



ACADEMY PREP CENTER OF TAMPA (APT)

1407 E. Columbus Drive

Tampa, Florida

33605

(813) 248-5600

Fax: (813) 248-5602

www.academyprep.org

POLÍTICA DE BIENESTAR
&
Documentos de Revisión/Evaluación
2023-24

Número de Acuerdo: 431



ACADEMY PREP CENTER OF TAMPA POLÍTICA DE BIENESTAR 2023-24

Academy Prep Center of Tampa (APT) se compromete al desarrollo óptimo de cada estudiante y fomenta la salud de los alumnos apoyando el bienestar, una buena nutrición y la actividad física regular como parte del entorno educativo integral. APT ofrece un entorno saludable, positivo y seguro en el que los estudiantes aprenden y participan en prácticas dietéticas y de estilo de vida saludables. Al facilitar el aprendizaje mediante el apoyo y la promoción de una buena nutrición y actividad física, APT contribuye al estado de salud general de los estudiantes. Una salud mejorada optimiza el rendimiento estudiantil.

Este informe describe los objetivos de APT en cuanto a la educación nutricional, la actividad física y otras actividades escolares destinadas a promover el bienestar de los estudiantes. Además, presenta las directrices nutricionales para todos los alimentos servidos en el campus, con el objetivo de promover la salud estudiantil y reducir la obesidad infantil.

Esta política describe el enfoque de APT para garantizar entornos y oportunidades que permitan a todos los estudiantes practicar comportamientos saludables de alimentación y actividad física a lo largo de la jornada escolar.

Se reconoce que la alimentación de los niños es principalmente una responsabilidad familiar. Para complementar sus esfuerzos:

- APT opera un programa de servicio de alimentos para garantizar que todos los estudiantes tengan acceso a una variedad de alimentos nutritivos necesarios para mantenerse saludables y aprender bien, de acuerdo con los estándares nutricionales federales y estatales;
- Todos los alimentos disponibles en el recinto escolar durante el día escolar se sirven considerando la integridad nutricional, la variedad, el atractivo, el sabor y la seguridad para

asegurar comidas de alta calidad;

- APT apoya y promueve hábitos dietéticos adecuados que contribuyen al estado de salud de los estudiantes y a su rendimiento académico.

Además, esta política establece objetivos y procedimientos para garantizar que:

- Los estudiantes reciban una educación nutricional de calidad que les ayude a desarrollar comportamientos alimenticios saludables a lo largo de toda su vida;
- Los estudiantes tengan oportunidades para estar físicamente activos, mediante ejercicios apropiados para su desarrollo, antes, durante y después de la escuela, que promuevan el bienestar estudiantil;



- El personal de APT será incentivado y apoyado para practicar comportamientos saludables de nutrición y actividad física dentro y fuera de la escuela.

I. Comité de Bienestar/Equipo de Escuela Saludable

El Comité de Bienestar/Equipo de Escuela Saludable de APT para el año escolar 2022-23 está compuesto por representantes de la administración escolar, el director de nutrición escolar, un proveedor aprobado por el NSLP, un consultor de comidas, un consejero de orientación, padres, personal docente y estudiantes. Los miembros del Comité de Bienestar/Equipo de Escuela Saludable son responsables de monitorear, medir, revisar periódicamente y recomendar revisiones a las políticas de nutrición escolar y actividad física, según sea necesario. Este comité se reunirá trimestralmente para revisar los objetivos de nutrición y actividad física. Además, el comité llevará a cabo una revisión de calidad para determinar el impacto en la salud general de los estudiantes, el éxito del programa y el cumplimiento de los objetivos establecidos.

La Coordinadora de Bienestar y Comidas Federales de APT, Lisamarie Berrios (lberrios@academyprep.org), facilitará el desarrollo y las actualizaciones de la política de bienestar y será responsable de supervisar la implementación de esta política, así como de monitorear los programas y el currículo de APT para asegurar el cumplimiento de esta política, las políticas relacionadas y las directrices o regulaciones administrativas establecidas. Los miembros del personal responsables de los programas relacionados con el bienestar estudiantil también deberán informar a la Coordinadora de Comidas Federales sobre el estado de dichos programas.

La Coordinadora de Comidas Federales mantendrá registros para documentar el cumplimiento de los requisitos de la política de bienestar en la oficina de la escuela de APT.

La documentación mantenida en esta ubicación incluirá, pero no se limitará a:

- La política de bienestar por escrito;
- Documentación que demuestre que la política ha sido puesta a disposición del público;
- Documentación de los esfuerzos realizados para revisar y actualizar la política de bienestar, incluyendo la identificación de quiénes están involucrados en la actualización y los métodos utilizados para informar a las partes interesadas sobre su capacidad para participar en el desarrollo de la política de bienestar;
- Documentación que demuestre el cumplimiento de los requisitos de notificación pública anual;
- La evaluación más reciente sobre la implementación de la política de bienestar;
- Documentación que demuestre que la evaluación más reciente sobre la implementación de la política de bienestar ha sido puesta a disposición del público.



APT informará activamente a las familias y al público cada año sobre la información básica de esta política, incluyendo su contenido, cualquier actualización y el estado de implementación, a través del sitio web de la escuela y/o comunicaciones a nivel distrital. Anualmente, APT dará a conocer el nombre y la información de contacto de los funcionarios escolares que lideran y coordinan el comité, así como la información sobre cómo el público puede participar en el comité de bienestar.

El comité 2023-24 está compuesto por los siguientes representantes:

Name	Title / Relationship to the School	Email address Role on Committee
Lincoln Tamayo	Head of School	ltamayo@academyprep.org Assists in evaluation wellness policy implementation
Patricia Douglas	APT Board of Directors, Emeritus	andgmnar@gmail.com Assists in evaluation wellness policy implementation
Tammy Vallone	Business Operations Manager	tvallone@academyprep.org Facilitates, development & implementation of wellness policy, etc.
Lisamarie Berrios	Wellness and Federal Meals Coordinator	lberrios@academyprep.org Facilitates, development & implementation of wellness policy, etc.
Erica Nelson	Kitchen Manager Blessed Kitchen Vendor	nerica70@gmail.com Central participant in menu development
Sharice Morgan	Guidance Counselor	smorgan@academyprep.org Assists in evaluation wellness policy implementation
Emma Augustine	P.E. Instructor	eaugustin@academyprep.org Assists in development & evaluation wellness policy implementation
Nazrine Beasley	Parent	nazrinebeasley1@gmail.com Assists in menu selection, evaluation wellness policy implementation
Luly Socias	Fit Families for Life Program Manager	lsocias@academyprep.org Nutrition consultant, menu development; wellness instructor -Fit Families for Life



Jia D'Haiti	Student	--- confidential Assists in menu choices, evaluation wellness policy implementation
-------------	---------	---

II. Evaluaciones de Progreso Trienales –

Plan para Medir la Implementación de la Política de Bienestar

A través del proceso de evaluación, se revisarán algunas preguntas básicas que medirán el éxito del programa e identificarán qué cambios en la nutrición, educación, actividad física, calidad nutricional de los alimentos disponibles para los estudiantes y otros aspectos cubiertos por la política han ocurrido como resultado de la política de bienestar. La Coordinadora de Bienestar y Comidas Federales de APT, Lisamarie Berrios, será responsable de gestionar la Evaluación de Progreso Trienal (lberrios@academyprep.org).

El proceso de evaluación incluirá las tres dimensiones diferentes de la evaluación: evaluación de procesos, de resultados y de impacto. Examinar la implementación de las actividades del programa es una forma importante de evaluación de procesos. Esto documenta lo que realmente ocurre en un programa y cómo se ajusta a los objetivos del programa. Las evaluaciones de resultados analizan los efectos inmediatos o directos del programa sobre los participantes. Las evaluaciones de impacto van más allá de los resultados inmediatos de las políticas, la instrucción o los servicios para identificar efectos a largo plazo, así como efectos no previstos del programa.

La evaluación responderá a las siguientes preguntas en sus evaluaciones de procesos, resultados e impacto del programa, combinando la recopilación de datos cuantitativos y cualitativos:

- ¿Cambió el número de estudiantes que participan en la educación nutricional?
- ¿Tuvieron los estudiantes un número diferente de minutos de actividad física?
- ¿Cambió la escuela las opciones de alimentos disponibles?
- ¿Cambió la participación en el Programa Nacional de Desayunos o Almuerzos Escolares?
- ¿Abordó la política y su implementación los problemas identificados en la evaluación de necesidades? Por ejemplo:

1. ¿Está marcando la diferencia?
2. ¿Qué está funcionando?
3. ¿Qué no está funcionando?
4. ¿Cómo se puede aumentar el impacto de la política para mejorar su efecto en la salud estudiantil y el aprendizaje académico?

La evaluación también puede incluir los siguientes elementos:



- Lista de todas las actividades y programas realizados para promover la nutrición y la actividad física;
- Evaluación del entorno escolar en relación con los temas de bienestar estudiantil;
- Evaluación del programa de servicios alimentarios;
- Evaluación de la satisfacción de estudiantes, padres, profesores y administración con las nuevas políticas;
- Sugerencias para mejorar las políticas o programas.

Las evaluaciones se repetirán cada tres años para revisar el cumplimiento de la política, evaluar el progreso y determinar las áreas que necesitan mejoras. Como parte de esa revisión, APT examinará sus políticas de nutrición y actividad física, la provisión de un entorno que apoye la alimentación saludable y la actividad física, así como los elementos de las políticas y programas de educación nutricional y física. APT revisará, según sea necesario, las políticas de bienestar y desarrollará planes de trabajo para facilitar su implementación.

APT informará a los padres sobre las mejoras realizadas en las comidas escolares y el cumplimiento de los estándares de comidas escolares, la disponibilidad de programas de nutrición infantil y cómo solicitar la participación, así como una descripción y cumplimiento de los estándares de nutrición de Smart Snacks in School. Esta información se proporcionará por correo electrónico o mediante avisos en el sitio web de la escuela, así como a través de mecanismos no electrónicos, como boletines, presentaciones a los padres o enviando información a casa, para asegurar que todas las familias estén activamente informadas sobre el contenido, la implementación y las actualizaciones de la política de bienestar, así como sobre cómo participar y apoyar la política. APT se asegurará de que las comunicaciones sean cultural y lingüísticamente apropiadas para la comunidad. APT notificará activamente al público sobre el contenido o cualquier actualización de la política de bienestar anualmente, como mínimo, y también utilizará estos mecanismos para informar a la comunidad sobre la disponibilidad de los informes anuales y trienales.

III. Comidas Escolares

Las comidas escolares no solo brindan la nutrición óptima que los estudiantes necesitan para su crecimiento, desarrollo y rendimiento académico, sino que también apoyan el desarrollo de hábitos alimenticios saludables en los estudiantes, incluyendo el aprendizaje de una variedad de alimentos.

APT está comprometido en ofrecer comidas saludables a los niños, que incluya abundantes frutas, verduras, granos enteros y leche sin grasa o baja en grasa; que sean moderadas en sodio, bajas en grasa saturada y sin grasas trans por porción (según la etiqueta nutricional o especificación del fabricante); y que satisfagan las necesidades nutricionales de los niños en edad escolar dentro de sus requisitos calóricos. Los programas de comidas escolares tienen



como objetivo mejorar la dieta y la salud de los niños en edad escolar, así como ayudar a mitigar la obesidad infantil. model healthy eating to support the development of lifelong healthy eating patterns and support healthy choices while accommodating cultural food preferences and special dietary needs. School meals are made attractive to students by appealing to their taste preferences and meeting their cultural needs.

APT participa en la Provisión de Elegibilidad Comunitaria (CEP) y, como tal, ofrece desayuno y almuerzo sin costo para todos los estudiantes matriculados. Se implementa la opción de "servir" en lugar de "ofrecer vs. servir".

Entorno Nutricional Escolar -- APT se compromete a:

- Proporcionar a los estudiantes y al personal un espacio adecuado y acogedor para comer en un entorno limpio, cómodo, seguro y agradable;
- Programar los períodos de comida a horas razonables y apropiadas cuando los estudiantes tengan hambre y estén listos para comer, para apoyar mejor el aprendizaje y la alimentación saludable;
- Asegurar que las filas de comida no sean demasiado largas y que los estudiantes tengan suficiente tiempo para comer, relajarse y socializar;
- Permitir a los estudiantes al menos 10 minutos para comer el desayuno y al menos 20 minutos para comer el almuerzo, contando desde el momento en que reciben su comida y se sientan. (Cumple con los criterios del nivel Oro del Programa de Escuelas Saludables.)

Las comidas servidas a través de los Programas Nacionales de Almuerzos y Desayunos Escolares deberán:

- Ser atractivas y apetitosas para los niños;
- Los menús serán creados/revisados por un dietista registrado u otro profesional de nutrición certificado;
- Cumplir, como mínimo, con los requisitos nutricionales establecidos por las leyes locales, estatales y federales, así como los estándares del USDA;
- Ofrecer una variedad de verduras a lo largo de la semana mediante un menú diverso;
- Disponibilidad diaria de frutas en rodajas o cortadas;
- Servir únicamente leche baja en grasa (1%) y sin grasa;
- Acomodar a los estudiantes con necesidades dietéticas especiales según lo requerido por la normativa del USDA.



b.1 Agua Potable

Durante todos los períodos de comida, se ofrecerá acceso seguro al agua potable y a instalaciones convenientes para lavarse las manos y tomar descansos para ir al baño. Además, el agua estará disponible para los estudiantes durante todo el día escolar. Las fuentes de agua serán operativas, limpias y accesibles para los estudiantes a lo largo del día escolar, tanto en áreas exteriores como interiores.

b.2 Desayuno

Para garantizar que todos los niños reciben desayuno, ya sea en casa o en la escuela, y así satisfacer sus necesidades nutricionales y mejorar su capacidad de aprendizaje, APT:

- Operará el Programa de Desayunos Escolares a diario;
- Notificará a los padres y estudiantes sobre la disponibilidad del Programa de Desayunos Escolares; y
- Animará a los padres a proporcionar un desayuno saludable para sus hijos a través de artículos en el boletín, materiales para llevar a casa u otros medios.

b.3 Bocadillos

Los bocadillos servidos durante los programas de enriquecimiento harán una contribución positiva a la dieta y salud de los niños, y cumplirán o superarán los estándares de nutrición de Smart Snacks in Schools del USDA.

b.5 Alimentos y Bebidas Vendidos Individualmente

Para garantizar la alta calidad de los alimentos ofrecidos a los estudiantes, no se venderán alimentos ni bebidas individualmente fuera del programa de comidas escolares reembolsables. Las máquinas expendedoras con alimentos y bebidas no estarán disponibles para estudiantes ni para el personal.

b.6 Recompensas

APT no utilizará alimentos ni bebidas, especialmente aquellos que no cumplan con los estándares de nutrición, como recompensas por el rendimiento académico o buen comportamiento, y no retendrá alimentos ni bebidas (incluyendo los alimentos servidos a través de las comidas escolares) como castigo.



Alimentos y Bebidas Competitivos

Esta política garantiza que las directrices para las comidas escolares reembolsables no serán menos restrictivas que las regulaciones y orientaciones emitidas por el Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA). Todos los alimentos ofrecidos en el campus escolar cumplirán o superarán los estándares de nutrición de Smart Snacks in Schools del USDA. No se venderán "alimentos competitivos" ni bebidas, según lo definido en el 7 CFR 210.11 del USDA, en el campus escolar a los estudiantes fuera de las comidas escolares reembolsables.

Seguridad Alimentaria

Todos los alimentos disponibles para los estudiantes en el campus cumplen con las regulaciones estatales y locales de seguridad alimentaria y sanidad. Se implementa un plan y directrices de Análisis de Peligros y Puntos Críticos de Control (HACCP) para prevenir enfermedades alimentarias.

Calificaciones del Personal y Desarrollo Profesional

La Coordinadora de Bienestar y Comidas Federales y el personal de servicio cumplirán o superarán los requisitos de contratación y las obligaciones anuales de educación continua/capacitación establecidas en los estándares profesionales del USDA para los profesionales de la nutrición infantil.

IV. OBJETIVOS

A. Otras Actividades Escolares Diseñadas para Promover el Bienestar Estudiantil

- Se utilizan encuestas a estudiantes y oportunidades de pruebas de sabor para informar el desarrollo del menú;
- Los menús de desayuno, almuerzo y bocadillos se publican en el boletín semanal para las familias;
- Se refuerzan mensajes sobre agricultura y nutrición a lo largo del entorno de aprendizaje;
- El jardín escolar en el campus de APT es plantado y mantenido cada año escolar por los estudiantes y el personal docente;
- APT utiliza promociones o eventos especiales, como degustaciones, que destacan productos locales o regionales (por ejemplo, la Celebración Cultural anual);
- Cuando los alimentos se ofrecen como parte de un evento social o cultural en las escuelas, se anima a los empleados y padres a proporcionar alimentos nutritivos que sean consistentes con las directrices de comidas saludables (healthymeals.fns.usda.gov).



B. Objetivos de Educación

b.1 Objetivos de Educación Nutricional

El objetivo principal de la educación nutricional es influir en los comportamientos alimentarios de los estudiantes. Se ofrece en cada nivel educativo para proporcionar a los estudiantes el conocimiento y las habilidades necesarias para promover y proteger su salud, y se enseña mediante la integración de la nutrición en áreas académicas como ciencias, educación física y a través del programa de enriquecimiento.

APT proporcionará educación nutricional y participará en la promoción de la nutrición que:

- Incluya actividades agradables, apropiadas para el desarrollo, culturalmente relevantes y participativas, como clases de cocina, pruebas de sabor y jardines escolares;
- Promueva el consumo de frutas, verduras y productos integrales;
- Incluya oportunidades para proyectos estudiantiles apropiados relacionados con la nutrición, involucrando, cuando sea posible, a agencias y organizaciones comunitarias;
- Elija alimentos bajos en grasa, grasa saturada y colesterol, y que no contengan productos lácteos con grasas trans, métodos de preparación de alimentos saludables y prácticas nutricionales que mejoren la salud;
- Enfatique el equilibrio calórico entre la ingesta de alimentos y el gasto energético (promueve la actividad física/ejercicio);
- Promueva una alimentación saludable entre estudiantes, padres y docentes. Por ejemplo, incluir "consejos de nutrición" en los boletines escolares; y ofrecer información a las familias que las anime a enseñar a sus hijos sobre salud y nutrición.

La educación nutricional estará diseñada para ayudar a los estudiantes a aprender:

- Conocimientos nutricionales, que incluyen, pero no se limitan a, los beneficios de una alimentación saludable, nutrientes esenciales, deficiencias nutricionales y principios de manejo saludable del peso;
- Habilidades relacionadas con la nutrición, que incluyen, pero no se limitan a, planificar una comida saludable, entender y usar las etiquetas de los alimentos, y evaluar críticamente la información nutricional, la desinformación y la publicidad comercial de alimentos;
- La relación entre una alimentación saludable y la salud personal y la prevención de enfermedades;
- La lectura y el uso de las etiquetas de información nutricional de la FDA;
- Comer una variedad de alimentos cada día;
- Elegir alimentos y bebidas con poco azúcar añadido;
- Consumir más alimentos ricos en calcio;
- Preparar comidas y bocadillos saludables;



- Riesgos de las prácticas de control de peso no saludables;
- Aceptación de las diferencias en el tamaño del cuerpo.
- Seguridad alimentaria;
- Importancia del consumo de agua;
- Importancia de comer el desayuno;
- Hacer elecciones saludables al comer en restaurantes;
- Trastornos alimentarios;
- Influencias sociales en la alimentación saludable, incluyendo medios de comunicación, familia, amigos y cultura;
- Cómo encontrar información o servicios válidos relacionados con la nutrición y el comportamiento alimentario;
- Cómo desarrollar un plan y seguir el progreso hacia la consecución de un objetivo personal para comer saludablemente;
- Resistir la presión de los compañeros relacionada con comportamientos alimentarios no saludables;
- Influir, apoyar o abogar por los comportamientos alimentarios saludables de los demás.

C. Objetivos de Actividad Física

APT proporcionará a los estudiantes educación física, utilizando un currículo secuencial y apropiado para su edad que cumpla con los estándares nacionales y estatales para la educación física. El currículo de educación física promoverá los beneficios de un estilo de vida físicamente activo y ayudará a los estudiantes a desarrollar habilidades para adoptar hábitos saludables a lo largo de toda su vida, además de incorporar conceptos esenciales de educación en salud. El currículo apoyará los componentes esenciales de la educación física.

El objetivo principal del componente de actividad física de la escuela es proporcionar oportunidades para que cada estudiante desarrolle el conocimiento y las habilidades necesarias para actividades físicas específicas, mantenga la aptitud física, participe regularmente en actividad física y comprenda los beneficios a corto y largo plazo de un estilo de vida activo y saludable. El currículo de educación física secuencial y completo ofrecerá a los estudiantes oportunidades para aprender, practicar y ser evaluados en conocimientos, actitudes y habilidades apropiadas para su desarrollo, necesarias para participar en actividades físicas que mejoren la salud a lo largo de toda su vida.

Para abordar problemas como el sobrepeso, la obesidad, las enfermedades cardiovasculares y la diabetes tipo II, los estudiantes de quinto a octavo grado participarán en actividades físicas como parte del currículo de educación física de APT. El curso de educación física fomentará el apoyo y la orientación para estar físicamente activo, ayudará a los estudiantes a conocer y comprender el valor de estar en forma, y enseñará a los estudiantes los tipos de actividades que contribuyen a la condición física total.



c.1 Educación Física Diaria

Todos los estudiantes de los grados quinto a octavo completarán un promedio de al menos cien minutos de instrucción por semana en educación física. Esto incluye la enseñanza y práctica de habilidades básicas de movimiento y motricidad fina, así como actividades como natación, danza, golf, baloncesto, fútbol touch, voleibol, kickball, etc., además de actividades progresivas de acondicionamiento físico y bienestar a través de actividades apropiadas para su edad. APT se asegurará de que sus instalaciones y terrenos sean seguros y de que el equipo esté disponible para que los estudiantes puedan mantenerse activos.

La educación física:

- Está destinada a todos los estudiantes durante todo el año escolar;
- Enseñará cooperación, juego limpio y participación responsable;
- Incluirá juegos cooperativos así como competitivos;
- Abarca a estudiantes con discapacidades (los estudiantes con necesidades especiales de atención médica pueden recibir educación en entornos alternativos);
- Involucra a los estudiantes en actividades de intensidad moderada a vigorosa durante al menos el 50% del tiempo de clase de educación física.

c.2 Recreo Diario

Además de la educación física requerida, los estudiantes participan en recreo diario y actividad física durante el almuerzo y en la tarde durante el año escolar. APT proporciona períodos de recreo diario (de al menos 20 minutos) para los estudiantes, con tiempo para juegos activos al aire libre, no estructurados pero supervisados. Esta política puede ser suspendida en días de salida temprana o en caso de mal tiempo (durante tormentas con rayos o truenos). Cuando el recreo se ofrece antes del almuerzo, se colocan mecanismos de desinfección de manos adecuados justo dentro/fuera del auditorio para asegurar una higiene adecuada antes de comer, y se requiere que los estudiantes usen estos mecanismos antes de comer. El tiempo para lavarse las manos se incluirá en el período de transición del recreo antes de que los estudiantes entren al auditorio. La actividad física durante el día escolar (incluyendo, pero no limitado a, recreo, pausas físicas en el aula o educación física) no será suspendida como castigo por ninguna razón.



c.3 Oportunidades de Actividad Física durante las Clases Principales y de Enriquecimiento

APT alentará a los maestros de las materias académicas a incorporar movimientos y enfoques de aprendizaje kinestésico en la instrucción de las asignaturas principales siempre que sea posible (por ejemplo, ciencias, matemáticas, artes del lenguaje, estudios sociales, entre otros) y a contribuir a limitar el comportamiento sedentario durante el día escolar.

Los programas de enriquecimiento de APT ofrecerán y fomentarán—tanto verbalmente como mediante la provisión de espacio, equipo y actividades—períodos diarios de actividad física de intensidad moderada a vigorosa para todos los participantes. APT ofrecerá una amplia variedad de programas de actividad física en el enriquecimiento, como clubes de actividad física o programas intramuros, brindando una gama de oportunidades de actividad física que satisfacen las necesidades, intereses y habilidades de todos los estudiantes; e incluirán a niños, niñas, estudiantes con discapacidades y estudiantes con necesidades especiales de atención médica.

V. Transporte Activo

APT apoyará el transporte activo hacia y desde la escuela, como caminar o andar en bicicleta, mediante la participación en las siguientes actividades, entre otras:

- Documentar el número de niños que caminan o andan en bicicleta hacia y desde la escuela.
- Asegurar las autorizaciones/renuncias de los padres.
- Designar rutas seguras o preferidas hacia la escuela.
- Proporcionar instrucción sobre seguridad al caminar o andar en bicicleta a los estudiantes.
- Utilizar guardianes de cruce.
- Usar pasos peatonales en las calles que llevan a la escuela.
- Asegurar instalaciones de almacenamiento para bicicletas y cascos (área cercada)

VI. Asociaciones Comunitaria

APT continuará y fortalecerá las relaciones con socios comunitarios (por ejemplo, hospitales, universidades/colegios, empresas locales) para apoyar la implementación de esta política de bienestar. Las asociaciones y patrocinios comunitarios existentes y nuevos serán evaluados para asegurar que estén alineados con la política de bienestar y sus objetivos.

VII. Comunicación con los Padres

APT apoyará los esfuerzos de los padres para proporcionar una dieta saludable y actividad física diaria para sus hijos, e incluirá la difusión de información sobre actividad física y educación física a través del boletín informativo, otros materiales para llevar a casa, eventos



especiales o tareas de educación física.

VIII. Bienestar del Personal y Promoción de la Salud

APT apoya la salud y el bienestar de todos los empleados y garantizará que todas las prácticas laborales, el entorno de trabajo y la cultura laboral valoren, mejoren y protejan la salud y el bienestar de todos los empleados. APT fomenta la participación de los miembros del personal en programas de promoción de la salud.

Política y Procedimientos de Bienestar Revisión/Evaluación, Enero 2023-24

- ¿Cambió el número de estudiantes que participan en la educación nutricional? Además del currículo estándar de nutrición impartido en nuestras clases de Ciencias, Fit Families for Life (FFFL) sigue proporcionando formación y programación ejemplar de manera regular en nutrición y acondicionamiento físico. Estas actividades se implementan en nuestra escuela tanto como clases de enriquecimiento obligatorias como opcionales.

Durante el año académico, FFFL ofrece a APT un trimestre — 9 sesiones de clases de cocina (obligatorias) para sexto grado durante el período de enriquecimiento. Además, proporcionan un semestre — aproximadamente 20 sesiones de clases de cocina (opcionales o "electivas") para todos los grados durante el período de enriquecimiento. Durante la sesión de verano, ofrecen a nuestros estudiantes de octavo grado una clase de cocina (obligatoria), que dura una semana completa.

- ¿Los estudiantes tuvieron un número diferente de minutos de actividad física?

Los estudiantes continúan participando en al menos 20 minutos al día de juego libre, en sus clases de educación física programadas regularmente y en clases de enriquecimiento (ver Apéndice A: horarios semanales de clases y enriquecimiento).

Además, durante el año académico, FFFL ofrece un trimestre de clases de acondicionamiento físico (obligatorias) para todos los grados: 5º, 6º, 7º y 8º. Durante la sesión de verano, proporcionan a nuestros chicos de 6º grado y a los chicos de 5º grado una clase de acondicionamiento físico (obligatoria) que dura una semana completa.

FFFL también organiza dos excursiones para los estudiantes de 6º grado los sábados durante el año, generalmente en primavera. En la primera excursión, llevamos a nuestros estudiantes de 6º grado, junto con muchos de sus padres y familiares, al Museo de Ciencia e Industria (MOSI). Allí, los estudiantes recorren el museo y aprenden sobre ciencia, industria y el mundo que los rodea. Generalmente, también tienen la oportunidad de experimentar el curso de cuerdas, lo cual está alineado con el aspecto de acondicionamiento físico del programa de FFFL.



Durante la segunda excursión, nuestros estudiantes de 6° grado, junto con muchos de sus padres y familiares, van al gimnasio y participan en circuitos estructurados de actividad física. Son guiados a través de un día de actividades como yoga, Zumba, spinning, entrenamiento tipo boot camp y raquetbol, todas dirigidas e instruidas por nuestros socios de forma gratuita. Durante los últimos años, los estudiantes han asistido al YMCA, y este año estamos probando un nuevo gimnasio, Epic Boxing, con nuestra socia de FFFL, Esther Solano.

La higiene personal es una parte importante del currículo en todas las clases de educación física. Nuestro Consejero Escolar y los profesores de Ciencias discuten la importancia de mantener una higiene adecuada a diario. Se abordan temas como ducharse, usar desodorante, procedimientos adecuados de lavado de manos, cepillarse los dientes diariamente, entre otros. La correcta eliminación de productos femeninos se discute en grupo dentro de las aulas individuales de las niñas. Estos conceptos se refuerzan a diario en las clases de educación física para asegurar que los estudiantes mantengan una buena higiene.

Política y Procedimientos de Bienestar

- ¿Cambió la escuela las opciones de alimentos disponibles?

No, extendemos nuevamente nuestro contrato con Blessed Kitchen para este año escolar. Los menús se han modificado, según sea necesario, para cumplir completamente con todos los requisitos de nutrición del Programa Nacional de Almuerzos Escolares (NSLP).

- ¿Cambió la participación en el Programa Nacional de Desayuno o Almuerzo Escolar?

No, seguimos participando en el Programa Nacional de Desayuno y Almuerzo Escolar.

- ¿La política y su implementación abordaron los problemas identificados en la evaluación de necesidades?

Por ejemplo:

1. ¿Está haciendo una diferencia? ¿Qué está funcionando?
2. ¿Qué no está funcionando? ¿Cómo se puede aumentar el impacto de la política para mejorar su efecto en la salud de los estudiantes y el aprendizaje académico?

1. Definitivamente está funcionando. Los estudiantes están saludables y asisten a la escuela de manera regular. Academy Prep se enorgullece de tener uno de los porcentajes de asistencia diaria promedio más altos de Florida, con una asistencia diaria promedio actual del 96%.
2. Seguimos trabajando en aumentar el número de estudiantes que desayunan en la escuela de manera regular. Hasta la fecha, nuestro promedio es de 50 estudiantes de un total posible de 116 que eligen desayunar en APT. Aunque los desayunos ofrecidos son bien equilibrados y nutritivos, aproximadamente el 50% de nuestros estudiantes optan por no aprovechar esta opción. La razón principal que se menciona es que, debido al horario de la convocatoria matutina, los estudiantes desayunan en casa o no desayunan en absoluto para llegar a la escuela a tiempo. Una segunda razón es que, debido a las restricciones



dietéticas impuestas por el NSLP ya que nuestras comidas son proporcionadas por un proveedor externo, en lugar de ser preparadas frescamente en el lugar, los estudiantes se vuelven indiferentes con el menú limitado de desayuno. Independientemente de la causa, estamos preocupados de que algunos niños elijan “no comer” hasta la hora del almuerzo. Continuaremos haciendo de esto una prioridad, educando a los estudiantes sobre la importancia de desayunar de manera saludable y trabajando con nuestro proveedor para hacer el menú de desayuno más variado, mientras cumplimos con los requisitos nutricionales del NSLP.

El Apéndice A proporciona un listado de todas las actividades y programas de APT realizados para promover la nutrición, el bienestar y la actividad física.

El Apéndice A ofrece un listado completo de todas las actividades y programas de APT destinados a promover la nutrición, el bienestar y la actividad física.



Apendice A

HORARIO ACADÉMICO 2023-24

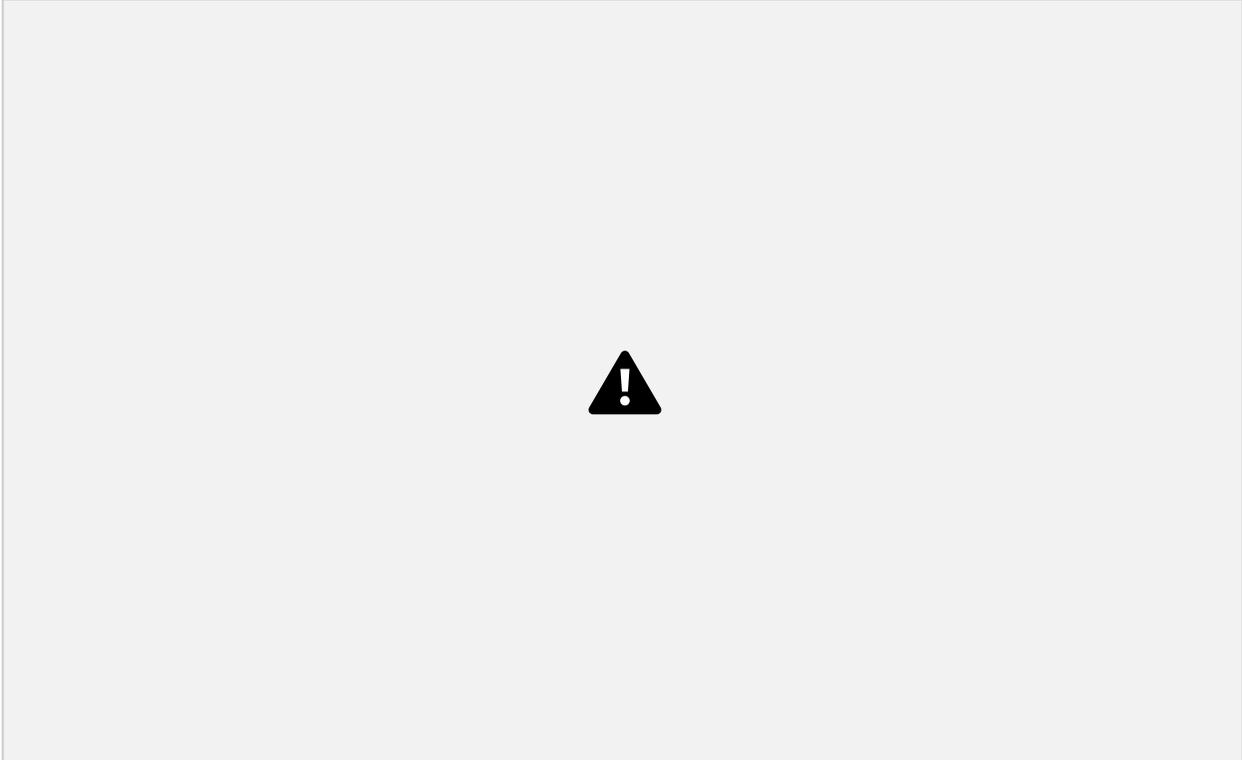
Lunes - Jueves



2:57 - 3:10 Tiempo para estudiantes - merienda
4:15 - 5:25 Enriquecimientos
Incluye currículo que abarca nutrición, bienestar y/o actividad física.



HORARIO ACADÉMICO 2023-24
Viernes



No merienda - Salida temprana
2:43 - 3:43 Enriquecimientos**
Incluye currículo que abarca nutrición, bienestar y/o actividad física.



Actividades de Enrichimiento 2023-24

MONDAYS	TUESDAYS	WEDNESDAYS	THURSDAYS FRIDAYS
Guitarra Avanzada	Bucket Drumming	Drumline	Guitarra Avanzada APT Drumline
Bughouse, Bullet, Blitz	Curso de cuerdas	Estrellas del ajedrez en ascenso	Curso Avanzado De Cuerdas Estrellas del ajedrez Avanzado
Ilustracion	Karate	Artes textiles	Animacion Cocina
Baile Patel	Musica	Golf	Baloncesto masculino Arte de la moda
Positively Puzzling	Inteligencia Alimentaria	Movimiento Consciente	Trucos y trampas Fitness femenino De Chess
Costura y Manualidades	Robotica	Karate Abierto	Baile Patel Club Japonés
Baloncesto masculino	Estudio de Arte	Drama Avanzado	Costura y Manualidades Club de baile Latino
Club de Español		Jardinería Orgánica	Club de Español Mitos y Leyendas
Volleyball		Pickleball	Coro juvenil Guitarra Básica
Coro Juvenil			Equipo de Step Guitarra Básica

Incluye un currículo que abarca nutrición, bienestar y/o actividad física.



Apendice B

Lista de Verificación: Educación Nutricional

No Aplicable = NA, Nuevo Objetivo = G, En Progreso = P, Alcanzado = A

Fecha de Evaluación: 7 de febrero de 2024.

Sección Uno: Directrices Generales e Instrucción en el Aula	
	Se proporcionarán al menos 5 horas de educación nutricional en el aula cada año. A
	La educación nutricional se basará en las Guías Alimentarias para Americanos más recientes. A
	Los maestros podrán obtener recursos recomendados para la educación nutricional en cantidades adecuadas para sus estudiantes. A
	Todos los estudiantes, incluidos aquellos con discapacidades y necesidades especiales de salud, tendrán la oportunidad de participar en una variedad de experiencias de aprendizaje que apoyen el desarrollo de hábitos alimenticios saludables. A
	La instrucción en educación nutricional consistirá en actividades prácticas que involucren a los estudiantes en un aprendizaje participativo, agradable, apropiado para su desarrollo y culturalmente relevante. A
	Las actividades prácticas, como se describió anteriormente, constituirán al menos el 25 por ciento de la instrucción en educación nutricional. (Básico) A
Dos: Exhibiciones en Áreas de Servicio y Comedor	
	Materiales educativos sobre nutrición, atractivos y actualizados, se exhibirán de manera prominente en el área de servicio y se cambiarán trimestralmente. G



		G
	Los maestros discutirán con los estudiantes los materiales educativos sobre nutrición exhibidos en las áreas de comedor.	
	Tres: Eventos durante el día escolar	
		A
	Cada año, algunas aulas individuales participarán en uno o más eventos que estén centrados en la nutrición o que incluyan la nutrición como un componente principal.	
		A
	Un socio comunitario o de medios estará involucrado en al menos un evento escolar a nivel institucional, ya sea ayudando con la planificación o participando activamente en el evento.	

	Cuatro: Familia y Comunidad	
		P
	Se animará a los estudiantes a comenzar cada día con un desayuno saludable y a elegir alimentos nutritivos durante todo el día.	
		A
	Se alentará a los miembros de la comunidad a participar activamente en los programas escolares que brindan educación nutricional.	
	Cinco: Bienestar del Personal	
		A
	La escuela animará a cada miembro del personal a ser un modelo de salud para los estudiantes.	



Actividad Física

No Aplicable = NA, Nuevo Objetivo = G, En Progreso = P, Alcanzado = A

Fecha de Evaluación: Enero 10, 2022.

Directrices Generales y Educación Física	
	<p>Todos los estudiantes, incluidos aquellos con discapacidades, necesidades especiales de salud y en entornos educativos alternativos, tendrán la oportunidad de participar en actividades físicas de moderada a vigorosa de manera regular cada semana durante todo el año escolar.</p> <p style="text-align: right;">A</p>
	<p>Los estudiantes recibirán un mínimo de 100 minutos de educación física por semana.</p> <p style="text-align: right;">A</p>
	<p>Durante las clases de educación física, los estudiantes participarán en actividad física moderada a vigorosa, al menos 15 minutos por día y/o 75 minutos por semana.</p> <p style="text-align: right;">A</p>
	<p>La escuela proporciona un entorno físico y social que fomenta la actividad física segura y placentera para todos los estudiantes, incluidos aquellos que no tienen habilidades atléticas destacadas. Los estudiantes tendrán la oportunidad de participar en actividades físicas para toda la vida (por ejemplo, caminar, bailar, nadar, golf, etc.). Referencia: Horario Semanal de Enriquecimiento.</p> <p style="text-align: right;">A</p>
	<p>El currículo de educación física será secuencial.</p> <p style="text-align: right;">A</p>
	<p>Las clases de educación física tendrán una proporción de estudiantes por maestro que será la misma que en otras clases de la escuela.</p> <p style="text-align: right;">A</p>
	<p>Se dispondrá de equipo adecuado y apropiado para la edad para que todos los estudiantes participen en la actividad física.</p> <p style="text-align: right;">A</p>
	<p>Las instalaciones para la actividad física en el recinto escolar son seguras.</p> <p style="text-align: right;">A</p>
Durante el Día	



	La educación en salud en el aula reforzará los conocimientos y habilidades de auto-manejo necesarios para mantener un estilo de vida físicamente activo y para reducir el tiempo dedicado a actividades sedentarias, como ver televisión.	G
	Cuando las circunstancias hagan necesario que los estudiantes permanezcan en interiores e inactivos durante dos horas o más, se les dará pausas periódicas durante las cuales se les animará a levantarse y estar moderadamente activos.	A
	<u>Receso</u>	
	Los estudiantes tendrán al menos 20 minutos al día de recreo supervisado, preferiblemente al aire libre.	A
	La actividad física de moderada a vigorosa será fomentada verbalmente y a través de la provisión de espacio adecuado y equipo apropiado para la edad.	A
	El recreo se ofrecerá durante el período de almuerzo.	A
	Antes de la Escuela y Enriquecimiento	
	Se fomentará la participación diaria en períodos de actividad física moderada a vigorosa para todos los estudiantes, proporcionando un espacio adecuado, equipo y oportunidades.	A
	Se ofrecerán programas de actividad física extracurricular, como clubes de actividad física o programas intramuros.	A
	Se ofrecerá una variedad de actividades físicas que satisfagan las necesidades, intereses y habilidades de todos los estudiantes, incluyendo niños, niñas, estudiantes con discapacidades y estudiantes con necesidades especiales de atención médica.	A
	Se brindará a todos los estudiantes la oportunidad de estar activos físicamente de manera moderada a vigorosa cada día.	A
	Familia & Comunidad	
	Se proporcionará información para ayudar a las familias a incorporar la actividad física en la rutina de los miembros del hogar.	P



Comité de Bienestar de Academy Prep Center of Tampa, 2023-24

Lincoln Tamayo
Director de la escuela

Tammy Vallone
Administrador de Operaciones

Patricia Douglas
Miembro Activo, APT Board of Trustees

Lisamarie Berrios
Coordinadora de Bienestar y Comidas Federales

Erica Nelson
Administrador de Cocina de Blessed Kitchen, Orlando, FL
Proveedor de APT para el Programa de Comidas Gratuitas y Reducidas

Sharice Morgan
Consejero de Orientación

Emma Augustine
Instructor de Educación Física

Nazrine Beasley
Padre/Madre

Jia D'Haiti
Estudiante