

LEANDER INDEPENDENT SCHOOL DISTRICT
DEPARTAMENTO DE SALUD Y EDUCACION FISICA

Respetado Padre/Guardián

El Proyecto de Ley del Senado 530 requiere a los distritos escolares evaluar anualmente la aptitud física en los grados 3° o superiores en un curso que satisfaga los requisitos del currículo para educación física. El instrumento adoptado por Leander ISD será la evaluación **FITNESSGRAM**.

FITNESSGRAM es una evaluación para aptitud física y de salud desarrollada por el Instituto Cooper para Investigación Aeróbica y es una investigación basada en los criterios de referencia de las evaluaciones.

LISD considera que **FITNESSGRAM** es una evaluación de calidad por las siguientes razones:

1. **FITNESSGRAM** establece una línea base de una zona de salud y condición física por la cual los estudiantes puedan fijarse metas y evaluar su progreso (no competitivo) para planear la actividad física a lo largo de su vida y mantenerla para así mejorar los niveles de condición física. La evaluación de condición física y de salud mide la capacidad aeróbica de los estudiantes, la fortaleza muscular, la flexibilidad y composición del cuerpo.
2. **FITNESSGRAM** proporciona opciones de programas de actividades recomendadas que ayudarán los estudiantes a alcanzar las zonas de condición física y salud en las áreas que necesitan mejorar.
3. **FITNESSGRAM** no hace énfasis en destrezas o condiciones físicas relacionadas con deportes tales como la velocidad medida en tiempo para un individuo en una pista de 40 yardas. **Tampoco compara** los estudiantes con otros estudiantes.

FITNESSGRAM evalúa todos los estudiantes sin importar su edad, género o habilidad. Los estudiantes se les estimulan a tener conciencia de sí mismos y su condición de salud y condición física y tomar responsabilidad al establecer unas metas personales de condición física. Cuando los estudiantes se enfocan en este proceso de hacer lo mejor por su beneficio personal se alcanza un impacto positivo que dura para toda la vida.

El día que le corresponda a su niño(a) la evaluación, él (ella) debe traer o vestir ropa deportiva cómoda para tomar la evaluación. Si su niño(a) olvida el vestuario apropiado para este día, él/ella hará el test de condición física con ropa normal.

Usted puede solicitar una copia de la evaluación física de su niño(a) a la escuela. LISD cree firmemente que proporcionarle a usted y a su niño(a) con la información de su salud y condición física le ayudará a guiar a su niño(a) hacia un estilo de vida sana. Un estudiante sano(a) está mejor preparado (a) para aprender y desarrollarse en todos los aspectos de la vida.

Si usted tiene alguna pregunta acerca de la evaluación **FITNESSGRAM** visite nuestra página [website](#)

Sinceramente,

LISD HPE