**KAZIMPAŞA İLKOKULU**

**2018-2019 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI “BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ”**

**YILLIK ÇALIŞMA 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.****Okul içi seminerler ve etkinlikler ile Okul çalışanlarının beslenme ve fiziksel aktivite durumlarının geliştirilmesi ve bilinçlenmenin artmasını sağlamak.** |
| * **HEDEFLER:**
1. **Yönetim Faaliyetleri:**

**1- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında oluşturulacak ve uygulanacak sağlıklı yaşam biçimlerini destekleyici, yeterli ve dengeli beslenmeyi ve hareketli yaşamı teşvik edici okula özgü bir Beslenme Dostu Okul Planının hazırlanmak ve uygulamasını yapmak.****2- Okul çağı çocuklarının gereksinimlerine ve kültürel yapıya uygun bir beslenme eğitiminin, öğretim programları doğrultusunda etkin bir şekilde verilmesini denetlemek****3- Beden eğitimi öğretim programı doğrultusunda; yaş, cinsiyet ve kültürel açıdan uygun fiziksel aktivite eğitiminin etkin şekilde verilmesini sağlamak**1. **Eğitim Faaliyetleri ve Farkındalığı Artırma:**

**1- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında ulusal/uluslararası gün/haftaların etkin olarak kutlanmasını sağlamak****2- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamı teşvik edici bilgi yarışması, resim yarışması, şenlik vb. okul içi etkinlikler düzenlenmek ve tüm paydaşları etkinliklere katmak.****3- Velilere yönelik sağlık, sağlıklı beslenme, hareketli yaşam vb. konularda bilgilendirme çalışmaları yapılmasını düzenlemek****4- Okul çalışanlarına sağlık, sağlıklı beslenme, hareketli yaşam vb. konularda eğitim verilmesini düzenlemek**1. **Okul Sağlığı Hizmetleri:**

**1- Öğrencilerin boy/kilo ölçümleri yılda en az bir kere yapılmasını ve sonuçların öğrenci ve velilerle paylaşılmasını sağlamak****2- Risk grubundaki (zayıf, şişman) öğrencilerin Velileri ne bilgilendirme faaliyetleri yapılarak sağlık kuruluşlarına yönlendirme çalışmalarını desteklemek**1. **Destekleyici Okul Çevresi Oluşturma ve Fiziki Koşullar:**

1- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında doğru mesajlar İçeren materyallerin (pano, afiş, resim vb.)okul içinde uygun yerlerde sergilenmesini sağlamak2- Okul bahçesinin oyun oynama, koşma vb. etkinliklere uygun olarak düzenlemek3- Okulun uygun donanım/ekipmana sahip spor salonu/çok amaçlı salon/ Spor Odası veya spor alanları düzenlemek4- Beden eğitimi ve spor etkinlikleri dersine aktif katılımın sağlanması5- Çeşitli spor dallarında takımlar oluşturulması ve öğretmen/ilgili uzmanlar eşliğinde antrenman yapılmasının sağlamak6- Okul çalışanlarının sağlıklı yaşam tarzını, sağlıklı beslenme ve düzenli fiziksel aktivite yapmayı teşvik edecek şekilde model olmasını sağlamak7- Öğrencilerin ara öğün yapmalarının teşvik edilmesi ve ara öğün içeriklerinin öğretmenlerce kontrol edilmesini sağlamak8- Güvenli hijyen ve sanitasyon davranışını destekleyici çalışmalar yapılmasını sağlamak9- Okulun yemekhanesini ve Okul Kooperatifini denetlemek |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Planlanan Çalışmalar | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | **İZLEME DEĞERLENDİRME** |
| **Evet** | **Hayır** |
| 1. Beslenme ve Hareketli Yaşam İçin "Çekirdek Eylem Ekibi"nin oluşturulması ve ilk toplantısının gerçekleştirilmesi. | EYLÜL 2018 |  |  |  |
| 2. Beslenme dostu okul projesi yıllık çalışma planı ile yazılı "Beslenme Dostu Okul Politikası"nın hazırlanması. | EYLÜL 2018 |  |  |  |
| 3. Beslenme Dostu Okul Projesi için sınıf öğrenci temsilcilerinin seçilmesi. | EYLÜL 2018 |  |  |  |
| 4. Beslenme dostu bilgilendirme panosununoluşturulması. | EYLÜL 2018 |  |  |  |
| 5. Beslenme bilgilendirme afiş, poster ve broşürlerin asılması. | EYLÜL 2018 |  |  |  |
| 6. Sağlıklı Beslenme Rehberi hazırlanması ve öğrenci velilerini bilgilendirme (sunum yapılması)  | EYLÜL 2018 |  |  |  |
| 7. Okul içi ve sınıf içi Beslenme Dostu Okul panolarının hazırlanması. | EYLÜL 2018 |  |  |  |
| 8. Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin oluşturulması. | EYLÜL 2018 |  |  |  |
| 9. Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğrencilere hatırlatılması ve uygulanması. | EYLÜL 2018 |  |  |  |
| 10. Okul kantininin denetlenmesi. | EYLÜL 2018 |  |  |  |
| 11.Aşure Gününün Kutlanması  | EYLÜL 2018 |  |  |  |
| 12.Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi | EYLÜL 2018 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 1. Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi. | EKİM 2018 |  |  |  |
| 2. Okul Çağı Çocukları için Sağlıklı BeslenmeÖnerileri adlı broşürün velilere ulaştırılması. | EKİM 2018 |  |  |  |
| 3. Alo 174 GIDA HATTI” ile” www.alo174.gov.tr” bilgilendirme yazılarının Okul İçinde uygun yerlere yerleştirilmesi | EKİM 2018 |  |  |  |
| 4. Dünya Yürüyüş günü , Dünya Gıda Günü kutlamaları | EKİM 2018 |  |  |  |
| 5. Meyve ve süt günleri düzenlenmesi  | EKİM 2018 |  |  |  |
| 6. Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatılması (cd, resim,hikaye,drama v.b) | EKİM 2018 |  |  |  |
| 8 Okul kantininin denetlenmesi | EKİM 2018 |  |  |  |
| 9. Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğrencilere hatırlatılması ve uygulanması. | EKİM 2018 |  |  |  |
| 10. Ekim ayının meyve ve sebzesi(Ayva- ıspanak) | EKİM 2018 |  |  |  |
| 11.Yapılan çalışmaların değerlendirilmessi | EKİM 2018 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 1. Çocuklarda diyabet konulu bilgilendirme çalışmalarının yapılması | KASIM 2018 |  |  |  |
| 2. Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi14 Kasım Diyabet Günü 18 Kasım Ağız ve diş sağlığı haftası | KASIM 2018 |  |  |  |
| 3. Sağlıklı Beslenme konulu resim, karikatür ve afiş yarışmasının şartnamesinin hazırlanarak öğrencilere duyurulması | KASIM 2018 |  |  |  |
| 4. Okul personeline beslenme, gıda güvenirliği ve sağlıkla ilgili konularda eğitim verilmesi | KASIM 2018 |  |  |  |
| 5. Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (Fındık,Ceviz,Badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması | KASM 2018 |  |  |  |
| 6. Okul kantininin denetlenmesi. | KASIM 2018 |  |  |  |
| 7. Kasım Aynın Meyve ve sebzesi Üzüm Karnıbahar) | KASIM 2018 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 1. 12-18 Aralık Yerli Malı Haftasının okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması2. Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları | ARALIK 2018 |  |  |  |
| 2. Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları | ARALIK 2018 |  |  |  |
| 3. Okul kantininin denetlenmesi | ARALIK 2018 |  |  |  |
| 4. Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi. | ARALIK 2018 |  |  |  |
| 5. Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (Fındık,Ceviz,Badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması. | ARALIK 2018 |  |  |  |
| 6. Aralık ayının meyve ve sebzesi mandalina ve kereviz | ARALIK 2018 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 1.Sağlıklı beslenme ve obezite konulu seminerlerin düzenlenmesi. | OCAK 2018 |  |  |  |
| 2. Okul kantininin denetlenmesi | OCAK 2018 |  |  |  |
| 3. Ocak ayının meyve ve sebzesi (brokoli- portakal) | OCAK 2018 |  |  |  |
| 4.Okul panolarının güncellenmesi | OCAK 2018 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 1. Sağlıklı beslenme ve obezite konulu seminerlerin düzenlenmesi.
 | ŞUBAT 2018 |  |  |  |
| 1. El hijyeni hakkında bilgilendirme.
 | ŞUBAT 2018 |  |  |  |
| 1. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi.
 | ŞUBAT 2018 |  |  |  |
| 4. Besinler ve Besin Öğeleri adlı broşürün velilere ulaştırılması. | ŞUBAT 2018 |  |  |  |
| 5. Diyetisyen ve gıda mühendisi desteğiyle velilere yönelik sunumlar yapılması | ŞUBAT 2018 |  |  |  |
| 6. Okul kantininin denetlenmesi. | ŞUBAT 2018 |  |  |  |
| 7. Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğrencilere hatırlatılması ve uygulanması | ŞUBAT 2018 |  |  |  |
| 8. Şubat ayının meyve ve sebzesi(elma ve lahana) | ŞUBAT 2018 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 1. Serbest Etkinlikler ve Spor etkinlikleri dersinde ve sporun önemi hakkında bilgilendirme.
 | MART 2018 |  |  |  |
| 1. Sağlıklı Beslenme konulu resim, karikatür ve afiş yarışmasının sonuçlandırılması ve ödüllerin verilmesi
 | MART 2018 |  |  |  |
| 1. 22 Mart Dünya Su Günü" nün okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması
 | MART 2018 |  |  |  |
| 4. Okul Öncesi Beslenme adlı broşürün velilere ulaştırılması. | MART 2018 |  |  |  |
| 5.Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğrencilere hatırlatılması ve uygulanması | MART 2018 |  |  |  |
|  6. Mart ayının sebze ve meyvesinin tanıtılması (Pırasa-Greyfurt) | MART 2018 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 1. Sporun önemi hakkında bilgilendirme.
 | NİSAN 2018 |  |  |  |
| 1. Okul kantininde kuruyemiş, meyve,sebze vb. sağlıklı besinlerin satışa sunulmaya başlanması
 | NİSAN 2018 |  |  |  |
| 1. 7 Nisan "Dünya Sağlık Günü
 | NİSAN 2018 |  |  |  |
| 1. Okul kantininin denetlenmesi.
 | NİSAN 2018 |  |  |  |
| 1. Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğrencilere hatırlatılması ve uygulanması
 | NİSAN 2018 |  |  |  |
| 1. Nisan ayının sebze ve meyvesinin tanıtılması(Enginar ve Limon)
 | NİSAN 2018 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 1. Çeşitli dallarda sınıflar arası spor karşılaşmalarının yapılması
 | MAYIS 2018 |  |  |  |
| 1. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi.
2. 10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü"'nün etkin bir şekilde kutlanması ve bu doğrultuda öğrenci ve velilerle yürüyüş düzenlenmesi.afiş ve broşürler hazırlanması
 | MAYIS 2018 |  |  |  |
| 1. 22 Mayıs "Dünya Obezite Günü"'nün etkin bir şekilde kutlanması
 | MAYIS 2018 |  |  |  |
| 1. Mayıs Ayının sebze meyvesinin tanıtılması(Taze Fasülye – Çilek)
 | MAYIS 2018 |  |  |  |
| 1. Okul kantininin denetlenmesi
 | MAYIS 2018 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 1. Okul kantininin denetlenmesi. | HAZİRAN 2018 |  |  |  |
| 3. Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğrencilere hatırlatılması ve uygulanması | HAZİRAN 2018 |  |  |  |
| 5. Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi | HAZİRAN 2018 |  |  |  |

|  |
| --- |
|  |

**Beslenme ve Hareketli Yaşam "Çekirdek Eylem Ekibi “**

 **Mehmet KAPTAN**

**Okul Müdür**

**(Proje Koordinatörü )**

Yaşar ÇAL Emre PORİKLİ Dönay ALTINTAŞ Esra İBRİKÇİ

Anasınıfı Öğretmeni Rehber Öğretmen Sınıf Öğretmeni Sınıf Öğretmeni

Yasemin S. ÖZTÜRK Şükriye BOZBAŞ Rizvan YILMAZ İbrahim BİRLİK Arzu PORİKLİ Sınıf Öğretmeni Sınıf Öğretmeni Sınıf Öğretmeni Sınıf Öğretmeni Sınıf öretmeni

Mustafa GÜLŞEN Sevilay H. ÜNAL Gökhan KILIÇ Rahmi KILIÇ

Sınıf Öğretmeni İngilizce Öğretmeni Okul Aile Birliği Bşk. Veli

 Yasin ÇETİNKAYA Ziya DEMİRCİ

Öğrenci Temsilcisi Kantin İşletmecis Müdür Yardımcısı