

# Règleman

FONKSYONMAN KOMISYON KONSÈY  
LEKÒL LETA  
MIAMI-DADE COUNTY

8510/paj 1 sou 10

## RÈGLEMEN POU EDIKASYON FIZIK AK BYENNÈT

### I. Entwodiksyon

An novanm 2005, akòz rezilta lwa 2004 sou Nitrisyon pou Timoun ak Re-otorizasyon WIC la, Distri a, te responsab pou l te devlope yon Règleman Byennèt pou Distri a. Nan dat 10 me 2006, dapre desizyon Komisyon Konsèy Lekòl la, Règleman Byennèt pou Distri a te kreye. Lwa ane 2010 “Healthy, Hunger-Free Kids Act” (Lwa Timoun an Sante, San Grangou) te kontinye mande pou Règleman Byennèt Distri a, revize chak ane si nesese. Règleman an mete aksan sou ankouraje byennèt ak adrese pwoblèm sante aktyèl elèv ak anplwaye nou yo ap konfwonte.

Dapre F.S.1003.453, règleman sa a dwe soumèt elektwonikman bay Depatman Agrikilti nan Florid ak Sèvis Konsomatè Yo ak Depatman Edikasyon Florid lè yo fè yon chanjman oswa yon revizyon.

### II. Prefas

Distri a pran angajman pou li ofri yon anviwonman ki gen sante pou elèv yo ak anplwaye yo pwomouvwa sante fizik, emosyonèl, elèv ak anplwaye anndan tankou andeyò lekòl yo. Distri a rekonèt moun yo dwe fizikman, mantalman, e sosyalman an sante pou yo kab fè pwomosyon byennèt ak pèfòmans akademik.

Distri a fokalize pou li reyalize an santèk (5) objektif sa yo:

- A. Nitrisyon – Tout elèv ak anplwaye yo pral gen aksè epi dwe pwofite pran avantaj opsyon alimantè rich ak eleman nitritif ki sèvi nan kafeterya lekòl yo ak biwo Distri/Rejyon yo.
- B. Edikasyon Fizik – N ap ankouraje tout elèv pou yo patisipe nan nivo yo rekòmande pou edikasyon fizik.
- C. Aktivite Fizik – N ap ankouraje tout elèv ak anplwaye pou yo patisipe chak jou nan aktivite fizik dapre direktiv nasyonal yo.
- D. Edikasyon Sante – N ap ankouraje tout elèv ak anplwaye yo pou yo devlope bon jan abitud fizik, nitrisyonèl ak mantal nan fason yo viv.
- E. Swen Sante Prevantif – N ap ankouraje tout elèv ak anplwaye yo pou patisipe nan swen sante prevantif.

# Règleman

FONKSYONMAN KOMISYON KONSÈY  
LEKÒL LETA  
MIAMI-DADE COUNTY

8510/paj 2 sou 10

## III. Nitrisyon

Règleman Distri a: Distri a pral mete manje nourisan disponib sou kanpous lekòl yo pandan jounen lekòl la pou pwomouvwa sante elèv ak anplwaye yo.

- A. Depatman Manje ak Nitrisyon pral sèvi manje sa yo: manje ki genyen bon jan fib, san twòp grès, ki pa gen grès yo ajoute, sik, ak sèl, ki respekte divèsite kiltirèl, epi sèvi an pòsyon apwopriye ki konsistan avèk estanda Depatman Agrikilti Etazini. Repa yo pral gen ladan yo opsyon manje ki soti nan plant ak yon chwa pou vejetaryen chak jou.
- B. Tout manje yo vann sou Kanpous lekòl la kòmanse (1) èdtan anvan lekòl la kòmanse rive (1) èdtan apre klas final pou jounen an; dwe respekte Règleman sou Manje ak Bwason yo ap vann sou Kanpous yo ak nan Machin yo Vann nan tout Distri a. (*Apendiks A*)
- C. Depatman Manje ak Nitrisyon pral chache fè patenarya ak fèm lokal e rejyonal yo pou fasilite yon pwogram Fèm-a-Lekòl.
- D. Manje yo sèvi nan pwogram repa federal ranbousab la, Gouvènman Federal la ranbouse, fèt pou gen ladan fwi ak legim fre ki soti nan sous lokal yo otan sa posib.
- E. Distri a pral ankouraje paran ak pwofesè yo pou yo fè selebrasyon nitrisyon an sante nan lekòl yo. Ou ka jwenn ide ak sijesyon nan <http://nutrition.dadeschools.net>. Lè yo voye yon lis lakay ou pou mande kontribisyon pou yon selebrasyon, li ta dwe gen ladan dlo fre ak omwen yon (1) opsyon sou bon manje.
- F. Kolekte lajan ki fèt sou kanpous lekòl la, kòmanse (1) èdtan anvan jounen lekòl la kòmanse ak rive jiska (1) èdtan apre dènye klas la jounen an fini, dwe konfòme yo ak Règ sou Manje ak Bwason y ap vann sou Kanpous la ak nan Machin ki ap Vann nan tout Distri a. Distri a ap ede paran ak anplwaye yo nan planifikasyon pou ranmase lajan nan bay sijesyon yo kapab jwenn nan <http://nutrition.dadeschools.net>.
- G. Distri a pral enkòpore opsyon pwoteyin vejetab ki va balanse nitrisyon an, gou li, ak pri yo.

## IV. Edikasyon Fizik

Règleman Distri a: Distri a pral bay evidans pwogram edikasyon fizik pou pèmèt elèv yo devlope yon seri abitud ki pèmèt yo an sante e k ap favorab pou kondisyon kadyovaskilè, fleksibilite, kowòdinasyon, balans, ak vitalite.

# Règleman

FONKSYONMAN KOMISYON KONSÈY

LEKÒL LETA

MIAMI-DADE COUNTY

8510/paj 3 sou 10

- A. Edikasyon Fizik Elemantè, K-1ye: 150 minit ansèyman fizik chak semèn obligatwa ak yon pwofesè nan lekòl la.
- B. Edikasyon Fizik Elemantè, 2èm -5èm ane eskolè: 150 minit ansèyman chak semèn; anseyman edikasyon fizik obligatwa ak yon pwofesè edikasyon fizik.
- C. Edikasyon Fizik nan lekòl mwayen, 6èm – 8èm ane eskolè: Yon minimòm 3 mwa edikasyon fizik nan chak nan twa (3) ane yo obligatwa pou tout elèv yo, sof si yo soumèt yon fòm pou mande pèmasyon nan moman seleksyon matyè yo chak ane. N ap ankouraje elèv yo pou yo pran edikasyon fizik pandan tout ane a nan bi pou yo devlope ak kenbe benefis sante yo omaksimòm.
- D. Edikasyon Fizik nan Lekòl Segondè, 9èm–12èm ane eskolè: Omwen yon (1) kredi edikasyon fizik nan lekòl segondè obligatwa. Yon semès dwe pou Edikasyon Fizik Pèsonèl pandan dezyèm semès la ka nenpòt ki klas edikasyon fizik Distri a ofri avèk kòd kou a Eta a apwouve.  
  
Si yo ajoute peryòd adisyonèl sou sis (6) jou peryòd aktyèl la nan lekòl segondè yo, lè sa a kondisyon edikasyon fizik obligatwa yo ka ogmante.
- E. Yon espesyalis sètifye nan edikasyon fizik pral anseye edikasyon fizik ki pral yon pati esansyèl nan pwogram ansèyman chak lekòl, dapre kapasite elèv yo. Pwogram nan ap mete aksan sou enpòtans kondisyon fizik, estil lavi, konpreyansyon ak respè pou tout elèv yo.
- F. Edikasyon sou nitrisyon atravè edikasyon fizik obligatwa nan klas K-12èm ane eskolè.
- G. Konpetans sou edikasyon fizik nesèsè pou rete an bòn sante ap genyen ladan yo:
  - 1. konprann konsèp ki gen rapò ak pwomosyon sante, prevansyon kont maladi, ak diminisyon risk ki ka afekte sante;
  - 2. kapasite pou jwenn aksè ak enfòmasyon valab pou yon sante;
  - 3. abilite efikas nan kominikasyon entèpèsonèl;
  - 4. fikse objektif ak pran desizyon;
  - 5. diminye estrès;

# Règleman

FONKSYONMAN KOMISYON KONSÈY  
LEKÒL LETA  
MIAMI-DADE COUNTY

8510/paj 4 sou 10

6. teknik defans pèsònèl, fanmi ak sante kominotè, epi
7. ansèyman pral gen ladan teknik sikomotè yo itilize nan pratik fòmasyon CPR/AED (lekòl mwayen ak segondè sèlman).

## V. Aktivite Fizik

Règleman Distri a: N ap ankouraje tout elèv ak anplwaye yo pou yo patisipe nan nivo yo rekòmande nasyonan an pou yon minimòm swasant (60) minit oswa plis chak jou aktivite fizik ak limite itilizasyon aparèy elektwonik ki pa enstriksyonèl yo a (2) èdtan pa jou.

- A. Rekreyasyon pou elèv ki nan klas PK-5èm ane eskolè, jan sa espesifye nan F.S. 1003.455, sa dwe fèt (5) fwa pa semèn pandan ven (20) minit youn apre lòt chak fwa.
- B. Règ ak pratik lekòl yo sipòte aktivite fizik ak rekreyasyon yo, pa dwe sevi kòm pinisyon pou elèv yo.
- C. N ap enfòme elèv yo sou opòtinite pou yo patisipe nan aktivite fizik nan pwogram apre lekòl ak pwogram nan lekòl yo menm.
- D. N ap enfòme elèv yo “U.S. Center for Disease Control” (Sant pou Kontwòl Maladi) ak Prevansyon Maladi rekòmande pa plis pase de (2) èdtan nan itilizasyon aparèy elektwonik pa jou.
- E. N ap ankouraje anplwaye yo pou yo patisipe nan omwen trant (30) minit aktivite fizik chak jou. Se pral yon konbinezon aktivite kadyorespiratwa, fleksibilite, ekzèsis miskilè ak andirans.
- F. N ap enfòme anplwaye yo sou opòtinite pou yo patisipe nan aktivite fizik nan pwogram apre lekòl ak evènman kominotè yo.

## VI. Konesans Sou Sante

Règleman Distri a: N ap ankouraje tout elèv ak anplwaye pou yo pran ransèyman sou prensip nitrisyon ak lòt konesans ki baze sou prèv esansyèl pou yo ka fè chwa favorab sou sante yo.

- A. “Konesans sou sante” se kapasite pou jwenn, konprann ak itilize enfòmasyon sou swen sante yon fason pou ka pran desizyon ki apwopriye nan domèn sante. Edikasyon sou

# Règleman

FONKSYONMAN KOMISYON KONSÈY  
LEKÒL LETA  
MIAMI-DADE COUNTY

8510/paj 5 sou 10

Sante pral enkòpore nan ansèyman nan salklas lè moman an rive, n ap mete ladan eleman sa yo: konsèp konplè pou amelyore konpòtman sante, diminye eleman risk yo pou prevni maladi nan fason moun viv; prevni entimidasyon ak vyolans, sekirite pèsònèl, idantifye ak jere estrès.

- B. Edikasyon sou nitrisyon pral gen ladan leson ak opòtinite aprann fè eksperyans tankou jaden potaje ki amelyore sante e ki pran an konsiderasyon:
1. aksantye enpòtans ki genyen nan fikse objektif ak estrateji nan pran desizyon pozitif ki amelyore sante san bliye sa ki gen rapò ak manje pou konsomasyon ak depans enèji;
  2. analize enflyans kiltirèl, medya ak lòt faktè sou chwa ak preferans alimantè nan pratik sante pèsònèl ki gen ladan metòd preparasyon alimantè ki anrichi epi ki remèt an kesyon kalite lavi; epi
  3. devlopman ak swen jaden potaje yo.
- C. Y ap anseye elèv yo pou yo fè diferans ant mesaj piblisite ak bon jan enfòmasyon sou sante.
- D. Resous alfabetizasyon an sante yo pral disponib pou anplwaye yo, resous sa yo mete aksan sou konpòtman favorab pou sante, diminye faktè risk pou prevni maladi, sekirite pèsònèl, ak jere estrès.
- E. Resous nitrisyon ki genyen opòtinite aprantisaj pou amelyore sante pral disponib pou anplwaye yo.
- F. Nou pral ankouraje bon chwa manje ki bon pou sante ak manje fre nan lokal lekòl yo, nou ap mete a dispozisyon yo enfòmasyon sou nitrisyon ki penmèt yo fè bon chwa posib.

## VII. **Swen Sante Prevantif**

Règleman Distri a: N ap ankouraje tout elèv ak anplwaye yo pou yo patisipe nan swen sante prevantif ki gen rapò ak byennèt fizik, mantal, sosyal ak emosyonèl.

- A. Atravè “HealthConnect” (Koneksyon Sante) nan Lekòl nou yo, yon ekip sante a pral baze nan lekòl yo menm pou ofri elèv yo yon seri swen sante kowòdone k ap disponib nan kèk lekòl yo seleksyone nan Distri a, ki gen ladan men ki pa limite a:

# Règleman

FONKSYONMAN KOMISYON KONSÈY  
LEKÒL LETA  
MIAMI-DADE COUNTY

8510/paj 6 sou 10

1. swen sante nan lekòl ki kowòdone e sipèvize pwofesyonèlman;
  2. ogmante tès depistaj ak evalyasyon sante ak aksè pou fè suivi ak swen yo;
  3. sèvis sante mantal ak konpòtman pou idantifye ak rezoud pwoblèm sante ak edikasyon elèv yo;
  4. yon pi bon aksè kay yon doktè ki bay swen preliminè regilye;
  5. ede elèv ki pa gen asirans jwenn aksè ak sèvis sante preliminè;
  6. jesyon maladi kwonik; epi
  7. fasilite klas edikasyon espesifik sou sante nan lekòl yo.
- B. Depatman Sante Florid nan Pwogram Sante Lekòl Leta Miami-Dade County pral bay elèv yo sèvis sante dapre lwa, règ, règleman, ak Plan Sèvis Sante Lekòl lokal Florid yo. Sèvis sante lekòl yo ofri yo pral gen ladan, men ki pa limite a:
1. evalyasyon sante;
  2. revizyon dosye yo;
  3. evalyasyon enfimye yo;
  4. evalyasyon nitrisyon;
  5. tès depistaj: vizyon, zorèy, kolòn vètebral, kwasans ak devlopman ki gen ladan tou referans ak/oswa swivi pou (BMI);
  6. konsèy sou sante ak konpòtman/sante mantal;
  7. referans ak swivi pwoblèm sante detekte oswa konfime;
  8. ijans bezwen sante
  9. referans elèv yo pou tretman sante ke yo bezwen

# Règleman

FONKSYONMAN KOMISYON KONSÈY  
LEKÒL LETA  
MIAMI-DADE COUNTY

8510/paj 7 sou 10

10. konsilte ak paran oswa gadyen yon elèv nan sa ki gen rapò ak bezwen pou eta sante li ak yon doktè fanmi, dantis oswa lòt espesyalis, lè yo endike yon dyagnostik oswa tretman definitif.
11. antretyen dosye yo sou ensidan pwoblèm sante, etap nesèsè yo pran, e lòt enfòmasyon yo kapab bezwen pou planifye e evalye pwogram sante yo.
12. enfòmasyon sante ki regade plasman elèv nan pwogram eksepsyonèl elèv yo re-evalyasyon yo tanzantan, elèv yo plase nan pwogram sa yo.
13. klas edikasyon sou yon varyete sijè sou sante,
14. epi asirans de kalite e amelyore administrasyon medikaman yo.

C. Moun ki ap bay swen sante pral ofri resous ki adrese epi sipòte byennèt fizik, mantal, sosyal e emosyonèl pou anplwaye yo kab an bòn sante.

## VIII. Siveyans e Evalyason

Direktè Komite Konsiltatif pou Byennèt Distri a responsab pou revize e sipèvize Règleman Byennèt Distri a dapre objektif, règleman ak pwogram pou amelyore sante ak byennèt tout elèv ak anplwaye yo.

Lekòl yo dwe rankontre Komite Byennèt Lekòl yo pou mete règleman ak aktivite yo an aplikasyon. Chak ane lekòl yo dwe soumèt Rapò Sante Lekòl la.

Chak ane yo gen pou revize vizyon, objektif, prensip pou dirije Règleman Byennèt Distri a. Rekòmandasyon Komite Konsiltatif pou Byennèt Distri a pou Direktè a dwe pale de chanjman kondisyon sa yo; nouvo teknik e estrateji ki fè prèv yo; nouvo objektif, si bezwen, e prensip ki reflekte konsepsyon syantifik ki parèt e ki apwopriye ak sante elèv ak anplwaye yo.

### Apendiks A

Règleman sou Manje ak Bwason yo ap vann sou Kanpous ak nan Machin Lavant yo nan tout Distri a.

Distri a angaje li pou li bay yon anviwònman kote tout elèv ak anplwaye yo ka fè chwa manje ki bay sante pandan tout vi yo. Kidonk, Règ sa yo ki konsène Manje ak Bwason yo vann sou Kanpous yo ak nan Machin Lavant yo nan tout Distri a pral anvigè tout kote, pou tout lavant manje apati inè (1) anvan kòmansman jounen lekòl la rive jouk inè (1) apre lekòl lage pou

# Règleman

FONKSYONMAN KOMISYON KONSÈY  
LEKÒL LETA  
MIAMI-DADE COUNTY

8510/paj 8 sou 10

jounen an. Règ sa a pral aplike pou tout manje ak bwason yo vann nan Machin Lavant yo vennkatrè (24) sou 24.

## A. Bwason

Tout bwason fèt pou yo san gaz epi san ajoute kafeyin

### 1. Lekòl Elemantè

- a. Dlo nòmal pou bwè.
- b. Jiska (8) ons pòsyon lèt ak ji 100%
  1. Lèt òdinè san grès oswa ti kras grès regilye ak gou lèt ki egal (dapre USDA) ak lèt altènatif jis rive a 150 kalori/uit (8) ons.
  2. 100% ji san sik, jiska 120 kalori/uit (8) ons, e ak omwen dis pousan (10%) de sa yo rekòmande chak jou de twa (3) oswa plis vitamin e mineral.

### 2. Lekòl Mwayen

Menm jan al lekòl elemantè, eksepte yo ka vann ji ak lèt ak douz (12) ons pou chak pòsyon.

### 3. Lekòl Segondè

- a. Dlo nòmal pou bwè.
- b. Bwason san kalori oubyen ki fèb an kalori rive jiska dis (10) kalori /uit (8) ons.
- c. Jiska douz (12) ons pòsyon lèt, ji a 100% ak kèk lòt kalite brevaj.
  1. Lèt òdinè san grès oswa ti kras grès regilye ak gou lèt e ki egal ak (dapre USDA) lèt altènatif jis rive 150 kalori/uit (8) ons.
  2. 100% ji san sik, jiska 120 kalori/uit (8) ons ak omwen dis pou san de sa yo rekòmande chak jou de twa (3) oswa plis vitamin e mineral.
  3. Lòt bwason ak pa plis pase karant (40) kalori/uit 8 ons



# Règleman

FONKSYONMAN KOMISYON KONSÈY  
LEKÒL LETA  
MIAMI-DADE COUNTY

8510/paj 9 sou 10

d. Omwen venn senk pousan (25%) brevaj ki pa lèt fèt pou dlo e pa plis pase venn senk pousan (25%) bwason yo kapab gen kalori ki ba oswa opsyon san kalori ditou.

## B. Manje avèk Tigoute

Tout manje ak tigoute ki ap vann nan lekòl la fèt pou gen sa ki ap suiv yo:

1. Pa plis pase trant senk pousan (35%) total kalori ki gen grès
2. Pa plis pase dis pousan (10%) total kalori grès satire
3. Pa plis pase trant senk pousan (35%) sik ajoute pa pwa
4. Pa mete grès anplis
5. Se pou li yon pwodui ki trè rich an grenn
6. Se pou li yon manje ki gen fwi, legim, lèt, pwoteyin
7. Yo dwe yon konbinezon manje ki gen omwen yon ¼ tas fwi e/oswa vejetab.

Tigoute yo vann separeman nan lè manje yo e kolekte lajan yo apwouve sou kanpous inè (1è) anvan yo kòmanse jounen lekòl la e jouk inè (1) apre dènye klas pou jounen an, dwe:

1. pa gen pa plis pase 200 kalori
2. Pa gen pa plis 230 mg. sodyòm(sèl)

Distri a ankouraje konsomasyon aliman ak bwason ki bon pou sante pandan aktivite sosyal ki gen rapò ak lekòl yo. Nou ka jwenn: ide ak sijesyon sou sit: <http://nutrition.dadeschools.net>. Mentou, lè evennman ki gen rapò ak lekòl la ap fè 1è èdtan apre dènye klas pou jounen an ak lè paran ak lòt adilt ki fè pati piblik la oubyen ap vann manje ak bwason kòm pwomotè, konsa, imedyatman anvan oswa apre yon evènman, règleman sa yo pa aplikab. Kòm ekzanp evennman nou ka site: pyès teyat ak konsè mizik.

Règleman sa a tou pa aplikab pou aliman yo itilize nan Pwogram Ar Kilinè ak Fòmasyon nan bi pedagogik.

Administratè lekòl yo responsab pou mete an aplikasyon Règleman byennèt distri a sou sit lekòl yo. Administrasyon operasyon lekòl yo va pran sanksyon kont tout moun ki pa respekte Règleman sa yo.

# Règleman

FONKSYONMAN KOMISYON KONSÈY  
LEKÒL LETA  
MIAMI-DADE COUNTY

8510/paj 10 sou 10

*Efektif depi:* 07-01-2011  
*Revize:* 01-18-2012  
*Revize* 09-03-2013  
*Revize:* 01-14-2015  
*Revize :* 06-22-2016  
*Revize* 08-15-2018

© **Lekòl Leta Miami-Dade County 2024**

Legal

42 U.S.C. 1751 et seq.

42 U.S.C. 1771 et seq.

F.S. 595.405

F.S. 595.407

F.S. 1001.41

F.S. 1001.42

F.S. 1001.43

F.S. 1003.453

F.S. 1003.455(6)

F.A.C. 6A-7.0411