

Amigos Por Vida-Friends For Life Health and Wellness Policy 2021-2022

Policy Statement:

Amigos Por Vida - Friends for Life Public Charter School is committed to providing a school environment that enhances the learning and the development of lifelong wellness practices. At Amigos Por Vida – Friends For Life, we recognize that good health fosters student attendance and education. We also understand the vital **role** that the school plays in influencing and promoting wellness, protecting children's health, and supporting their ability to learn through healthy eating and physical activity.

We acknowledge that a healthy school environment goes beyond nutritious meals in the cafeteria and engages staff and community in the pursuit of activities and strategies to improve the long-term health and well-being of our students. We concede that the values of the community regarding nutrition and wellness determine what **happens to the** children when they are not in school.

Under Section 204 of the Federal Child Nutrition and WIC Reauthorization Act of 2004, Amigos Por Vida - Friends For Life will utilize the community frame as a reference to this policy. The school district will engage students, parents, teachers, food service professionals, health professionals, and other interested community members in developing, implementing, monitoring, and reviewing district-wide nutrition, physical education, and activities policy.

Policy Goals:

Component I: Commitment to Nutrition and Physical Activity

A. The Amigos Por Vida-Friends For Life Public Charter School Principal/Superintendent will appoint a School Health Advisory Committee (SHAC) to address and implement nutritional guidelines. These guidelines will foster student health and reduce childhood obesity. We will continue to promote the general wellness of all students through:

- **Nutrition education:**

Parenting sessions, student information, and reading materials that support healthy eating habits

- **Physical activity:**

- We will meet state regulations for physical education, including
- PK-5th Physical education for 135 minutes per week
- 6th-8th Physical education for 225 minutes every two weeks

- **Other school-based activities:**

The development of after-school sports, field day, and fitness programs, including but not limited to cheerleading, cross-country, volleyball, flag football, and soccer teams.

This committee (SHAC) will offer annual revisions to the guidelines as needed.

B. The Principal/Superintendent will address concerns regarding the types of foods available on our campus, such as:

- Daily/weekly and monthly meal schedules
- Nutrition classes to discuss nutritional values
- Importance of physical activity

C. Nutrition classes will be integrated across the curriculum, and classes will be offered to parents regarding healthy food choices.

D. The school food service staff will participate in making decisions and creating guidelines that will maintain the school's vision regarding healthy eating habits.

- Our district will participate in the following federal school meal programs:
 1. School Breakfast Program
 2. National School Lunch Program

Component 2: Quality of Meals

- A. Amigos Por Vida – Friends For Life Public Charter School will offer breakfast, lunch, and after-school snacks programs. The school community will be encouraged to participate.
 - B. Highly qualified school food service staff will be trained to comply with the Child Nutrition Program.
 - C. Menus will meet the nutrition standards established by the U.S. Department of Agriculture and the Texas Department of Agriculture. The handling of all foods will comply with all food service guidelines.
 - D. A variety of healthy food choices will be served at the proper temperature. (cold/hot)
 - E. Students will be allowed to provide input on food quality and taste through a survey and random taste testing opportunities.
- Food and beverages sold or served at school will meet the nutritional recommendations of the U.S. Dietary Guidelines for Americans.

Component 3: Other Healthy Food Options

- A. The School Health Advisory Committee (SHAC) will develop guidelines and recommendations regarding nutritional standards for:
 - Food and beverages offered through celebrations
 - School functions - sporting and academic events
- B. Amigos Por Vida- Friends For Life will discourage students from sharing food or beverages during meal or snack times. (Due to allergies, diet restrictions, and proper hygiene practices).
- C. No outside foods or beverages will be available to students at any time.
- D. Classrooms may serve one nutritious snack per day (morning or afternoon). The snack may be provided by the school food service, teacher, or parents.
- E. School staff shall not withhold food as punishment for students.
- F. Students bringing food from home must comply with the appropriate serving size with age and nutritional value.
 - Drinks: 8oz.
 - Snacks in a bag: 1.375 oz.
- G. The school district will provide nutritional information to parents that will encourage parents to provide safe and nutritious foods for their children.



- H. When fund-raising, the PTO will only use non-food items of foods designed for delivery and consumption.

Component 4: Pleasant Eating Experiences

- A. Water fountains are available for students at mealtimes and throughout the day.
- B. School personnel will assist all students in developing a healthy practice of washing hands before and after eating.
- C. Adequate time is provided for students to eat breakfast and lunch.
- D. Schools will encourage socializing among students
- E. The cafeteria will be adequately supervised by school personnel. Staff will always properly supervise the students by demonstrating proper conduct.

Component 5: Nutrition Education

- A. Amigos Por Vida-Friends For Life Public Charter School will follow health education curriculum standards and guidelines, as stated by the Texas Education Agency.
- B. Teachers are encouraged to integrate nutrition education into core curriculum areas such as math, science, social studies, and language arts as applicable.
- C. Nutrition education will be offered in the school with coordination between school food service staff and teachers.
- D. Amigos Por Vida-Friends For Life Public Charter School will participate in USDA nutrition programs. The school nutrition team will be responsible for these activities. The School Health Advisory Committee (SHAC) team members are as follows.
- Principal and Superintendent
 - Parents
 - Community Organizations (Collaborators and Partners)
 - Child Nutrition Services Staff
 - School Medical Assistance
 - Physical Education Coaches
 - Student and Family Support Specialist

Component 6: Physical Activity Opportunities and Physical Education

- A. All students, including students with disabilities and special healthcare needs, will receive:
- PK-5th Physical education for 135 minutes per week



- 6th-8th Physical education for 225 minutes every two weeks

Certified education teachers will teach classes; students will spend at least sixty percent of the class time participating in moderate to vigorous physical activity.

B. Recess is provided for students as follows:

- The PK3-8th grade for twenty minutes weekly

All outdoor recess will be supervised by teachers and must include structured physical activity provisions based on the available space and equipment.

C. Amigos Por Vida-Friends For Life Public Charter School highly values the health and well-being of every staff member. APV will plan and implement activities to support a healthy lifestyle. The plan will be based on input solicited from school staff and will outline ways to encourage healthy eating, physical activity, and other elements of a healthy lifestyle among school staff.

D. Use of school facilities outside of school hours - outdoor facilities should be available to students and staff before, during, and after the school day. School safety policies will apply at all times.

Component 7: Marketing

A. Students will receive positive, motivating messages regarding healthy eating and physical activity throughout the school year. All school personnel will help reinforce these positive messages.

B. Healthy eating and physical activity will be communicated to students, parents, teachers, administrators, and the community. Health and Wellness information will be provided at the following events.

- Open House
- Health Fairs
- Teacher in-services

C. The SHAC will provide information regarding a healthy school environment through newsletters.

Component 8: Implementation

A. The School Health Advisory Committee (SHAC) shall be composed of Parents, Community members, Principal/Superintendent, School Medical Assistance, Physical Education Teachers, Child Nutrition Service Staff, and Student and Family Support Specialist.

B. The School Health Advisory Committee (SHAC) members will view the implementation of the Wellness plan to identify areas in need of improvement. The committee will report its findings to the Principal/Superintendent and develop an improvement action plan.



AMIGOS POR VIDA FRIENDS FOR LIFE

Public Charter School

An Amigos Por Vida - Friends for Life Houston and Education Corporation School

- C. The School Health Advisory Committee (SHAC) members will share their findings during the quarterly meetings. All members present will review the Student Nutrition/Wellness Policy, and recommendations will be presented to the Principal/Superintendent. The policy will be modified as needed.



Políza de Salud y Bienestar de Amigos Por Vida-Friends For Life 2021-2022

Declaración de poliza:

Amigos Por Vida - Friends for Life Public Charter School se compromete a proporcionar un entorno escolar que mejore el aprendizaje y el desarrollo de prácticas de bienestar para toda la vida. En Amigos Por Vida - Friends For Life, reconocemos que la buena salud fomenta la asistencia y educación de los estudiantes. También entendemos la parte vital que juega la escuela al influir y promover el bienestar, proteger la salud de los niños y apoyar su capacidad de aprender a través de una alimentación saludable y actividad física.

Reconocemos que un ambiente escolar saludable va más allá de las comidas nutritivas en la cafetería e involucra al personal y la comunidad en actividades y estrategias para mejorar la salud y el bienestar de nuestros estudiantes a largo plazo. Reconocemos que los valores de la comunidad con respecto a la nutrición y el bienestar determinan lo que ocurre con los niños cuando no están en la escuela.

Según la Sección 204 de la Ley Federal de Nutrición Infantil y Reautorización de WIC de 2004, Amigos Por Vida - Friends For Life utilizará un marco comunitario como referencia para esta póliza. El distrito escolar Amigos Por Vida involucrará a estudiantes, padres, maestros, profesionales de servicios de alimentos, profesionales de la salud y otros miembros interesados de la comunidad en el desarrollo, implementación, monitoreo y revisión de políticas de nutrición, educación física y actividades en todo el distrito.



Objetivos de la Póliza:

Componente I: Compromiso con la nutrición y la actividad física

- A. El Director/Superintendente de la Escuela Pública Charter Amigos Por Vida-Friends For Life designará un Comité Asesor de Salud Escolar (SHAC) para abordar e implementar pautas nutricionales. Estas pautas fomentarán la salud de los estudiantes y reducirán la obesidad infantil. Continuaremos promoviendo el bienestar general de todos los estudiantes a través de:
- **Educación nutricional:**
Sesiones para padres, información para estudiantes y materiales de lectura que apoyan hábitos alimenticios saludables.
 - **Actividad física:**
Cumpliremos con las regulaciones estatales para la educación física
(Pre-K3 a 5to grado 135 minutos por semana
6to - 8vo grado 225 minutos/2 semanas.
 - **Otras actividades escolares:**
El desarrollo de deportes después de la escuela, día de campo y programa de acondicionamiento físico, que incluyen, entre otros, equipos de porristas, **travieso de campo**, voleibol, fútbol de **banderitas** y fútbol.
Este comité ofrecerá revisiones anuales de las pautas según sea necesario.
- B. El Director/Superintendente abordará las preocupaciones con respecto a los tipos de alimentos disponibles en nuestro campus, tales como:
- Horarios de comidas diarias, semanales y mensuales.
 - Clases de nutrición para discutir los valores nutricionales.
 - Importancia de la actividad física.
- C. Las clases de nutrición se integrarán en todo el plan de estudios, y se ofrecerán clases a los padres con respecto a las opciones de alimentos saludables.
- D. El personal del servicio de alimentos de la escuela participará en la toma de decisiones y la creación de pautas que mantendrán la visión de la escuela con respecto a los hábitos alimenticios saludables.



- Nuestro distrito participará en los siguientes programas federales de comidas escolares:
 1. Programa de desayuno escolar
 2. Programa nacional de almuerzos escolares

Componente 2: Calidad de las Comidas

- A. Amigos Por Vida-Friends For Life - ofrecerá desayuno, almuerzo y programa de **tentemples** después de la escuela. La escuela motivará a la comunidad escolar a participar con estas iniciativas.
- B. El personal de servicio de comida escolar será **muy cualificado** para cumplir con el Programa de Nutrición Infantil.
- C. Los menús cumplirán con los estándares de nutrición establecidos por el Departamento de Agricultura de los EE. UU. y el Departamento de Agricultura de Texas. El manejo de todos los alimentos cumplirá con todas las pautas y servicio de alimentos.
- D. Se servirá una variedad de alimentos saludables a la temperatura adecuada. (fría/caliente)
- E. A los estudiantes se les proporcionará **una oportunidad para abordar** sobre la calidad y el sabor de los alimentos a través de una encuesta y oportunidades de pruebas de sabor al azar. Los alimentos y bebidas vendidos o servidos en la escuela cumplirán con las recomendaciones nutricionales y las Pautas dietéticas de los Estados Unidos.

Componente 3: Otras Opciones de Alimentos Saludables

- A. El Comité Asesor de Salud Escolar (SHAC) desarrollará pautas y recomendaciones con respecto a los estándares nutricionales para:
 - Alimentos y bebidas ofrecidos a través de celebraciones.
 - Funciones escolares: eventos deportivos y académicos.
- B. Amigos Por Vida- Friends For Life desalentará a los estudiantes de compartir alimentos o bebidas durante las comidas o meriendas. (Debido a posibles alergias, restricciones de dieta y prácticas de higiene adecuadas).
- C. No habrá comidas o bebidas externas disponibles para los estudiantes en ningún momento.
- D. Las aulas podrán servir **un tentemple** nutritivo por día (mañana o tarde). El refrigerio puede ser provisto por el servicio de alimentos de la escuela, **por los maestros** o por los padres.
- E. El personal de la escuela no utilizará alimentos como castigo para los estudiantes.
- F. Los estudiantes que traen comida de casa deben cumplir con el tamaño de porción apropiado con la edad y el valor nutricional.



- Bebidas: 8 oz.
 - Snacks en una bolsa: 1.375 oz.
- G. El distrito escolar de Amigos Por Vida proporcionará información nutricional a los padres que animará a los padres a proporcionar alimentos seguros y nutritivos para sus hijos.
- H. Al recaudar fondos, el PTO solo usará artículos no alimenticios de alimentos diseñados para la entrega y el consumo.

Componente 4: Experiencias Alimentarias Agradables

- A. Las fuentes de agua están disponibles para los estudiantes durante las comidas y durante todo el día.
- B. El personal de la escuela ayudará a todos los estudiantes a desarrollar una práctica saludable de lavarse las manos antes y después de comer.
- C. Se proporciona tiempo adecuado para que los estudiantes desayunen y almuercen.
- D. La escuela motivará y promoverá la socialización entre los estudiantes.
- E. La cafetería será supervisada adecuadamente por el personal de la escuela. El personal supervisará adecuadamente a los estudiantes demostrando una conducta adecuada en todo momento.

Componente 5: Educación Nutricional

- A. La Escuela Pública Charter Amigos Por Vida-Friends For Life seguirá las normas y pautas del plan de estudios de educación para la salud, según lo establecido por la Agencia de Educación de Texas.
- B. Se alienta a los maestros a integrar la educación nutricional en las áreas del plan de estudios básicos, como matemáticas, ciencias, estudios sociales y artes del lenguaje, según corresponda.
- C. Se ofrecerá educación nutricional en la escuela con coordinación entre el personal de servicio de alimentos y los maestros.
- D. La Escuela Pública Autónoma Amigos Por Vida-Friends For Life participará en los programas de nutrición del USDA. El equipo de nutrición escolar será responsable de estas actividades. Los miembros del equipo del Comité Asesor de Salud Escolar (SHAC) son los siguientes.
- Director/Superintendente
 - Padres
 - Organizaciones Comunitarias (colaboradores y socios)
 - Personal de Servicios de Nutrición Infantil



- Asistente Medico Escolar
- Entrenadores de Educación Física.
- Especialista en Apoyo Estudiantil y Familiar

Componente 6: Oportunidades de Actividad y Educación Física

A. Todos los estudiantes, incluyendo los estudiantes con discapacidades y necesidades especiales de atención médica, recibirán:

- PK-5º Educación física durante 135 minutos por semana.
- 6º a 8º Educación física durante 225 minutos cada dos semanas.

Nuestros maestros certificados en educación física impartirán clases; los estudiantes pasarán al menos el sesenta por ciento del tiempo de clase participando en actividades físicas moderadas a vigorosas.

B. Se proporciona un recreo para los estudiantes de la siguiente manera:

- El PK3-8º grado **por** veinte minutos semanales.

Todo el recreo al aire libre será supervisado por los maestros y debe incluir disposiciones estructuradas de actividad física **dependiendo del** espacio y el equipo disponible.

C. La Escuela Pública Autónoma Amigos Por Vida-Friends For Life valora mucho la salud y el bienestar de cada miembro del personal. APV planificará e implementará actividades para apoyar un estilo de vida saludable. El plan se basará en los aportes solicitados por el personal escolar y describirá formas de fomentar una alimentación saludable, actividades físicas y otros elementos de un estilo de vida saludable entre el personal escolar.

D. El uso de las instalaciones escolares fuera del horario escolar, las instalaciones al aire libre estarán disponibles para los estudiantes y el personal antes, durante y después del día escolar. Las políticas de seguridad escolar se aplicarán en todo momento.

Componente 7: Comercialización

A. Los estudiantes recibirán mensajes positivos y motivadores sobre la alimentación saludable y actividad física durante el año escolar. Todo el personal escolar ayudará a reforzar estos mensajes positivos incluyendo maestros, administradores y la comunidad.

B. **Se les comunicará a los estudiantes, padres, maestros, administradores y a la comunidad sobre la alimentación saludable y actividad física.**

Se proporcionará información sobre salud y bienestar en los siguientes eventos.

- Casa abierta



- Ferias de salud
 - Personal docente en horas de desarrollo profesional
- C. El SHAC proporcionará información sobre un ambiente escolar saludable a través de boletines informativos.

Componente 8: Implementación

- A. El Comité Asesor de Salud Escolar (SHAC) estará compuesto por padres, miembros de la comunidad, director/superintendente, asistencia médica escolar, maestros de educación física, personal del servicio de nutrición infantil y **la** especialista en apoyo estudiantil y familiar.
- B. Los miembros del Comité Asesor de Salud Escolar (SHAC) verán la implementación del plan de bienestar para identificar las áreas que necesitan mejoras. El comité informará sus hallazgos al director/Superintendente y desarrollará un plan de acción de mejora.
- C. Los miembros del Comité Asesor de Salud Escolar (SHAC) compartirán sus hallazgos durante las reuniones trimestrales. Todos los miembros presentes revisarán la Política de Nutrición/ Bienestar Estudiantil, y se presentarán recomendaciones al Director/Superintendente. La póliza se modificará según sea necesario.

