero como el primer ingrediente, **o**



**PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO**

**Bienestar estudiantil**

c. Una combinación de ingredientes integrales que comprende al menos 51 por ciento del peso total del grano (el fabricante debe verificar), o

d. Por lo menos 51 por ciento de grano entero en peso.

**\*\*** Arándanos secos, los arándanos, las cerezas, las frutas tropicales, los dátiles cortadas o los higos que contienen azúcar añadido están exentos de las normas de grasa y azúcar. Conservas de frutas en 100 por ciento de jugo solamente.

Los alimentos no conformes se pueden vender de media hora después de la escuela hasta la medianoche.

Los sitios escolares deben guardar registros de alimentos y bebidas vendidos a los estudiantes por todos los grupos o individuos durante el día escolar. Estos registros incluirán: fecha y hora de venta, grupos que venden el artículo de alimentos o bebidas, lista de ingredientes para el artículo que se está vendiendo e información sobre datos nutricionales para los artículos que se venden.

Las escuelas que se encuentran en violación de las regulaciones al efecto de causar la acción fiscal al Departamento de los servicios de la alimentación y de la nutrición reembolsarán el Departamento de los servicios de alimento y de la nutrición el monto de la multa.

**C. Restricciones de bebidas en las escuelas primarias**

Referencias: Código de educación sección 49431.5, Código de regulaciones de *California* sección 15576, *Código de regulaciones federales* secciones 210.10, 210.11, 220.8, 220.12

Una escuela primaria contiene grados no más altos de grado seis.

Efectivo de medianoche a una media hora después de la escuela.

Se aplica a TODAS las bebidas vendidas a los estudiantes por cualquier entidad.

Vender significa el intercambio de bebidas por el dinero, cupones, vales, o formularios de ordenar, cuando cualquier parte del intercambio ocurre en un campus de la escuela.

***Una bebida que cumple debe ser comercializada o etiquetada como un jugo de fruta y/o verdura, leche, leche no láctea, o agua, y cumplir con todos los criterios bajo esa categoría específica.***

***Bebidas que cumplen:***

1. Jugo de fruta o verdura:

a.  $\geq$  50 por ciento jugo y

b. Edulcorante sin adición

PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO EDUCATIVO

**Bienestar del estudiante**

- c. ≤ 8 fl. oz. tamaño de la porción

2. Leche:

- a. Leche de vaca o cabra, **y**
- b. 1 por ciento (sin sabor), sin grasa (saborizado, sin sabor), **y**
- c. Contiene vitaminas A y D, **y**
- d. ≥ 25 por ciento del valor diario de calcio por 8 fl. oz, **y**
- e. ≤ 28 gramos de azúcar total por 8 fl. oz.
- f. ≤ 8 fl. oz. tamaño de la porción

3. Leche no láctea:

- a. Nutricionalmente equivalente a la leche (ver 7 *CFR* 210.10(d)(3), 220.8(i)(3)), debe contener por 8 fl. oz.:
  - ≥ 276 mg calcio
  - ≥ 8 g proteína
  - ≥ 500 IU Vit A
  - ≥ 100 IU Vit D
  - ≥ 24 mg magnesio
  - ≥ 222 mg fosforo
  - ≥ 349 mg potasio
  - ≥ 0.44 mg riboflavina
  - ≥ 1.1 mcg Vit B12, **y**
- b. ≤ 28 gramos de azúcar total por 8 fl. oz, **y**
- c. ≤ 5 gramos grasa por 8 fl. oz.
- d. ≤ 8 fl. oz. tamaño de la porción

4. Agua:

- a. Edulcorantes de adición
- b. Ningún tamaño de porción

Todas las bebidas deben estar libres de cafeína (las cantidades de traza son permisibles).

Las bebidas de reemplazo de electrolitos no se permiten para la venta en una escuela primaria durante el día escolar.

Las bebidas que no cumplen se pueden vender de media hora después de la escuela hasta la media noche.

Los sitios escolares deben guardar los registros de alimentos y bebidas vendidos a los estudiantes por todos los grupos o individuos durante el día escolar. Estos registros incluirán: fecha y hora de venta, grupos que venden el artículo de alimentos o bebidas, lista de ingredientes para el artículo que se está vendiendo e información sobre datos nutricionales para los artículos que se venden.

**PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO**

**Bienestar estudiantil**

Las escuelas que se encuentran en violación de las regulaciones al efecto de causar la acción fiscal al Departamento de los servicios de la alimentación y de la nutrición reembolsarán el Departamento de los servicios de alimento y de la nutrición el monto de la multa.

**D. Restricciones de alimentos en la escuela intermedia y secundaria**

Referencias: *Código de educación* secciones 49430, 49431.2, 49431.7, *Código de regulaciones de California* secciones 15575, 15577, 15578, *Código de regulaciones del código federal* secciones 210.11, 220.12

Los alimentos y bebidas vendidos a los estudiantes en la escuela en los cuatro días de venta aprobados deben cumplir los requisitos siguientes:

Una escuela intermedia contiene grados 7 o 8, 7 - 9, 7 - 10.

Una escuela secundaria contiene cualquier de los grados 10 - 12.

Efectivo de medianoche a una media hora después de la escuela.

Se aplica a TODAS las bebidas vendidas a los estudiantes por cualquier entidad.

Vender significa el intercambio de bebidas por el dinero, cupones, vales, o formularios de ordenar, cuando cualquier parte del intercambio ocurre en un campus de la escuela.

***Alimentos que cumplen:***

**“Botana” los alimentos DEBEN cumplir con una de las siguientes normas generales:**

Fruta, verduras, productos lácteos, proteína, o alimento de grano entero\* (o tener uno estos como el primer ingrediente), **o**

Ser una combinación de alimentos conteniendo por los menos ¼ tasa de fruta o verdura

**Y**

**DEBE cumplir con las siguientes normas nutricionales:**

- a. ≤ 35 por ciento calorías de grasa (excepto nueces, semillas, queso rebajado en grasa o mozzarella desnatada, fruta seca y combinación de nueces y semillas, frutas, verduras no fritas, mariscos) **y**
- b. < 10 por ciento calorías de grasa saturada (excepto nueces, semillas, queso rebajado en grasa o mozzarella desnatada, fruta seca y combinación de nueces/ semillas), **y**
- c. ≤ 35 por ciento de azúcar por peso (excepto fruta\*\*, verduras no fritas, fruta seca y combinación de nueces/semillas), **y**
- d. < 0.5 gramos tran por porción (sin excepciones) **y**
- e. ≤ 200 miligramos sodio por artículo/contenedor (sin excepciones), **y**

PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO EDUCATIVO

**Bienestar del estudiante**

- f.  $\leq$  200 calories/contenedor (sin excepciones)

**Alimentos emparejados:**

Si los alimentos exentos se combinan con alimentos no exentos o grasas/azúcar agregados, deben cumplir con todas las normas de nutrientes mencionados anteriormente.

Si dos alimentos exentos de uno o más de las normas de nutrición se emparejan y se venden como un solo elemento, el artículo debe reunirse para grasas tran, sodio y calorías.

“El plato principal” "los alimentos deben ser diseñados como el plato principal y ser una:

- a. carne/carne alternativa y alimento rico del grano entero; **o**
- b. carne/carne alternativa y vegetales frutales o no fritos; **o**
- c. carne/carne alternativa sola (no puede ser yogur, queso, nueces, semillas o bocadillos de carne = éstos se consideran un alimento del "bocado").

**Y**

Un plato principal competitivo vendido por Food Services del distrito/escuela el día o el día después de que aparezca en el menú del programa de comidas reembolsables debe ser:

- a.  $\leq$  400 calorías, **y**
- b.  $\leq$  35 por ciento calorías de grasa
- c.  $<$  0.5 gramos de grasas tran por tamaño

Un plato principal competitivo que se vende por Food Service si NO esta en el menú el día o el día después de cualquier otra entidad (PTA, organización estudiantil, etc.) debe cumplir con uno de las siguientes normas generales de alimentación:

- a. Ser una fruta, verdura, lácteo, proteína, o artículo de grano entero (o tener una de estos ingredientes), **o**
- b. Ser una combinación de alimentos conteniendo por lo menos  $\frac{1}{4}$  tasa de fruta o verduras

Y cumplir con las siguientes normas nutricionales:

- a.  $\leq$  35 por ciento calorías de grasa, **y**
- c.  $<$  10 por ciento calorías de grasa saturado, **y**
- d.  $\leq$  35 por ciento azúcar por peso, **y**
- e.  $<$  0.5 gramos de grasas transo por porción, **y**
- f.  $\leq$  480 miligramos sodio, **y**
- g.  $\leq$  350 calorías

**PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO**

**Bienestar estudiantil**

\* Un artículo de grano entero contiene:

- a. La declaración "las dietas ricas en alimentos de grano entero... y bajo en grasa total ... pueden ayudar a reducir el riesgo de cardiopatía..." o
- b. Un grano entero como el primer ingrediente, o
- c. Una combinación de ingredientes integrales que comprende al menos 51 por ciento del
- d. Por lo menos el 51 por ciento de granos entero por peso.

\*\* Arándanos secos, los arándanos, las cerezas, las frutas tropicales, los dátiles cortadas o los higos que contienen azúcar añadido están exentos de las normas de grasa y azúcar. Conservas de frutas en 100 por ciento de jugo solamente.

Los alimentos no conformes se pueden vender de media hora después de la escuela hasta la medianoche.

Los sitios escolares deben guardar registros de alimentos y bebidas vendidos a los estudiantes por todos los grupos o individuos durante el día escolar. Estos registros incluirán: fecha y hora de venta, grupos que venden el artículo de alimentos o bebidas, lista de ingredientes para el artículo que se está vendiendo e información sobre datos nutricionales para los artículos que se venden.

Las escuelas que se encuentran en violación de las regulaciones al efecto de causar la acción fiscal al Departamento de los servicios de la alimentación y de la nutrición reembolsarán el Departamento de los servicios de alimento y de la nutrición el monto de la multa.

**A. Restricciones de bebidas en la escuela intermedia y secundaria**

Referencias: *Código de educación sección 49431.5, Regulaciones del Código de California sección 15576, Código de regulaciones federales secciones 210.10, 210.11, 220.8, 220.12*

Una escuela intermedia contiene grados 7 o 8, 7 - 9, 7 - 10.

Una secundaria contiene cualquier grado de 10 - 12.

Efectivo de medianoche a media hora después de la escuela.

Aplica a TODAS las bebidas vendidas a estudiantes por cualquier entidad.

Vendido indica el intercambio de alimentos por dinero, cupones, vales, or formularios de ordenes cuando cualquier parte del intercambio ocurre en el campus.

***Bebidas que cumplen:***

1. Jugo de fruta o verdura:
  - a.  $\geq$  50 por ciento jugo y
  - b. Edulcorantes sin adición

PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO EDUCATIVO

**Bienestar del estudiante**

- c.  $\leq 12$  fl. oz. tamaño de porción
2. Leche:
- a. Leche de vaca o chivo, **y**
  - b. 1 por ciento (sin sabor), sin grasa (saborizado, sin sabor), **y**
  - c. Contiene vitaminas A y D, **y**
  - d.  $\geq 25$  por ciento del valor diario de calcio por 8 fl. oz, **y**
  - e.  $\leq 28$  gramos de azúcar total por 8 fl. oz.
  - f.  $\leq 12$  fl. oz. tamaño de porción
3. Leche no lactea:
- a. Nutricionalmente equivalente a la leche (ver 7 *CFR* 210.10(d)(3), 220.8(i)(3)), **y**
  - b.  $\leq 28$  gramos de azúcar total por 8 fl. oz, **y**
  - c.  $\leq 5$  gramos de grasa por 8 fl. oz.
  - d.  $\leq 12$  fl. oz. tamaño de porción
4. Agua:
- a. Edulcorantes sin adición
  - b. Sin límite de tamaño de porción
5. Bebidas de reemplazo de electrólito (SOLAMENTE LAS SECUNDARIAS):
- a. Agua como el primer ingrediente
  - b.  $\leq 16.8$  gramos edulcorante añadido 8 fl. oz.
  - c.  $\leq 5$  calorías /8 fl. oz. (sin calorías) o  $\leq 40$  calorías /8 fl. oz. (bajo en calorías)
  - d. 10-150 mg sodio /8 fl. oz.
  - e. 10-90 mg potasio/8 fl. oz.
  - f. Sin cafeína añadida
  - a.  $\leq 20$  fl. oz. tamaño de porción (sin calorías) or  $\leq 12$  fl. oz. tamaño de porción (bajo en calorías)
6. Agua saborizada (solamente las secundarias)
- a.  $\leq 5$  calorías /8 fl. oz. (sin calorías) or  $\leq 40$  calorías /8 fl. oz. (bajo en calorías)
  - b. Edulcorante sin adición
  - c. Sin cafeína añadida
  - d.  $\leq 20$  fl. oz. tamaño de porción (sin calorías) or  $\leq 12$  fl. oz. tamaño de porción (bajo en calorías)

Todas las bebidas deben estar libres de cafeína (las cantidades trazadas son permisibles).

**PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO**

**Bienestar estudiantil**

Bebidas de reemplazo de electrólito no se permiten de venta en las escuelas intermedias durante el día escolar.

Las bebidas no conformes se pueden vender a partir de media hora después de la escuela hasta la medianoche.

Los sitios escolares deben llevar registros de alimentos y bebidas vendidas a los estudiantes por todos los grupos o individuos durante el día escolar. Estos registros incluirán: fecha y hora de venta, grupos que venden los alimentos o bebidas, lista de ingredientes para el artículo que se está vendiendo e información sobre datos nutricionales para los artículos que se venden.

Las escuelas que se encuentran en violación de las regulaciones al efecto de causar la acción fiscal al Departamento de los servicios de la alimentación y de la nutrición reembolsarán el Departamento de los servicios de alimento y de la nutrición el monto de la multa.

**F. Registros**

Las escuelas deben llevar registros de alimentos y bebidas vendidos a los estudiantes por todos los grupos o individuos durante el día escolar. Estos registros incluirán, fecha y hora de venta, grupos que vendan el artículo de alimentos o bebidas, lista de ingredientes para el artículo que se está vendiendo y datos de información nutricional para los artículos que se venden.

**G. Educación física**

La instrucción en educación física se proporcionará por un período de tiempo total no menos de 200 minutos cada 10 días escolares para los estudiantes de primaria en el grado 1 al 6, y no menos de 400 minutos cada 10 días escolares para la escuela media/secundaria y alta estudiantes de primaria en el grado 7 al 12. (Código de educación 51210, 51222)

Durante el mes de febrero, marzo, abril o mayo, los estudiantes en el grado 5, grado 7 y grado 9 deberán someterse a las pruebas de desempeño físico designadas por el Consejo de educación del estado. Los estudiantes con una incapacidad física y los estudiantes que son físicamente incapaces de completar el examen se someterán a la mayor parte de la prueba, como permitirá su condición física. (Código de educación 60800)

**1. Currículo e instrucción**

El programa de educación física del distrito se basará en la investigación consistente con las expectativas establecidas en los marcos curriculares del estado y diseñado para construir las habilidades y conocimientos que todos los estudiantes necesitan

## Bienestar del estudiante

para mantener un estilo de vida saludable.

El programa de educación física del distrito incorporará lo siguiente:

- Inclusión total de todos los estudiantes
- Al menos el 50 por ciento del tiempo de instrucción que se pasa en la actividad física moderada a vigorosa en actividad física.
- Máxima participación y amplias oportunidades de práctica para actividades de clase.
- Lecciones bien diseñadas que facilitan el aprendizaje de los estudiantes.
- Tarea fuera de la escuela que apoya el aprendizaje y la práctica de habilidades aprendidas.
- Disciplina apropiada y gestión de clases.
- Instrucción en una variedad de habilidades motrices diseñadas para mejorar el desarrollo físico, mental y social/emocional de cada niño.
- Instrucción de los componentes de aptitud física y la evaluación para ayudar a los estudiantes entender, mejorar y/o mantener un nivel saludable de aptitud física.
- Desarrollo de conceptos cognitivos sobre destreza motora y aptitud física.

### 2. Desarrollo profesional

Los maestros asignados para entregar instrucción de educación física recibirán desarrollo profesional relacionado con el currículo, instrucción y evaluación en educación física. El desarrollo profesional incluirá un enfoque en las estrategias educacionales que evalúen los conocimientos y habilidades de salud y promuevan comportamientos saludables. Los maestros que tienen credenciales en educación física y asignados para enseñar clases de educación física recibirán un desarrollo profesional enfocado.

El Superintendente o el designado deberá alentar al personal a servir como modelos de conducta positivos y físicamente activos. Promoverá y podrá proporcionar oportunidades para la actividad física regular entre los empleados.

### 3. Metas para el aprendizaje estudiantil



**PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT**  
**POLÍTICA DEL CONSEJO**

**Bienestar estudiantil**

Las normas de contenido del *Modelo de educación física 2005 del CDE para las escuelas públicas de California*: K hasta el grado 12 describe las habilidades y conocimientos esenciales que todos los estudiantes necesitan para mantener un estilo de vida físicamente activo.

Las cinco normas dominantes para un programa de educación física del distrito son:

- Demostrar habilidades motrices y patrones de movimiento para realizar una variedad de actividades físicas.
- Demostrar el conocimiento de los conceptos, principios y estrategias de movimiento a medida que se aplican para aprender y realizar actividades físicas.
- Evaluar y mantener un nivel de aptitud física para mejorar la salud y el rendimiento.
- Demostrar conocimiento de conceptos, principios y estrategias de acondicionamiento físico para mejorar la salud y el rendimiento
- Demostrar y utilizar el conocimiento de conceptos psicológicos y sociológicos, principios y estrategias aplicadas a los resultados positivos asociados con el aprendizaje y la realización de actividades físicas.

**4. Recreo diario**

Todos los estudiantes de la escuela primaria tendrán por lo menos 20 minutos diarios de recreo supervisado, preferiblemente al aire libre, durante los cuales las escuelas deben estimular la actividad física moderada a vigorosa, incluyendo la provisión de espacio y equipo.

El personal de la escuela será instruido para no requerir ni negar actividad física como un medio de castigo. Por ejemplo, retener el recreo o la actividad física o forzar a un estudiante a correr vueltas como castigo.

**5. Integrando la actividad física al salón**

Se recomienda que las escuelas estimulen los descansos de actividad física si los estudiantes están inactivos durante períodos prolongados (es decir, períodos de dos o más horas).

**6. Oportunidades para la actividad física antes y después de la escuela.**

Se recomienda que las escuelas ofrezcan una serie de actividades que satisfagan las necesidades, intereses y habilidades de todos los estudiantes. Cuando sea posible, todas las escuelas ofrecerán programas de actividades físicas extracurriculares, tales como clubs de actividades físicas, programas intramuros y eventos especiales que se centren en la actividad

PAJARO VALLEY UNIFIED SCHOOL DISTRICT  
POLÍTICA DEL CONSEJO EDUCATIVO

**Bienestar del estudiante**

física. Las escuelas secundarias y las escuelas intermedias deben ofrecer programas deportivos interescolares e intramuros cuando sea posible.