Beslenme Dostu Okul Projesi Yıllık Çalışma Planı

**IŞIKLAR ORTAOKULU**

**2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI “BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ”**

**HEDEFLERİMİZ**

**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 çalıĢmalar yapılması.**

**Bu bağlamda okulumuzda 2019-2020 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında aşağıda belirtilen çalışma planı uygulanacaktır**.

**AMAÇLARIMIZ**

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, diyabet ) 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.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **AYLAR/****BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR** | **YAPILACAK ÇALIŞMALAR** | **UYGULAYICI** |
| **EYLÜL****27 Eylül ‘Dünya Okul Sütü Günü’** | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinin oluşturulması | Okul idaresi |
| Beslenme dostu okul yıllık çalışma planının hazırlanması | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi |
| Sağlıklı beslenme ile öğrenme arasındaki ilişkinin öğrencilere anlatılarak farkındalık oluşturulması. | Sınıf Öğretmenleri |
| Öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yapılması,Fiziksel aktivite karnelerinin doldurulması. | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi, tüm öğretmenler |
| Veli bilgilendirme toplantılarının düzenlenmesi ve bu toplantılarda program kapsamında yürütülen çalışmalar hakkında ,tüketilen hazır yiyecek ve içeceklerin zararları hakkında bilgilendirme yapılması  |  Okul idaresi ve öğretmenler |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Her gün okul bahçesinde/Sınıflarda ilk derse girmeden önce yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler |
| **EKİM****3-4 Ekim ‘Dünya Yürüyüş Günü’****15 Ekim ‘Dünya El Yıkama Günü’****16 Ekim ‘’Dünya Gıda Günü’’** | Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi | Tahsin MENGÜLLÜOĞLU |
| Dünya gıda günü sebebiyle Alo 174 hattının öğrencilere anlatılarak öğrencilerde farkındalık yaratılması. | İdris DURMAZ |
| 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 | Sınıf rehber öğretmenleri |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
|  Her gün okul bahçesinde/Sınıflarda ilk derse girmeden önce yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler |
| **KASIM****14 Kasım ‘’Dünya Diyabet Günü’’****18-24 Kasım ‘’Ağız ve Diş Sağlığı Haftası’’****Dünya Koah günü** | Her gün okul bahçesinde/Sınıflarda ilk derse girmeden önce yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler |
| Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi | Öğretmen ve öğrenciler |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Okul personeline **Sağlıklı Beslenme ,Güvenilir Gıda Ve Sağlıklı Pişirme Yöntemleri** ile ilgili eğitim verilmesi |  Gıda Mühendisi |
| Velilere **Güvenilir Gıda Ve Sağlıklı Pişirme Yöntemleri** ile ilgili seminer verilmesi |  Gıda Mühendisi |
| “14 K**asım Diyabet Günü “** nedeniyle abur cubur son etkinliğinin yapılması | Dilan Gürbüz |
| Diyabet ile ilgili videoların izletilmesi | Tüm öğretmenler |
|  Oklunu Web sayfasında diyabet ile ilgili vidoların paylaşılması |  Tahsin MENGÜLLÜOĞLU |
| **ARALIK****12-18 Aralık Yerli Malı Haftası** | 12-18 Aralık Yerli Malı Haftasının okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması |  Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi |
| Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları | Beste Temel ERDOĞAN |
| Öğrencilerin yemek alışkanlıklarının değiştirilerek; çiğ sebze,meyve, kuru yemişe özendirilmesi için “Sağlıklı Beslenme “ köşesinin oluşturulması  | Erdal DUMAN |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Her gün okul bahçesinde/Sınıflarda ilk derse girmeden önce yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler |
| Obez öğrencilerin izlenmesi ve takibinin yapılması. | Sınıf Öğretmenleri |
| El Hijyeni hakkında sınıflarda bilgilendirme | Abdulvahap MAMU  |
| Sağlıklı Beslenme Köşesinin okulun Web sayfasında yayınlanması | Tahsin MENGÜLLÜOĞLU |
| **OCAK**  | TBM (Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı) kapsamında sağlıklı beslenme ve zararlı alışkanlıklardan uzak durma konularında etkinlik ve bilgilendirme çalışmaları düzenlemek ve video izletmek |  Sınıf Öğretmenleri |
| Ağız ve Diş Sağlığı ile ilgili bilgilendirme  | Sağlık personeli |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Her gün okul bahçesinde/Sınıflarda ilk derse girmeden önce yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler |
| Sağlıklı Beslenme ile ilgili velilere ve öğretmenlere seminer verilmesi |  Varsa diyetisyen yoksa konuya hakim fen bilimleri öğretmeni tarafından |
| **ŞUBAT** |  |  |
| Beslenme dostu okul veli bilgilendirme anketi hazırlanması ve uygulanması | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi ve okul idaresi |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Her gün okul bahçesinde/Sınıflarda ilk derse girmeden önce yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler |
| Bağımlılıkla Mücadele Konusunda “Sağlıklı beslenme ve zararlı alışkanlıklardan uzak durma” konularında okulumuzda öğrenci ve veliler arasında resim yarışmasının düzenlenmesi |  |
| **MART****11-17 Mart****“Dünya Tuza Dikkat Haftası”** |  Ağaç dikme etkinliği | Tüm öğretmenler |
| “ Dünya Su Günü” ile ilgili farkındalık yaratmak için pano hazırlanması | Selman SARUHAN |
| Okul bahçesinde fiziksel aktivite ve spor yapmayı sağlayacak oyun çizgilerinin yenilenmesi, boyanması |  |
| “Hangi Yiyecek ve İçeceklerde Ne Kadar Tuz Var”konusu ile ilgili pano hazırlanması | İdris DURMAZ |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Okul bahçesinde fiziksel aktivite ve spor yapmayı sağlayacak oyun çizgilerinin yenilenmesi, boyanması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler |
| **NİSAN****7 Nisan "Dünya Sağlık Günü"****7-13 Nisan ‘Dünya Sağlık Haftası’****15 Nisan****‘Büyümenin İzlenmesi Günü’** |  4. sınıflar arası “ Tuzlu yemek mi tuzsuz yemek mi sağlıklı “konulu münazara yapılması | 6. Sınıf öğretmenleri |
| Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması |  Kantin işletmecisi |
| Doğada okul pikniğinin düzenlenmesi | Okul idaresi ve tüm öğretmenler |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin 2. Defa yapılarak elde edilen istatistik sonuçların bir önceki ile karşılaştırmasının yapılması. |   Cemal URTEKİN  |
| Okul bahçesinde fiziksel aktivite ve spor yapmayı sağlayacak oyun çizgilerinin yenilenmesi, boyanması  | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler |
| **MAYIS****10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü’’****22 Mayıs "Dünya Obezite Günü’’** | Sağlıklı beslenme bilgilendirme afişlerinin asılması | Dilan GÜRBÜZ |
|  Sağlıklı beslenme konulu resim yarışması düzenleme | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi |
| Sağlıklı beslenmeyi konu alan sınıf panolarının düzenlenmesi | Öğretmen ve öğrenciler |
| Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması | Erdal DUMAN |
| Çeşitli dallarda sınıflar arası spor karşılaşmalarının yapılması |  Cemal URTEKİN |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
|  Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi |  Öğretmen ve öğrenciler |
|  | “ 22 Mayıs Dünya Obezite Günü” ile ilgili etkinlikler panolar hazırlamak  | Beste Temel ERDOĞAN |
|  **HAZİRAN** | Yıl içinde yapılan çalışmaların genel değerlendirilmesinin yapılması eksiklerinin tespit edilmesi ve buna göre gelecek yıl  yapılacak çalışmalarda bu eksiklilerin giderilmesi. | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi ve okul idaresi |

Yusuf DUYAN

Okul Müdürü