

Política de bienestar

INTENCIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE LA POLÍTICA

La buena salud general fomenta la asistencia de los estudiantes y optimiza su potencial de rendimiento para garantizar que ningún niño se quede atrás. El propósito de esta política es asegurar que cada estudiante reciba oportunidades continuas, diseñadas para maximizar la posibilidad de que tome decisiones positivas a lo largo de su vida. La educación para la salud ofrece contenidos fundamentales para que los estudiantes desarrollen y demuestren conocimientos, actitudes y prácticas relacionadas con la salud. La educación física y la actividad física periódica es una parte integral de toda la educación de los estudiantes, que contribuye al desarrollo físico del individuo a través de la promoción y de la apreciación de la aptitud física. Los servicios de alimentación escolar proporcionarán a los estudiantes una variedad de alimentos asequibles, nutritivos y apetecibles que satisfagan sus necesidades de salud y nutrición.

A. **Proporcionar un entorno de aprendizaje integral para desarrollar y poner en práctica comportamientos de bienestar a lo largo de la vida.**

Todo el entorno escolar, no solo el aula, deberá estar en consonancia con los objetivos de una escuela saludable para influir positivamente en la comprensión, las creencias y los hábitos de los estudiantes en relación con la buena nutrición, la actividad física periódica y las prácticas de estilo de vida saludable. En el boletín escolar, el personal de nuestro centro difunde información proactiva sobre la salud y orientaciones preventivas a toda la comunidad escolar. Se utilizarán placas de anuncios y carteles para mostrar mensajes de promoción de la salud durante el curso escolar.

B. **Apoyar y promover una buena nutrición y unos hábitos de alimentación adecuados que contribuyan al estado de salud y al rendimiento académico de los estudiantes.**

Programa de alimentación escolar

Todos los alimentos y bebidas que se sirven en la escuela para el desayuno y para el almuerzo cumplen o superan los estándares nutricionales aceptables. Se hace hincapié en los alimentos ricos en nutrientes por caloría. Para garantizar comidas nutritivas y de buena calidad, los alimentos se sirven teniendo en cuenta la variedad, el atractivo, el sabor, la seguridad y el envasado.

- Las comidas escolares reembolsables cumplen, como mínimo, los reglamentos estipulados por la Secretaría de Agricultura de acuerdo con los apartados (a) y (b) del artículo 10 de la Ley de Nutrición Infantil (Ley del Código Legislativo de los Estados Unidos de 1779) y los artículos 9(f)(1) y 17(a) de la Ley Nacional de Comidas Escolares Richard B. Russell (42, Código Legislativo de los Estados Unidos de 1758 (f)(1), 1766(a), los Estándares Nutricionales del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) y la Guía de Alimentación de los Estados Unidos.
- Los menús se preparan y los alimentos se sirven incorporando variedad, atractivo, sabor y seguridad para garantizar comidas de buena calidad. City Fresh Foods es el proveedor de las comidas de Conservatory Lab. En virtud del contrato de la escuela con City Fresh Foods, las porciones de comida proporcionadas cumplen o superan lo expuesto en la guía mencionada.
- Horarios de las comidas y cronograma:
 - La escuela dará a los estudiantes al menos 10 minutos para comer después de sentarse a desayunar y 20 minutos después de sentarse a tomar el almuerzo.
 - Los períodos de almuerzo se programan lo más cerca posible de la mitad de la jornada escolar.
- **CONSERVATORY LAB ES UNA ESCUELA LIBRE DE CACAHUETES Y FRUTOS SECOS. PARA LA SEGURIDAD DE NUESTROS ESTUDIANTES CON ALERGIAS GRAVES A LOS FRUTOS SECOS, NO SE PERMITEN BOCADILLOS NI ALMUERZOS QUE CONTENGAN CACAHUETES O FRUTOS SECOS EN LA COMUNIDAD ESCOLAR.**

- Los padres deben consultar con el profesor de la clase o el director antes de enviar alimentos para compartir. Esto se debe a que en todas las escuelas hay niños que tienen alergias graves y mortales de todo tipo y otras restricciones en la dieta de algunos niños. Ningún niño correrá el riesgo de sufrir una reacción alérgica a los alimentos que se lleven a la escuela.
- Los miembros del personal serán informados de manera periódica por la administración escolar sobre los niños que tienen alergias alimentarias graves.

Educación en nutrición y salud

- La enseñanza de la nutrición se impartirá como parte de la enseñanza en el aula en asignaturas como matemáticas, ciencias, lengua y literatura, ciencias sociales y optativas, con el fin de proporcionar a los estudiantes los conocimientos y habilidades necesarios para promover y proteger la salud.
- La enseñanza de la nutrición incluye actividades divertidas, apropiadas para el desarrollo y relevantes desde la perspectiva cultural, como concursos, festivales multiculturales y degustación de alimentos, promociones, visitas a granjas y huertos escolares.
- Se impartirá un componente de educación sexual integral en la escuela superior para prevenir comportamientos de riesgo que puedan afectar de manera negativa a la salud y el bienestar de los estudiantes. Para cada estudiante, se obtendrá el permiso de sus padres o tutores para participar en este programa.

C. Proporcionar oportunidades para que los estudiantes hagan actividad física.

El programa de actividad física es un componente esencial para que todos los estudiantes aprendan y participen en él a fin de desarrollar habilidades para toda la vida y disfrutar de la actividad física.

- El cronograma escolar incluye un recreo diario para los estudiantes de primaria. Durante el recreo diario, se anima a los estudiantes a participar en juegos organizados que fomentan el desarrollo de la motricidad gruesa y la actividad aeróbica.