

## **Wellness Policy – Atkinson County School System**

In accordance with Federal Public Law (PL 108.265 Section 204), the Atkinson County Wellness Committee submits the following guidelines as a Local Wellness Policy to be implemented in the Atkinson County School System. These guidelines were developed with input from school food services, school nutrition department and staff, administrators, school board representatives, parents, students, and the public.

Recognizing the importance of a learning environment where students and staff learn and practice healthy habits, the Atkinson County School District developed a Wellness Plan that includes:

1. Goals for nutrition education, physical activity and other school –based activities designed to promote student wellness
2. Nutrition guidelines for all foods available on each school campus
3. Establishes a plan that measures implementation of this policy
4. Involves key stakeholders in the development of the system wellness plan

The system is committed to providing a school environment that promotes and protects student wellness, proper nutrition, nutrition education, and regular physical activity as part of the total learning experience. In a healthy school environment, students will learn about and participate in positive dietary and lifestyle practices that can improve student achievement.

The Atkinson County School System promotes the development of healthy eating habits and exercise. The school system Wellness Plan and Wellness Goals have been developed by a committee of stakeholders. The Wellness Plan and Goals are available to be viewed on the School Nutrition link of the system webpage [www.atkinson.k12.ga.us](http://www.atkinson.k12.ga.us) The first Triennial assessment shall be completed prior to June 30, 2020 and every 3<sup>rd</sup> year to follow. Postings on school system website, system Facebook page, and signage in school sites will encourage public participation in the review and revision of the Atkinson County Wellness Plan.

### Rationale:

The link between nutrition, physical activity, and learning is well documented. Healthy eating and activity patterns are essential for students to achieve their full academic potential, full physical and mental growth, and lifelong health and well-being. Healthy eating and physical activity, essential for a healthy weight are also linked to reduced risk for Type II diabetes, cardiovascular disease and many other chronic diseases. Schools have a responsibility to help students learn, establish, and maintain lifelong healthy eating and activity patterns. Well-planned and effectively implemented school nutrition and fitness programs have been shown to enhance student's overall health, as well as their behavior and academic achievement in school. Staff wellness is also an integral part of a healthy school environment, since school staff can be daily role models for healthy behaviors.

### Stakeholders

The District Wellness Committee membership shall represent all school levels; school nurses; physical education teachers; school board members; students; parents; health professionals and the general public.

### Nutrition Guidelines

To the extent practicable, all schools in the district shall participate in available federal school meal programs. All foods and beverages made available on campus during the school day shall be consistent with the requirements of federal and state law. Guidelines for reimbursable school meals shall not be less restrictive than regulations and guidance issued by the U. S. Secretary pursuant to the Child Nutrition Act and the Richard B. Russell National School Lunch Act, as those regulations and guidance apply to schools. The Superintendent or designee shall develop procedures for operation of school food services at each school during the day with the objectives of promoting school health and reducing childhood obesity.

### **A. Nutrition Education**

1. The District will teach, encourage, and support healthy eating by students.
2. The primary goal of nutrition education is to positively influence students' eating behaviors. Nutrition education is an integral part of the school health education program. School nutrition staff will be available as a resource to teachers and staff.
3. Continuing professional learning will be provided for all School Nutrition staff members. The professional learning and training programs shall comply with all requirements imposed by federal and state law and State Board of Education rules. System level supervisory school nutrition personnel shall meet the certification requirements imposed by federal and state law and rules promulgated by the State Board of Education.
4. Georgia CCGPS standards in health education address nutrition and physical activity. Students in grades PRE-K – 12 will receive nutrition education that is age appropriate, reflects student cultures, is interactive and teaches the life skills needed to adopt healthy eating behaviors. These standards will be integrated into the core curricular areas as appropriate.
5. The school cafeteria will serve as a learning laboratory to support classroom instruction through menu offerings, point-of-sale information, signage, and bulletin board displays.
6. Fruits, vegetables, whole grain products, low-fat and fat-free dairy products, healthy food preparation methods, healthy food preparation methods, and health-enhancing nutrition practices will be promoted to students and staff.
7. School nutrition personnel shall have primary responsibility over meal accountability.
8. Each food service facility will have at least one school nutrition employee on site that is certified as a food safety manager (SERV Safe) in compliance with federal and state law and rules promulgated by the State Board of Education.

#### **B. Nutrition Promotion**

1. The system and schools shall promote best practices in nutrition in compliance with federal and state requirements.
2. Nutrition education will be evident in the school dining room through posters and bulletin board displays.
3. Nutrition education will involve sharing information with families and the broader community to positively impact students and the health of the community.
4. School district will provide information to families that encourage them to teach their children about health and nutrition and to provide nutritious meals for their families.
5. Students will be encouraged to start each day with a healthy breakfast. Child Nutrition Programs comply with federal, state and local requirement. Child Nutrition Programs are accessible to all children.
6. During the school day, schools will promote and encourage healthy food choices (cafeteria, a la carte, classroom snacks, after school program snacks, vending and fundraising) that are consistent with nutrition education curriculum.
7. Nutrition information is provided to stakeholders in the form of handouts, postings on the school website, social media, parent meetings, or presentations that positively impacts student and community health.

#### **C. Physical Activity**

1. Recommend that all grades K-12 incorporate 30 minutes of daily physical education instruction, by a certified teacher, into their master schedule according to National Standard for Physical Education (NASPE).
2. Students will be encouraged to be involved in physical activity in the community, school sponsored events, and extracurricular activities.
3. Students in grades 3-5 will utilize the Fitness gram to annually test and evaluate their individual fitness levels. Students in grades 6-12 will annually utilize a research-based fitness test to measure and evaluate their individual fitness level.

#### **D. Other School-Based Activities Designed to Promote Student Wellness**

1. Provide on-going education for faculty, staff, and students in the areas of nutrition and physical

education, to include Atkinson County Health Department, Atkinson County Extension Services

Programs, American Diabetic Association, American Heart Association, and the American Cancer Society.

2. School fundraising shall be encouraged to offer healthy food choices or non-food sales.
3. Encourage student participation in school extracurricular activities through student handbooks and school announcements. Healthy food choices shall be available at these activities when food is sold.
4. Provide opportunity for school nurses to conduct screenings of students for health-related issues such as hearing, vision, scoliosis, weight and height.
5. School nurse facilitate annual training for first aid, cardio-pulmonary resuscitation (CPR), and other health related instruction for faculty and staff.

#### E. Nutrition Standards for All Foods Available on School Campus during the School Day

In order to promote healthy eating habits:

1. The School Nutrition Program will ensure that reimbursable school meals meet the school nutrition program requirements and nutrition standards set forth under relevant federal and state regulations. Student meals will meet the USDA Nutrition Standards as well as provide sufficient choices, including new foods and foods prepared in new ways, to meet the taste preferences of diverse student populations. The School Nutrition Program will provide a choice of menus or items within required food selections in all schools where students may refuse food items offered. All foods and beverages made available on school campuses during the school day, must comply with the USDA Dietary Guidelines for Americans (2010). Nutritional information of all foods sold at school in the school nutrition program will be available upon request. School nurse and lunchroom manager will have a master list of foods and their nutritional information as well as a future posting of a link on the school web site.
2. The foods and beverages sold and served outside of the school meal programs (i.e., “competitive” foods and beverages) will meet the USDA Smart Snacks in School nutrition standards, at a minimum. The Smart Snack compliance also applies to all foods served in parties, classroom snacks, and food provided as rewards. Marketing of food and beverages sold to students during the school day must adhere to USDA Smart Snack regulations.
3. Smart Snacks aim to improve student health and well-being, increase consumption of healthful foods during the school day, and create an environment that reinforces the development of healthy eating habits. A summary of the standards and information are available at: <http://www.fns.usda.gov/healthierschoolday/tools-schools-smart-snacks>. The Alliance for a Healthier Generation provides a set of tools to assist with implementation of Smart Snacks available at [www.healthiergeneration.org/smartsnacks](http://www.healthiergeneration.org/smartsnacks).
4. To support healthy food choices and improve student health and well-being, all foods and beverages outside the reimbursable school meal programs that are sold to students on the school campus during the school day will meet or exceed the USDA Smart Snacks nutrition. These standards will apply in all locations and through all services where foods and beverages are sold, which may include, but are not limited to, a la carte options in cafeterias, vending machines, school stores, and snack or food carts. If the Principal approves the sale of competitive food at school: All income from the sale of such foods must accrue to the benefit of the nonprofit school food service; or the school or school organizations approved by the Principal. They must be sold in locations other than the dining, serving, and kitchen areas. To promote hydration, free, safe, unflavored drinking water will be available to all students throughout the school day and throughout every school campus. The District will make drinking water available where school meals are served during mealtimes.

#### Plan for Measurement and Implementation

- The System Wellness Committee may consist of administrators, teachers, physical educators, school nutrition manager, health educators, school nurses, counselors, parents, and students
- The online abridged version of the CDC’s School Health Index <https://www.cdc.gov/healthyschools/shi/> shall be used to assess and improve the school’s physical

activity, healthy eating, and overall school wellness initiatives. The Index should be used annually to measure progress by the committee.

- The Committee will utilize the results of the Index assessment to revise and update the school's wellness plan.
- The District Wellness Committee will be available to aid and resources to focus training and support for student and staff wellness initiatives.
- The School District Supervisor or designee shall be responsible for overseeing the implementation of the wellness policy and measures for evaluation.

A comprehensive Triennial evaluation of the Wellness Plan shall be completed prior to June 30, 2020 and every three years. Public participation in the review and revision of the Atkinson County Wellness Plan is encouraged. The notice of public participation shall be posted on the school system webpage, on system Facebook page, and in schools. Contact information shall be updated as needed.

## **Política de Bienestar – Sistema Escolar del Condado de Atkinson**

De acuerdo con la Ley Pública Federal (PL 108.265 Sección 204), el Comité de Bienestar del Condado de Atkinson presenta las siguientes pautas como una Política de Bienestar Local que se implementará en el Sistema Escolar del Condado de Atkinson. Estas directrices se desarrollaron con las aportaciones de los servicios de alimentos escolares, el departamento de nutrición escolar y el personal, los administradores, los representantes de la junta escolar, los padres, los estudiantes y el público.

Reconociendo la importancia de un ambiente de aprendizaje donde los estudiantes y el personal aprenden y practican hábitos saludables, el Distrito Escolar del Condado de Atkinson desarrolló un Plan de Bienestar que incluye:

5. Objetivos para la educación nutricional, la actividad física y otras actividades basadas en la escuela diseñadas para promover el bienestar de los estudiantes
6. Pautas nutricionales para todos los alimentos disponibles en cada campus escolar
7. Establece un plan que mide la implementación de esta política
8. Involucra a las partes interesadas clave en el desarrollo del plan de bienestar del sistema

El sistema está comprometido a proporcionar un ambiente escolar que promueva y proteja el bienestar de los estudiantes, la nutrición adecuada, la educación nutricional y la actividad física regular como parte de la experiencia de aprendizaje total. En un ambiente escolar saludable, los estudiantes aprenderán y participarán en prácticas dietéticas y de estilo de vida positivas que pueden mejorar el logro de los estudiantes.

El Sistema Escolar del Condado de Atkinson promueve el desarrollo de hábitos alimenticios saludables y ejercicio. El sistema escolar Wellness Plan and Wellness Goals ha sido desarrollado por un comité de partes interesadas. El Plan de Bienestar y los Objetivos están disponibles para ser vistos en el enlace de Nutrición Escolar de la página web del sistema [www.atkinson.k12.ga.us](http://www.atkinson.k12.ga.us) Los primeros evaluadores trienales se completarán antes del 30 de junio de 2020 y cada 3<sup>er</sup>. Las publicaciones en el sitio web del sistema escolar, la página de Facebook del sistema y la señalización en los sitios escolares fomentarán la participación de public en la revisión y revisión del Plan de Atkinson County Wellnes.

### Fundamento:

El vínculo entre la nutrición, la actividad física y el aprendizaje está bien documentado. Los patrones de alimentación y actividad saludables son esenciales para que los estudiantes alcancen todo su potencial académico, pleno crecimiento físico y mental, y salud y bienestar de por vida. La alimentación saludable y la actividad física, esenciales para un peso saludable, también están relacionadas con la reducción del riesgo de diabetes tipo II, enfermedades cardiovasculares y muchas otras enfermedades crónicas. Las escuelas tienen la responsabilidad de ayudar a los estudiantes a aprender, establecer y mantener patrones de alimentación y actividad saludables para toda la vida. Se ha demostrado que los programas de nutrición y acondicionamiento físico escolar bien planificados y efectivamente implementados mejoran la salud general de los estudiantes, así como su comportamiento y rendimiento académico en la escuela. El bienestar del personal también es una parte integral de un ambiente escolar saludable, ya que el personal de la escuela puede ser modelos a seguir diariamente para comportamientos saludables.

### participantes

La membresía del Comité de Bienestar del Distrito representará todos los niveles escolares; enfermeras escolares; profesores de educación física; miembros de la junta escolar; estudiantes; padres; profesionales de la salud y el público en general.

### Pautas nutricionales

En la medida de lo posible, todas las escuelas del distrito participarán en los programas de comidas escolares federales disponibles. Todos los alimentos y bebidas disponibles en el campus durante el día escolar serán

consistentes con los requisitos de la ley federal y estatal. Las pautas para las comidas escolares reembolsables no serán menos restrictivas que las regulaciones y directrices emitidas por el Secretario de los Estados Unidos de conformidad con la Ley de Nutrición Infantil y el

B. Russell National School Lunch Act, como esas regulaciones y orientación se aplican a las escuelas. El Superintendente o designado desarrollará procedimientos para la operación de los servicios de alimentos escolares en cada escuela durante el día con el objetivo de promover la salud escolar y reducir la obesidad infantil.

#### F. Educación Nutricional

1. El Distrito enseñará, alentará y apoyará la alimentación saludable por parte de los estudiantes.
2. El objetivo principal de la educación nutricional es influir positivamente en los comportamientos alimentarios de los estudiantes. La educación nutricional es una parte integral del programa de educación para la salud escolar. El personal de nutrición escolar estará disponible como un recurso para los maestros y el personal.
3. Se proporcionará un aprendizaje profesional continuo para todos los miembros del personal de Nutrición Escolar. Los programas de aprendizaje y capacitación profesional deberán cumplir con todos los requisitos impuestos por la ley federal y estatal y las reglas de la Junta Estatal de Educación. El personal de nutrición de la escuela supervisora a nivel del sistema deberá cumplir con los requisitos de certificación impuestos por la ley federal y estatal y las reglas promulgadas por la Junta Estatal de Educación.
4. Las normas de Georgia CCGPS en educación para la salud abordan la nutrición y la actividad física. Los estudiantes en los grados PRE-K – 12 recibirán educación nutricional que es apropiada para la edad, refleja las culturas estudiantiles, es interactivo y enseña las habilidades para la vida necesarias para adoptar comportamientos alimenticios saludables. Estas normas se integrarán en las esferas curriculares básicas, según proceda.
5. La cafetería de la escuela servirá como un laboratorio de aprendizaje para apoyar la instrucción en el aula a través de ofertas de menú, información de punto de venta, señalización y exhibiciones de tableros de anuncios.
6. Las frutas, las verduras, los productos de cereales integrales, los productos lácteos libres de grasa y los métodos de preparación de alimentos saludables, los métodos de preparación de alimentos saludables y las prácticas nutricionales que mejoran la salud serán promovidos a los estudiantes y al personal.
7. El personal de nutrición escolar tendrá la responsabilidad principal sobre la rendición de cuentas de las comidas.
8. Cada instalación de servicio de alimentos tendrá al menos un empleado de nutrición escolar en el lugar que está certificado como gerente de seguridad alimentaria (SERV Safe) de conformidad con las leyes federales y estatales y las reglas promulgadas por la Junta Estatal de Educación.

#### G. Promoción nutricional

1. El sistema y las escuelas promoverán las mejores prácticas en nutrición de conformidad con los requisitos federales y estatales.
2. La educación nutricional será evidente en el comedor de la escuela a través de carteles y exhibiciones de tableros de anuncios.
3. La educación nutricional implicará compartir información con las familias y la comunidad en general para impactar positivamente a los estudiantes y la salud de la comunidad.
4. El distrito escolar proporcionará información a las familias que los aliente a enseñar a sus hijos sobre salud y nutrición y a proporcionar comidas nutritivas para sus familias.
5. Se animará a los estudiantes a comenzar cada día con un desayuno saludable. Los Programas de Nutrición Infantil cumplen con los requisitos federales, estatales y locales. Los Programas de Nutrición Infantil son accesibles para todos los niños.
6. Durante el día escolar, las escuelas promoverán y fomentarán opciones de alimentos saludables (cafetería, a la carta, refrigerios en el aula, refrigerios del programa después de la escuela, venta y recaudación de fondos) que sean consistentes con el plan de estudios de educación nutricional.



7. La información nutricional se proporciona a las partes interesadas en forma de folletos, publicaciones en el sitio web de la escuela, redes sociales, reuniones de padres o presentaciones que afectan positivamente la salud de los estudiantes y la comunidad.

#### H. Actividad física

1. Recomendar que todos los grados K-12 incorporen 30 minutos de instrucción de educación física diaria, por un maestro certificado, en su programación de acuerdo con la Norma Nacional para la Educación Física (NASPE).
2. Se alentará a los estudiantes a participar en la actividad física en la comunidad, eventos patrocinados por la escuela y actividades extracurriculares.
3. Los estudiantes en los grados 3-5 utilizarán el gramó Fitness para probar y evaluar anualmente sus niveles de aptitud individual. Los estudiantes en los grados 6-12 utilizarán anualmente una prueba de aptitud basada en la investigación para medir y evaluar su nivel de aptitud individual.

#### I. Otras actividades basadas en la escuela diseñadas para promover el bienestar de los estudiantes

1. Proporcionar educación continua para profesores, personal y estudiantes en las áreas de nutrición y educación física, para incluir al Departamento de Salud del Condado de Atkinson, Servicios de Extensión del Condado de Atkinson, American Diabetic Association, American Heart Association y la American Cancer Society.
2. Se alentará a la recaudación de fondos escolares a ofrecer opciones de alimentos saludables o ventas no alimentarias.
3. Fomentar la participación de los estudiantes en las actividades extracurriculares de la escuela a través de manuales estudiantiles y anuncios escolares. Las opciones de alimentos saludables estarán disponibles en estas actividades cuando se vendan alimentos.
4. Proporcionar la oportunidad para que las enfermeras escolares realicen exámenes de los estudiantes para problemas relacionados con la salud, como la audición, la visión, la escoliosis, el peso y la estatura.
5. La enfermera escolar facilita la capacitación anual para primeros auxilios, reanimación cardiopulmonar (RCP) y otras instrucción relacionadas con la salud para profesores y personal.

#### J. Normas nutricionales para todos los alimentos disponibles en el campus escolar

durante el día escolar con el fin de promover hábitos alimenticios saludables:

1. El Programa de Nutrición Escolar se asegurará de que las comidas escolares reembolsables cumplan con los requisitos del programa de nutrición escolar y los estándares de nutrición establecidos bajo las regulaciones federales y estatales pertinentes. Las comidas para estudiantes cumplirán con las Normas de Nutrición del USDA, así como proporcionarán opciones suficientes, incluyendo nuevos alimentos y alimentos preparados de nuevas maneras, para satisfacer las preferencias de sabor de diversas poblaciones estudiantiles. El Programa de Nutrición Escolar proporcionará una selección de menús o artículos dentro de las selecciones de alimentos requeridas en todas las escuelas donde los estudiantes pueden rechazar los alimentos ofrecidos. Todos los alimentos y bebidas disponibles en los campus escolares durante el día escolar, deben cumplir con las Pautas Alimentarias del USDA para Estadounidenses (2010). La información nutricional de todos los alimentos vendidos en la escuela en el programa de nutrición escolar estará disponible bajo petición. Enfermera de la escuela y el gerente de la sala de almuerzo tendrá una lista maestra de alimentos y su información nutricional, así como una futura publicación de un enlace en el sitio web de la escuela.
2. Los alimentos y bebidas vendidos y servidos fuera de los programas de comidas escolares (es decir, alimentos y bebidas "competitivos") cumplirán con los estándares de nutrición de USDA Smart Snacks in School, como mínimo. El cumplimiento de Smart Snack también se aplica a todos los alimentos servidos en fiestas, refrigerios en el salón de clases y alimentos proporcionados como recompensas. La comercialización de alimentos y bebidas vendidos a los estudiantes durante el día escolar debe cumplir con las regulaciones del USDA Smart Snack.

3. Smart Snacks tiene como objetivo mejorar la salud y el bienestar de los estudiantes, aumentar el consumo de alimentos saludables durante el día escolar, y crear un ambiente que refuerce el desarrollo de hábitos alimenticios saludables. Puede consultarse un resumen de las normas y la información en: <http://www.fns.usda.gov/healthierschoolday/tools-schools-smart-snacks>. La Alianza para una Generación Más Saludable proporciona un conjunto de herramientas para ayudar con la implementación de Smart Snacks disponibles en [www.healthiergeneration.org/smartsnacks](http://www.healthiergeneration.org/smartsnacks).
4. Para apoyar las opciones de alimentos saludables y mejorar la salud y el bienestar de los estudiantes, todos los alimentos y bebidas fuera de los programas de comidas escolares reembolsables que se venden a los estudiantes en el campus escolar durante el día escolar se reunirán o excederán la nutrición de USDA Smart Snacks. Estas normas se aplicarán en todos los lugares y a través de todos los servicios donde se vendan alimentos y bebidas, que pueden incluir, pero no se limitan a, opciones a la carta en cafeterías, máquinas expendedoras, tiendas escolares y carritos de aperitivos o alimentos.  
Si el Director aprueba la venta de alimentos competitivos en la escuela: Todos los ingresos de la venta de dichos alimentos deben acumularse en beneficio del servicio de alimentos escolares sin fines de lucro; o las organizaciones escolares u escolares aprobadas por el Director. Deben venderse en lugares distintos de las áreas de comedor, servicio y cocina. Para promover la hidratación, el agua potable gratuita, segura y sin sabor estará disponible para todos los estudiantes durante todo el día escolar y durante todos los campus escolares. El Distrito hará que el agua potable esté disponible donde se sirven comidas escolares durante las comidas.

#### Plan de medición e implementación

- El Comité de Bienestar del Sistema puede consistir en o s eres administrador, profesor, educadores físicos, gerente s de nutrición escolar, educadores de salud, enfermeras escolares, consejeros, padres y estudiantes s
- La versión abreviada en línea del índice de salud escolar de los CDC <https://www.cdc.gov/healthyschools/shi/> se utilizará para evaluar y mejorar la actividad física, la alimentación saludable y las iniciativas generales de bienestar escolar de la escuela. El índice debe utilizarse anualmente para medir el progreso del comité.
- El Committee utilizará los resultados de la evaluación del índice para revisar y actualizar el plan de bienestar de la escuela.
- El Comité de Bienestar del Distrito estará disponible para ayudar y recursos para enfocar la capacitación y el apoyo a las iniciativas de bienestar de estudiantes y personal.
- El Supervisor del Distrito Escolar o designado será responsable de supervisar la implementación de la política de bienestar y las medidas de evaluación.

Una evaluación trienal integral del Plan de Bienestar se completará antes del 30 de junio de 2020 y cada tres años. Se alienta la participación del público en la revisión y revisión del Plan de Bienestar del Condado de Atkinson. El aviso de participación pública se publicará en la página web del sistema escolar, en la página de Facebook del sistema y en las escuelas. La información de contacto se actualizará según sea necesario



