

# İZMİR ALIĞA HELVACI ORTAOKUL 2017-2018 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI

## “BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ” YILLIK ÇALIŞMA PLANI

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.

### BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ

Öğrencilerin kişiliği özellikle okul çağlarında şekillenmekte ve yetişkin çağıdaki 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.

### BESLENME DOSTU OKUL PROGRAMI

#### Öğrencilerin Sağlıklı Beslenme Davranış Biçimi Geliştirmeleri ve İyi Uygulamaların Ödüllendirilmesi

Koruyucu sağlık hizmetleri kapsamında, "Beslenme Dostu Okul Projesi" ile okulların sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik edilmesi, okullarda sağlıklı beslenme, obezitenin önlenmesi ve hareketli yaşam konularında duyarlılığın artırılması ve bu konuda yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi ile okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması hedeflenmektedir.

"Beslenme Dostu Okul Projesi" Milli Eğitim Bakanlığı ile işbirliği içerisinde okulların, belirlenen kriterler doğrultusunda "Beslenme Dostu Okullar Değerlendirme Formu" ile denetlenmesi, 100 puan üzerinden 90 ve üzeri puan alan okulların "Beslenme Dostu Okul" sertifikası ile ödüllendirilmesi aşamalarını içermektedir.

Okullar ;

- Öğrencilerin boy/kilo ölçümlerinin rutin aralıklarla (yılda 2 kez) yapılıp ve risk grubunda olan öğrencilerin velileri ile görüşmeler/bilgilendirme faaliyetleri yapılarak sağlık kuruluşlarına yönlendirilip yönlendirilmediğine,
- Okulun "Beyaz Bayrak " sertifikası bulunup bulunmamasına,
- Okul içinde uygun alanlarda sağlıklı içme suyu olanakları bulunup bulunmamasına,
- Su deposu var olup olmadığı ve temizliğinin rutin aralıklara yapılıp yapılmadığına,
- Yetersiz ve dengesiz beslenmeye neden olabilecek gıda maddelerinin (kızartmalar, gazlı içecekler, kolalı içecekler vb.) satışı yapılıp yapılmadığına,
- Süt, ayran, yoğurt vb. içecekler ve taze sıkılmış meyve ve sebze suyu satışının yapılıp yapılmadığına,
- Tane ile meyve ve sebze satışı yapılıp yapılmadığına,
- Kantin hizmetleri 17 Nisan 2007 tarihli ve 1008 sayılı (2007/33 genelge no'lu) genelgede belirtildiği üzere Okul Müdürünün kendisi veya görevlendireceği bir Müdür Yardımcısı başkanlığında kurulacak bir komisyon tarafından ayda en az bir kez genelge ekinde bulunan "Okul Kantini Denetim Formu" kullanılarak denetlenip denetlenmediği
- Öğrencilerin evden getirdikleri beslenme çantalarının içeriklerinin Sağlık Bakanlığının yayımlamış olduğu ve İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nün okullara dağıtmış olduğu haftalık beslenme programına göre hazırlanmakta ve öğretmenler tarafından beslenme çantalarının içeriklerinin her gün kontrol edilip edilmediği,

Kriterlerine göre değerlendirilmektedir.

## BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

1	Müdür Yardımcısı	Yahya Derya ŞİMŞEK	
2	Öğretmen	Ayşe YAVUZ BİŞKİN	
3	Öğretmen	Türker KAYALIOĞLU	
4	Öğretmen	Gonca DALKILIÇ MALYER	
5	Beden Eğt. Öğretmen	Mehmet ATEŞ	
6	Veli	Resmiye GÖRGÜLÜ	
7	Veli	Aysun YILDIZ	
8	Veli	Have ALTAN	
9	Meclis Başkanı	Ceren AKSU	

### 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 2017-2018 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında aşağıda belirtilen çalışma planı uygulanacaktır.

### AMAÇLARIMIZ

Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamak 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.

**2017-2018 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI HELVACI ORTAOKULU “BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ” YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

AYLAR	PLANLANAN ÇALIŞMALAR	AÇIKLAMALAR
<b>KASIM</b>	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması.	Okul Müdürü tarafından
	Kantin Denetleme Ekibinin oluşturulması	Okul müdürü tarafından
	Yıllık çalışma planının hazırlanması	Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi tarafından
	Beslenme dostu okul panosu hazırlama (sınıflara ve okula)	Sınıf öğretmenleri ve Beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından
	Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Sağlık için spor etkinliğinin yapılması (Kültür fizik hareketleri)	Beden eğitimi öğretmeni tarafından
	Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda velilere seminer verilmesi	Sağlık uzmanı tarafından
	Okul bahçesi ve içinde sağlıklı yaşam sporu yapılması (kültür fizik hareketleri )	Beden eğitimi öğretmeni tarafından
	Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması	Sınıf öğretmenleri ve Beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından
	Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi	Öğretmenler tarafından
	Dünya diyabet günü nedeniyle Abur Cubur Son Etkinliği yapılması (resim ,drama, sergi vb)	Öğretmenler tarafından
	Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi	Sınıf öğretmenleri ve beden eğitimi öğretmeni tarafından
	Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi	Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi tarafından
<b>ARALIK</b>	El hijyeni hakkında sınıfları bilgilendirme	Öğretmenler tarafından
	Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi üyeleri tarafından
	Sağlıklı beslenme ile ilgili sınıf içi münazara yapmak	Türkçe öğretmenleri tarafından
	Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul internet sayfasında sergilenmesi	Müdür yardımcısı tarafından
	Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
<b>OCAK</b>	Abur cubur yiyeceklerin zararları hakkında bilgilendirme	Sınıf öğretmenleri
	Beslenme listesinin Hazırlanması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
	1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi.	Sınıf öğretmenleri

<b>ŞUBAT</b>	Beslenme Dostu Okul panolarının güncellenmesi	Öğrenciler tarafından
	Sağlıklı beslenme slogan yarışması	Öğretmenler tarafından
	Günlük planlarda sağlıklı beslenme ile ilgili etkinliklere yer vermek	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Okul bahçesi ve içinde sağlıklı yaşam sporu yapılması (ip atlama etkinliği)	Öğrenci ve öğretmenler tarafından
	Meyve günleri düzenlemek	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim,hikaye,drama vb)	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
<b>MART</b>	Fast food hakkında bilgilendirme	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi	Öğretmenler tarafından
	Risk grubundaki öğrencilerin velilerini bilgilendirme	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi (bisiklet sürme)	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
	Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici cd izletilmesi	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Sağlıklı kahvaltı tabağı hazırlama ve kahvaltı yapma	Öğrenci ve öğretmenler tarafından
	Mart ayı çalışmalarının değerlendirilmesi	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
<b>NİSAN</b>	Okul bahçesinin düzenlenmesi	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
	Okul bahçesi ve içinde sağlıklı yaşam sporu yapılması (halat çekme, kültür fizik hareketleri yapma)	Öğrenci ve öğretmenler tarafından
	Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Sağlıklı yaşam için yürüyüş yapılması	Öğrenci ve öğretmenler tarafından
	Velilerimizle sağlıklı hayat için nelerin yapıldığı ile ilgili anket yapılması	Okul müdürü tarafından
	Rapor ve beslenme listesinin yazılması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
<b>MAYIS</b>	Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında farkındalık yaratmak için çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi
	Velilerle işbirliği yapılması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi
	Sağlıklı beslenme günü ve Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek.	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Yıl boyunca yapılan çalışmaları sergilemek	Sınıf öğretmenleri tarafından
<b>HAZİRAN</b>	Genel değerlendirme	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi

UYGUNDUR

Hasan GÖNÇ

Okul Müdürü