

İSMİL ATATÜRK İLKOKULU

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

YILLIK ÇALIŞMA PLANI

Öğrencilerin kişiliği özellikle okul çağlarında şekillenmekte ve yetişkin çağdaki davranışları üzerinde etkili olacak alışkanlıkların edinilmesi yine bu yıllara dayanmaktadır. Bu nedenle, okul içinde sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamın teşvik edilmesi amacıyla bu konuda yapılan uygulama ve faaliyetler ile öğretmenlerin sergilediği örnek davranışlar, çocuk ve gençlerimizin sağlıklı yaşam alışkanlıklarını kazanmalarında temel rol oynamaktadır.

Koruyucu sağlık hizmetleri kapsamında, okullarda sağlıklı beslenme, obezitenin önlenmesi ve hareketli yaşam konularında duyarlılığın artırılması ve bu konuda yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi amacıyla, Milli Eğitim Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığının işbirliği içerisinde yürüttüğü "Beslenme Dostu Okul" projesine okulumuz da katılmış bulunmaktadır.

Proje kapsamında Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Beslenme Dostu Okul Projesi Yıllık Planı oluşturularak çalışmalara başlanmıştır.

HEDEFLERİMİZ

- 1-"Beslenme Dostu Okul Projesi" ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik edilmesi,
- 2- Okulumuzda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin alınması.
- 3- Veliler ve öğrencilerde hareketli yaşam konusunda duyarlılığın artırılması.
- 4- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi
- 5- Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması.

Bu bağlamda okulumuzda 2016-2017 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında aşağıda belirtilen çalışma planı uygulanacaktır.

AMAÇLARIMIZ

Aile ve gençlik çağı eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamak için;

- 1- Çocukların ve ailelerde sağlıklı beslenme,
- 2- Okul çağı çocuklarda şişmanlık,
- 3- Sağlıklı okul dönemi,
- 4- Sağlık risklerine göre (Hiperlipidemi, troid hastalıkları, demir yetersizliği)

Okul çağı çocukları 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.

KARATAY İSMİL ATATÜRK İLKOKULU
2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI “BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ”
YILLIK ÇALIŞMA PLANI

AYLAR	ETKİNLİK NO	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLUSU
EKİM	1	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması.	Okul Müdürü
	2	Yemekhane Denetleme Ekibinin oluşturulması	Okul Müdürü
	3	Yıllık çalışma planının hazırlanması ve internette yayınlanması. Öğrenciye ve Veliye Mektup yazısının dağıtılması.	Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi
	4	Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun oluşturulması	Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi
	5	Dünya ürüyüş Günü (3-4 Ekim) nedeniyle yürüyüş düzenlenmesi ve Okul panosunun hazırlanması	FEYZA KIRILMAZ
	6	Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilerek BKİ hesaplanması. BKİ risk grubunda olan öğrenciler ve velileriyle görüşülmesi. Bu öğrencilerin uzman hekim ve diyetisyenlere yönlendirilmesi.	SINIF ÖĞRETMENLERİ
	7	Sağlık için her öğle arası Kaleli Yakar Top, Mendil Kapmaca ve Sek Sek müsabakalarının organize edilmesi spor etkinliklerinin yapılması	Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi
	8	Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması. 15 EKİM Dünya El Yıkama Günü için panolarda farkındalık oluşturulması.	CEM ÖNAL
	9	Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda Sağlık-Temizlik Kulübü tarafından öğrencilere seminer verilmesi	Okul Sağlığı Yönetim Ekibi
	10	16 Ekim Dünya Gıda Günü Ekinliklerinin yapılması. Sağlıklı bir yaşam için faydalı ve zararlı gıdaların listelenip öğrencilere verilmesi.	NAZAN YILMAZ SÖNMEZ
	11	Ay sonu çalışması olarak her çocuk evden bir tane elma getirir. Ekim ayı raporunun oluşturulması.	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi

AYLAR	ETKİNLİK NO	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLUSU
KASIM	12	Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi	SINIF ÖĞRETMENLERİ
	13	Dünya Diyabet Günü nedeniyle panoların hazırlanması, Sınıflardaki akıllı tahtalara sunumların yüklenerek öğrencilere izletilmesi. Doğa yürüyüşü düzenlenmesi (Yürüyüş 14 Kasım Perşembe günü yapılacak)	SEVGİ UYSAL
	14	Ağız ve Diş Sağlığı Haftası Etkinlikleri. “Fastfood” beslenme şeklinin sağlığınıza zararları hakkında sınıflarda sunumların yapılması	SEVİLAY ÖĞÜTALAN
	15	Çocuk Hakları ve Öğretmenler Günü Kutlamaları. Ekim ayında BKİ yüksek olan öğrencilerin aylık BKİ ölçümlerinin yapılması, risk grubunda bulunan öğrencilerin diyabet konusunda bilgilendirmelerinin yapılması.	AHMET DİNÇ Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi
	16	Ay sonu çalışması olarak her çocuk evden bir tane mandalina getirir. Kasım ayı raporunun hazırlanması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi

AYLAR	ETKİNLİK NO	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLUSU
ARALIK	17	El hijyeni hakkında sınıfları bilgilendirme	SINIF ÖĞRETMENLERİ
	18	Yerli Malı Haftası (12-18 Aralık) Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması	ZEHRA AYDIN Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi
	19	Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi	Okul Müdürü
	20	Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul İnternet sayfasında sergilenmesi	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi
	21	Aralık ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Beslenme ve Hareketli Yaşam E
	22	Ay sonu çalışması olarak her çocuk evden bir tane portakal getirir. Aralık ayı raporunun hazırlanması	Beslenme ve Hareketli Yaşam E

AYLAR	ETKİNLİK NO	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLUSU
OCAK	23	Abur cuburlar hakkında bilgilendirme(özellikle çiğ köfte, cips ve kolaya dikkat çekilecek)	SINIF ÖĞRETMENLERİ
	24	Okul çağı çocukları için sağlıklı beslenme önerileri broşürünün velilere ulaştırılması.	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi
	25	1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi.	Okul Müdürü
	26	Okul beslenme panolarının güncellenmesi	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi

AYLAR	ETKİNLİK NO	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLUSU
ŞUBAT	27	Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi	SINIF ÖĞRETMENLERİ
	28	Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi	SINIF ÖĞRETMENLERİ
	29	Ay sonu çalışması olarak her çocuk evden bir avuç ceviz getirir. Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi

AYLAR	ETKİNLİK NO	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLUSU
MART	30	Her gün öğrenci girişlerinde ilk 5 dakika sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi
	31	“ Fastfood ” beslenme şeklinin sağlığımıza zararları hakkında bilgilendirme yapılması.	SINIF ÖĞRETMENLERİ
	32	Sağlıklı Beslenme konulu RESİM YARIŞMASI düzenlenmesi	Beslenme ve Hareketli Yaşam E
	33	11-17 Mart Dünya Tuza Dikkat Haftası Etkinliklerinin yapılması	ZEHRA SAK
	34	22 Mart Dünya Su Günü etkinliklerinin yapılması	ESRA ASLANDAĞ
	35	Ay sonu çalışması olarak her çocuk evden bir avuç findık getirir. Mart ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından

AYLAR	ETKİNLİK NO	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLUSU
NİSAN	36	1-7 Nisan Kanser Haftası etkinliklerinin (Beslenme ile kanser arasındaki ilişki üzerinde durulacak) yapılması. Dünya Sağlık Günü Etkinliklerinin Kutlanması.	ŞÜKRÜYE TORUN
	37	7-13 Nisan Dünya Sağlık Haftası Etkinliklerinin yapılması (Sağlıklı yaşam için yapılması gereken beslenme, spor, stresten uzak durma vb. konular.	GÜRKAN YİĞİT
	38	Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme	SINIF ÖĞRETMENLERİ
	39	15 Nisan Büyümenin İzlenmesi Günü Etkinliklerinin yapılması.(beslenmede öncelikli besin grupları hakkında bilgiler verilecek)	NECMETTİN KAPLAN
	40	Sağlık için doğa yürüyüşü yapılması	SINIF ÖĞRETMENLERİ
	41	Ay sonu çalışması olarak her çocuk evden yoğurt getirir. Rapor ve beslenme listesinin yazılması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından

AYLAR	ETKİNLİK NO	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLUSU
MAYIS	42	Velilerimizle sağlıklı hayat için nelerin yapıldığı ile ilgili anket yapılması	Okul Müdürü
	43	Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında farkındalık yaratmak için çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
	44	10 Mayıs Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü dolayısıyla Tüm öğrenci, öğretmen ve çalışanlarla okulumuzda sabah sporu yapmak	MUSTAFA YENİLMEZ
	45	22 Mayıs Dünya obezite günü nedeniyle “Kendimi abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim” etkinliği düzenlemek.	GÜLŞAH ACAY
	46	Genel değerlendirme	SINIF ÖĞRETMENLERİ

AYLAR	ETKİNLİK NO	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLUSU
HAZİRAN	47	Yıl boyunca yapılan çalışmalarını sergilemek	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından

NECMETTİN KAPLAN
Üye

CEM ÖNAL
Üye

ZEHRA AYDIN
Sağlık Temizlik Beslenme Kulübü

YAŞAR UYSAL
Hizmetli

BAHATTİN ÖZTOKLU
Müdür Yardımcısı

METİN DERE
Okul Müdürü