

PLAN DE BIENESTAR DEL DISTRITO
DISTRITO DE LA UNIÓN DE LA ESCUELA
SECUNDARIA
DE POINT ARENA
DISTRITO DE LA UNIÓN DE LA ESCUELA PRIMARIA
DE ARENA

La Junta Directiva del distrito de las escuelas de Point ARENA está comprometida a proveer un ambiente seguro y saludable para los estudiantes y para el personal y se esforzará por colaborar con todas las partes interesadas para lograr lo siguiente:

1. Participación de la Familia, de la Escuela y de la Comunidad
Meta: El objetivo de la familia, de la escuela y de la comunidad dentro de un enfoque coordinado es el de crear un ambiente escolar integral que promueva la salud de los estudiantes y que apoye logros académicos a través de una colaboración eficaz entre familias, escuelas y comunidades.
Acciones: <ul style="list-style-type: none">• Revisar el plan de bienestar anualmente, con el Consejo Local de la escuela, con ELAC, con el personal de apoyo de salud mental, con otras agencias, con el encargado de servicios de alimentos, con la enfermera de la escuela, con el personal local y con la Junta Directiva.• Revisar políticas de la localidad referentes a fiestas en las clases, celebraciones, etc. con el personal y con los padres anualmente.• Revisar los menús escolares y el contenido nutritivo anualmente, con la persona encargada del servicio de alimentos.• Compartir los menús de la escuela con los padres por medio del Boletín del Director, por medio del internet de la escuela y con boletines diarios.• Coordinar con el encargado de Healthy Families para maximizar el número de estudiantes elegibles que reciben servicios de Medi-Cal, comidas gratis o de precio reducido y asistencia de CalFresh (programa de cupones para alimentos de California).

2. Nutrición

Meta: El objetivo de la nutrición es el de comunicar el impacto que tiene la nutrición en el rendimiento académico y en la calidad de vida y el de asegurar la adopción de políticas escolares que proporcionen oportunidades adecuadas para poder alentar y apoyar los hábitos saludables de nutrición de los estudiantes.

Acciones:

- Sólo puede venderse agua embotellada en las máquinas expendedoras de la escuela. No pueden venderse alimentos.
- Los alimentos y bebidas vendidos durante el día escolar, cumplirán cómo mínimo, con los reglamentos de California.
- Las celebraciones especiales que incluyan alimentos no se llevarán a cabo más de cuatro veces al año, y habrá alternativas de alimentación disponibles para los estudiantes que tengan restricciones de alimentos establecidas.
- Los almuerzos escolares se adherirán a los estándares obligatorios, y los encargados de servir el almuerzo supervisarán de manera activa las elecciones estudiantiles para incluir frutas y verduras frescas.
- El tema de la nutrición se abordará tanto formal e informalmente en los salones de clase de manera acorde con la edad de los alumnos.

3. Actividad Física

Meta: El enfoque coordinado del programa de salud de la escuela brindará a los estudiantes mayores oportunidades para llevar a cabo una actividad física moderada o vigorosa antes, durante o después de la escuela.

Acciones:

- Los estudiantes de K-8 tendrán dos recreos por día; uno por la mañana y otro durante el almuerzo.
- Los estudiantes de la escuela secundaria tendrán dos descansos diarios donde puedan estar al aire libre.
- Los estudiantes tendrán actividades periódicas que incluyan juegos organizados por personal.
- Los estudiantes de la escuela intermedia y secundaria tendrán acceso a equipos atléticos después de la escuela.
- Se hablará acerca de la importancia y los beneficios de la actividad física habitual tanto formal e informalmente en contextos en clase de manera apropiada para la edad de los alumnos

<p>4. Educación Física</p> <p>Meta: Proveer educación física para los estudiantes mediante prácticas apropiadas para asegurar que todos los estudiantes sean capaces de aprender y desarrollar las habilidades, conocimientos y actitudes necesarias para llevar a cabo actividad física tanto ahora como cuando sean adultos.</p> <p>Acciones: Los estudiantes recibirán un currículo de educación física, secuencial que se ciña a los estándares de California para la educación física y a las normas de aptitud física del Presidente.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grados 1-5 tendrán una clase de educación física organizada 35 minutos al día, 4 días por semana. • Grados 6-8 tendrán una clase de educación física organizada 45 minutos por día 4 días por semana. • Grados 9-12 tendrán acceso a clases de educación física habituales diarias; los estudiantes deben tomar un mínimo de 20 créditos (4 semestres) de educación física. • Las pruebas de aptitud física del Presidente se darán a los estudiantes según su nivel de grado, anualmente y se hablará acerca de los resultados con los alumnos.

<p>5. Educación Física</p> <p>Meta: El objetivo de un currículo de educación integral de salud dentro de un enfoque de salud escolar coordinado es el de ofrecer oportunidades a los estudiantes de adquirir habilidades para la vida para lograr salud personal, familiar, comunitaria, como consumidor y con fines de salud ambiental.</p> <p>Acciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes de 9º grado recibirán un currículo de educación, secuencial de salud que trate acerca de las dimensiones físicas, mentales, emotivas y sociales de la salud; alineado con los estándares de contenido de California para la educación para la salud de la escuela secundaria. Los estudiantes de secundaria deben pasar el currículo referente a la salud para poder graduarse. • Los estudiantes de K-8. Se brindarán clases de salud para estos estudiantes a través del currículo de ciencias y dentro de clases con currículos relacionados: en inglés, historia y educación física. • Los estudiantes recibirán instrucción sobre el VIH y temas relacionados, acerca de drogas y el abuso del alcohol y acerca de la salud reproductiva humana dentro del currículo de salud requerido. • Los padres tendrán la opción de excusar a su hijo de la porción del plan de estudios de salud referente a la sexualidad humana y a temas relacionados.
--

6. Ambiente sano y seguro
Meta: La meta de tener un ambiente sano y seguro es la promover un clima y una cultura antes, durante y después de la escuela para estudiantes, profesores, personal, padres y miembros de la comunidad, que apoye el logro académico y el bienestar personal..
Acciones: <ul style="list-style-type: none"> • Cada escuela contará con un plan de seguridad escolar que incluya prevención, políticas y procedimientos y planes de emergencia estratégicos que se centren en apoyar entornos saludables y seguros. • Cada localidad del distrito será supervisado regularmente para estar al día con las normas de seguridad y con los códigos de incendios para los terrenos, las estructuras, los autobuses y el equipo. • Las escuelas proporcionarán los procedimientos de seguridad y entrenamiento apropiados para los estudiantes, el personal y los padres que apoyen la seguridad personal y que apoyen un ambiente libre de acoso/violencia (OSHA, abuso infantil, prevención del suicidio, intimidación, (lockdown) aislamiento escolar de emergencia. • Cada escuela proporcionará al menos el número mínimo de simulacros de incendio, terremoto y cierre requeridos anualmente y llevarán a cabo una evaluación después de cada ejercicio. • Todas las propiedades del distrito son lugares libres de tabaco.

7. Servicios de salud y bienestar social y emocional
Goal: El objetivo de bienestar social y emocional es el de colaborar con los estudiantes, los padres, el personal y la comunidad para influir en el éxito del estudiante mediante la creación de discernimiento y promover estrategias para mantener o mejorar la salud física y mental de los estudiantes.
Acciones: <ul style="list-style-type: none"> • Las escuelas utilizarán el modelo <i>RTI Blended</i> para atender a las necesidades de los estudiantes en riesgo. • Los estudiantes de K-8 recibirán capacitación en habilidades sociales y apoyo por medio de pequeños grupos para asuntos emocionales o para temas específicos de apoyo según sea necesario. Este apoyo será proporcionado por un consejero alumno, y un terapeuta de familia con licencia de matrimonio. • Los estudiantes de secundaria recibirán asesoramiento individual o familiar y en pequeños grupos de apoyo según sea necesario brindado por un terapeuta licenciado, de familia y de matrimonio, en el campus, o por empleados trabajadores sociales juveniles MCYP. • Los estudiantes tendrán acceso a un centro de adolescentes gestionado en colaboración, que incluya atención médica, clases de prevención y terapia de grupos pequeños. • Los estudiantes tendrán acceso a intervención académica a través de clases organizadas o a tutoría durante la hora del almuerzo. • Las localidades de las escuelas proporcionarán instrucción referente a las la políticas aprobadas por la junta directiva, referentes a la intimidación y a los recursos que están disponibles si un estudiante o un miembro del personal se siente intimidado. • Las escuelas tienen planes de disciplina integral que brindan orientación y consecuencias para los estudiantes que estén exhibiendo comportamientos que podrían afectar la seguridad de otros estudiantes o del personal. • La Escuela Secundaria tendrá una clase de <i>Peer Counseling</i> (consejería entre compañeros) y un programa de mediación para resolver conflictos entre estudiantes.

- Una enfermera de la escuela de tiempo parcial proporcionará servicios requeridos relacionados con la visión y pruebas de audición, inmunizaciones, pruebas de TB para el personal, certificación de CPR (resucitación cardiopulmonar)/Epi-pen y servicios IEP.

8. Bienestar del personal

Meta: La meta del bienestar personal es la de promover la salud física, emocional y mental de los empleados, así como la de prevenir la enfermedad y la discapacidad al brindar oportunidades para que el personal aprenda y practique habilidades para tomar decisiones personales sobre hábitos diarios que mejoran la salud.

Acciones:

- El distrito participará activamente en *Staywell* y en actividades conexas y tendrá un promovedor de salud *Staywell*, bajo salario que sirva de enlace entre el Comité de *Staywell* y todo el personal.
- El distrito será el anfitrión de una evaluación biométrica al principio de cada año escolar.
- El partidario de *Staywell* coordinará programas de incentivos de salud preventiva patrocinados por *Blue Shield* y proporcionará información relacionada con los beneficios del ejercicio, el manejo del estrés y la nutrición a través de un boletín trimestral.
- Los empleados tendrán acceso a un gimnasio y a instalaciones con pesas para mantener un buen estado físico.
- Se animará a los empleados a que hablen acerca de temas relacionados con estrés debido a relaciones con sus compañeros o con administradores.