**2018-2019 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI MEHMET AKİF ERSOY İMAM HATİP ORTAOKULU**

**BESLENME DOSTU OKUL PLANI**

**HEDEF:** 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.

Bu bağlamda okulumuzda 2018-2019 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında aşağıda belirtilen çalışma planı uygulanacaktır.

**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 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.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **AYLAR** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLULARI** |
| **EKİM** | Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması, Beslenme Dostu Okul Yıllık Planının hazırlanması | Okul Müdürü tarafından |
| 15 Ekim "Dünya El Yıkama Günü" kapsamında "El Hijyeni" Konulu Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun oluşturulması. | Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi ve Rehberlik Servisi tarafından |
| Öğrencilerde temizlik bilincinin kalıcı olarak sağlanması için, “haftanın en temiz sınıfı”nın okul öğrenci temsilcisi ve okul meclisi üyeleri tarafından yapılan denetimler sonucu seçilerek ödüllendirilmesi. | Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi tarafından |
| Ekim ayında yapılan çalışmların raporlanması. | Müdür Yrd. tarafından |
| **KASIM** | Öğrencilerimizin tablet, pc, internet, telefon vb. bağımlılık yaratan sanal oyunlar yerine, okulda açılacak olan egsersiz çalışmaları ile yıl boyunca öğrendiklerini uygulama imkanı bulabilecekleri, arkadaşları ile paylaşabilecekleri, strateji yeteneklerini geliştirici satranç oyununa yönlendirilmesinin sağlanması. | Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi ve Beden Eğitimi öğretmeni tarafından |
| Kantin Denetleme Ekibinin oluşturulması | Okul İdaresi |
| Okul Kantininin aylık "Okul Kantini Denetim Formu” kullanılarak Kantin Denetleme Komisyonu tarafından denetlenmesi. | Kantin Denetleme Ekibi Tarafından |
| Sağlıklı Beslenme, Hareketli Yaşam ve Temizlik konularında Sağlık Bakanlığı'nın ve Yeşilay'ın hazırlamış olduğu eğitici film, çizgi film ve şarkıların CD halinde okul öğretmenlerine dağıtılarak sınıflarda okul öğrencilerine izletilmesinin sağlanması. | Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi tarafından |
| Dünya diyabet günü nedeniyle Okulda Diyabet Programı Eğitim Platformu CD içeriğinin tüm sınıflarda izletilmesi ve 14 Kasım Dünya Diyabet Günü ile ilgili farkındalık oluşturmak için okul panosu hazırlanması. | Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi tarafından |
| Okulumuz Rehberlik Servisi tarafından öğrencilere yönelik olarak hazırlanan "Haftalık Ders Çalışma Programı"nda, dengeli beslenme, hareketli yaşam ve kişisel hijyen konularını içeren zaman dilimlerinin ayrılması. | Rehberlik Servisi tarafından |
| Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi.(Obezitenin zararları-Dengeli Beslenme) | Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi tarafından |
| 18-24 Kasım "Ağız ve Diş Sağlığı Haftası" kapsamında "Ağız ve Diş Sağlığı" konulu Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun güncellenmesi. | Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi tarafından |
| Kasım ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | Müdür Yardımcısı tarafından |
| **ARALIK** | Okulun internet sayfasında "Beslenme Köşesi"nin oluşturulması ve sürekli güncellenmesi. | Sınıf öğretmenleri |
| Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi.(Beslenme Piramidi) | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **OCAK-**  **ŞUBAT** | Bütün sınıflarda öğrencilerin boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ölçümlerinin taşınabilir dijital/elektronik tartı ve ayakta boy ölçer ile öğretmenlerce yapılıp, sonuçların kaydedilmesi ve BKİ hesaplamalarının yapılarak öğrenci ve veliler ile paylaşılması. | Sınıf rehber öğretmenleri ve Beden Eğitimi öğretmeni tarafından |
|
| Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | Müdür Yardımcısı tarafından |
| Öğrencilere T.C. Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı’nın güvenilir gıda konusunda oluşturduğu ALO 174 GIDA HATTI ve www.alo174.gov.tr/ internet sitesinin tanıtımının yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
|
|
| **MART** | Okulumuz öğretmenleri tarafından, sağlıklı yaşam tarzını ve düzenli fiziksel aktivite yapmayı teşvik edecek şekilde model olmak amacıyla, teneffüslerde öğrencilerin de katılımı ile masa tenisi maçlarının düzenlenmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Beden Eğitimi öğretmeni tarafından |
| Sınıf Öğretmenleri tarafından yapılan Veli Toplantılarında Beslenme Dostu Okul Projesinin ayrı bir gündem maddesi olarak alınarak, bu konuda yapılan ve yapılacak çalışmalar hakkında velilere bilgi verilmesi. | Sınıf Rehber Öğretmenleri tarafından |
| Mart  ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması | Müdür Yardımcısı tarafından |
| **NİSAN** | Okul bahçesinin düzenlenmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme | Sınıf rehber öğretmenleri tarafından |
| Öğrenci, okul çalışanları ve ailelerin katılımı ile sağlıklı beslenme ve hareketli hayatı teşvik edecek yarışmalar, oyunlar, spor müsabakaları vb. etkinlikler içeren bir piknik organizasyonunun yapılması. | Tüm sınıflar, Tüm Öğretmenler |
| Fast Food ürünlerinin zararları hakkında öğrencilerin bilgilendirilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Örnek Beslenme Listesinin düzenlenmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| **MAYIS** | Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında farkındalık yaratmak için çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |
|
| Öğrencilerimizin tablet, pc,internet ve telefon ortamındaki sanal oyunlar yerine, satranç ve masa tenisi turnuvasının düzenlenmesi. Gönüllü öğretmenlerin ve velilerin katılımıyla dereceye girenlerin ödüllendirilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Beden Eğitimi öğretmeni tarafından |
|
| Öğrencilerimizin tablet, pc,internet ve telefon ortamındaki sanal oyunlar yerine, satranç ve masa tenisi turnuvasının düzenlenmesi. Gönüllü öğretmenlerin ve velilerin katılımıyla dereceye girenlerin ödüllendirilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Beden Eğitimi öğretmeni tarafından |
| Yıl boyunca yapılan çalışmaları sergilemek | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |
| **HAZİRAN** | Genel değerlendirme | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |

SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **S. No** | **AD SOYAD** | **ÜNVAN** | **İMZA** |
| 1 | OSMAN DEMİREL | MÜDÜR YRD. |  |
| 2 | MAHMURE EKEN | ÖĞRETMEN |  |
| 3 | AHMET ÜNÜVAR | ÖĞRETMEN |  |
| 4 | HÜSEYİN | HİZMETLİ |  |
| 5 | FATMANA KAVAK | KANTİN ÇALIŞANI |  |
| 6 | AYŞE KOCAER | ÖĞRENCİ TEMSİLCİSİ |  |