

Estimado padre de familia o guardián:

Yo estoy encargada de desarrollar en la escuela una nueva política de bienestar en cuanto a nutrición y actividades físicas para principios del año escolar 2006. Me gustaría invitarlos a que nos ayuden a abrir nuevos horizontes pensando en cómo quisiéramos que fuera próximamente el bienestar escolar de nuestros niños.

Ya que pronto empezará el nuevo año escolar, necesitamos darnos un tiempo para reflexionar en qué es lo que puede ayudar a mejorar el rendimiento académico de los niños. Póngase a pensar en la situación actual de la escuela y trate de ver cómo se podría mejorar o apoyar el aspecto académico escolar.

Por ejemplo, pensemos en la actividad física. ¿Sabían ustedes que muchos de nuestros hijos no logran tener un buen nivel de condición física? Según investigaciones que se han hecho, los estudiantes que participan en programas de actividad física en la escuela llegan a mejorar su concentración, sus habilidades para las matemáticas, sacan mejores calificaciones en los exámenes de lectura y escritura y muestran menos conductas no deseadas<sup>(1)</sup>. Los niños también se benefician física, mental, emocional y socialmente al tener una actividad física de manera regular. Así que podríamos preguntarnos, ¿cómo podríamos apoyar a los maestros y a los directores para que estemos seguros de que nuestros hijos desarrollen una mejor condición física estando listos para el aprendizaje?

Me interesa mucho que nos ayuden a decidir qué temas podemos abordar en cuanto a nutrición y actividades físicas dentro de la escuela. Esperamos poder contar con su participación y sabemos que disfrutaremos al trabajar con ustedes.

Por favor, hábleme al ( ) - , antes del 9 de septiembre del 2005 para que comencemos a abrir nuevos caminos para darle una forma más saludable a nuestra escuela.

¡Asociémonos para que juntos  
logremos nuestras metas!

<sup>1</sup> <http://www.actionforhealthykids.org>