



Política de bienestar escolar

1. Metas para (a) educación nutricional, (b) actividad física y (c) otras actividades escolares que promuevan el bienestar:

A. Educación nutricional

- Las pautas nutricionales, los cuadros de la pirámide alimentaria, las sugerencias de opciones de alimentos saludables y/u otros mensajes relacionados con la salud y la nutrición se publicarán en la clínica de la escuela o cerca de la cafetería de la escuela.
- El menú escolar junto con información y consejos útiles relacionados con la nutrición y las actividades saludables se proporcionará a los padres a través del boletín/correo electrónico para padres o el sitio web de la escuela.
- La educación nutricional y las opciones de alimentación saludable están incorporadas en nuestro plan de estudios de salud.
- Los períodos de almuerzo escolar se programarán de manera de proporcionar nutrición dentro de un período de tiempo razonable desde el comienzo del día.
- Se programarán recreos y/o refrigerios saludables para los estudiantes según sea necesario para mantener los niveles de energía.
- Está prohibido retener alimentos como castigo a los estudiantes.

B. Educación Física y Actividad

- Se proporcionará un entorno físico y social que sea seguro y agradable para todos los estudiantes.
- Todos los estudiantes participarán en el programa de educación física de la escuela.
- Los programas de educación física implementarán el objetivo del Curso Graduado Arquidiocesano de Estudio de Educación Física y Salud.
- Todas las clases tendrán acceso a 25 minutos de recreo diarios según el horario del colegio.
- La disciplina puede administrarse de otras maneras además de privar a un estudiante del recreo o de la educación física.
- Se animará a los estudiantes a participar en programas deportivos escolares y comunitarios, así como a mantenerse físicamente activos fuera del horario escolar. La Asociación Atlética de OLG fomenta la participación de los estudiantes en programas deportivos intramuros.

C. Otras actividades escolares

- La Escuela Católica Nuestra Señora de Gracia fomenta el uso de recompensas no alimentarias para el buen comportamiento de los estudiantes.
- Toda recaudación de fondos durante el día escolar será coherente con las leyes estatales y federales vigentes. *Refrigerio inteligente en las escuelas* pautas.
- La Escuela Católica Nuestra Señora de Gracia alentará a sus grupos y organizaciones a considerar la posibilidad de recaudar fondos con alimentos saludables o no alimentos fuera del horario escolar.
- La Escuela Católica Nuestra Señora de la Gracia reconoce que las celebraciones de cumpleaños y las fiestas navideñas son parte de la experiencia escolar. Animamos a los maestros y padres a ofrecer refrigerios saludables y a minimizar el consumo de dulces durante las celebraciones en el aula.
- Se ofrecerá a los maestros capacitación en nutrición según sea necesario y en actividades físicas propicias para el aprendizaje y apropiadas para las aulas que puedan incorporarse a la jornada escolar.
- Las estaciones sensoriales/motoras estarán disponibles para los estudiantes con la aprobación del maestro para ayudar a satisfacer las necesidades sensoriales.

1. Pautas nutricionales para comidas escolares reembolsables.

- Los programas de comidas de la Escuela Católica Nuestra Señora de Gracia, incluido el Programa Nacional de Almuerzos Escolares y el Programa de Desayuno Escolar y cualquier programa federal de nutrición infantil adicional, cumplirán con las pautas nutricionales y seguirán los procedimientos establecidos por el Departamento de Educación de Ohio, Oficina de Servicios de Nutrición Infantil.
- El programa de comidas de la Escuela Católica Nuestra Señora de Gracia evaluará los productos alimenticios vendidos en sus instalaciones para garantizar que cumplan con las pautas nutricionales del USDA y del estado de Ohio para todos los alimentos y bebidas disponibles durante el día escolar.

2. Pautas nutricionales para otros alimentos en el campus escolar durante la jornada escolar.

- Todos los refrigerios que se vendan fuera del programa de comidas escolares deberán cumplir, como mínimo, con los estándares de nutrición del programa Smart Snacks in Schools del USDA. Se prohíbe la venta de refrigerios que no cumplan con estas directrices durante la jornada escolar.
- Hay bebederos disponibles para los estudiantes en todos los pasillos de los edificios, y hay agua potable disponible en el gimnasio/cafetería durante las comidas. Se anima a los estudiantes a llevar botellas de agua durante todo el año.
- Las únicas bebidas disponibles para la venta serán agua natural, leche baja en grasa o productos 100% jugo (8 oz o menos).
- Los alimentos y bebidas comercializados, promocionados o publicitados a los estudiantes en el campus escolar durante el día escolar cumplirán o superarán los estándares de nutrición de USDA Smart Snacks in School.

- La publicidad y el marketing incluyen nombres de marcas corporativas, logotipos y marcas comerciales en equipos escolares, equipos de servicio de alimentos, vasos para bebidas, hieleras, botes de basura o cualquier material escolar distribuido por la escuela.

3. Plan para medir la implementación de la Política de Bienestar de la Escuela Católica Nuestra Señora de Gracia

- El director o su designado garantizará el cumplimiento de estas pautas dentro de nuestra escuela.
- El Comité de Bienestar de la Escuela Católica Nuestra Señora de la Gracia revisará la política de bienestar anualmente para revisarla, actualizarla o modificarla según sea necesario. También propondrá estrategias para promover la política de Bienestar de OLG. La clave está en la salud y el bienestar general de los estudiantes.

4. Participación de la comunidad en el desarrollo del plan

- La escuela comunicará activamente las formas en que los representantes del Comité de Bienestar y otros pueden participar en el desarrollo, la implementación y la revisión periódica y las actualizaciones de la política de bienestar a través de una variedad de medios.
- La política de bienestar se distribuirá anualmente a los padres y al personal a través del boletín de OLG. También estará disponible en todo momento en el sitio web de OLG.
- Los estudiantes recibirán mensajes positivos y motivadores, tanto verbales como no verbales, sobre alimentación saludable y actividad física, de todo el personal de la escuela.
- Se anima a los padres de la comunidad a apoyar los programas de actividad física.

~—Los aportes para esta política provinieron del Comité de Bienestar de la Escuela Católica Our Lady of Grace, compuesto por: la directora, Mandy Kirk; la enfermera escolar, Sherri Brady, R.N.; la gerente de la cafetería, Cathy Lawson; la maestra de educación física, Laura Fightmaster; la especialista en salud mental, Tera Lampe; el conserje de la escuela, Jerry Schnetzer; maestros: Nikki Strange, Cyprian Ketter; extensión multicultural, Maria Abugoch; y la madre/asistente Michelle Blunk.

5. Glosario

Campus escolar: áreas que son propiedad de la escuela o están arrendadas a ella y se utilizan en cualquier momento para actividades relacionadas con la escuela, incluso en el exterior del edificio escolar, campos deportivos, gimnasios o estacionamientos.

Día escolar: el tiempo comprendido entre la medianoche de la noche anterior y 30 minutos después del final de la jornada de instrucción.