



Miami-Dade County Public Schools  
**School Wellness/Healthy School Team Committee Action Plan**  
 School Year: 2021-22

School Name & Location Number:	Herbert Ammons Middle School/ 6001
Principal:	Maria Costa
Phone Number:	305 971-0158
School Wellness/Healthy School Team Leader:	Suzanne Perlman
School Wellness/Healthy School Team Committee Members: (please provide names for the following)	Rodney Wright Suzanne Perlman Evelyn Dyer Libeth Alvarez Wendy Kavalir Katherine Fenema
Committee Meeting Dates:	
<b>ACTION PLAN</b>	
School Wellness/Healthy School Team Goal: (Select all that apply)	<input checked="" type="checkbox"/> Nutrition <input checked="" type="checkbox"/> Physical Education <input checked="" type="checkbox"/> Physical Activity <input checked="" type="checkbox"/> Health and Nutrition Literacy <input checked="" type="checkbox"/> Preventive Healthcare
Steps to Achieve School Wellness/Healthy School Team Goal:	<p><b>Nutrition</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Promote the free breakfast/lunch through the school website, posters and school calendar.</li> <li>Provide healthy snacks especially during testing months.</li> </ol> <p><b>Physical Education</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Fitness testing program</li> </ol>

# policy

**THE SCHOOL BOARD OF  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/page 1 of 13

## WELLNESS POLICY

### **Introduction**

In November, 2005, the District, as a result of the 2004 Child Nutrition and WIC Reauthorization Act, was tasked with developing a District Wellness Policy. On May 10, 2006, by School Board action, the Wellness Policy for the District was established. The *Healthy, Hunger-Free Kids Act of 2010* continues to require that the District Wellness Policy be reviewed by the District Wellness Advisory Committee, and if necessary, be revised annually. Its focus is to promote wellness and address current health issues facing our students and staff.

### **Preamble**

The District is committed to providing a healthy environment for students and staff within the school environment, recognizing that individuals must be physically, mentally, and socially healthy in order to promote wellness and academic performance.

The District will focus on achieving five (5) goals:

- A. Nutrition – All students and staff will have access to and be encouraged to take advantage of high-nutrient food options served at school and District/Region office cafeterias.
- B. Physical Education – All students will be encouraged to participate in the recommended levels of physical education.
- C. Physical Activity – All students and staff will be encouraged to engage in daily physical activity according to national guidelines.
- D. Health and Nutrition Literacy – All students and staff will be encouraged to develop healthy life-style habits.

# policy

**THE SCHOOL BOARD OF  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/page 2 of 13

- E. Preventive Healthcare – All students and staff will be encouraged to participate in preventive healthcare.

## **Nutrition**

District Policy: The District will make nutritious foods available on campus during the school day to promote student and staff health.

- A. The Department of Food and Nutrition will serve the following: foods that are a good source of fiber, free of added trans fat, low in added fats, sugar, and sodium, respectful of cultural diversity, and served in appropriate portion sizes consistent with United States Department of Agriculture standards. Meals will include plant-based food options and a vegetarian choice daily.
- B. All food sold on campus beginning one (1) hour before the start of the school day and up until one (1) hour after dismissal of the final class of the day must meet the *Rule on Food and Beverages Sold on Campus and in Vending Machines District-Wide*. (Appendix A)
- C. The Department of Food and Nutrition will pursue partnerships with local and regional farms to facilitate a Farm-to-School program.
- D. Meals served within the Federally reimbursable meal program will be designed to feature fresh fruits and vegetables from local sources to the greatest extent possible.
- E. The District will encourage parents and teachers to have healthy celebrations at school. Ideas and suggestions can be found at <http://nutrition.dadeschools.net>. When a list is sent home requesting donations for a celebration, it should include plain water and at least one (1) healthy option.

# policy

**THE SCHOOL BOARD OF  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/page 3 of 13

- F. Fundraisers that occur on campus, beginning one (1) hour before the start of the school day and up until one (1) hour after dismissal of the final class of the day must comply with the *Rule on Food and Beverages Sold on Campus and in Vending Machines District-Wide*. The District will assist parents and staff in planning healthy fundraisers by providing suggestions which can be found at <http://nutrition.dadeschools.net>.

## **Physical Education**

District Policy: The District will provide evidence-based physical education programs to enable students to develop healthy lifetime habits conducive to cardiovascular conditioning, flexibility, coordination, balance, and strength.

- A. Elementary Physical Education, grades K-1: 150 minutes of weekly instruction in physical education provided by the homeroom teacher is required.
- B. Elementary Physical Education, grades 2-5: 150 minutes of weekly instruction in physical education by a physical education teacher is required.
- C. Middle School Physical Education, grades 6 – 8: A minimum of one (1) semester of physical education in each of the three (3) years is required for all students, unless a waiver is submitted at the time of subject selection each year. Students will be encouraged to take physical education for the entire year in order to develop and maintain maximum health benefits.
- D. Senior High School Physical Education, grades 9-12: A minimum of one (1) credit of physical education in senior high school is required. One (1) semester must be Personal Fitness while the second semester may be any physical education course offered by the District with the approved State course codes.

# policy

**THE SCHOOL BOARD OF  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/page 4 of 13

If additional periods are added to the current six (6) period day in senior high schools, then physical education requirements may be increased.

- E. Physical education will be taught by a certified physical education specialist and will be an essential part of every school's instructional program, subject to the differing abilities of students. The program will stress the importance of physical fitness, healthy life-styles, and fairness and respect for all students.
- F. Nutrition education is required to be taught through physical education in grades K-12.
- G. Physical education skills needed for enhancing health will include:
  - 1. comprehension of concepts related to health promotion, disease prevention, and reduction of health risk;
  - 2. ability to access valid health information;
  - 3. effective interpersonal communication skills;
  - 4. setting goals and making decisions;
  - 5. stress reduction;
  - 6. advocacy skills for personal, family and community health; and
  - 7. instruction will include the psychomotor skills used in hands-on CPR/AED training (middle and senior high school only).

# policy

**THE SCHOOL BOARD OF  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/page 5 of 13

## **Physical Activity**

District Policy: All students and staff will be encouraged to participate in the nationally recommended levels of a minimum of sixty (60) minutes or more per day of physical activity.

- A. Recess for students in grades PK-5 is required to take place five (5) times a week for twenty (20) consecutive minutes each time. Recess is defined as unstructured free play that is supervised by adults, but not directed by adults; it can include activities directed by adults as outlined in the District's *Recess Manual* available at <http://pe.dadeschools.net/>.
- B. School policies and practices support that physical activity and recess should not be withheld as punishment for students
- C. Students will be informed of the opportunity to participate in physical activity in after-school programs and school intramural programs.
- D. Staff will be encouraged to participate in at least thirty (30) minutes of physical activity daily. This will include a combination of cardiorespiratory activity, flexibility, and muscular strength and endurance.
- E. Staff will be informed of the opportunity to participate in physical activity in after-school programs and community events.

# policy

**THE SCHOOL BOARD OF  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/page 6 of 13

## **Health and Nutrition**

District Policy: All students and staff will be encouraged to learn about the principles of nutrition and other competencies essential to making health-enhancing choices.

- A. Health literacy education will be incorporated into classroom instruction when applicable to include the following: comprehensive concepts on health-enhancing behaviors, risk factor reduction for life-style disease prevention, bullying and violence prevention, personal safety, identifying and managing stress, and sexual health and body image.
- B. Nutrition education will include lessons and experiential learning opportunities, such as edible gardens, that enhance health and take into account:
  - 1. emphasizing the importance of goal-setting and positive decision-making strategies that enhance health including those related to food intake and energy expenditure;
  - 2. analyzing the influence of culture, media and other factors on food choices and preferences in personal health practices including food preparation methods that enrich and challenge healthy living; and
  - 3. the development and care of edible gardens.
- C. Students will be taught to differentiate between marketing messages and substantive health information.
- D. Health literacy resources will be available to staff focusing on concepts of health enhancing behaviors, risk factor reduction for disease prevention, personal safety, and managing stress.

# policy

**THE SCHOOL BOARD OF  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/page 7 of 13

- E. Nutrition resources that include learning opportunities which enhance health will be made available for staff.
- F. Healthy food choices and fresh food on school premises will be promoted by making relevant nutrition information available as close as possible to the point of choice.

## **Preventive Healthcare**

District Policy: All students and staff will be encouraged to participate in preventive healthcare that addresses physical, mental, social, and emotional wellness.

- A. Through *HealthConnect in our Schools*, a school-based health team will be provided to offer a coordinated spectrum of healthcare to students that is consistently available at select District schools, including but not limited to:
  - 1. coordinated professionally supervised school-based healthcare;
  - 2. expanded health screenings and assessments with access to follow-up care;
  - 3. mental and behavioral health services to identify and solve student health and educational issues;
  - 4. improved access to a regular primary care physician;
  - 5. assisting uninsured students in gaining access to primary health services;
  - 6. chronic disease management; and
  - 7. provision of school-specific health education classes.



# policy

**THE SCHOOL BOARD OF  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/page 8 of 13

- B. The Florida Department of Health in Miami-Dade County *School Health Program* will provide health services to students in accordance with Florida statutes, rules, regulations, and the local School Health Services Plan.

School health services provided will include, but are not limited to:

1. health appraisal;
2. records review;
3. nurse assessment;
4. nutrition assessment;
5. screenings: vision, hearing, scoliosis, and growth and development including Body Mass Index (BMI) referral and/or follow-up;
6. health and behavioral/mental health counseling;
7. referral and follow-up of suspected or confirmed health problems;
8. emergency health needs;
9. referral of students to appropriate health treatment;
10. consultation with a student's parent or guardian regarding the need for health attention by the family physician, dentist, or other specialist when definitive diagnosis or treatment is indicated;

# policy

**THE SCHOOL BOARD OF  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/page 9 of 13

11. maintenance of records on incidents of health problems, corrective measures taken, and such other information as may be needed to plan and evaluate health programs;
  12. health information regarding the placement of students in exceptional student programs and the reevaluation at periodic intervals of students placed in such programs;
  13. education classes on a variety of health topics; and
  14. medication administration quality assurance and improvement.
- C. Healthcare provider will offer wellness resources that address physical, mental, social, and emotional wellness to support staff healthy habits.

## **Monitoring and Evaluation**

The Superintendent's District Wellness Advisory Committee is responsible for reviewing and monitoring the District's Wellness Policy in accordance with the District's policies to improve the health and wellness of all students and staff.

School sites are required to convene School Wellness Committees to implement this policy and related activities. Schools will annually complete the School Health Index, the Healthy Schools Inventory and Action Plan, and the Principal's Wellness Checklist as self-assessments.

The goals, objectives, and guidelines of the District Wellness Policy will be reviewed annually. Recommendations to the Superintendent by the Wellness Advisory Committee will address the following: changing conditions; new techniques and proven strategies; new objectives, if needed; and guidelines which reflect emerging scientific knowledge relevant to the health of students and staff.

# policy

**THE SCHOOL BOARD OF  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/page 10 of 13

## **APPENDIX A**

### **Rule on Food and Beverages Sold on Campus and in Vending Machines District-Wide**

The District is committed to providing an environment in which all students and staff can make healthy food choices for lifelong health. As such, the following Rule on Food and Beverages Sold on Campus and in Vending Machines District-Wide will be implemented for all sites, for **all** food sales beginning one (1) hour before the start of the school day and up until one (1) hour after dismissal of the final class of the day. This rule shall be applicable to all food and beverages sold in vending machines twenty-four (24) hours a day.

#### A. Beverages

All beverages must be non-carbonated and have no added caffeine.

##### 1. Elementary School

a. Plain water.

b. Up to eight (8) ounce servings of milk and 100% juice.

1) Fat-free or low-fat regular and flavored milk and nutritionally equivalent (per USDA) milk alternatives with up to 150 calories/eight (8) ounces.

2) 100% juice with no added sweeteners, up to 120 calories/eight (8) ounces, and with at least ten percent (10%) of the recommended daily value of three (3) or more vitamins and minerals.

##### 2. Middle School

Same as elementary school, except juice and milk may be sold in twelve (12) ounce servings.

# policy

**THE SCHOOL BOARD OF  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/page 11 of 13

3. High School
  - a. Plain water.
  - b. No- or low-calorie beverages with up to ten (10) calories/eight (8) ounces.
  - c. Up to twelve (12) ounce servings of milk, 100% juice and certain other drinks.
    - 1) Fat-free or low-fat regular and flavored milk and nutritionally equivalent (per USDA) milk alternatives with up to 150 calories/eight (8) ounces.
    - 2) 100% juice with no added sweeteners, up to 120 calories/eight (8) ounces, and with at least ten percent (10%) of the recommended daily value of three (3) or more vitamins and minerals.
    - 3) Other drinks with no more than forty (40) calories/eight (8) ounces.
  - d. At least twenty-five percent (25%) of non-milk beverages must be water and no more than twenty-five percent (25%) of beverages may be no- or low-calories options.

## B. Food and Snacks

All food and snacks sold in school must meet the following:

1. No more than thirty-five percent (35%) of total calories from fat.
2. No more than ten percent (10%) of total calories from saturated fat.

# policy

**THE SCHOOL BOARD OF  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/page 12 of 13

3. No more than thirty-five percent (35%) added sugar by weight.
4. No added trans fat.
5. Be a “whole grain-rich” product;
6. Be a fruit, vegetable, dairy, protein food; or
7. Be a combination food that contains at least  $\frac{1}{4}$  cup of fruit and/or vegetable.

Snacks sold separately from meal times and as approved fundraisers on campus one (1) hour before the start of the school day and up until one (1) hour after dismissal of the final class of the day, must:

1. have no more than 200 calories;
2. have no more than 230 mg. of sodium.

The District encourages healthy food and beverages at school-related events. Ideas and suggestions can be found at <http://nutrition.dadeschools.net>. However, when school-related events occur at least one (1) hour after dismissal of the final class of the day and where parents and other adults are part of an audience or are selling food and beverages as boosters during intermission, as well as immediately before or after an event, these rules do not apply. Examples of these events include school plays and band concerts.

Foods used in Culinary Arts and Training Programs for instructional purposes are also exempt from these rules.

# policy

**THE SCHOOL BOARD OF  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/page 13 of 13

School administrators will be responsible for the implementation of the District Wellness Policy at their school site. Non-compliance with this policy will be addressed at the administrative level by School Operations.

2 U.S.C. 1751 et seq.  
42 U.S.C. 1771 et seq.  
F.S. 595.405  
F.S. 595.407  
F.S. 1001.41  
F.S. 1001.42  
F.S. 1001.43  
F.S. 1003.455(6)  
F.A.C. 6A-7.0411

Revised 1/18/12  
Revised 9/3/13  
Revised 1/14/15  
Revised 6/22/16  
Revised 8/15/18

©MIAMI-DADE 2018

# política

**LA JUNTA ESCOLAR DEL  
CONDADO MIAMI-DADE**

OPERACIONES  
8510/página 1 de 13

## POLÍTICA DE BIENESTAR

### **Introducción**

En noviembre del 2005, el Distrito, como resultado de la ley *Child Nutrition and WIC Reauthorization Act* del 2004, fue encargado de desarrollar una Política de Bienestar del Distrito (*District Wellness Policy*). El 10 de mayo del 2006, por acción de la Junta Escolar, fue establecida la Política de Bienestar para el Distrito. La ley *Healthy, Hunger-Free Kids Act* del 2010 continúa requiriendo que la Política de Bienestar del Distrito sea revisada por el Comité Asesor de Bienestar del Distrito (*District Wellness Advisory Committee*) y, si fuera necesario, que se modifique anualmente. El enfoque de dicha política es de promover el bienestar y abordar los problemas actuales de la salud que enfrentan nuestros estudiantes y empleados.

### **Preámbulo**

El Distrito está comprometido a proporcionar un ambiente saludable para los estudiantes y empleados dentro del ambiente escolar, reconociendo que las personas deben estar saludables físicamente, mentalmente y socialmente para promover el bienestar y el rendimiento académico.

El Distrito se enfocará en lograr cinco (5) metas:

- A. Nutrición – Todos los estudiantes y empleados tendrán acceso y serán alentados a aprovechar de opciones de alimentos con alto contenido de nutrientes que se sirven en las cafeterías escolares y del Distrito / de la Región.
- B. Educación física – Se alentará a todos los estudiantes a participar en los niveles recomendados de educación física.
- C. Actividad física – A todos los estudiantes y empleados se les alentará a participar en actividades físicas diarias de acuerdo con las directrices nacionales.
- D. Alfabetización de salud y nutrición – A todos los estudiantes y empleados se les alentará a desarrollar hábitos de un estilo de vida saludable.

# política

**LA JUNTA ESCOLAR DEL  
CONDADO MIAMI-DADE**

OPERACIONES  
8510/página 2 de 13

- E. Cuidado de la salud preventivo – A todos los estudiantes y empleados se les alentará a participar en el cuidado de la salud preventivo.

## **Nutrición**

Política del Distrito: El Distrito dispondrá de alimentos nutritivos en los planteles durante la jornada escolar para promover la salud de los estudiantes y empleados.

- A. El Departamento de Alimentos y Nutrición (*Department of Food and Nutrition*) servirá lo siguiente: alimentos que son buenas fuentes de fibra, libres de grasas transgénicas añadidas, azúcar y sodio, respetuosos de la diversidad cultural y servidos en porciones apropiadas consistentes con los estándares del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (*United States Department of Agriculture*). Las comidas incluirán opciones de alimentos vegetales y una opción vegetariana a diario.
- B. Toda la comida vendida en el plantel desde una (1) hora antes del comienzo de la jornada escolar y hasta una (1) hora después de la salida de la última clase de la jornada debe cumplir con la *Norma de Alimentos y Bebidas Vendidas en el Plantel y en Máquinas Expendedoras en Todo el Distrito (Rule on Food and Beverages Sold on Campus and in Vending Machines District-Wide)*. (Apéndice A)
- C. El Departamento de Alimentos y Nutrición seguirá las asociaciones con fincas locales y regionales para facilitar un programa de Fincas-a-Escuela (*Farm-to-School*).
- D. Comidas servidas dentro del programa de comidas reembolsables por el gobierno federal se diseñarán para presentar frutas y vegetales frescos de fuentes locales en la mayor medida posible.
- E. El Distrito alentará a los padres de familia y maestros a tener celebraciones saludables en la escuela. Se disponen de ideas y sugerencias en <http://nutrition.dadeschools.net>. Cuando se envíe al hogar una lista que solicite donaciones para una celebración, deberá incluir agua y por lo menos una (1) opción saludable.



# política

**LA JUNTA ESCOLAR DEL  
CONDADO MIAMI-DADE**

OPERACIONES  
8510/página 3 de 13

- F. Recaudaciones de fondos que se lleven a cabo en el plantel, que comiencen una (1) hora antes del comienzo de la jornada escolar y hasta una (1) hora después de la salida de la última clase de la jornada, deben cumplir con la *Norma de Alimentos y Bebidas Vendidas en el Plantel y en Máquinas Expendedoras en Todo el Distrito (Rule on Food and Beverages Sold on Campus and in Vending Machines District-Wide)*. El Distrito asistirá a los padres de familia y al personal en la planificación de recaudaciones de fondos saludables al proporcionar sugerencias que pueden ser accedidas en <http://nutrition.dadeschools.net>.

## **Educación física**

Política del Distrito: El Distrito proporcionará programas de educación física basados en evidencias para permitir que los estudiantes desarrollen hábitos saludables de toda la vida que conducen al condicionamiento cardiovascular, a la flexibilidad, coordinación, equilibrio y fuerza.

- A. Educación física a nivel de primaria, de Kindergarten a 1<sup>er</sup> grado: Se requieren 150 minutos de instrucción semanal en educación física proporcionada por el maestro principal.
- B. Educación física a nivel de primaria, de 2<sup>o</sup> a 5<sup>o</sup> grado: Se requieren 150 minutos de instrucción semanal en educación física por un maestro de educación física.
- C. Educación física a nivel de intermedia, de 6<sup>o</sup> a 8<sup>o</sup> grado: Se requiere un mínimo de un (1) semestre de educación física en cada uno de los tres (3) años para todos los estudiantes, a menos que se entregue una exención en el momento de selección de asignaturas cada año. Se alentará a los estudiantes a tomar la asignatura de educación física por todo el curso escolar a fin de desarrollar y mantener el máximo beneficio de salud.
- D. Educación física a nivel de secundaria, de 9<sup>o</sup> a 12<sup>o</sup> grado: Se requiere un mínimo de un (1) crédito de educación física en secundaria. Un (1) semestre deberá ser la asignatura Salud Física Personal (*Personal Fitness*) mientras que el segundo semestre podrá ser cualquier asignatura de educación física que ofrezca el Distrito con los códigos de asignatura aprobados por el Estado.

# política

**LA JUNTA ESCOLAR DEL  
CONDADO MIAMI-DADE**

OPERACIONES  
8510/página 4 de 13

Si se agregasen períodos adicionales a la actual jornada escolar de seis (6) períodos en las escuelas secundarias, entonces se podrán aumentar los requisitos de educación física.

- E. Un especialista certificado en educación física impartirá la asignatura, la cual será una parte esencial del programa de instrucción de cada escuela, sujeto a las diferentes capacidades de los estudiantes. El programa enfocará la importancia de la salud física personal, los estilos de vida saludables y la equidad y el respeto para todos los estudiantes.
- F. Se requiere la instrucción de educación nutritiva mediante la educación física en los grados comprendidos de Kindergarten a 12º.
- G. Las destrezas de educación física necesarias para mejorar la salud incluirán:
  - 1. comprensión de conceptos relacionados con la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y la reducción de riesgos a la salud;
  - 2. la habilidad de acceder a información válida con respecto a la salud;
  - 3. destrezas de la comunicación interpersonal eficaz;
  - 4. fijar metas y tomar decisiones;
  - 5. la reducción del estrés;
  - 6. destrezas de abogacía para la salud personal, familiar y comunitaria; y
  - 7. la instrucción incluirá las destrezas psicomotoras que se utilizan en capacitaciones prácticas de RCP/DEA (*CPR/AED*) (solamente a nivel de intermedia y secundaria).

# política

**LA JUNTA ESCOLAR DEL  
CONDADO MIAMI-DADE**

OPERACIONES  
8510/página 5 de 13

## **Actividad física**

Política del Distrito: Se alentará a todos los estudiantes y empleados a participar en los niveles recomendados a nivel nacional de un mínimo de sesenta (60) minutos diarios o más de actividad física.

- A. Se requiere que el recreo para estudiantes en los grados comprendidos de PreKindergarten a 5º se lleve a cabo cinco (5) veces a la semana por una duración de veinte (20) minutos consecutivos en cada ocasión. El recreo se define como juego libre no estructurado que es supervisado por adultos, pero no dirigido por adultos; puede incluir actividades tales como se delinearán en el Manual de Recreo (*Recess Manual*) del Distrito, el cual está disponible en <http://pe.dadeschools.net/>.
- B. Las políticas y prácticas escolares apoyan que la actividad física y el recreo no deben ser negadas a los estudiantes como castigo.
- C. Los estudiantes serán informados de la oportunidad de participar en la actividad física en programas después del horario de clases y en programas internos de la escuela.
- D. Se alentará al personal a participar en por lo menos treinta (30) minutos de actividad física diaria. Esto incluirá una combinación de actividad cardiorrespiratoria, flexibilidad y fuerza y resistencia muscular.
- E. El personal será informado acerca de la oportunidad de participar en actividades físicas en programas después del horario de clases y eventos comunitarios.

# política

**LA JUNTA ESCOLAR DEL  
CONDADO MIAMI-DADE**

OPERACIONES  
8510/página 6 de 13

## **Salud y nutrición**

Política del Distrito: Se alentará a todos los estudiantes y empleados a informarse acerca de los principios de nutrición y otras competencias esenciales para la toma de decisiones que mejoran la salud.

- A. Se incorporará la educación de alfabetización de la salud a la instrucción en el aula cuando aplique para incluir lo siguiente: conceptos integrales con respecto a comportamientos que mejoran la salud, reducción de factores de riesgo para un estilo de vida de prevención de enfermedades, prevención de hostigamiento y violencia, seguridad personal, la identificación y el manejo del estrés y salud sexual e imagen corporal.
- B. La educación nutritiva incluirá lecciones y oportunidades de aprendizaje experiencial, tales como jardines de productos comestibles, que mejoran la salud y tomen en cuenta lo siguiente:
  - 1. enfatizar la importancia de fijar metas y estrategias positivas de la toma de decisiones que mejoran la salud, incluyendo las que son relacionadas con el consumo de alimentos y el gasto de energía;
  - 2. analizar la influencia de la cultura, los medios y otros factores en la selección de alimentos y las preferencias en prácticas de salud personal que incluyen métodos para la preparación de alimentos que enriquecen y retan el estilo de vida saludable; y
  - 3. el desarrollo y cuidado de jardines de productos comestibles.
- C. A los estudiantes se les enseñará a diferenciar entre mensajes de mercadeo e información sustantiva de salud.
- D. Se dispondrá de recursos de alfabetización de la salud para el personal que enfoca los conceptos de comportamientos que mejoran la salud, reducción de factores de riesgo para la prevención de enfermedades, seguridad personal y el manejo del estrés.

# política

**LA JUNTA ESCOLAR DEL  
CONDADO MIAMI-DADE**

OPERACIONES  
8510/página 7 de 13

- E. Se dispondrán para el personal recursos de nutrición que incluyen oportunidades de aprendizaje que mejoran la salud.
- F. Se promoverá la selección de alimentos saludables y alimentos frescos en el plantel escolar al hacer disponible la información nutritiva relevante tan próxima como sea posible al punto de selección.

## **Cuidado de la salud preventivo**

Política del Distrito: Se alentará a todos los estudiantes y empleados a participar en el cuidado de la salud preventivo que aborda el bienestar físico, mental, social, y emocional.

- A. Mediante *HealthConnect in our Schools*, se proporcionará un equipo de salud basado en la escuela para ofrecer un espectro coordinado de cuidado de la salud a los estudiantes que esté disponible de manera consistente en selectas escuelas del Distrito, que incluyen, pero no se limitan a:
  - 1. cuidado de la salud coordinado y supervisado por profesionales, en la escuela;
  - 2. amplios exámenes y evaluaciones de la salud con acceso al cuidado de seguimiento;
  - 3. servicios de salud mental y de comportamiento para identificar y resolver los problemas educativos y de la salud de los estudiantes;
  - 4. acceso mejorado a un médico de atención primaria regular;
  - 5. asistir a los estudiantes que no tienen seguro médico en obtener acceso a servicios primarios de salud;
  - 6. manejo de enfermedades crónicas; y
  - 7. provisión de clases de educación sobre la salud según la escuela.

# política

**LA JUNTA ESCOLAR DEL  
CONDADO MIAMI-DADE**

OPERACIONES  
8510/página 8 de 13

- B. El Departamento de Salud de la Florida (*Florida Department of Health*) en el Programa de Salud Escolar (*School Health Program*) del Condado Miami-Dade proporcionará servicios de salud a los estudiantes en cumplimiento con los estatutos, reglas, regulaciones de la Florida y el Plan local de Servicios Escolares de Salud (*School Health Services Plan*).

Los servicios escolares de salud que se proporcionen incluirán, pero no se limitarán a:

1. evaluación de la salud;
2. revisión del historial;
3. evaluación por parte de un enfermero;
4. evaluación nutritiva;
5. exámenes: vista, oído, escoliosis y crecimiento y desarrollo, que incluye referencia o seguimiento del índice de masa corporal (*Body Mass Index, BMI*);
6. consejería de salud y salud mental / de comportamiento;
7. remisión y seguimiento de presuntos o confirmados problemas de la salud;
8. necesidades de salud de emergencia;
9. remisión de estudiantes para tratamientos apropiados de la salud;
10. consulta con el padre de familia o tutor del estudiante con respecto a la necesidad de atención médica por parte del médico, dentista u otro especialista de la familia cuando se indique un diagnóstico definitivo o que se necesita tratamiento;

# política

**LA JUNTA ESCOLAR DEL  
CONDADO MIAMI-DADE**

OPERACIONES  
8510/página 9 de 13

11. mantenimiento de historiales respecto a incidentes de problemas de la salud, las medidas correctivas que se han tomado y tal otra información que pueda ser necesaria para planificar y evaluar programas de salud;
  12. información de la salud con respecto a la colocación de estudiantes en programas de estudiantes excepcionales y la reevaluación en intervalos periódicos de estudiantes colocados en tales programas;
  13. clases de educación en una variedad de temas de salud; y
  14. administración de medicamentos y aseguramiento y mejora de calidad.
- C. El proveedor de cuidados médicos ofrecerá recursos de bienestar que abordan el bienestar físico, mental, social y emocional para apoyar los hábitos saludables del personal.

## **Monitoreo y asesoramiento**

El Comité Asesor de Bienestar (*Wellness Advisory Committee*) del Distrito del Superintendente es responsable de revisar y monitorear la Política de Bienestar del Distrito en cumplimiento con las políticas del Distrito para mejorar la salud y el bienestar de todos los estudiantes y empleados.

Se requiere que los sitios escolares convengan Comités de Bienestar Escolar (*School Wellness Committees*) para implementar esta política y actividades relacionadas con la misma. Anualmente, las escuelas completarán el Índice de Salud Escolar (*School Health Index*), el Inventario y Plan de Acción de Escuelas Saludables (*Healthy Schools Inventory and Action Plan*) y la Lista de Revisión de Bienestar del Director (*Principal's Wellness Checklist*) como autoevaluaciones.

Se revisarán anualmente las metas, objetivos y directrices de la Política de Bienestar del Distrito. Las recomendaciones al Superintendente por parte del Comité Asesor de Bienestar abordarán lo siguiente: condiciones cambiantes; técnicas nuevas y estrategias comprobadas; nuevos objetivos, de ser necesario; y directrices que reflejan conocimientos científicos emergentes relevantes a la salud de los estudiantes y empleados.

# política

LA JUNTA ESCOLAR DEL  
CONDADO MIAMI-DADE

OPERACIONES  
8510/página 10 de 13

## APÉNDICE A

### **Norma de Alimentos y Bebidas Vendidas en el Plantel y en Máquinas Expendedoras en Todo el Distrito**

El Distrito está comprometido a proporcionar un ambiente en el que todos los estudiantes y empleados pueden hacer selecciones de alimentos saludables para la salud de toda la vida. Como tal, la siguiente Norma de Alimentos y Bebidas Vendidas en el Plantel y en Máquinas Expendedoras en Todo el Distrito será implementada para todos los sitios, para **todas** las ventas de alimentos desde una (1) hora antes del comienzo de la jornada escolar y hasta una (1) hora después de la salida de la última clase de la jornada. Esta norma será aplicable a todos los alimentos y bebidas que se vendan mediante máquinas expendedoras las veinticuatro (24) horas al día.

#### A. Bebidas

Ninguna bebida deberá tener gas ni cafeína agregada.

1. Escuela Primaria
  - a. Agua.
  - b. Raciones de hasta ocho (8) onzas de leche y jugo al 100 por ciento.
    - 1) Leche regular y saborizada sin grasa o baja en grasa y alternativas lácteas con equivalencia nutritiva (según el *USDA*) con hasta 150 calorías por cada ocho (8) onzas.
    - 2) Jugo al 100 por ciento sin edulcorantes, hasta 120 calorías por cada ocho (8) onzas y con por lo menos diez por ciento (10%) del valor diario recomendado de tres (3) vitaminas y minerales o más.

#### 2. Escuela Intermedia

Los mimos puntos anteriores, excepto que el jugo y la leche pueden ser vendidas en raciones de doce (12) onzas.



# política

**LA JUNTA ESCOLAR DEL  
CONDADO MIAMI-DADE**

OPERACIONES  
8510/página 11 de 13

3. Escuela Secundaria
  - a. Agua.
  - b. Bebidas sin calorías o bajas en calorías con hasta diez (10) calorías por cada ocho (8) onzas.
  - c. Raciones de hasta doce (12) onzas de leche, jugo al 100 por ciento y ciertas otras bebidas.
    - 1) Leche regular y saboreada sin grasa o baja en grasa y alternativas lácteas con equivalencia nutritiva (según el *USDA*) con hasta 150 calorías por cada ocho (8) onzas.
    - 2) Jugo al 100 por ciento sin edulcorantes, hasta 120 calorías por cada ocho (8) onzas y con por lo menos diez por ciento (10%) del valor diario recomendado de tres (3) vitaminas y minerales o más.
    - 3) Otras bebidas sin más de cuarenta (40) calorías por cada ocho (8) onzas.
  - d. Por lo menos el veinticinco por ciento (25%) de bebidas no lácteas deben ser agua y no más del veinticinco por ciento (25%) de bebidas pueden ser opciones sin calorías o bajas en calorías.

## B. Alimentos y meriendas

Todos los alimentos y meriendas vendidas en la escuela deben cumplir con los siguientes puntos:

1. No más de un treinta y cinco por ciento (35%) del total de calorías de grasa.
2. No más de un diez por ciento (10%) del total de calorías de grasa saturada.

# política

**LA JUNTA ESCOLAR DEL  
CONDADO MIAMI-DADE**

OPERACIONES  
8510/página 12 de 13

3. No más de un treinta y cinco por ciento (35%) de edulcorantes por peso.
4. Sin grasas transgénicas añadidas.
5. Ser un producto “rico en granos integrales”;
6. Ser una fruta, un vegetal, un producto lácteo, un alimento de proteína; o
7. Ser un alimento combinado que contiene por lo menos  $\frac{1}{4}$  de taza de fruta o vegetal.

Las meriendas que se venden aparte del horario de las comidas y como recaudadores de fondos aprobados en el plantel una (1) hora antes del comienzo de la jornada escolar y hasta una (1) hora después de la salida de la última clase de la jornada deberán:

1. no contener más de 200 calorías;
2. no contener más de 230 mg. de sodio.

El Distrito alienta la proporción de alimentos y bebidas saludables en eventos relacionados con la escuela. Se dispone de ideas y sugerencias en <http://nutrition.dadeschools.net>. No obstante, cuando se lleven a cabo eventos relacionados con la escuela por lo menos una (1) hora después de la salida de la última clase de la jornada y donde los padres de familia y otros adultos sean parte de una audiencia o donde vendan alimentos y bebidas tal como en eventos recaudadores de fondos durante intermisiones, así como inmediatamente antes o después de un evento, dichas normas no aplican. Ejemplos de dichos eventos incluyen obras de teatro y conciertos de banda escolares.

Los alimentos utilizados en Programas de Capacitación y Artes Culinarias para propósitos instructivos también son exentos de estas normas.

# política

**LA JUNTA ESCOLAR DEL  
CONDADO MIAMI-DADE**

OPERACIONES  
8510/página 13 de 13

Los administradores escolares serán responsables de la implementación de la Política de Bienestar del Distrito en su plantel escolar. El incumplimiento de esta política será abordado a nivel administrativo por el personal de Operaciones Escolares (*School Operations*).

2 U.S.C. 1751 et seq.  
42 U.S.C. 1771 et seq.  
F.S. 595.405  
F.S. 595.407  
F.S. 1001.41  
F.S. 1001.42  
F.S. 1001.43  
F.S. 1003.455(6)  
F.A.C. 6A-7.0411

Revisado 1/18/12  
Revisado 9/3/13  
Revisado 1/14/15  
Revisado 6/22/16  
Revisado 8/15/18

©MIAMI-DADE 2018

	<p><b>Physical Activity</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Exhaling Eagles Club (yoga for students).</li> <li>2.Turkey Bowl- school wide field day, Gold and Blue Games.</li> <li>3. Walking program for staff.</li> <li>4. Yoga program for staff.</li> </ol> <p><b>Health and Nutrition Literacy</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Implementing pamphlets school wide regarding healthy lifestyle and fitness.</li> </ol> <p><b>Preventive Healthcare</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.School nurse assessing BMI and weight.</li> <li>2.School nurse providing scoliosis checks for all 6th grade students.</li> </ol>
<p><b>Community Engagement:</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Have PTSA increase business partnerships in the local area.</li> <li>2. Provide staff with healthy holiday luncheons provided by Dade County Partners.</li> </ol>
<p><b>Monitoring and Evaluation:</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Committee meeting sign-in sheets</li> <li>2. Exhaling Eagles sign-in sheets.</li> <li>3. Schedule and list of events for Turkey Bowl.</li> <li>4. Announcements and dates written on monthly school calendar for all meetings, health and fitness clubs, walking club for staff and yoga sessions for staff.</li> </ol>
<p><b>Other Activities:</b> If applicable, attach supporting documentation (e.g. event flyer)</p>	<p>After school activities: volleyball, swimming, cross country, track and field, softball, girls flag football, cheerleading, golf and tennis.</p>