**EK-4 2018-2019 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI ARHAVİ CUMHURİYET ORTAOKULU BESLENME DOSTU OKUL PLANI**

|  |
| --- |
| **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.  Sağlıklı sofraların paylaşıldıkça güzelleştiğini biliyoruz. |
| **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.**  **Bu bağlamda okulumuzda 2017-2018 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında aşağıda belirtilen çalışma planı uygulanacaktır.** |

**ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME-DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |
| **1-Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması.** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **2-Yıllık çalışma planının hazırlanması** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **3- Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **4-Sağlık için spor etkinliğinin yapılması** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **5- Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda Fen ve Teknoloji öğretmeni tarafından velilere seminer verilmesi** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **6-Her gün okul bahçesi ve içinde sağlıklı yaşam sporu yapılması** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **7-Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması .** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **8-Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **9-Dünya diyabet günü nedeniyle Abur Cubur’a Son  Etkinliği yapılması (resim ,drama, sergi vb)** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **10-Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **11-Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **Kasım ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması** | **KASIM 2018** |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME-DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |  |
| 1-El hijyeni hakkında sınıfları  bilgilendirme | ARALIK 2018 |  |  |  |
| 2-Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve  Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması | ARALIK 2018 |  |  |  |
| 3-Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi | ARALIK 2018 |  |  |  |
| 4-Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul internet sayfasında sergilenmesi | ARALIK 2018 |  |  |  |
| 5-Aralık ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması | ARALIK 2018 |  |  |  |
| **1-Abur cuburlar hakkında bilgilendirme** | **OCAK 2019** |  |  |  |
| **2-Beslenme listesinin Hazırlanması** | **OCAK 2019** |  |  |  |
| **3-1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi.** | **OCAK 2019** |  |  |  |
| 1-Sınıf içi beslenme okul panolarının güncellenmesi | ŞUBAT 2019 |  |  |  |
| 2-Günlük planlarda sağlıklı beslenme ile ilgili etkinliklere yer vermek | ŞUBAT 2019 |  |  |  |
| 3-Meyve,kuruyemiş ve süt günleri düzenlemek | ŞUBAT 2019 |  |  |  |
| 4-Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim,hikaye,drama vb) | ŞUBAT 2019 |  |  |  |
| 5-Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | ŞUBAT 2019 |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME-DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |  |
| **1-Fast food hakkında bilgilendirme** | **MART 2019** |  |  |  |
| **2-Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi** | **MART 2019** |  |  |  |
| **3- Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi** | **MART 2019** |  |  |  |
| **4-Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici cd izletilmesi** | **MART 2019** |  |  |  |
| **5-Mart  ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması** | **MART 2019** |  |  |  |
| 1-Okul bahçesinin düzenlenmesi | NİSAN 2019 |  |  |  |
| 2-Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme | NİSAN 2019 |  |  |  |
| 3-Sağlıklı olmak için yürüyüş yapılması | NİSAN 2019 |  |  |  |
| 4-Velilerimizle sağlıklı hayat için nelerin yapıldığı ile ilgili anket yapılması | NİSAN 2019 |  |  |  |
| 5-Rapor ve beslenme listesinin yazılması | NİSAN 2019 |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME-DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |  |
| **1-Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında farkındalık yaratmak için çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek.** | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| **2-Velilerin öğrencilerin katılımı ile okulumuzda sabah sporu yapmak**  **Sınıflararası futbol,voleybol,yakartop,Mendil Kapmaca,Basketbol Müsabakaları.İp atlama Yarışması,meyve yeme günleri.** | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| **3- Sağlıklı beslenme günü ve  Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek.** | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| **4-Yıl boyunca yapılan çalışmaları sergilemek** | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| 1-Genel değerlendirme ve rapor yazımı | HAZİRAN 2019 |  |  |  |

**BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ**

Filiz YILDIZ Hatice CAN FURAT Derya BULUT Kürşat AY

Müdür Yrd. Öğretmen             Öğretmen    Öğretmen

Serpil KIR Sultan CİNİVİZ Özgür Şaan KÜLÜNK Veli Veli Meclis Başkanı

Kenan ÖZŞAHİN

Okul Müdürü