**ISPARTA İLİ**

**SENİRKENT İLÇESİ**

**HALK EĞİTİMİ MERKEZİ**

**2018-2019 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**

**“ BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ**  **”**

**EK-4 BESLENME DOSTU OKUL PLANI**

|  |
| --- |
| **AMAÇ:** Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağmak için;  \*\* Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,  \*\* Çocukluklarda şişmanlığın önüne geçebilmek vr zararlarının farkına vardırmak  \*\* Sağlıklı okul dönemi oluşturmak  \*\* Sağlık risklerine göre ( Hiperlipidemi,troid hastalıkları , demir yetersizliği,kansızlık )  çocuk ve aile beslenmesi, programlarıyla genç nesillerin sağlıklı yetişmesine destek vermek.  \*\* Aile bireylerinin sağlıklı çocuklar yetiştirme ve sağlıklı beslenme bilincini artırma, sağlık risklerini azaltma ve sağlıklı nesiller yetiştirme için gerekli beslenme eğitim hizmetini sağlamak.    Sağlıklı sofraların paylaşıldıkça güzelleştiğini biliyoruz ve her zaman sağlıklı sofralar kurulsun istiyoruz |
| **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 çalışmalar yapılması.  6-Okullarda ve evde yada okul dışı hayatta abur cubur ve fass fodd cinsi yiyecek yemenin önüne geçilmesi hedeflenmek suretiyle :  Okulumuzda 2018-2019 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında aşağıda belirtilen çalışma planı uygulanacaktır. |

**ETKİNLİKLER VE İZLEME-DEĞERLENDİRME**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMAN**I | **AÇIK HEDEF UYGULANDIMI?** | | **İZLEME -DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |
| Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması. | EYLÜL |  | | Okul Müdürü tarafından |
| Yıllık çalışma planının hazırlanması ve internette yayınlanması |  | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| **Dünya süt günü** nedeniyle süt içme etkinliği ve sınıf panolarının hazırlanması |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| **Dünya yürüyüş günü** nedeniyle yürüyüş düzenlenmesi ve Okul panosunun hazırlanması |  | | Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi tarafından |
| Eylül ayı raporunun ve beslenme listesinin yazılması |  | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi | EKİM  EKİM |  | | Kurs öğretmenleri tarafından |
| Sağlık için spor etkinliğinin yapılması |  | | Öğretmenler Tarafından |
| Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda rehber öğretmen tarafından velilere seminer verilmesi |  | | Kurs öğretmenleri tarafından |
| Her gün okul bahçesi ve sınıf içinde sağlıklı yaşam sporu yapılması |  | | Kurs öğretmemeleri tarafından |
| Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması |  | | Kurs Öğretmenler Tarafından |
| Aşure günü yapılması |  | | Okul aile birliği tarafından |
| Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| **Dünya diyabet günü** nedeniyle Abur Cubur Son  Etkinliği yapılması (resim ,drama, sergi vb) |  | | Kurs öğretmenleri tarafından |
| Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi, Madde Bağımlılığı İle Mücadele (Sigara - Alkol ve Uyuşturucu ) (İşbirliği Protokolü) |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Ekim ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması |  | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| El hijyeni hakkında sınıfları  bilgilendirme | KASIM |  | | Öğretmenler tarafından |
| Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve  Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması |  | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi üyeleri tarafından |
| Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi |  | | Okul müdürü tarafından |
| Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul İnternet sayfasında sergilenmesi |  | | Okul müdürü tarafından |
| Kasım ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması |  | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Abur cuburlar hakkında bilgilendirme | ARALIK |  | | Kurs öğretmenleri tarafından |
| Aralık Ayı Raporu ve  Beslenme listesinin Hazırlanması |  | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Abur cuburlar hakkında bilgilendirme | OCAK |  | |  |
| Okullarda Şiddetin Önlenmesine Yönelik Çalışmalar Tüm Okullar İçin (resmi-özel) |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| 1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi. |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Sınıf içi beslenme okul panolarının güncellenmesi | ŞUBAT |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Günlük planlarda sağlıklı beslenme ile ilgili etkinliklere yer vermek |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Meyve ve süt günleri düzenlemek |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim,hikaye,drama vb) |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması |  | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Fast food hakkında bilgilendirme | MART  MART |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi |  | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici cd Slayt video vb izletilmesi |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Mart  ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması |  | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Okul bahçesinin düzenlenmesi | NİSAN  NİSAN |  | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Sağlıklı için yürüyüş yapılması |  | | Tüm sınıflar |
| Velilerimizle sağlıklı hayat için nelerin yapıldığı ile ilgili anket yapılması |  | | Okul müdürü tarafından |
| Nisan ayının Rapor ve beslenme listesinin yazılması |  | | Beslenme ve Hareketli Yaşam |
| Okul çevresinde sağlıklı hayat-sağlıklı nesil ve sağlıklı çevre konularında farkındalık yaratmak için çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek | MAYIS  MAYIS |  | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Okul idaresi |
| Velilerin katılımı ile okulumuzda sabah sporu yapmak |  | | Okul müdürü ve veliler |
| **Sağlıklı beslenme günü ve  Dünya obezite günü** nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan fass fodd cinsi hazır yiyeceklerden nasıl uzak tutabilirim etkinliği düzenlemek. |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Yıl boyunca yapılan çalışmaları sergilemek |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından |
| Velilerin katılımı ile okulumuzda sabah sporu yapmak  Genel değerlendirme  2019-2020 Eğitim-Öğretim yılı için Plan Hazırlanması | HAZİRAN |  | | Kurs Öğretmenleri tarafından  Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |

**BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ GÖREVLİLERİ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **Müdür** | **Cengiz ARSLAN** |
| **2** | **Müdür Yardımcısı** | **Mahmut ÇELİK** |
| **3** | **Öğretmen** | **Kamile Yurdanur ALP** |
| **4** | **Öğretmen** | **Yasemin SİMAVLI** |
| **5** | **Öğretmen** | **Armağan DOĞAN** |
| **6** | **Öğretmen** | **Ayşe GİLİK** |
| **7** | **Öğretmen** | **Ümüt CAN** |
| **8** | **Yardımcı Hizmetli** | **Veli UZ** |
| **9** | **Veli** | **Veli AYTEKİN** |