|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  .

|  |
| --- |
|  Dengeli Beslen Sağlıklı Ol; Spor Yap Mutlu Ol. |

**T.C.** **YEŞİLOBA İLKOKULU** **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ****10121539_bdo.jpg** 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 Projesi” ne okulumuz da başvurmuş bulunmaktadır. Proje kapsamında Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Beslenme Dostu Planı oluşturularak çalışmalara başlanmıştır. Öğrencilerin sağlıklı beslenme davranış biçimi geliştirmeleri ve iyi 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 arttırılması ve bu konuda yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi ile okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması hedeflenmektedir. T.C. Sağlık Bakanlığı ile T.C. Milli Eğitim Bakanlığı arasında Kasım 2018 tarihinde “Beslenme Dostu Okul Programı” protokolü imzalanmıştır. "Beslenme Dostu Okul Projesi" Milli Eğitim Bakanlığı ile işbirliği içerisinde okulların, belirlenen kriterler doğrultusunda "Beslenme Dostu Okullar Değerlendirme Formu" ile denetlenmesi, 100 puan üzerinden 75 ve üzeri puan alan okulların "Beslenme Dostu Okul" sertifikası ile ödüllendirilmesi aşamalarını içermektedir.**OKUL SAĞLIĞI YÖNETİM EKİBİ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * 2
 | Okul Müdür Yardımcısı / Beslenme Dostu Okul Projesi Koordinatörü | Çetin ÖLKELİ |
| * 3
 | Öğretmen | Nazan ŞANLI |
| * 4
 | Öğretmen | Emine ÖZER |
| * 5
 | Öğretmen | Hamza KAPLAN |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Öğrenci Temsilcisi | Belinay ASLANKUŞ |
|  | Öğrenci Temsilcisi | Almira AKŞİT |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * 11
 |  Veli | Hacer BOLAT |
| * 12
 | Veli | Seher SONSOY |

**YEŞİLOBA İLKOKULU****2018-2019 EĞİTİM -ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKULLAR PROGRAMI****YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

|  |
| --- |
| **AMAÇ:** **Adana ili, Seyhan ilçesi Yeşiloba İlkokulunda Beslenme Dostu Okul Programı’nın, Sağlıklı Beslenme ve Fiziksel Aktivite uygulamaları ile öğrencilerin ve okul çalışanlarının 1 (bir) yılın sonunda Sağlıklı ve Bilinçli Beslenme, Düzenli Fiziksel Aktivite ile sağlıklı okul dönemi geçirmeleri ve ailelerinin bu konuda bilinçlenmelerini sağlayarak aile desteği ile ömür boyu sürecek doğru davranışı kazandırmak ve bu davranışı %40 arttırmak** |
| **HEDEFLER:****Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat konusunda farkındalık kazandırmak ve bu konuda yapılan iyi uygulamaları desteklemek,****Çocuklarda ve ailelerde sağlıklı beslenme davranışı oluşturmak,****Beslenmede yapılan hatalar ve obezite konusunda öğrencileri ve aileleri bilinçlendirmek ve bu konuda gerekli tedbirleri alarak hatalı beslenme alışkanlıklarını %60 azaltmak,****Çocukları fiziksel aktivite uygulamalarına katmak ve spor yapmalarını desteklemek,****Okul sağlığını daha iyi düzeylere çıkararak sağlıklı nesil yetişmesini sağlamak,** |

**ETKİNLİK VE İZLEME – DEĞERLENDİRME**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | **İZLEME****DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |
| Okul Sağlığı Yönetim Ekibinin oluşturulması | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |
| Beslenme Dostu Okul Planının hazırlanması ve internette yayınlanması  | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |
| Beslenme Dostu Okul Projesi okul ve sınıf panolarının hazırlanması | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |
| Beslenme Dostu Okul Programı kapsamında sınıflar arası “**Sağlıklı Olmak İçin Neler Yapmalıyım”** konulu resim yarışması düzenlenmesi, yapılan resim yarışması ürünlerinin değerlendirilerek başarılı olan çalışmaların okul web sitesinde yayınlanması | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Sağlıklı ara öğün örneklerinin (meyve, süt, ayran vb.) sınıf panolarında duyurulması( Çeşitli görseller, sanat etkinlikleri vb.) | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |
| **“Sağlıklı Beslenme ve Fiziksel Aktivite”** nin önemini belirtenetkinlikler uygulanması(Oyun ve faaliyet saatlerinde Sağlıklı Beslenme-Hareketli Yaşam’ın önemine dair mesajlar verilmesi, tüketilen yararlı yiyeceklerin sağlık üzerine olumlu etkilerinden bahsedilmesi vb.) | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |
| Her ayın meyve ve sebzesinin tanıtılması**( Pırasa-Muz )** | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |
| Öğrencilerin sağlıklı ara öğünlere teşvik edilmesi ve sınıfa getirerek tüketmeleri (Öğretmenlerin de sağlıklı ara öğünleri onların yanında tüketerek örnek olması) sebebiyle  **“Meyve Günü”** düzenlenmesi, mevsimine uygun meyve istenmesi | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |
| Tüketilen hazır yiyecek ve içeceklerin zararları hakkında bilgilendirme yapılması ve okul beslenme panosunda duyurulması | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |
| Her gün, okul veya sınıf içinde, sağlıklı yaşam sporunun sınıf öğretmenleri tarafından yaptırılması | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |
| Şubat Ayı raporunun yazılması | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **“22 Mart Dünya Su Günü”** ile ilgili, suyun önemini vurgulayan sanat etkinliklerinin planlanması, yapılan etkinlik resimlerinin okul web sitesinde yayınlanması | **MART 2019** |  |  |  |
| **“11-17 Mart Dünya Tuza Dikkat Haftası”** ile ilgili fazla tuzun zararları konulu etkinlik düzenlenmesi | **MART 2019** |  |  |  |
| Öğrencilere, okul çalışanlarına ve ailelere yönelik “**Sağlıklı Yaşam, Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Eğitimi**” konulu Eğitim Seminerinin verilmesi ve okul çalışanlarının Beslenme Dostu Okul konusunda bilgilendirilmeleri | **MART 2019** |  |  |  |
| “**Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam**” konulu sınıf içi münazara düzenlenmesi | **MART 2019** |  |  |  |
| Öğrencilerin sağlıklı ara öğünlere teşvik edilmesi ve sınıfa getirerek tüketmeleri (Öğretmenlerin de sağlıklı ara öğünleri onların yanında tüketerek örnek olması) sebebiyle  **“Meyve Günü”** düzenlenmesi, mevsimine uygun meyve istenmesi | **MART 2019** |  |  |  |
| Her ayın meyve ve sebzesinin tanıtılması **( Bakla-Limon)** | **MART 2019** |  |  |  |
| Hijyen kuralları ile ilgili öğrenci katılımlı çalışma yapılması( El yıkama, diş fırçalama teknikleri, gıda hazırlama, temiz içme ve kullanma suyu, başkalarıyla paylaşılmaması gereken kişisel bakım eşyaları vb.) | **MART 2019** |  |  |  |
| **“Sağlıklı Yaşam”**Konulu afiş yarışması düzenlenmesi  | **MART 2019** |  |  |  |
| Fastfood ve zararları hakkında bilgilendirme yapılması (Günlük planlarda etkinlik olarak yer verilecektir.) | **MART 2019** |  |  |  |
| Her gün, okul veya sınıf içinde, sağlıklı yaşam sporunun sınıf öğretmenleri tarafından yaptırılması | **MART 2019** |  |  |  |
| **“7 Nisan Dünya Sağlık Günü**”etkinliklerinin düzenlenmesi, yapılan etkinlik resimlerinin okul panosunda sergilenmesi. | **NİSAN 2019** |  |  |  |
| Sağlıklı ve doğal beslenmenin farkındalığını arttırmak için; fırın, lokanta gibi gıda üretimi yapan yerlere sınıf gezisi düzenlenmesi | **NİSAN 2019** |  |  |  |
| Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (Cd izleme, resim, hikâye, drama vb.) | **NİSAN 2019** |  |  |  |
| Her ayın meyve ve sebzesinin tanıtılması **(Bezelye-Havuç)** | **NİSAN 2019** |  |  |  |
| Öğrencilerin sağlıklı ara öğünlere teşvik edilmesi ve sınıfa getirerek tüketmeleri (Öğretmenlerin de sağlıklı ara öğünleri onların yanında tüketerek örnek olması) sebebiyle  **“Meyve Günü”** düzenlenmesi, mevsimine uygun meyve istenmesi | **NİSAN 2019** |  |  |  |
|  **"Yoğurt Mayalıyoruz"** Fen - Deney etkinliğinin yapılması, yapılan etkinlik resimlerinin okul web sitesinde yayınlanması | **NİSAN 2019** |  |  |  |
| Okul bahçesinin oyun oynama, koşma vb. faaliyetlere uygun düzenlenmesi | **NİSAN 2018** |  |  |  |
| “**Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam**” konulu sınıf içi münazara düzenlenmesi | **NİSAN 2018** |  |  |  |
| Her gün, okul veya sınıf içinde, sağlıklı yaşam sporunun sınıf öğretmenleri tarafından yaptırılması | **NİSAN 2019** |  |  |  |
| Nisan Ayı raporunun yazılması, Mayıs Ayı sebze ve meyveleri ile ilgili etk.yapılması | **NİSAN 2019** |  |  |  |
| "**10 Mayıs Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü**" sebebiyle okulumuz çalışanları, öğrencileri ve velileriyle, **“Doğa Yürüyüşü”** etkinliğinin yapılması, yapılan etkinlik resimlerinin okul web sitesinde yayınlanması | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| Her ayın meyve ve sebzesinin tanıtılması **(Patlıcan-Erik )** | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| Öğrencilerin sağlıklı ara öğünlere teşvik edilmesi ve sınıfa getirerek tüketmeleri (Öğretmenlerin de sağlıklı ara öğünleri onların yanında tüketerek örnek olması) sebebiyle  **“Meyve Günü”** düzenlenmesi, mevsimine uygun meyve istenmesi | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| **“21 Mayıs Dünya Süt Günü”**sebebiyle okul bahçesinde **“Süt Şenliği”** düzenlenmesi | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| "**22 Mayıs Dünya Obezite Günü"** ile ilgili öğrencilere bilgiler verilerek, konu ile ilgili cd izletilmesi | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| Okul bahçesinde, tüm öğrencilerin katılımıyla sınıflar arası yarışmalar düzenlenmesi (Çuval yarışı, sandalye kapmaca, mendil kapmaca, yumurta taşıma, yoğurt yeme) | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| Öğrencilerin boy- kilo ölçümlerinin, BKİ hesaplamalarının yapılması, istatistiklerin tutulması ve ilk ölçümlerle karşılaştırılıp rapor yazılması | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| “**Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam**” konulu sınıf içi münazara düzenlenmesi | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| Her gün, okul veya sınıf içinde, sabahçı ve öğlenci grupların, sağlıklı yaşam sporunun sınıf öğretmenleri tarafından yaptırılması | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| Mayıs Ayı raporunun yazılması | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| **“Tatilde Sağlıklı Yaşam**” mektubu hazırlanarak velilere gönderilmesi | **HAZİRAN 2019** |  |  |  |
| Genel değerlendirme yapılarak rapor hazırlanması | **HAZİRAN 2019** |  |  |  |

 |