T.C.

YUSUFELİ KAYMAKAMLIĞI

DARICA ORTAOKULU

2019/2020

Eğitim/ Öğretim Yılı

Not: Bu çalışma örnektir.

Her okulun kendi fiziksel şartları ve öğrenci profiline göre uygulayabileceği çalışmaları planlaması önerilir.

**BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ**

Milli Eğitim Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığının işbirliği içerisinde yürüttüğü "Beslenme Dostu Okullar" projesine okulumuz da katılmış bulunmaktadır.

**Proje kapsamında Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Beslenme Dostu Okul Projesi Yıllık Planı oluşturularak çalışmalara başlanmıştır.**

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.

İLKELERİMİZ;

1. ‘’Beslenme Dostu Okul Projesi‘’çalışmalarını koordine etmek üzere‘’Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi‘’oluşturulmuştur.
2. Okulumuzun temizlik rehberi oluşturularak yıllık ve günlük temizlik planı yapılmakta ve uygulanmaktadır.
3. Okulumuzun eğitim-öğretim akış programı sağlıklı beslenme ve hareketli yaşama uygun etkinliklerle desteklenmekte ve uygulanmaktadır.
4. Okulumuz da aylık beslenme çizelgesi hazırlanmaktadır.
5. Özellikle oyun etkinliklerinde öğrencilerimizin etkin bir şekilde oyunlara katılımı teşvik edilmektedir.
6. Okul suyu düzenli olarak kontrol edilmektedir. Ayrıca okulumuzda damacana su kullanılmaktadır. Kullanılan arıtma sisteminin belli periyotlarla filtreleri değiştirilmektedir.
7. Temizlik ve dezenfektan için kullanılan malzemeler sağlık bakanlığından izinli ve ruhsatlı ürünlerdir.
8. Öğrencilerimizin rutin aralıklarla boy,kilo ölçümleri yapılmakta ve risk grubundaki öğrencilerin velileri bilgilendirilerek ilgili sağlık kuruluşlarına yönlendirilmektedir.
9. Okulumuzda hareketli yaşam ilkesi benimsenmiştir. Bu doğrultuda okul bünyesinde yarışmalar düzenlenmekte,egzersiz çalışmaları yapılmaktadır.
10. Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında belirli gün ve haftalar etkin olarak kullanılmaktadır.
11. ‘’Beslenme Dostu Okul Projesi‘’ ile ilgili seminer ve bilgilendirme toplantıları yapılması planlanmaktadır.
12. Aylık Yemek menüleri Sağlık Bakanlığı genel beslenme kriterlerine göre hazırlanmaktadır.
13. Aşçının sağlık kontrollerinin yapılması
14. Okulda bulunan tüm paylaşımlarımıza Beslenme Dostu Okul Projesi farkındalığı

oluşturulmuştur.

Bu çerçevede okulumuzda başlattığımız bu çalışmanın öğrencilerimize çok şey katacağı dileği ile bu çalışmada emek verecek tüm öğretmen,veli ve paydaşlarımıza şimdiden teşekkür ederiz.

Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ | | |
| S.NO | GÖREVLİNİN ADI SOYADI | GÖREVİ |
| 1 | GÖKHAN DEMİRBAŞ | Okul Müdürü |
| 2 | Elif CENGİZ | Öğretmen |
| 3 | Serhat BİNGÖL | Öğretmen |
| 4 | Kübra TUĞRUL | Öğretmen |
| 5 | Ali ATİCİ | Öğrenci |
| 6 | Nisanur AVCI | Öğrenci |
| 7 | Yusuf Can CANSIZ | Öğrenci |
| 8 | Bekir SUBAŞI | Okul Aile Birliği Başkanı |

**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- Öğretmen, personel, veliler ve öğrencilerde hareketli yaşam konusunda duyarlılığın arttırılması,

4- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan ve yapılacak olan iyi uygulamaların desteklenmesi,

5- Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması,

6-Geleceğe her anlamda bilinçli ve sağlıklı bireyler yetiştirmek

7-Öğrencilerimize doğru beslenme alışkanlığı kazandırmak

8-Öğrencilerimizin sağlıklı gelişimlerini takip etmeyi ve yararlı olana yönlendirmeyi hedeflemektir.

Bu bağlamda okulumuzda 2019-2020 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında aşağıda belirtilen Yıllık Çalışma Planı uygulanacaktır.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***DARICA ORTAOKULU***  ***2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI***  ***BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK EYLEM PLANI*** | | |
| **AYLAR** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLUSU** |
| **EKİM (2019)** | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması | Okul Müdürü tarafından |
| Yemekhane Denetleme Ekibinin oluşturulması | Okul Müdürü tarafından |
| Yıllık eylem planının hazırlanması ve internette  Yayınlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi  Tarafından |
| Okul beslenme panosunun oluşturulması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi  Tarafından |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Dostu Okul Projesi” köşesi oluşturup programın kapsamında okulumuzda  yapılan etkinlik ve faaliyetlerin okul internet sayfasında  Sergilenmesi. | Okul Müdürü tarafından |
| Beslenme konusuyla ilgili slogan hazırlanması ve  sergilenmesi. Sınıflarda uygulanacak. | Öğretmenler Tarafından |
| Sınıfların veli toplantılarında velilere Beslenme Dostu  Okullar Projesi ile ilgili bilgilendirici açıklamalar yapmak | Öğretmenler Tarafından |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi  ve beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile  paylaşılması ve sorunlu olan çocukların velileriyle görüşülmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Öğretmenleri Tarafından |
| Değerlendirme başlığı içeren yazılı bir ‘Beslenme Dostu Okul’ Politikası hazırlanıp eylem planının oluşturulması | Okul müdürü, Beslenme ve  Hareketli Yaşam Ekibi ve  Öğretmenlerimiz tarafından |
| Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi | Yemekhane Denetleme Ekibi  Tarafından Denetlenmesi |
| Sınıflarda meyve ve kuru yemiş paylaşımı etkinliği | Öğretmenler tarafından |
| Ekim ayı raporunun ve beslenme listesinin hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Sağlıklı yaşam ve hareket için tüm okul personelinin ve sınıfların okul bahçesinde jimnastik yapması. | Okul müdürü, Beslenme ve  Hareketli Yaşam Ekibi ve  Öğretmenlerimiz tarafından |
| Sağlıklı Beslenme-, temizlik, Hareketli Yaşam konusunda  velilere seminer verilmesi. | sağlık ocağında çalışan hemşireler Tarafından |
| Güvenli hijyen, gıda hijyeni kuralları hakkında öğrencilere  ve velilerimize bilgiler verilmesi, okul beslenme panosu ve  sınıf panolarında duyurulması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi  Tarafından |
| **KASIM (2019)** | Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme  konusunda öğrencilere video izletilip bilgiler verilmesi(ortak  alanda tüm çocuklara eğitici video izletip konu ile ilgili  parmak oyunu,şarkı vb öğretilecek)  14 Kasım Dünya Diyabet Günü | Okul müdürü ve Öğretmenlerimiz tarafından |
| Meyve tanıtımı (MUZ Meyvesi)  Yöresel Amasya Elması’nın tanıtılması ve ikramı | Öğretmenler tarafından |
| Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin  denetlenmesi | Yemekhane Denetleme Ekibi  Tarafından |
| Reyhan otu ile komposto yapılması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Sağlıklı beslenme konulu resim çalışmalarının yapılması | Öğretmenler tarafından |
|  | Ağız ve Diş Sağlığı haftası kapsamında öğrencilerin bilgilendirilmesi (Dişlerimi Fırçalıyorum) | Okul tarafından |
| **ARALIK (2019)** | 12-18 Aralık Yerli Malı Haftası | |
| Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ile  ilgili bilgiler duyurulması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi  Tarafından |
| Tükettiğimiz hazır yiyecekler ve hazır gıdalarla ilgili bilgi  verilmesi(deney ve sınıf içi etkinlikler) | Öğretmenler tarafından |
| Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi | Yemekhane Denetleme Ekibi  Tarafından |
| Doğal meyve suyunun öğrencilerle yapılması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi  Tarafından |
| Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşama teşvik edici Slogan Yarışmasının düzenlenmesi | Sınıflar Arası |
| **OCAK (2020)** | Meyve tanıtımı (Kara Hurma Meyvesi) | Öğretmenler tarafından |
| Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin  denetlenmesi | Yemekhane Denetleme Ekibi  Tarafından. |
| Sağlık için tüm okul personelinin ve sınıfların katılımı ile geleneksel çocuk oyunlarının oynatılması | Öğretmenler tarafından |
| Sağlıklı beslenme ile film izlenmesi, video konferans ile Diyetisyen Ceydanur YALÇIN’dan öğrencilerimize bilgi verilmesi | Öğretmenler tarafından |
| 1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi | Öğretmenler ve Bütün Üyeler  Tarafından |
| **ŞUBAT (2020)** | Sınıfların veli toplantılarında velilere beslenme konusunda bilgilendirici açıklamalar yapmak | Öğretmenler Tarafından |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi,  beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması ve sorunlu olan çocukların velileriyle görüşülmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Öğretmenleri Tarafından |
| Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini  etkinliklerle anlatmak (cd, resim, hikaye, drama vb) | Öğretmenler tarafından |
| Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi | Yemekhane Denetleme Ekibi  Tarafından |
| Şubat ayı raporunun hazırlanması ve ALO GIDA Hattı(174) hakkında bilgi verilmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| **MART (2020)** | Okul Personeline beslenme, gıda güvenilirliği, iş güvenilirliği ve sağlıkla ilgili konularda seminer verilmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Öğrencilerle okulda bahçe ekimi | Öğrencilerle birlikte |
| 11-17 Mart “Dünya Tuza Dikkat Haftası” kapsamında etkinliklerin yapılması | Okul Öğretmenleri tarafından |
| 22 Mart “Dünya Su Günü”nün Kutlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Öğretmenleri Tarafından |
| Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi | Yemekhane Denetleme Ekibi  Tarafından |
| Sağlık için tüm okul personelinin ve sınıfların Okul  bahçesinde tempolu yürüyüş ve koşma egzersizleri yapılması | Öğretmenler tarafından |
| Mart ayı raporunun hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| **NİSAN (2020)** | 7-13 Nisan “Dünya Sağlık Haftası”nün kutlanması  “Sağlığım için Bisiklet Sürüyorum” etkinliğinin yapılması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi  ve Öğretmenleri Tarafından |
| Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin  denetlenmesi | Yemekhane Denetleme Ekibi  Tarafından. |
| Nisan ayı raporunun hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi  Tarafından |
| Pekmez besininin tanıtılması | Öğretmenler tarafından |
| Tüm öğrenciler ve velilerin katılımıyla sağlıklı yaşam  yürüyüşü yapılacak. | Tüm okul |
| **MAYIS (2020)** | Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme | Öğretmenler Tarafından |
| Sağlıklı beslenme günü ve Dünya obezite günü nedeniyle  Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Öğretmenleri Tarafından |
| Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin  denetlenmesi | Yemekhane Denetleme Ekibi  Tarafından |
| 10 Mayıs Dünya Sağlık için Hareket Et Günü kapsamında etkinliklerin yapılması | Öğretmenler tarafından |
| Mayıs ayı raporunun ve beslenme listesinin hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi  Tarafından |
| **HAZİRAN(2020)** | Yaz meyve ve sebzelerinin tanıtılması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi  Tarafından |
| Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin  denetlenmesi | Yemekhane Denetleme Ekibi  Tarafından |
| Haziran ayı raporunun hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Genel değerlendirme | Öğretmenler ve Bütün Üyeler Tarafından |

**SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ** | | |
| **ADI SOYADI** | **GÖREVİ** | **İMZA** |
| Elif CENGİZ | Fen Bilimleri Öğretmeni |  |
| Serhat BİNGÖL | Beden Eğitimi Öğretmeni |  |
| Kübra TUĞRUL | Matematik Öğretmeni |  |
| Ali ATİCİ | Öğrenci |  |
| Nisanur AVCI | Öğrenci |  |
| Yusuf Can CANSIZ | Öğrenci |  |
| Bekir SUBAŞI | Okul Aile Birliği Başkanı |  |

**Gökhan DEMİRBAŞ**

**Okul Müdürü**