

# **Resurrection School Wellness Policy**

Adopted in August 2020. To be reviewed and revised in May of each year, beginning May 2023 to ensure public participation, transparency and implementation.

## **WELLNESS POLICY STATEMENT**

The school has adopted this policy and filed it with the State of Ohio, ensuring that the school will teach and model good nutrition guidelines to the students. Anyone wishing to review the policy may call the office for a copy or come in and view it in the school office.

## **DECLARACIÓN DE POLÍTICA DE BIENESTAR**

La escuela ha adoptado esta política y la ha presentado ante el Estado de Ohio, asegurándose de que la escuela enseñará y modelará pautas de buena nutrición para los estudiantes. Cualquier persona que desee revisar la política puede llamar a la oficina para obtener una copia o venir y verla en la oficina de la escuela.

### **1. Goals of the program**

#### **A. Nutrition education**

- i. Resurrection School will implement the health objectives relating to diet, nutrition and exercise as stated in the 2002 Archdiocesan Graded Course of Study for Science and Health.
  
- ii. Nutrition guidelines, food pyramid charts, suggestions for healthy food choices and/or other messages related to health and nutrition will be posted in or near the school cafeteria.
  
- iii. School lunch periods will be scheduled so as to provide nourishment within a 20 minute time frame and the breakfast program is scheduled for 20 minutes. There is a three hour period between the two meals.

## **B. Physical activity**

- i. All students are scheduled to and expected to participate in the school's physical education program.
- ii. Physical education program implements the objectives of the Archdiocesan Graded Course of Study for Physical Education.
- iii. All classes will have access to recess according to the school's schedule. 20 minutes grades PK-3, 20 minutes grades 4-8.
- iv. Discipline will be administered in ways other than depriving a student of recess or physical education class. *(students may be required to walk, run laps or do appropriate physical activities in lieu of free play time)*
- v. Students will be encouraged to participate in community sports programs, and to be physically active outside of school.

## **C. Other school-based activities**

- i. The School encourages the use of non-food rewards for student behavior. Extra recess is one example of a reward.
- ii. The school further encourages teachers and parents to provide healthy snacks, and to minimize sugary treats for classroom celebrations.
- iii. Schools are encouraged to consider healthy food or non-food fundraisers. Resurrection School will allow only one food fundraiser per year.
- iv. The school will provide parent education on nutrition and the benefits of physical activity through the weekly newsletters and parent meetings during the course of the school year.
- v. Teacher will be offered training in nutrition as needed, and in physical activities conducive to learning and appropriate for classrooms.

## **2. Nutrition guidelines for all foods available on school campus during the school day**

- i. The School lunch program will follow nutritional guidelines established by Ohio Department of Education, Office of Child Nutrition Services (Resurrection School will evaluate food products sold on their premises, and set nutritional guidelines for all food and beverages available on campus.
- ii. Drinking fountains and/or water coolers are available in the building on every level.

## **2. Guidelines for reimbursable school meals**

- i. Resurrection School will continue to follow the state and federal guidelines and procedures for reimbursement for school lunch, and breakfast programs. All students who complete the paperwork will be offered a free breakfast and lunch no matter the status of the parents.
- ii. Resurrection School will apply for any grant that will support improving eating habits and physical education of the students.

## **3. Plan for measuring implementation of the local wellness policy**

- i. Resurrection School will survey students and/or parents on eating choices and behavior and physical activity outside of school annually.
- ii. Number of students participating in extracurricular activities and the amount of time spent on those weekly could be included in evaluating the policy.

## **4. Community involvement in the development of the plan**

- i. The wellness committee will revisit the wellness policy annually to revise, update, or amend the policy as needed. This committee consists

of at least 2 teachers, a social worker, the principal or assistant principal, a community member and at least one parent.

## **Escuela de Resurrección Política de Bienestar de la**

Adoptado en agosto de 2020. Se revisará y revisará en mayo de cada año, a partir de mayo de 2023 para garantizar la participación pública, la transparencia y la implementación.

### **1. Objetivos del programa**

#### **A. Educación nutricional**

- i. La Escuela Resurrección implementará los objetivos de salud relacionados con la dieta, la nutrición y el ejercicio tal como se establece en el Curso de estudio graduado de ciencia y salud de la Arquidiócesis de 2002.
- ii. Las pautas de nutrición, los gráficos de la pirámide de alimentos, las sugerencias para elegir alimentos saludables y/u otros mensajes relacionados con la salud y la nutrición se publicarán en o cerca de la cafetería de la escuela.
- iii. Los períodos de almuerzo escolar se programarán para proporcionar alimento dentro de un marco de tiempo de 20 minutos y el programa de desayuno está programado para 20 minutos. Hay un período de tres horas entre las dos comidas.

#### **B. Actividad física**

- i. Todos los estudiantes están programados y se espera que participen en el programa de educación física de la escuela.
- ii. El programa de educación física implementa los objetivos del Curso Arquidiocesano Graduado de Estudio de Educación Física.

iii. Todas las clases tendrán acceso al recreo de acuerdo al horario de la escuela. 20 minutos grados PK-3, 20 minutos grados 4-8.

iv. La disciplina se administrará de otra manera que no sea privar a un estudiante del recreo o de la clase de educación física. *(Es posible que se requiera que los estudiantes caminen, corran o realicen actividades físicas apropiadas en lugar de tiempo de juego libre)*

v. Se alentará a los estudiantes a participar en programas deportivos comunitarios y a estar físicamente activos fuera de la escuela.

### **C. Otras actividades escolares**

i. La escuela fomenta el uso de recompensas no alimentarias por el comportamiento de los estudiantes. El recreo adicional es un ejemplo de una recompensa.

ii. La escuela alienta además a los maestros y padres a proporcionar refrigerios saludables y minimizar las golosinas azucaradas para las celebraciones en el salón de clases.

iii. Se alienta a las escuelas a que consideren recaudar fondos con alimentos saludables o no alimentarios. Resurrection School permitirá solo una recaudación de fondos de alimentos por año.

iv. La escuela brindará educación a los padres sobre nutrición y los beneficios de la actividad física a través de boletines semanales y reuniones de padres durante el transcurso del año escolar.

v. Se ofrecerá a los maestros capacitación en nutrición según sea necesario y en actividades físicas conducentes al aprendizaje y apropiadas para las aulas.

## **2. Pautas de nutrición para todos los alimentos disponibles en el campus escolar durante el día escolar**

i. El programa de almuerzos escolares seguirá las pautas nutricionales establecidas por la Oficina de Servicios de Nutrición Infantil del

Departamento de Educación de Ohio (Resurrection School evaluará los productos alimenticios que se venden en sus instalaciones y establecerá pautas nutricionales para todos los alimentos y bebidas disponibles en el campus.

ii. Fuentes de agua potable y/o enfriadores de agua están disponibles en el edificio en cada nivel.

## **2. Lineamientos para alimentación escolar reembolsable**

i. Resurrection School continuará siguiendo las pautas y procedimientos estatales y federales para el reembolso de los programas de desayuno y almuerzo escolar. A todos los estudiantes que completen el papeleo se les ofrecerá un desayuno y almuerzo gratis sin importar el estado de los padres.

ii. Resurrection School solicitará cualquier subvención que apoye la mejora de los hábitos alimentarios y la educación física de los alumnos.

## **3. Plan para medir la implementación de la política local de bienestar**

i. La Escuela Resurrección encuestará a los estudiantes y/o padres sobre opciones de alimentación y comportamiento y actividad física fuera de la escuela anualmente.

ii. de estudiantes que participan en actividades extracurriculares y la cantidad de tiempo que dedican a ellas semanalmente podrían incluirse en la evaluación de la política.

## **4. Participación de la comunidad en el desarrollo del plan**

i. El comité de bienestar revisará la política de bienestar anualmente para revisar, actualizar o modificar la política según sea necesario. Este comité consta de al menos 2 maestros, un trabajador social, el director o subdirector, un miembro de la comunidad y al menos un padre.