

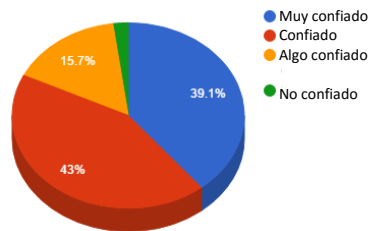
## Encuesta anual sobre el bienestar

Cada año se encuesta al personal del distrito para evaluar su conocimiento sobre la Política sobre el bienestar del Distrito y su habilidad de cumplir con ella. Los siguientes son algunos ejemplos de la encuesta de este año.

### Logros

- 88% de los maestros de primaria informaron que usan incentivos y premios saludables
- 75.6% de los maestros de secundaria informaron que usan incentivos y premios saludables
- 72.5% de los maestros informaron que se sentían confiados o muy confiados sobre su habilidad de poder implementar la Política sobre el bienestar

Informes sobre la confianza de maestros de primaria al implementar la Política sobre el bienestar



### Pasos a seguir

- Continuar trabajando con el personal que informó no saber sobre la política o no sentirse confiado al implementarla
- Continuar promoviendo el bienestar del personal con el tercer reto anual de pasos al día
- Distribuir listas mensuales de consejos para ayudar a las escuelas en su implementación de la política.

## Comité para el Bienestar

El distrito reúne un Comité para el bienestar compuesto de maestros, administradores, y padres de familia. El comité establece metas y supervisa las políticas y programas escolares sobre la salud, incluyendo su desarrollo e implementación, y la revisión y actualización periódica de la Política sobre el bienestar del Distrito.

Para mayor información sobre la Política sobre el bienestar y/o como usted puede participar, favor de visitar nuestra página o llame al número que aparece abajo.

Bonnie Carter,  
Directora, Responsabilidad Académica

### Mesa Directiva de BUSD

Sue ElHessen, Ed.D, Presidente

Laura Sanchez-Ramirez,  
Vice Presidente

Debbie Cuadros, Funcionaria

Jerry Cleveland, Miembro

Paul Helzer, D.C. PhD, Miembro

Brian Jacobs, Ed.D., Superintendente

### Distrito escolar unificado de Bellflower

16703 South Clark Avenue

Bellflower, California 90706

(562) 866-9011

[www.busd.k12.ca.us](http://www.busd.k12.ca.us)

## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE BELLFLOWER

### Informe anual sobre el Bienestar 2017



El Distrito escolar unificado de Bellflower se compromete a ofrecer ambientes educativos seguros y saludables y a promover y proteger la salud, el bienestar y la habilidad de los estudiantes de aprender por medio de apoyar la alimentación saludable y la actividad física.



## Aulas saludables

BUSD recomienda el uso de premios o reconocimientos no alimenticios para cumpleaños, cumplimiento de metas académicas u otros logros.

- ◆ Crear un rótulo, botón, o distintivo que el estudiante pueda llevar puesto.
- ◆ Permitir que el estudiante elija un libro y pedir que el director o un invitado especial lo lea a la clase.
- ◆ Lápices o separadores de páginas especiales

## Recaudaciones de fondos saludables

Todo alimento que se venda a los estudiantes en el plantel escolar deberá cumplir con requisitos nutritivos estatales y federales. Se recomienda que las escuelas utilicen eventos de recaudación de fondos no alimenticios y que promuevan la actividad física.

### Eventos de recaudación de fondos sugeridos:

- Feria de libros, exhibición de arte estudiantil, concierto, presentación de talentos
- Maratones de troteo y baile, torneos deportivos
- Subastas, noches de juegos, competencia de centavos, colección de reciclaje
- Artículos no alimenticios para vender: artículos con emblema escolar, calendarios, libros de cupones, tarjetas de descuento

## Programa de comidas escolares

El programa de comidas escolares se propone a mejorar la dieta y la salud de los estudiantes, ayudar a mitigar la obesidad infantil, modelar una alimentación saludable, apoyar el desarrollo de patrones alimenticios saludables de por vida y apoyar las necesidades dietéticas especiales y cuando sea posible, apoyar las preferencias culturales de alimentos.

### Las comidas escolares ofrecen:

- Una variedad colorida de frutas y verduras
- Solo alimentos ricos en grano entero
- Carnes bajas en grasa/bajas en sodio/alternativas a carne
- Leche con 1%/sin grasa
- Límite en calorías/tamaño de porción apropiada para la edad
- < 10% grasas saturadas
- Cero gramos de grasas no saturadas
- Restricciones en sodio



## Educación Física

El distrito ofrecerá educación física a los estudiantes utilizando un currículo secuencial y apropiado para la edad, de acuerdo a las normas nacionales y estatales para la educación física.

### Requisitos de educación física:

- Primaria: ≥ 200 minutos cada 10 días
- Secundaria/Preparatoria: ≥ 400 minutos cada 10 días.



## Actividad Física

Los niños y adolescentes deben participar en **60 minutos** de actividad física cada día. BUSD se compromete a ofrecer oportunidades de actividad física mediante: educación física, recreo, actividades físicas en el salón, llegar a la escuela caminando o en bicicleta de manera segura, y otros programas

**Pruebas de condición física:** Estudiantes en grados; 5, 7, y 9 presentan pruebas de condición física cada año en la escuela. Los resultados de estas pruebas se comparten con los padres de familia.