**MADENCİLER İLKOKULU**

**2019–2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI “BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ”**

**YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

**EK-4 BESLENME DOSTU OKUL PLANI**

|  |
| --- |
| **AMAÇ:** Kilimli Madenciler İlkokulu’nda Beslenme Dostu Okul Programı kapsamında aşağıda belirtilen hedeflere uygun etkinlikler ile öğrencilerin, velilerin ve okul çalışanlarının her eğitim Öğretim yılı sonunda hedefe uygun davranışları kazanmaları, doğru davranışların %20 oranında arttırmak.  Sağlıklı beslenme konusunda aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesiller yetişmesine katkı sağlamak,  Çocuklarda sağlıklı beslenme, şismanlık ve obezite konusunda aileleri bilinçlendirmek.  Sağlık riskleri konusunda aileleri konunun uzmanı kişilere yönlendirmek. |
| **HEDEFLER:**  1. Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında öğrenci ve velilerde farkındalık oluşturmak.  2. Yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı kazandırmak.  3. Düzenli fiziksel aktivite alışkanlığı kazandırmak.  4. Sağlığa zararlı yiyecek ve içecekler konusunda farkındalık oluşturmak.  5. Hijyen kurallarına uygun davranışlar kazandırmak.  6. Sağlık büyümeyi destekleyen davranışlar kazandırmak. |

ETKİNLİKLER VE İZLEME-DEĞERLENDİRME

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?**   |  |  | | --- | --- | | **EVET** | **HAYIR** | | | **İZLEME-DEĞERLENDİRME** |
| Okul Sağlığı ve Yönetimi Ekibinin Oluşturulması. | EYLÜL 2019 | EVET |  | Ekip Okul Müdürü, Öğretmen, Öğrenci ve Okul Aile Birliği Temsilci ile oluşturuldu. |
| Beslenme Dostu okul yıllık planının hazırlanması. | EKİM 2019 | EVET |  | 2019-2020 Beslenme Dostu yıllık planı hazırlandı. |
| Yıllık çalışma planının okul web sitesi,öğrenci ve velilere duyurulması. | EKİM 2019 | EVET |  | Okul web sitesinde yayınlandı. O.A.B. toplantısında velilere bilgi verildi. |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?**   |  |  | | --- | --- | | **EVET** | **HAYIR** | | | **İZLEME-DEĞERLENDİRME** |
| Öğrencilerin boy/kilo ölçümleri yapılması.BKİ hesaplamaları yapılması. | EKİM 2019 | EVET |  | Öğrencilerin boy/kilo endeksleri yapıldı. Velilere bilgiverildi. |
| Okul yemekhanesinin yapılması, oturma planın hazırlanması, yemekhane ilaçlama dezenfektenin sağlanması. | EYLÜL-EKİM 2019 | EVET |  | Okul yemekhanesi oluşturuldu. 16/09/2019 ilaçlama yapıldı. (dosyasında) |
| Okul yemekhane denetim komisyonu kurulması. | EKİM 2019 | EVET |  | 1 idaerici, 1 Öğretmenden oluşturuldu. |
| Sınıf içi panoların sağlıklı beslenme ile ilgili olarak düzenlenmesi.  Her gün okul bahçesinde/sınıflarda ders başlamadan yaklaşık 5 dk. sağlıklı yaşam sporu yapılması | EKİM 2019 –  Yıl boyunca | EVET |  | Sınıf panoları sınıf öğretmenleri ve öğrenciler tarafından oluşturuldu, yıl boyunca güncel tutulması sağlanması. |
| 27 Eylül Dünya Süt Günü etkinlikleri kapsamında sütün faydalarının anlatılması, Tüm öğrencilerin katılımıyla Süt Günü yapılması. | EYLÜL-EKİM 2019 | EVET |  | Dünya Süt Günü etkinliği anasınıfları 13öğrenci, 1.2.3.4sınıflar 40 öğrenci toplam 53 öğrenci ile yapıldı. |
| İlçe Halk Sağlığı tarafından tüm öğrencilere Diş Florlama Uygulaması yapılması | EKİM 2019 | EVET |  | 21 Ekim 2019 tarihinde yapıldı. |
| Koruyucu Ağız ve Diş Sağlığı muayeneleri yapılması. | EKİM 2019 | EVET |  | 21 Ekim 2019 tarihinde yapıldı. |
| 15 Ekim Dünya El Yıkama Günü etkinlikleri | EKİM 2019 | EVET |  |  |
| Öğretmenler ve diger okul çalışnlarının BKİ Hesaplaması | EKİM 2019 |  |  |  |
| Okul Sınıf beslenme Listelerinin hazırlanıp velilerin bilgilendirilmesi | EKİM 2019 |  |  |  |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?**   |  |  | | --- | --- | | **EVET** | **HAYIR** | | | **İZLEME-DEĞERLENDİRME** |
| Veliler Bilgilendirme Toplantısı, Velilerle kahvaltı Etkinliği | EKİM 2019 |  |  |  |
| 14 Kasım Dünya Diyabet Günü | KASIM 2019 |  |  |  |
| 18-24 Kasım Ağız Diş Sağlığı haftasıetkinlikleri | KASIM 2019 |  |  |  |
| Hareketli yaşam için Spor Etkinlikleri(Sınıf içi-Okul Dışı) | Tüm Yıl |  |  |  |
| 24 Kasım Çocuk Hakları Günü ve Öğretmenler Günü | KASIM 2019 |  |  |  |
| 12-18 Aralık Yerli Malı Haftası kapsamında doğal gıdalarla beslenmenin öneminin anlatılması. | ARALIK 2019 |  |  |  |
| ‘’Vitamin Şenliği’’ etkinlikleri. C Vitamini, portakal mandalina sıkılıp öğrencilere vitaminlerin önemini gösterme etkinliği | ARALIK-OCAK 2019 |  |  |  |
| Okul Bahçesinin düzenlenmesi. | ARALIK 2019 |  |  |  |
| Sağlık için tüm okul öğrencileri ile her gün okul bahçesinde yürüyüş ,öğrencilerle birlikte sabah sporu yapılması | Tüm yıl |  |  |  |
|  |  |  | |  |
| Risk Grubundaki öğrencilerin velileriyle görülüp bu öğrencilerin sağlık kuruluşuna yönlendirilmesi. | ARALIK 2019 |  |  |  |
| Sağlıklı beslenme hareketli yaşamı teşvik edici yarışmalar düzenlenmesi(resim, zeka oyunları | Ocak 2019 |  |  |  |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?**   |  |  | | --- | --- | | **EVET** | **HAYIR** | | | **İZLEME-DEĞERLENDİRME** |
| Abur cubur yiyecekelrin verdiği zararlar hakkında bilgilendirme yapılması, Ağız Diş sağlığı uzmanları tarafından. | OCAK 2019 |  |  |  |
| Öğrenci BKİ hesaplamaları velilerle görüşme. | ŞUBAT 2019 |  |  |  |
| Okul yemekhane hizmetleri denetlenmesi. | ŞUBAT 2019 |  |  |  |
| 11-17 Mart Dünya Tuza Dikkat haftası | MART 2019 |  |  |  |
| 22 Mart Dünya Su Günü Etkinlikleri, Bilgilendirme Yapılması | MART 2019 |  |  |  |
| Okul Sınıf Panolarının Güncellenmesi | MART 2019 |  |  |  |
| Sağlık İçin Yürüyüş Etkinlikleri Yapılması-Her sabah okul bahçesinde topluca yürüyüş yapılması. | MART 2019 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 7 NİSAN Dünya sağlık Günü Etkinlikleri | NİSAN 2019 |  |  |  |
| Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması. | NİSAN 2019 |  |  |  |
| 7-13 Nisan Dünya sağlık Haftası Etkinlikleri yapılması. | Nisan 2019 |  |  |  |
| 15 Nisan Büyümenin İzlenmesi Günü Etkinlikleri kapsamında öğrencilerin gelişimleri boy-kilo tespiti yapılması,beden kitle endeksi hesaplama velilerle paylaşılması.. | NİSAN 2019 |  |  |  |
| 10 MAYIS Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü dolayısıyla okul çevresinde sağlıklı hayat, sağlıklı yaşam konularında farkındalık oluşturmak için afişlerle’’Sağlıklı Yaşam Yürüyüşü’’ yapılması. | MAYIS 2019 |  |  |  |
| Velilere yönelik sağlıklı yaşam ağlıklı beslenme konularında bilgilendirme toplantısı yapılması. | MAYIS 2019 |  |  |  |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?**   |  |  | | --- | --- | | **EVET** | **HAYIR** | | | **İZLEME-DEĞERLENDİRME** |
| 22 Mayıs Dünya Obazite Günü nedeniyle Kuruyemiş Yiyorum, Sağlıklı Besleniyorum etkinliği düzenlenmesi. Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (fındık, ceviz, badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması | Mayıs 2019 |  |  |  |
| Obezite” ile ilgili broşür ve duvar gazetesi oluşturma. | MAYIS 2019 |  |  |  |
| Genel Değerlendirme yapılması. | HAZiRAN 2019 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

OKUL SAĞLIĞI YÖNETİM EKİBİ

MİNE ÖZBEK DEMİR ELİF BULUT NİSANUR YILDIRIM ZEYNEP ÇAKIR

SINIF ÖĞRETMENİ SI NIF ÖĞRETMENİ ÖĞRENCİ TEMSİLCİSİ O.A.B. ÜYESİ

SEFER AKKUŞ

OKUL MÜDÜRÜ

**MADENCİLER İLKOKULU**

**2019–2020 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 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 eğitmenlerin 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 arttırılması 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 Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Beslenme Dostu Okul Projesi Yıllık Planı oluşturularak çalışmalara başlanmıştır.

Bu bağlamda 2019-2020 eğitim öğretim yılından başlamak üzere 3 yıl olmak üzere ve gerektiğinde her yıl revize edilerek yıllık plan hazırlanmış ve uygulamaya konulmuştur.

HEDEFLERİMİZ

\* “Beslenme Dostu Okul Projesi” ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam

koşullarına teşvik edilmesi

\* Okullarımızda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin

alınması

\* Veliler ve öğrencilerde hareketli yaşam konusunda duyarlılığın arttırılması

\* Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi

\* Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması

AMAÇLARIMIZ

Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamak için;

\* Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,

\* Çocuklarda obezite,

\* Sağlıklı okul dönemi,

\* Sağlık risklerine göre (Hiperlipidemi, troid hastalıkları, demir yetersizliği, kansızlık, diyabet vb.) çocuk ve aile beslenmesi programlarıyla genç nesillerin sağlıklı yetişmesine destek vermek. Aile bireylerinde beslenme bilincini arttırmak, sağlık risklerini azaltmak ve sağlıklı nesiller yetiştirmek için gerekli beslenme eğitim hizmetini sağlamak.

SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

Aşağıdaki isimlerden oluşmuştur.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| S.N | GÖREVİ/BRANŞI | ADI SOYADI |
| 1 | OKUL MÜDÜRÜ | SEFER AKKUŞ |
| 2 | SINIF ÖĞRETMENİ | ELİF BULUT |
| 3 | SINIF ÖĞRETMENİ | MİNE ÖZBEK DEMİR |
| 4 | SINIF ÖĞRETMENİ | DURSUN TUNCEL |
| 5 | SINIF ÖĞRETMENİ | YAVUZ ÖNİZ |
| 6 | ANA SINIF ÖĞRETMENİ | SEMRA AKYOL |
| 7 | OKUL MECLİS BAŞKANI | NİSANUR YILDIRIM |
| 8 | OKUL AİLE BİRLİĞİ | SAMİYE KAHYA |
| *9* | *ÇALIŞAN* | ZEYNEP ÇAKIR |
| *10* |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| 27 Eylül | Dünya Okul Sütü Günü |
| 15 Ekim | Dünya El Yıkama Günü |
| 16 Ekim | Dünya Gıda Günü |
| 3 -4 Ekim | Dünya Yürüyüş Günü |
| 14 Kasım | Dünya Diyabet Günü |
| 24 Kasım | Çocuk Hakları Günü ve Öğretmenler Günü |
| 18-24 Kasım | Ağız ve Diş sağlığı Haftası |
| 12-18 Aralık | Yerli Malı Haftası |
| 22 Mart | Dünya Su Günü |
| 11-17 Mart | Dünya Tuza Dikkat Haftası |
| 7 Nisan | Dünya Sağlık Günü |
| 15 Nisan | Büyümenin İzlenmesi günü |
| 7-13 Nisan | Dünya Sağlık Haftası |
| 10 Mayıs | Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü |
| 22 Mayıs | Dünya Obezite Günü |