**2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI TIRAZLAR HÜSEYİN GÜMÜŞLÜ ORTAOKULU BESLENME DOSTU OKUL ÇALIŞMA PLANI**  Ek-4

|  |
| --- |
| **AMAÇ:** Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağmak için;\*\* Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,\*\* Çocukluklarda şişmanlık,\*\*Sağlıklı okul dönemi,\*\* Sağlık risklerine göre ( Hiperlipidemi,troid hastalıkları , demir yetersizliği,kansızlık )çocuk ve aile beslenmesi, programlarıyla genç nesillerin sağlıklı yetişmesine destek vermek.Aile bireylerinin sağlıklı çocuklar beslenme bilincini artırma, sağlık risklerini azaltma ve sağlıklı nesiller yetiştirme için gerekli beslenme eğitim hizmetini sağlamak |
| **HEDEFLER:**  **1-"Beslenme Dostu Okul Projesi" ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik edilmesi,**  **2- Okullumuzda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin alınması.**  **3- Veliler ve öğrencilerde hareketli yaşam konusunda duyarlılığın arttırılması.**  **4- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi**  **5- Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması.** |

**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME DEĞERLENDİRME** |
| **Evet** | **Hayır** |  |
| 1.Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin  Kurulması. | Eylül | Evet |  | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi okul idaresi tarafından kuruldu. |
| 2. Yıllık çalışma planının hazırlanması | Eylül | Evet |  | Beslenme dostu okul yıllık çalışma planın Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından hazırlandı. |
| 3. Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin eklenmesi | Eylül | Evet |  | Okul idaresi tarafından okul web sitesine beslenme köşesi eklendi. |
| 4. Fastfood ve abur cubur hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları | Eylül | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyeleri tarafından öğrencilere bilgilendirme yapıldı. |
| 5. Okul kantininin denetlenmesi | Eylül | Evet |  | Öğretmenler kurulunda alınan kararla kurulan kantin denetleme ekibi tarafından denetlendi. |
| 6. Her gün okul bahçesinde derse girmek için toplanıldığında yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Eylül | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyelerinden Onur SERT tarafından yapıldı. |
| 7. Meyve ve süt günleri düzenlenmesi | Ekim | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyeleri tarafından etkinlik düzenlendi. |
| 8. Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatılması | Ekim | Evet |  | Sınıf öğretmenleri tarafından öğrencilere anlatıldı. |
| 9. Veli bilgilendirme toplantılarının düzenlenmesi ve bu toplantılarda program kapsamında yürütülen çalışmalar hakkında bilgilendirme yapılması | Ekim | Evet |  | Okul idaresi ve öğretmenler tarafından veli toplantısında veliler bilgilendirildi. |
| 10. Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi | Ekim | Evet |  | Okulumuzda belirli gün ve haftalar kutlandı. |
| 11. Okuldaki tüm öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılarak beden kitle indekslerinin hesaplanması ve istatistiklerinin tutulması. Yapılan ölçümler sonucunda risk grubundaki (zayıf, şişman) öğrencilerin velileri ile görüşülerek aile hekimlerine yönlendirilmeleri | Ekim | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyelerinden Onur SERT tarafından yapıldı.E-okul sistemine bilgileri işlendi ve bilgilendirmeler yapıldı. |
| 12. Okul kantininin denetlenmesi | Ekim | Evet |  | Kantin denetleme ekibi üyeleri tarafından denetlendi. |
| 13. Her gün okul bahçesinde derse girmek için toplanıldığında yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Ekim | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyelerinden Onur SERT tarafından yapıldı. |
| 14. Çocuklarda diyabet konulu bilgilendirme çalışmalarının yapılması | Kasım | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyeleri tarafından yapıldı. |
| 15. Dünya diyabet günü nedeniyle Abur Cubur Son  Etkinliği yapılması (resim ,drama, sergi vb) | Kasım | Evet |  | Abur Cubur son etkinliği olarak sınıflara resim yaptırıldı. |
| 16. Okul kantininin denetlenmesi | Kasım | Evet |  | Kantin denetleme ekibi üyeleri tarafından denetlendi. |
| 17. Her gün okul bahçesinde/sınıfta/koridorda derse girmeden önce toplanıldığında yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Kasım | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyelerinden Onur SERT tarafından yapıldı. |
| 18. El hijyeni hakkında sınıfları  bilgilendirme | Aralık | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyeleri tarafından yapıldı. |
| 19. 12-18 Aralık Yerli Malı Haftasının okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması | Aralık | Evet |  | Okul bünyesinde yerli malı tüm sınıflarımızda etkin bir şekilde kutlandı. |
| 20. Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları | Aralık | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyeleri tarafından yapıldı. |
| 21. Okul kantininin denetlenmesi | Aralık | Evet |  | Kantin denetleme ekibi üyeleri tarafından denetlendi. |
| 22. Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve  Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması | Aralık | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyeleri tarafından yapıldı. |
| 23. Her gün okul bahçesinde derse girmeden önce toplanıldığında yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Aralık | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyelerinden Onur SERT tarafından yapıldı. |
| 24. TBM (Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı) kapsamında sağlıklı beslenme ve zararlı alışkanlıklardan uzak durma konularında etkinlik ve bilgilendirme çalışmaları düzenlemek | Ocak |  |  |  |
| 25. Sınıflar arasında sağlıklı beslenme ve hareketli yaşama teşvik edici slogan yarışması düzenlenmesi | Ocak | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyeleri tarafından yapıldı. |
| 26. Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi | Ocak | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyeleri tarafından yapıldı. |
| 27. Okul kantininin denetlenmesi | Ocak | Evet |  | Kantin denetleme ekibi üyeleri tarafından denetlendi. |
| 28. Her gün okul bahçesinde /sınıfta/koridorda derse girmeden önce toplanıldığında yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Ocak | Evet |  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyelerinden Onur SERT tarafından yapıldı. |
| 29.1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi. | Ocak |  |  |  |
| 30. Besinler ve Besin Öğeleri adlı broşürün velilere ulaştırılması. | Şubat |  |  |  |
| 31. Ocak ayında yapılan yarışma sonucunun değerlendirilmesi ve başarı elde eden öğrencilerin ödüllendirilmesi | Şubat |  |  |  |
| 32. Okul kantininin denetlenmesi | Şubat |  |  |  |
| 33. Her gün okul bahçesinde /sınıfta/koridorda derse girmeden önce toplanıldığında yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Şubat |  |  |  |
| 34. Mart ayındaki belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkili bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi | Mart |  |  |  |
| 35. Öğretmenlere, velilere ve öğrencilere; sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam bilgilendirme broşürlerinin dağıtılması | Mart |  |  |  |
| 36. Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi | Mart |  |  |  |
| 37. Okul kantininin denetlenmesi | Mart |  |  |  |
| 38. Her gün okul bahçesinde/sınıfta/koridorda derse girmeden önce toplanıldığında yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Mart |  |  |  |
| 39. Beslenme dostu okul bilgilendirme panosunun oluşturulması | Nisan |  |  |  |
| 40. Okul bahçesinin düzenlenmesi | Nisan |  |  |  |
| 41 Beslenme Dostu Okul Programı kapsamında okuldaki öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmalarının yapılması | Nisan |  |  |  |
| 42. Sağlıklı ve dengeli beslenme konusunda öğrencilere video izletilmesi | Nisan |  |  |  |
| 43. Okul kantininin denetlenmesi | Nisan |  |  |  |
| 44. Her gün okul bahçesinde derse girmeden önce toplanıldığında yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Nisan |  |  |  |
| 45. Sağlıklı için yürüyüş yapılması | Mayıs |  |  |  |
| 46. Sağlıklı beslenme bilgilendirme afişlerinin asılması | Mayıs |  |  |  |
| 47. Sağlıklı beslenme günü ve  Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek. | Mayıs |  |  |  |
| 48. Sağlıklı beslenme bilgilendirme afişlerinin asılması | Mayıs |  |  |  |
| 49. Hijyen kurallarının okul beslenme panosunda duyurulması | Mayıs |  |  |  |
| 50. Okul kantininin denetlenmesi | Mayıs |  |  |  |
| 51. Genel Değerlendirme | Haziran |  |  |  |

**NOT: Bu plan 1 yıllık olarak hazırlanmış olup her eğitim öğretim yılı başında tekrar revize edilip 3 yıl süreyle uygulanacaktır.**

**SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ**

Hacer ÇINAR ALİ TEKEŞ Onur SERT Seher ARIÇ Başak TAPCI

Fen B.Öğret. Türkçe Öğtr. Beden E.Öğret. Rehber Öğret. Sosyal B.Öğret.

Emine DOĞRU Kübra BİLGE Remzi SARIHAN Mustafa ÖZDİL Ahmet Kara BAĞCI

Din Kültürü. Öğrt. İngilizce Öğret. Okul Aile B.Başkanı Veli Öğrenci Temsilcisi

Birgül ARIKAN Birgül BOZDAĞ

Kantin Sorumlusu TYP Çalışanı

Nimet GÜNEYCE KAZİM CEYHAN

Müdür Yard. Okul Müdürü