

St. James Catholic School

Política Local de Bienestar Escolar

Crete, Nebraska

Implementada: 5-26-26

Última revisión: 5-26-26

Próxima evaluación trienal: June 2029

*Elaborada de conformidad con la Healthy, Hunger-Free Kids Act of 2010
y la USDA Final Rule on Local School Wellness Policy Implementation (7 CFR 210.31)*

Declaración de Misión y Propósito

St. James Catholic School está comprometida con el desarrollo espiritual, intelectual, social, emocional y físico de cada estudiante. Arraigados en la tradición Católica de cuidar a la persona en su plenitud, cuerpo y alma, reconocemos que una nutrición saludable y la actividad física regular son esenciales para el aprendizaje y para honrar el don de la vida que Dios nos ha dado.

La Política Local de Bienestar Escolar de St. James Catholic School proporciona el marco para promover el bienestar de los estudiantes y prevenir la obesidad infantil. La política exige que todos los alimentos servidos a los estudiantes cumplan con las normas establecidas de nutrición saludable, asegura la educación nutricional para todos los estudiantes y garantiza oportunidades diarias de educación física y actividad física durante la jornada escolar. En conjunto, estos elementos apoyan y refuerzan estilos de vida saludables.

Esta política está redactada para cumplir con la Sección 204 de la Healthy, Hunger-Free Kids Act of 2010 (Public Law 111-296), la USDA Final Rule on Local School Wellness Policy Implementation (7 CFR 210.31) y los requisitos de política de bienestar escolar del Nebraska Department of Education. St. James Catholic School participa en el National School Lunch Program administrado por el United States Department of Agriculture.

Sección 1: Comité de Bienestar, Participación de las Partes Interesadas y Liderazgo

Establecimiento de un Comité de Bienestar de St. James

St. James Catholic School establecerá y mantendrá un Comité de Bienestar Escolar permanente. El Comité se reunirá al menos una vez por trimestre académico para desarrollar, implementar, supervisar, revisar y modificar esta Política de Bienestar.

El Comité estará integrado por las siguientes personas:

- Padre, madre o tutor de uno o más estudiantes actualmente inscritos
- Un representante del Programa del Almuerzo Escolar
- El maestro de educación física
- Maestro(s) de St. James School
- Miembro(s) de la Parroquia (Público en General)
- Administradores escolares, incluidos el Director(a) y el Párroco

Líder Designado de la Política de Bienestar

Un miembro del personal de St. James Catholic School se desempeñará como el funcionario designado responsable de garantizar que la escuela cumpla con todos los componentes de esta Política Local de Bienestar Escolar. Podrá delegar responsabilidades específicas en personas designadas, pero conserva la responsabilidad general. La información de contacto del Líder de la Política se publicará en el sitio web de la escuela junto con esta Política de Bienestar.

El Líder de la Política deberá:

- Convocar y presidir el Comité de Bienestar Escolar
- Coordinar la evaluación trienal descrita en la Sección 9
- Asegurar que la Política de Bienestar se publique públicamente y se actualice anualmente
- Funcionar como punto de contacto para preguntas, comentarios e inquietudes sobre la política

Implementación a Nivel de Salón de Clases y de Edificio

Dado que St. James Catholic School funciona como un único edificio escolar, el Comité de Bienestar Escolar sirve tanto como comité de bienestar a nivel de edificio como comité de bienestar a nivel de política. El Comité desarrollará planes de acción anuales que identifiquen pasos específicos de implementación a nivel de salón de clases y de edificio escolar, e informará sobre el progreso en cada reunión trimestral.

Sección 2: Metas para la Promoción y la Educación Nutricional

Metas Específicas de Educación Nutricional

St. James Catholic School ha establecido la siguiente meta específica de educación y promoción nutricional, diseñada para promover el bienestar de los estudiantes:

- St. James School incluirá oportunidades para que los estudiantes aprendan sobre la agricultura, el sistema alimentario local y de dónde proviene la comida, y participen en excursiones que se alineen con estos temas dentro de su programa de educación nutricional.
- St. James School trabajará para crear un programa Farm to School. Comenzaremos adquiriendo productos frescos locales y exploraremos opciones para ver si es posible que la escuela obtenga carne local. De ser así, St. James School creará un programa para obtener carne local, además de productos, para los estudiantes.
- St. James School aumentará la participación de sus estudiantes y familias en oportunidades de actividad física. St. James School ofrecerá desafíos de acondicionamiento físico familiar al menos una vez por trimestre y una noche de acondicionamiento físico familiar al menos una vez por año escolar.

Educación Nutricional Secuencial e Integral

Todos los estudiantes de St. James Catholic School recibirán educación nutricional secuencial e integral en todos los niveles de grado. Los temas de nutrición se integrarán dentro del currículo integral de educación para la salud, se enseñarán anualmente en cada nivel de grado y estarán alineados con los Nebraska Health Education Standards adoptados por el Nebraska Department of Education.

Instrucción Basada en Habilidades, Interactiva y Centrada en el Comportamiento

La educación nutricional en St. James Catholic School estará centrada en el comportamiento, será interactiva y participativa. La instrucción incluirá actividades de aprendizaje prácticas y exigirá que los estudiantes desarrollen habilidades específicas, que incluyen, entre otras:

- Leer e interpretar las etiquetas de información nutricional (Nutrition Facts) y las listas de ingredientes
- Planificar una comida balanceada utilizando MyPlate y las Dietary Guidelines for Americans
- Reconocer los tamaños de las porciones y de las raciones
- Evaluar de forma crítica la publicidad y la comercialización de alimentos y bebidas
- Preparar refrigerios y comidas sencillos y saludables (apropiados para la edad)
- Identificar frutas, verduras, granos integrales, proteínas magras y lácteos bajos en grasa
- Comprender la relación entre las elecciones de alimentos, la actividad física y la salud en general

Integración con el Entorno Alimentario Escolar

La educación nutricional se vinculará intencionalmente con el entorno alimentario escolar de maneras concretas y continuas. El maestro del salón de clases, el personal del servicio de alimentos y el Comité de Bienestar colaborarán para:

- Utilizar la cafetería escolar como un laboratorio de aprendizaje donde los estudiantes apliquen los conceptos enseñados en las lecciones de nutrición
- Exploraremos la opción de establecer y mantener un jardín escolar que se utilizará como herramienta de enseñanza para las clases de nutrición, ciencias y religión
- Coordinar las ofertas del menú de la cafetería con los temas de las lecciones de nutrición (por ejemplo, presentando una "verdura del mes" que también se aborde en las lecciones del salón de clases)
- Realizar pruebas de degustación de nuevos platillos saludables del menú

La Agricultura y el Sistema Alimentario

Los estudiantes recibirán educación sobre la agricultura y el sistema alimentario a través de actividades específicas y programadas, que incluyen:

- El mantenimiento y uso del jardín escolar de St. James como parte del currículo académico una vez que se establezca
- Excursiones anuales, cuando sea factible, a granjas, jardines, lecherías o productores de alimentos locales
- Visitas al salón de clases de agricultores, ganaderos y profesionales del servicio de alimentos locales
- Lecciones que rastreen los alimentos servidos en la cafetería desde la granja hasta el plato, con énfasis en la agricultura de Nebraska

Sección 3: Normas para Todos los Alimentos y Bebidas Vendidos Durante la Jornada Escolar

Comidas Escolares Reembolsables

Todas las comidas servidas a través del programa de servicio de alimentos de St. James Catholic School cumplirán con los requisitos del patrón de comidas, los niveles de nutrientes y los requisitos de calorías del National School Lunch Program y del School Breakfast Program para las edades y los niveles de grado atendidos, según lo especificado en 7 CFR 210.10 y 7 CFR 220.8.

Las pautas para las comidas escolares reembolsables no serán menos restrictivas que las regulaciones y orientaciones emitidas por el Secretario de Agricultura conforme a las Secciones 9(f)(1) y 17(a) de la Richard B. Russell National School Lunch Act y la Sección 4(b) de la Child Nutrition Act. Los requisitos actuales del patrón de comidas del USDA pueden consultarse en:

<https://www.fns.usda.gov/cn/fr-072916c>

Todos los Alimentos y Bebidas Vendidos a los Estudiantes Durante la Jornada Escolar

Es política de St. James Catholic School no vender ningún alimento ni bebida fuera de los almuerzos escolares.

Si esto llegara a cambiar, nos aseguraremos de que todos los alimentos y bebidas vendidos a los estudiantes durante la jornada escolar en cualquier propiedad bajo la jurisdicción de la escuela cumplan con las normas de nutrición Smart Snacks in School del U.S. Department of Agriculture establecidas en 7 CFR 210.11. Para los fines de esta política, la "jornada escolar" comienza a la medianoche anterior al día escolar y continúa hasta treinta (30) minutos después del final del día escolar oficial.

Este requisito se aplica a todos los lugares donde se puedan vender alimentos o bebidas a los estudiantes durante la jornada escolar, incluidos, entre otros:

- Artículos a la carta vendidos en la cafetería
- Máquinas expendedoras accesibles para los estudiantes
- Tiendas escolares, barras de refrigerios y ventas de concesiones
- Eventos de recaudación de fondos, eventos escolares y cualquier otra venta patrocinada por la escuela

Las normas completas de nutrición Smart Snacks in School del USDA están disponibles en:

<https://www.fns.usda.gov/cn/tools-schools-focusing-smart-snacks>

La Alliance for a Healthier Generation también ofrece una calculadora de productos Smart Snacks:

<https://foodplanner.healthiergeneration.org/calculator/>

Recaudación de Fondos Durante la Jornada Escolar

Todos los eventos de recaudación de fondos que impliquen la venta de alimentos o bebidas a los estudiantes durante la jornada escolar deben cumplir con las normas de nutrición Smart Snacks in School del USDA. St. James Catholic School no autoriza ningún evento de recaudación de fondos exento; bajo esta política se permiten cero (0) exenciones de recaudación de fondos de Smart Snacks. Los eventos de recaudación de fondos que vendan alimentos o bebidas que no cumplan con las normas solo podrán llevarse a cabo fuera de la jornada escolar (es decir, comenzando al menos 30 minutos después del final del día escolar oficial) o en lugares fuera del campus.

Alimentos y Bebidas que Contienen Cafeína

De acuerdo con las normas Smart Snacks del USDA, no se venderán a los estudiantes de St. James Catholic School durante la jornada escolar alimentos ni bebidas que contengan cafeína (salvo cantidades mínimas de sustancias con cafeína de origen natural).

Sección 4: Normas para los Alimentos y Bebidas Proporcionados Pero No Vendidos

Celebraciones en el Salón de Clases, Cumpleaños y Fiestas Escolares

Para apoyar la salud de cada niño y alinear la cultura del salón de clases con las metas más amplias de bienestar de la escuela, las celebraciones en el salón de clases en St. James Catholic School se centrarán en actividades, reconocimiento y comunidad, en lugar de en la comida. Animaremos a las familias a llevar artículos que no sean alimentos al salón de clases para los cumpleaños o las celebraciones rutinarias.

Los estudiantes serán reconocidos en sus cumpleaños mediante privilegios especiales, como ser el líder de la fila o el ayudante del maestro, usar una corona o banda de cumpleaños, elegir una actividad especial en el salón de clases o recibir una bendición de cumpleaños por parte de la clase. Este enfoque también apoya a los niños con alergias alimentarias y restricciones dietéticas médicas.

Las fiestas festivas y otras celebraciones de toda la escuela en las que se sirva cualquier alimento incluirán únicamente alimentos y bebidas que cumplan con las normas de nutrición Smart Snacks del USDA. Los maestros comunicarán esta expectativa a las familias al comienzo de cada año escolar y proporcionarán una lista de opciones de alimentos permitidos cuando se solicite. Nuestra lista recomendada de Smart Snacks del USDA se puede encontrar en las páginas adicionales de esta política, así como en el sitio web de la escuela.

Alimentos Servidos en el Cuidado Después de Clases y en los Programas Extraescolares

Todos los alimentos y bebidas servidos (no vendidos) a los estudiantes que participen en el cuidado después de clases, clubes, deportes o programación extraescolar en las instalaciones de St. James Catholic School, ya sean operados por la escuela o por un tercero, cumplirán con las normas federales de nutrición. Los refrigerios servidos en cualquier programa extraescolar que opere bajo el Child and Adult Care Food Program (CACFP) cumplirán con los requisitos del patrón de comidas del CACFP; los refrigerios servidos fuera del CACFP cumplirán con las normas de nutrición Smart Snacks in School del USDA.

Alimentos Vendidos en el Cuidado Después de Clases y en los Programas Extraescolares

Todos los alimentos y bebidas vendidos a los estudiantes que participen en el cuidado después de clases, clubes, deportes o programación extraescolar en las instalaciones de St. James Catholic School, ya sean operados por la escuela o por un tercero, cumplirán con las normas de nutrición Smart Snacks in School del USDA.

Los Alimentos No Se Usarán como Recompensa

Los maestros y el personal de St. James Catholic School no deben usar alimentos o bebidas como recompensa o incentivo por el rendimiento académico, el comportamiento en el salón de clases ni para ningún otro propósito. Esto se aplica a todos los alimentos y bebidas, incluidos aquellos que de otro modo cumplirían con las normas Smart Snacks. La única excepción es cuando el alimento se requiere específicamente como parte de un Individualized Academic Plan (IAP), un Individualized Education Plan (IEP), un 504 Plan o un plan médico o conductual documentado, desarrollado en consulta con los padres y profesionales calificados.

Se proporcionará a los maestros una lista de alternativas e ideas de recompensas que no sean alimentos, que incluyen, entre otras: calcomanías, lápices, minutos adicionales de recreo, elegir una

actividad de la clase, encabezar la fila, privilegios de ayudante del salón de clases y certificados de reconocimiento.

Comercialización de Alimentos y Bebidas

En este momento St. James Catholic School no permite ninguna comercialización de alimentos o bebidas en el campus.

Si esto llegara a cambiar, seguiremos la siguiente política:

Cualquier comercialización de alimentos o bebidas que ocurra en el campus de St. James Catholic School durante la jornada escolar se limitará exclusivamente a aquellos alimentos y bebidas que cumplan con las normas de nutrición Smart Snacks in School del USDA conforme a 7 CFR 210.11. La "comercialización" incluye, entre otros: la publicidad oral, escrita o gráfica; los nombres, logotipos, marcas comerciales, marcas, portavoces o personajes de los productos; y la colocación de productos en cualquier propiedad o instalación que sea propiedad de St. James Catholic School o esté arrendada por ella.

Esta restricción de comercialización se aplica a todas las áreas del campus escolar durante la jornada escolar, incluidas, entre otras:

- Letreros, marcadores, equipo deportivo y tableros de anuncios
- Currículos, libros de texto, sitios web utilizados con fines educativos y otros materiales educativos, tanto impresos como electrónicos
- Los exteriores de las máquinas expendedoras, vasos, estantes de exhibición de alimentos, refrigeradores y recipientes de basura
- Anuncios en publicaciones escolares, en sitios web escolares o en comunicaciones electrónicas patrocinadas por la escuela
- Anuncios en el sistema de megafonía o en los salones de clases
- Autobuses escolares, áreas de estacionamiento y terrenos exteriores de la escuela

Sección 6: Entorno y Servicios de Nutrición

School Breakfast Program y School Lunch Program

St. James Catholic School no ofrece desayuno a través del USDA School Breakfast Program (7 CFR Parte 220).

Sí ofrecemos almuerzo a través del National School Lunch Program (7 CFR Parte 210) todos los días escolares regulares. La escuela promoverá la participación en el programa mediante los métodos que se describen a continuación.

Estrategias para Aumentar la Participación en los Programas de Comidas Escolares

St. James Catholic School implementará las siguientes estrategias específicas para fomentar la participación de los estudiantes en los programas de comidas escolares:

- Los estudiantes tendrán oportunidades regulares y estructuradas para opinar sobre los platillos del menú, incluidas pruebas de degustación y encuestas de comentarios de los estudiantes sobre el menú.
- El programa de servicio de alimentos ofrecerá pruebas de degustación periódicas de nuevos platillos saludables del menú, y los comentarios de los estudiantes se usarán para orientar la planificación de menús futuros
- Se animará a los estudiantes a sugerir platillos culturales, regionales y favoritos de la familia que sean apropiados para incluirse en el menú
- No se programarán tutorías, reuniones de clubes, reuniones organizativas ni otras actividades durante los períodos de almuerzo asignados a los estudiantes, a menos que se les permita llevar su almuerzo escolar a la reunión

Elegibilidad para Comidas Gratuitas o a Precio Reducido

St. James Catholic School proporcionará a cada familia, al comienzo de cada año escolar, información sobre cómo solicitar comidas escolares gratuitas o a precio reducido. Las solicitudes se enviarán a casa a todas las familias matriculadas durante la primera semana de clases y también estarán disponibles en el sitio web de la escuela y en la oficina de la escuela durante todo el año escolar, en inglés y en español. La información sobre el proceso de solicitud también se incluirá en el manual de la familia y en las comunicaciones de regreso a clases.

Protección de la Privacidad de los Estudiantes

St. James Catholic School tomará medidas afirmativas para proteger la privacidad de los estudiantes que califiquen para comidas gratuitas o a precio reducido, de conformidad con la National School Lunch Act y la orientación del USDA. Específicamente:

- La cafetería funcionará con un sistema sin efectivo en el que cada estudiante, sin importar el tipo de pago o el estado de elegibilidad para comidas, use una cuenta individual o un código de barras en el punto de servicio

- El estado de elegibilidad de ningún estudiante será visible para otros estudiantes, maestros, padres ni para ninguna persona no autorizada en ningún momento del proceso de certificación, notificación o servicio de comidas
- Se prohíben las filas de servicio diferentes, los sellos especiales en la mano, los boletos marcados o cualquier otra práctica que pudiera identificar el estado de comidas gratuitas o a precio reducido de un estudiante

Alimentación de los Niños con Saldos de Comidas Sin Pagar

St. James Catholic School se asegurará de que ningún niño pase hambre por no poder pagar o por tener un saldo de comidas sin pagar. Específicamente:

- A cada estudiante se le servirá una comida reembolsable regular, sin importar si tiene dinero para pagar o si debe dinero en una cuenta de comidas
- El personal escolar no tirará, retendrá ni sustituirá la comida de un niño debido a un saldo sin pagar
- Se prohíbe avergonzar, estigmatizar o señalar a cualquier estudiante con un saldo de comidas sin pagar, incluso anunciando el nombre del estudiante, usando sellos en la mano, exigiendo una fila de servicio diferente o enviando a casa avisos claramente marcados de saldos sin pagar
- El personal escolar se comunicará directamente y de manera confidencial con el padre, la madre o el tutor de cualquier estudiante con un saldo de comidas sin pagar, y también aprovechará esa comunicación como una oportunidad para compartir información sobre cómo solicitar comidas gratuitas o a precio reducido cuando corresponda.

Tiempo para Comer ("Tiempo Sentado")

Después de obtener su comida, los estudiantes tendrán al menos veinte (20) minutos de tiempo sentado para almorzar. Los horarios escolares y los procedimientos de servicio de la cafetería se diseñarán para apoyar estos requisitos mínimos de tiempo sentado para comer.

Promoción de Opciones Saludables

St. James Catholic School utilizará técnicas de mercadeo dentro de la cafetería y en todo el edificio escolar para promover opciones saludables de alimentos y bebidas. Las opciones más saludables, incluidas las frutas frescas, las verduras, las ensaladas, los lácteos bajos en grasa y el agua, se exhibirán de manera prominente y se presentarán de forma atractiva en la cafetería. Se exhibirán letreros, carteles y otros materiales promocionales que fomenten las opciones saludables en la cafetería y en otros lugares apropiados de toda la escuela.

Alimentos Locales y Farm to School

Siempre que sea posible y factible, las comidas escolares incluirán alimentos frescos, cultivados localmente y de origen local, comprados a granjas y productores de Nebraska. El programa de servicio de alimentos deberá:

- Comprar productos, lácteos y otros alimentos cultivados localmente a productores de Nebraska cuando estén disponibles, sean de temporada y resulten rentables
- St. James iniciará nuestro programa Farm to School adquiriendo donaciones de productos locales. St. James explorará la viabilidad de que agricultores o ganaderos locales también donen carne.
- Promover los alimentos de origen local entre los estudiantes mediante letreros, etiquetas de menú, anuncios en el salón de clases y materiales educativos en la cafetería
- Realizar pruebas de degustación con regularidad que presenten productos cultivados localmente para dar a conocer a los estudiantes los alimentos de temporada de Nebraska
- Coordinar con el programa del jardín escolar para presentar en la cafetería los productos cultivados por los estudiantes cuando sea factible

Agua Potable Gratuita

Habrá agua potable gratuita, segura y fresca disponible para todos los estudiantes y el personal, sin costo, durante toda la jornada escolar. Para cumplir con este requisito:

- Habrá bebederos, estaciones de llenado o dispensadores de agua disponibles y accesibles en la cafetería durante todos los horarios de servicio de almuerzo para el autoservicio de los estudiantes
- Habrá bebederos ubicados en todo el edificio escolar y se mantendrán limpios y en buen estado de funcionamiento
- Se permitirá a los estudiantes traer botellas de agua reutilizables desde casa y mantenerlas en el salón de clases durante la jornada escolar

Normas Profesionales para el Personal del Servicio de Alimentos

Todo el personal de los servicios de alimentos y nutrición de St. James Catholic School cumplirá con los requisitos de contratación y con los requisitos anuales de educación continua y capacitación establecidos en las USDA Professional Standards for School Nutrition Programs (7 CFR 210.30). Como mínimo:

- Los directores de servicio de alimentos nuevos y actuales completarán al menos doce (12) horas anuales de educación continua y capacitación
- Los gerentes de servicio de alimentos nuevos y actuales completarán al menos diez (10) horas anuales de educación continua y capacitación

- El personal de servicio de alimentos nuevo y actual completará al menos seis (6) horas anuales de educación continua y capacitación

Los temas de capacitación se alinearán con las áreas fundamentales de las USDA Professional Standards, y se mantendrán registros de la capacitación. Hay información adicional disponible en:

<https://professionalstandards.fns.usda.gov/>

Sección 7: Educación Física y Actividad Física

Currículo de Educación Física Escrito y Basado en Normas

St. James Catholic School utilizará el currículo de educación física escrito, integral y basado en normas de la Diócesis Católica de Lincoln para cada nivel de grado atendido por la escuela. El currículo identifica la progresión del desarrollo de habilidades a lo largo de los niveles de grado.

El currículo de educación física escrito estará alineado con los Nebraska Physical Education Standards adoptados por el Nebraska Department of Education y con los SHAPE America National Standards and Grade-Level Outcomes for K-12 Physical Education.

Metas de la Educación Física

La educación física en St. James Catholic School brindará a cada estudiante los conocimientos, las habilidades, las actitudes y la confianza necesarios para adoptar y mantener un estilo de vida físicamente activo de por vida. La programación de educación física deberá:

- Enseñar actividades físicas y habilidades para toda la vida que los estudiantes puedan aplicar a lo largo de la adultez
- Desarrollar el acondicionamiento físico personal mediante actividades cardiovasculares, de fuerza muscular, de flexibilidad y de habilidades motoras apropiadas para la edad
- Incluir oportunidades para que los estudiantes autoevalúen los componentes del acondicionamiento físico

Minutos de Instrucción de Educación Física

Todos los estudiantes de primaria de St. James Catholic School recibirán al menos ciento cincuenta (150) minutos de actividad física por semana, incluidas las clases de educación física y los recreos.

Cualificaciones de los Maestros de Educación Física

La educación física en St. James Catholic School será impartida por un maestro que posea un certificado de enseñanza vigente de Nebraska con una especialización en educación física o su equivalente, cuando sea posible.

Si no se puede contratar a un maestro de educación física certificado, el equipo administrativo encontrará un candidato adecuado y le proporcionará capacitación adicional en el área de educación física.

Desarrollo Profesional para los Maestros de Educación Física

St. James Catholic School proporcionará a todos los maestros de educación física oportunidades anuales de desarrollo profesional centradas específicamente en el contenido, la pedagogía y las normas de la educación física y la actividad física. El desarrollo profesional puede incluir talleres, conferencias, cursos en línea o capacitación en servicio, y será financiado por la escuela como parte de su presupuesto anual de desarrollo profesional.

Si el maestro posee un certificado en educación física o equivalente, deberá completar 3 horas de capacitación al año.

Si el maestro no posee certificación, deberá completar 9 horas de capacitación al año.

Sin Exenciones ni Sustituciones para la Educación Física

Los estudiantes de St. James Catholic School no estarán exentos del tiempo de clase o del crédito de educación física requeridos con el fin de tomar otros cursos, formación vocacional o cualquier otra actividad académica. Esto no se aplica a las exenciones documentadas por motivos de discapacidad, médicos o religiosos.

Asimismo, no se permitirán sustituciones del requisito de tiempo de educación física. La participación en deportes escolares, el recreo o las actividades deportivas comunitarias no se sustituirá por la instrucción de educación física requerida.

Recreo para Todos los Estudiantes de Primaria

A todos los estudiantes de primaria de St. James Catholic School se les proporcionará un mínimo de veinte (20) minutos de recreo activo diario, programado en el horario diario de cada salón de clases. El recreo no se programará al mismo tiempo que la clase de educación física; el recreo es un complemento de la educación física, no un sustituto de ella.

El recreo al aire libre será la opción predeterminada cuando el clima y la calidad del aire lo permitan. Los planes de recreo en interiores preverán el movimiento activo cuando no sea posible el recreo al aire libre.

Cuando la calidad del aire esté entre 101 y 149, los estudiantes no deben estar afuera por más de 15 minutos. Si la calidad del aire es superior a 150, no se permitirá que los estudiantes estén afuera; todas las actividades al aire libre se cancelarán hasta que la calidad del aire mejore.

Pausas de Actividad Física Durante la Jornada Escolar

Además de la educación física y el recreo, los maestros proporcionarán a los estudiantes pausas de actividad física durante la jornada escolar académica. Cada salón de clases proporcionará al menos una (1) pausa de actividad física por cada sesenta (60) minutos de instrucción académica. Las pausas de actividad pueden incluir estiramientos, canciones con movimiento, yoga en el salón de clases, actividades de pausa cerebral u otras oportunidades de movimiento apropiadas para el desarrollo.

Oportunidades de Actividad Física Antes y Después de Clases

St. James Catholic School permite a los estudiantes tiempo de juego libre al aire libre antes de la escuela. St. James ofrece información para que los estudiantes puedan inscribirse y asistir a oportunidades de actividad física, como deportes, a través de Crete Park and Rec, así como de Crete Public Schools.

Participación de la Familia y la Comunidad en la Actividad Física

St. James Catholic School desarrollará un programa integral de actividad física escolar que incluya oportunidades específicas para la participación de la familia y la comunidad, con una amplia variedad de ofertas. La escuela tendrá desafíos trimestrales de acondicionamiento físico familiar para todos los estudiantes y el personal. La escuela también tendrá, al menos una vez por año escolar, una noche de actividad familiar.

Acuerdos de Uso Conjunto y Uso Compartido

St. James Catholic School celebrará acuerdos de uso conjunto o uso compartido con la parroquia, con socios comunitarios locales y con la Ciudad de Crete, según corresponda, a fin de ampliar las oportunidades de actividad física para todos los estudiantes y miembros de la comunidad. Dichos acuerdos preverán el uso comunitario de las instalaciones escolares fuera de la jornada escolar, y el uso por parte de la escuela de las instalaciones comunitarias (parques, campos, centros recreativos) durante y fuera de la jornada escolar, con las protecciones de responsabilidad y los arreglos de programación adecuados.

Transporte Activo a la Escuela (Safe Routes to School)

St. James Catholic School apoya el transporte activo hacia y desde la escuela para los estudiantes que viven a una distancia segura para caminar o andar en bicicleta. La escuela trabajará para asociarse con la Ciudad de Crete, las fuerzas del orden locales y las organizaciones comunitarias a fin de crear un marco de Safe Routes to School para St. James School. Los componentes pueden incluir la identificación de

rutas seguras para caminar y andar en bicicleta, el apoyo de guardias de cruce adultos, programas de autobús escolar a pie, la disponibilidad de portabicicletas y la educación de los estudiantes y las familias sobre la seguridad peatonal y en bicicleta.

La Actividad Física como Recompensa

Las recompensas con alimentos se desaconsejan en St. James Catholic School (consulte la Sección 4.4). En lugar de recompensas con alimentos, se anima encarecidamente a los maestros y al personal a usar la actividad física como recompensa cuando sea factible. Algunos ejemplos incluyen tiempo adicional de recreo, una pausa de movimiento de la clase, una caminata al aire libre o un juego de acondicionamiento físico en clase.

La Actividad Física No Se Usará como Castigo

No se asignará actividad física a los estudiantes como consecuencia de un mal comportamiento ni como castigo por ningún motivo. No se podrá señalar a los estudiantes para que corran vueltas adicionales, hagan flexiones adicionales o realicen cualquier otra actividad física que no se haya asignado a toda la clase como parte de la instrucción regular, como consecuencia conductual.

La Actividad Física No Se Retendrá como Castigo

El recreo, la educación física y otras oportunidades de actividad física no se les negarán a los estudiantes como castigo por mal comportamiento ni como consecuencia por trabajo de clase incompleto. Los maestros utilizarán estrategias alternativas de manejo del comportamiento que no priven a los estudiantes de la actividad física. El movimiento y el juego son componentes esenciales de la jornada escolar y del bienestar de los estudiantes.

Sección 8: Bienestar de los Empleados

Estrategias para Apoyar el Bienestar de los Empleados

St. James Catholic School reconoce que el bienestar de su cuerpo docente, su personal y sus administradores apoya directamente el bienestar de sus estudiantes. La escuela implementará estrategias específicas para apoyar el bienestar de los empleados, que incluyen:

- Habrá agua potable gratuita y segura disponible
- El gimnasio y el patio de recreo de la escuela estarán disponibles para que el personal los use antes o después del horario escolar para realizar actividad física

- Se invitará al personal a participar en o dirigir oportunidades de actividad física a lo largo de la jornada escolar, como grupos de caminata, pausas de movimiento en el salón de clases y eventos de acondicionamiento físico familiar
- El Comité de Bienestar incluirá la atención al bienestar del personal en su planificación anual

Modelado de Comportamientos Saludables por Parte del Personal

Se animará al personal escolar de St. James Catholic School a modelar comportamientos de alimentación saludable y de actividad física en presencia de los estudiantes. Los administradores comunicarán esta expectativa a todo el personal al comienzo de cada año escolar y proporcionarán apoyo y recursos continuos para ayudar al personal a cumplirla.

Sección 9: Implementación, Supervisión, Concientización Pública y Evaluación

Concientización Pública y Notificación Anual

St. James Catholic School pondrá a disposición del público esta Política de Bienestar y todas sus actualizaciones al menos una vez al año. La Política de Bienestar deberá:

- Publicarse en el sitio web de St. James Catholic School en un lugar prominente y fácil de localizar
- Distribuirse a todo el cuerpo docente, el personal, los padres y los estudiantes al comienzo de cada año escolar
- Mencionarse en el manual de la familia y en las comunicaciones de regreso a clases
- Promoverse entre los feligreses a través del boletín parroquial y el sitio web de la parroquia

La escuela también anunciará públicamente, al menos una vez al año, las oportunidades para que los padres, los estudiantes, el personal escolar y los miembros de la comunidad participen en el desarrollo, la implementación, la revisión y la actualización de la Política de Bienestar, junto con la información de contacto del Director(a) y del líder designado de la política de bienestar.

Evaluación Trienal de la Implementación

Al menos una vez cada tres (3) años, el Comité de Bienestar de St. James realizará una evaluación formal del cumplimiento de la escuela con esta Política de Bienestar. La evaluación se realizará utilizando una herramienta nacional reconocida, como la WellsAT 3.0 (Wellness School Assessment Tool) desarrollada por el UConn Rudd Center for Food Policy and Health, o el School Health Index de los Centers for Disease Control and Prevention.

Contenido del Informe de Evaluación Trienal

El informe de evaluación trienal incluirá, como mínimo, los tres (3) elementos siguientes:

- La medida en que la escuela cumple con esta Política Local de Bienestar Escolar
- La medida en que esta Política Local de Bienestar Escolar se compara con políticas modelo locales de bienestar escolar, incluida la comparación con la WellSAT 3.0 u otro modelo reconocido
- Una descripción del progreso logrado por la escuela en la consecución de las metas establecidas en esta Política Local de Bienestar Escolar

El informe de evaluación trienal completado se publicará en el sitio web de St. James Catholic School y estará disponible en forma impresa cuando se solicite.

Revisión y Actualizaciones de la Política

Después de cada evaluación trienal, el Comité de Bienestar revisará las recomendaciones nacionales y estatales más recientes y actualizará esta Política de Bienestar según corresponda. El Comité también realizará una revisión anual durante el año escolar para identificar cualquier elemento que requiera actualizaciones provisionales. Las actualizaciones de la política se presentarán a la administración escolar para su aprobación y luego se comunicarán a todas las partes interesadas a través de los canales descritos en la Sección 9.1.



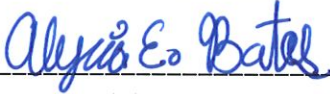
Sección 10: Mantenimiento de Registros

St. James Catholic School conservará registros para documentar el cumplimiento de los requisitos de esta Política Local de Bienestar Escolar. Como mínimo, los registros incluirán:

- La Política Local de Bienestar Escolar más actual
- Documentación que demuestre que la política se ha puesto a disposición del público, incluido cómo se notifica anualmente al público sobre la oportunidad de participar
- Documentación de la evaluación trienal de la política para cada escuela, incluido el informe de evaluación y la(s) fecha(s) en que se puso a disposición del público
- Documentación de los esfuerzos para revisar y actualizar la política, incluido quién participó en la revisión y cómo se informó a las partes interesadas sobre su oportunidad de participar.

Adopción y Firmas

Esta Política Local de Bienestar Escolar ha sido adoptada por St. James Catholic School, Crete, Nebraska, y entra en vigor a partir de la fecha que se indica a continuación. La política permanecerá vigente hasta que sea enmendada o reemplazada por acción de la administración escolar de conformidad con los procedimientos establecidos en la Sección 9.4.

 Director(a), St. James Catholic School	<u>5-26-2026</u> Fecha
 Párroco, St. James Parish	<u>26 May 2026</u> Fecha
 Presidente(a) del Comité de Bienestar	<u>5-26-26</u> Fecha