

TOKİ ŞEHİT FİKRET YÜKSELER İLKOKULU

2018-2019 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 çalışmalarına 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 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 çalışmalarına 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 yayımlanmış olduğu ve İl Millî Eğitim Müdürlüğünün 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	Okul Müdür Yardımcısı/Beslenme Dostu Okul Projesi Koordinatörü	Berna CURABAZ
2	Öğretmen	Ebru SUN
3	Öğretmen	Ayşe Nur ÇIKRIK
4	Öğretmen	Handan ÖZSÜT
5	Öğretmen	Azime ŞAHİN
6	Rehber Öğretmen	Oktay ÇIKRIK
7	Rehber Öğretmen	Özge EROĞLU
8	Hizmetli Personel	Mehmet SÜMELİ
9	Veli	Hatice KAYA
10	Veli	Beyhan SEVEN
11	Meclis Başkanı	Ceren ŞİMŞEK
12	Öğrenci Temsilcisi	Mehmet Cem ERİKÇİ

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 2018-2019 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.

YILLIK ÇALIŞMA PLANI

AYLAR	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLULARI
KASIM	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
	Okul beslenme politikasının oluşturulması	
	Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Sağlık için spor etkinliğinin yapılması	Öğretmenler Tarafından
	Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda rehber öğretmen tarafından velilere seminer verilmesi	Rehber öğretmen Oktay ÇIKRIK ve Özge EROĞLU tarafından
	Her gün okul bahçesi ve içinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması	Öğretmenler 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)	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi	Öğretmenler tarafından
	Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi	Öğretmenler tarafından
	Kasım ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması	Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi tarafından
	Ayın sebze ve meyvesi (lahana-Portakal)	
Meyve günü düzenlenmesi		
ARALIK	El hijyeni hakkında sınıfları bilgilendirme	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 müdür yardımcısı Kahraman YILMAZ tarafından
	Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul internet sayfasında sergilenmesi	Okul müdürü tarafından
	Aralık ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
	Ayın sebze ve meyvesinin tanıtılması(Karnabahar-Kivi)	Tüm Okul
	Meyve günü düzenlenmesi.	Tüm Okul
	Her gün sınıf öğretmenleri tarafından sağlıklı yaşam sporunun yaptırılması.	Tüm Okul
	Meyve ve sebze şarkısının çocuklara öğretilmesi	Öğretmenler tarafından
	İlgin'in Dünyası(Mikroplar) Cd'sinin çocuklara izlettirilmesi	
OCAK	Abur cuburlar hakkında bilgilendirme	Sınıf öğretmenleri
	Beslenme listesinin Hazırlanması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
	Ayın sebze ve meyvesinin tanıtılması(Kereviz-Greyfurt)	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
	Meyve günü düzenlenmesi	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
	Sınıf öğretmenleri tarafından sağlıklı yaşam sporunun yaptırılması.	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
	1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi.	Sınıf öğretmenleri

ŞUBAT	Sınıf içi beslenme okul panolarının güncellenmesi	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Beslenme dostu okul programı başvurusunun yapılması	Okul İdaresi Tarafından
	Günlük planlarda sağlıklı beslenme ile ilgili etkinliklere yer vermek	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Meyve ve süt günleri düzenlemek	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim,hikaye,dramavb)	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Sağlıklı olmak için neler yapmalıyım konulunu resim yarışmasının düzenlenmesi	Tüm Okulun katılımı Öğretmenler tarafından
	Ayın sebze ve meyvesinin tanıtılması(Pırasa-Muz)	Öğretmenler tarafından
	Sağlıklı yaşam sporunun yaptırılması.	Öğretmenler tarafından
	Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
	Fastfood hakkında bilgilendirme	Sınıf öğretmenleri tarafından
MART	Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi	Öğretmenlerle tarafından
	“11-17 Mart Tuza Dikkat Haftası” boyunca tuzun zararları hakkında etkinlikler düzenlenmesi	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Sınıf Öğretmenleri tarafından
	22 Mart dünya Su Günü ile ilgili etkinlikler planlanması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi 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 izletilmesi	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Meyve günü düzenlenmesi. Ayın sebze ve meyvesi Bakla-Limon.	
	Mart ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
	Okul bahçesinin düzenlenmesi	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
NİSAN	7 Nisan Dünya Sağlık Günü etkinlikleri	
	Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme	Sınıf öğretmenleri tarafından
	Sağlıklı için yürüyüş yapılması	Tüm sınıflar
	Yoğurt mayalıyoruz etkinliği	Öğretmenler tarafından
	Velilerimizle sağlıklı hayat için nelerin yapıldığı ile ilgili anket yapılması	Okul müdürü tarafından
	Ayın sebze ve meyvesi Bezelye-Havuç.	Öğretmenler tarafından
	Rapor ve beslenme listesinin yazılması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
	Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında farkındalık yaratmak için çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi
MAYIS	Okul çevresinde sağlıklı hayat ve yaşam konularında farkındalık yaratmak için esnaf ve mahalle sakinleriyle görüşmek	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi
	Velilerin öğrencilerin katılımı ile okulumuzda sabah sporu yapmak	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi üyesi Ayşe Nur ÇIKRIK tarafından
	Yıl boyunca yapılan çalışmalarını sergilemek	Sınıf öğretmenleri tarafından
HAZİRAN	Genel değerlendirme	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi

ÇEKİRDEK EYLEM GRUBU

Berna CURABAZ

Müdür Yrd

Ebru SUN

Öğretmen

Ayşe Nur ÇIKRIK

Öğretmen

Azime ŞAHİN

Öğretmen

Handan ÖZSÜT

Öğretmen

Özge EROĞLU

Rehber Öğret.

Oktay ÇIKRIK

Rehber Öğret.

Mehmet Sümeli

Hizmetli Personel

Hatice KAYA

Veli

Beyhan SEVEN

Veli

Cemre ŞİMŞEK

Okul Meclis Başkanı

Mehmet Cem ERİKÇİ

Okul Temsilcisi

Mehmet Necip TAŞDEMİR

Okul Müdürü