2025-2026
RISE Charter School
Local Wellness Policy

Area 1 - NUTRITION EDUCATION

RISE Charter School is committed to providing a school environment that enhances learning and development of lifelong wellness practices.

Nutrition Education Goals

- Scholars in grades K-8 receive nutrition education that is interactive and teaches the skills they need to adopt healthy eating behaviors.
- Nutrition education is offered in the classroom, with coordination between the food service staff and teachers when applicable.
- Scholars receive consistent nutrition messages throughout schools, classrooms, cafeterias, homes, community and media.
- Nutrition is integrated into the core curricula (e.g., math, science, language arts).
- Nutrition education and marketing reflects scholar's cultures
- Staff who provide nutrition education have appropriate training.

Area 2 - PHYSICAL ACTIVITY

The primary goal for a school's physical activity component is to provide opportunities for every scholar to develop the knowledge and skills for specific physical activities, maintain physical fitness, regularly participate in physical activity, and to teach scholars the short- and long-term impacts of a physically active and healthful lifestyle.

Physical Activity Goals

- Scholars are given opportunities for physical activity during the school day through physical education classes, daily recess periods, and the integration of physical activity into the academic curriculum.
- Our school should work with the community to create an environment that is safe and supportive of scholars' physically active commuting to and from school (walk, bike, rollerblade, or skateboard).
- Our school encourages parents and guardians to support their children's participation in physical activity, to be physically active role models, and include physical activity in family events.
- School provides training to enable teachers, and other school staff to promote enjoyable, lifelong physical activity among scholars.
- At a minimum, scholars should have 30 minutes of physical activity on most, preferably all, days of the week.
- Scholars have access to multiple after-school activities that encourage physical activity such as basketball, cross country, soccer, dance, cheer, running, and more.

Area 3 – NUTRITION GUIDELINES FOR ALL FOODS & BEVERAGES AVAILABLE ON SCHOOL CAMPUS – THE SCHOOL DAY

Scholars' lifelong eating habits are greatly influenced by the types of foods and beverages available to them. Our school must establish standards to address all foods and beverages sold or served to scholars, including those available outside of the school meal program.

School-Provided Meals

RISE Charter School participates in the following USDA child nutrition programs: National School Lunch Program (NSLP) and the School Breakfast Program (SBP). Meals served through this program will:

- Be accessible to all scholars
- Meet or exceed nutrition requirements established by local, state, and federal statutes and regulations
- Offer a variety of milk including 1% in several approved flavors
- Be baked, not fried
- Include whole grain products
- Provide water in all areas where food is consumed. Families are encouraged to send scholars to school with water bottles, and cups are available if a scholar does not bring one.
- The school district will ensure that reimbursable school meals meet the program requirements and nutrition standards set forth under the 7 CFR Part210 and Part 220.

Sale of Competitive Foods

RISE Charter School commits to ensuring:

- Competitive foods to the NSLP and SBP programs will not be sold during the school day.

Menus and Participation

RISE Charter School commits to ensuring:

- Menus are created by certified nutrition professionals
- Meals will be served by a team of child nutrition professionals

Vending Machines

RISE Charter School commits to ensuring:

- Vending machines are prohibited on the campus.

Celebrations, Rewards, Non-School Provided Snacks

RISE Charter School commits to ensuring:

- The school communicates with families about alternative ways to celebrate birthdays, holidays, and other events aside from food-based celebrations.
- The school provides families a list of food and beverages that meet Smart Snacks nutrition standards.
- The school provides teachers with a list of non-food incentives. Food and beverages will not be used as a reward or be withheld as a punishment for any reason, including behavior, attendance, or academic performance. Using food as a reward or withholding food as a punishment undermines healthy eating habits and interferes with children's ability to self-regulate their eating.[1]

Food and Beverage Marketing

RISE Charter School commits to ensuring:

- Menus are posted on the website, front office, and in a couple of locations in the cafeteria.
- Food is appealing and attractive to scholars
- Food is served in a clean and pleasant setting
- Participation in Federal child nutrition programs will be promoted among scholars and families to ensure that families know what programs are available at the school.

Area 4 – OTHER SCHOOL – BASED ACTIVITIES DESIGNED TO PROMOTE SCHOLAR WELLNESS - GOALS

The goal is to create a total school environment that is conducive to healthy eating and being physically active.

Dining Environment

- The school district provides enough space and serving areas to ensure all scholars have access to school meals with minimum wait time.
- All children will be able to access food in a non-stigmatizing manner

Time to Eat

- Scholars will be allowed at least 10 minutes to eat breakfast and at least 20 minutes to eat lunch, counting from the time they have received their meal and are seated (meets Healthy Schools Program Gold-level criteria).
- Scholars are served lunch at a reasonable and appropriate time of day.

Fundraising

- The school district will ensure that all schools' fundraising efforts are supportive of healthy eating.
- The school district will provide opportunities for on-going professional training and development for foodservice staff and teachers in the areas of nutrition and physical education.

Ongoing Development and Communication for Nutrition Promotion

- The school district encourages parents, teachers, school administrators, scholars, food service professionals, and community members to serve as role models in practicing healthy eating and being physically active, both in school and at home.
- The school district will provide information and outreach materials about other FNS programs such as Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP), and Women, Infants, and Children (WIC) to scholars and parents.
- The school will ensure there are consistent messages about healthy eating and physical activity throughout the cafeteria, hallways, and gymnasiums.
- Staff are encouraged to model healthy eating and physical activity by explaining the health benefits of the types of food they eat with scholars, ensuring that lessons and activities about food are centered on healthy foods, and promoting physical activity throughout lessons and recess.

Ongoing Development and Communication for Nutrition Safety

- The school district will provide opportunities for on-going professional training and development for food service staff in the area of: Nutrition, Serv-Safe, Hazard Analysis and Critical Control Point (HACCP)

Area 6 – SCHOOL & PUBLIC INVOLVEMENT

Committee Role and Membership

The school will convene a representative school wellness committee (hereto referred to as the SWC or work within an existing school health committee) that meets at least one time per year to establish goals for and oversee school health and safety policies and programs, including development, implementation and periodic review and update of this wellness policy.

The SWC membership will represent all school levels and include (to the extent possible), but not be limited to: parents and caregivers; students; representatives of the school nutrition program (e.g., school nutrition director); physical education teachers; school health professionals, and mental health and social services staff; school administrators, school board members; and the general public.

Leadership

The SWC will convene annually and facilitate development of and updates to the wellness policy, and will ensure each school's compliance with the policy.

The designated official for oversight is the Director of Operations.

Annual Notification of Policy

The school will actively inform families and the public each year of basic information about this policy, including its content, any updates to the policy and implementation status. The school will make this information available via the district website and/or school-wide communications. The school will provide as much information as possible about the school nutrition environment. This will include a summary of the school's events or activities related to wellness policy implementation. Annually, the school will also publicize the name and contact information of the school official leading and coordinating the committee, as well as information on how the public can get involved with the school wellness committee.

Triennial Assessment

At least once every three years, the school will evaluate compliance with the wellness policy to assess the implementation of the policy and include:

- The extent to which the school is in compliance with the wellness policy;
- The extent to which the school's wellness policy compares to the Alliance for a Healthier Generation's model wellness policy; and
- A description of the progress made in attaining the goals of the school's wellness policy.

This assessment will be made publicly available on the school's website alongside the Local Wellness Policy.

Citations

[1] Fedewa, AL and Davis, MC. (2015). How food as a reward is detrimental to children's health, learning, and behavior. J School Health. 85: 648-658.

2024-2025
RISE Charter School
Política de bienestar local

Área 1 - EDUCACIÓN NUTRICIONAL

RISE Charter School se compromete a proporcionar un entorno escolar que mejore el aprendizaje y el desarrollo de prácticas de bienestar para toda la vida.

Objetivos de educación nutricional

- Los estudiantes en los grados K-8 reciben educación sobre nutrición que es interactiva y enseña las habilidades que necesitan para adoptar comportamientos alimenticios saludables.
- La educación nutricional se ofrece en el salón de clases, con coordinación entre el personal del servicio de alimentos y los maestros cuando corresponda.
- Los estudiantes reciben mensajes de nutrición constantes en las escuelas, salones de clase, cafeterías, hogares, comunidad y medios de comunicación.
- La nutrición está integrada en los planes de estudios básicos (por ejemplo, matemáticas, ciencias, artes del lenguaje).
- La educación y el marketing sobre nutrición reflejan las culturas de los estudiantes
- El personal que brinda educación nutricional tiene la capacitación adecuada.

Área 2 - ACTIVIDAD FÍSICA

El objetivo principal del componente de actividad física de una escuela es brindar oportunidades para que cada estudiante desarrolle el conocimiento y las habilidades para actividades físicas específicas, mantenga la condición física, participe regularmente en actividad física y enseñe a los estudiantes los impactos a corto y largo plazo de un estilo de vida físicamente activo y saludable.

Objetivos de actividad física

- A los estudiantes se les brindan oportunidades para la actividad física durante el día escolar a través de clases de educación física, períodos de recreo diarios y la integración de la actividad física en el currículo académico.
- La escuela debe trabajar con la comunidad para crear un entorno que sea seguro y que apoye los desplazamientos físicamente activos de los estudiantes hacia y desde la escuela (caminar, andar en bicicleta, patinar o patineta).
- La escuela alienta a los padres y tutores a apoyar la participación de sus hijos en la actividad física, a ser modelos a seguir físicamente activos e incluir la actividad física en los eventos familiares.
- La escuela brinda capacitación para permitir que los maestros y otro personal de la escuela promuevan la actividad física placentera y de por vida entre los estudiantes.
- Como mínimo, los estudiantes deben tener 30 minutos de actividad física la mayoría de los días de la semana, preferiblemente todos.
- Los estudiantes tienen acceso a múltiples actividades extracurriculares que fomentan la actividad física, como baloncesto, campo traviesa, fútbol, baile, porristas, carreras y más.

Área 3 – PAUTAS NUTRICIONALES PARA TODOS LOS ALIMENTOS Y BEBIDAS DISPONIBLES EN EL CAMPUS ESCOLAR – EL DÍA ESCOLAR

Los hábitos alimenticios de toda la vida de los académicos están muy influenciados por los tipos de alimentos y bebidas disponibles para ellos. Nuestra escuela debe establecer estándares para abordar todos los alimentos y bebidas vendidos o servidos a los estudiantes, incluidos los disponibles fuera del programa de comidas escolares.

Comidas proporcionadas por la escuela

RISE Charter School participa en los siguientes programas de nutrición infantil del USDA: Programa Nacional de Almuerzo Escolar (NSLP) y Programa de Desayuno Escolar (SBP). Las comidas servidas a través de este programa:

- Ser accesible para todos los académicos
- Cumplir o superar los requisitos nutricionales establecidos por los estatutos y reglamentos locales, estatales y federales
- Ofrezca una variedad de leche que incluya 1% en varios sabores aprobados
- Ser horneado, no frito
- Incluya productos integrales
- Proporcionar agua en todas las áreas donde se consumen alimentos. Se alienta a las familias a que envíen a los alumnos a la escuela con botellas de agua, y hay vasos disponibles si el alumno no trae uno.
- El distrito escolar se asegurará de que las comidas escolares reembolsables cumplan con los requisitos del programa y los estándares de nutrición establecidos en 7 CFR Part210 y Part 220.

Venta de Alimentos Competitivos

RISE Charter School se compromete a garantizar:

- Los alimentos competitivos para los programas NSLP y SBP no se venderán durante el día escolar.

Menús y Participación

RISE Charter School se compromete a garantizar:

- Los menús son creados por profesionales certificados en nutrición
- Las comidas serán servidas por un equipo de profesionales de la nutrición infantil.

Máquinas expendedoras

RISE Charter School se compromete a garantizar:

- Las máquinas expendedoras están prohibidas en el campus.

Celebraciones, recompensas, refrigerios no proporcionados por la escuela

RISE Charter School se compromete a garantizar:

- La escuela se comunica con las familias sobre formas alternativas de celebrar cumpleaños, días festivos y otros eventos además de las celebraciones basadas en alimentos.
- La escuela proporciona a las familias una lista de alimentos y bebidas que cumplen con los estándares de nutrición de Smart Snacks.
- La escuela proporciona a los maestros una lista de incentivos no alimentarios. Los alimentos y las bebidas no se utilizarán como recompensa ni se retendrán como castigo por ningún motivo, incluido el comportamiento, la asistencia o el rendimiento académico. Usar la comida como recompensa o negar la comida como castigo socava los hábitos alimenticios saludables e interfiere con la capacidad de los niños para autorregular su alimentación.[1]

Mercadeo de Alimentos y Bebidas

RISE Charter School se compromete a garantizar:

- La escuela se comunica con las familias sobre formas alternativas de celebrar cumpleaños, días festivos y otros eventos además de las celebraciones basadas en alimentos.
- La escuela proporciona a las familias una lista de alimentos y bebidas que cumplen con los estándares de nutrición de Smart Snacks.
- La escuela proporciona a los maestros una lista de incentivos no alimentarios. Los alimentos y las bebidas no se utilizarán como recompensa ni se retendrán como castigo por ningún motivo, incluido el comportamiento, la asistencia o el rendimiento académico. Usar la comida como recompensa o negar la comida como castigo socava los hábitos alimenticios saludables e interfiere con la capacidad de los niños para autorregular su alimentación.1

Área 4 – OTRAS ACTIVIDADES ESCOLARES DISEÑADAS PARA PROMOVER BIENESTAR ESCOLAR – METAS

El objetivo es crear un entorno escolar total que sea propicio para una alimentación saludable y la actividad física.

Ambiente Comedor

- El distrito escolar proporciona suficiente espacio y áreas de servicio para garantizar que todos los estudiantes tengan acceso a las comidas escolares con un tiempo de espera mínimo.
- Todos los niños podrán acceder a los alimentos de una manera no estigmatizante

Hora de comer

- A los estudiantes se les permitirá al menos 10 minutos para desayunar y al menos 20 minutos para almorzar, contados desde el momento en que hayan recibido su comida y estén sentados (cumple con los criterios de nivel Oro del Programa Escuelas Saludables).
- A los estudiantes se les sirve el almuerzo a una hora razonable y apropiada del día.

Recaudación de fondos

- El distrito escolar se asegurará de que los esfuerzos de recaudación de fondos de todas las escuelas apoyen la alimentación saludable.
- El distrito escolar brindará oportunidades de capacitación y desarrollo profesional continuo para el personal del servicio de alimentos y los maestros en las áreas de nutrición y educación física.

Desarrollo continuo y comunicación para la promoción de la nutrición

- El distrito escolar alienta a los padres, maestros, administradores escolares, académicos, profesionales del servicio de alimentos y miembros de la comunidad a servir como modelos a seguir en la práctica de una alimentación saludable y la actividad física, tanto en la escuela como en el hogar.
- El distrito escolar proporcionará información y materiales de divulgación sobre otros programas de FNS como el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP) y Mujeres, Bebés y Niños (WIC) para estudiantes y padres.
- La escuela se asegurará de que haya mensajes coherentes sobre alimentación saludable y actividad física en la cafetería, los pasillos y los gimnasios.
- Se alienta al personal a modelar la alimentación saludable y la actividad física explicando los beneficios para la salud de los tipos de alimentos que comen con los estudiantes, asegurando

que las lecciones y actividades sobre alimentos se centren en alimentos saludables y promoviendo la actividad física durante las lecciones y el recreo.

Desarrollo continuo y comunicación para la seguridad nutricional

- El distrito escolar brindará oportunidades de capacitación y desarrollo profesional continuo para el personal del servicio de alimentos en el área de: Nutrición, Serv-Safe, Análisis de Peligros y Puntos Críticos de Control (HACCP)

Área 6 – ESCUELA Y PARTICIPACIÓN PÚBLICA

Rol y membresía del comité

La escuela convocará a un comité de bienestar escolar representativo (en lo sucesivo denominado SWC o trabajo dentro de un comité de salud escolar existente) que se reunirá al menos una vez al año para establecer objetivos y supervisar las políticas y programas de salud y seguridad escolar, incluido el desarrollo, implementación y revisión periódica y actualización de esta política de bienestar.

La membresía SWC representará todos los niveles escolares e incluirá (en la medida de lo posible), pero no se limitará a: padres y cuidadores; estudiantes; representantes del programa de nutrición escolar (p. ej., director de nutrición escolar); profesores de educación física; profesionales de la salud escolar y personal de servicios sociales y de salud mental; administradores escolares, miembros de juntas escolares; y el público en general.

Liderazgo

El SWC se reunirá anualmente y facilitará el desarrollo y las actualizaciones de la política de bienestar, y garantizará el cumplimiento de la política por parte de cada escuela.

El oficial designado para la supervisión es el Director de Operaciones.

Notificación Anual de Política

La escuela informará activamente a las familias y al público cada año sobre la información básica sobre esta política, incluido su contenido, cualquier actualización de la política y el estado de implementación. La escuela pondrá a disposición esta información a través del sitio web del distrito y/o comunicados de toda la escuela. La escuela proporcionará la mayor cantidad de información posible sobre el entorno de nutrición escolar. Esto incluirá un resumen de los eventos o actividades de la escuela relacionados con la implementación de la política de bienestar. Anualmente, la escuela también publicará el nombre y la información de contacto del funcionario escolar que dirige y coordina el comité, así como información sobre cómo el público puede participar en el comité de bienestar escolar.

Evaluación trienal

Al menos una vez cada tres años, la escuela evaluará el cumplimiento de la política de bienestar para evaluar la implementación de la política e incluirá:

- La medida en que la escuela cumple con la política de bienestar;

- La medida en que la política de bienestar de la escuela se compara con la política de bienestar modelo de Alliance for a Healthier Generation; y
- Una descripción del progreso realizado en el logro de las metas de la política de bienestar de la escuela.

Esta evaluación estará disponible públicamente en el sitio web de la escuela junto con la Política de Bienestar Local.

Citas

[1] Fedewa, AL and Davis, MC. (2015). How food as a reward is detrimental to children's health, learning, and behavior. J School Health. 85: 648-658.