



***BESLENME DOSTU
OKULLAR PROJESİ
DOSYASI***

SIVAS DURDULU İLK/ORTAOKULU

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 çağıdaki 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.

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- Özellikle beden eğitimi ve oyun etkinliklerinde öğrencilerimizin etkin bir şekilde derse katılımı teşvik edilmektedir.
- 5- Okul suyu düzenli olarak kontrol edilmektedir. Kullanılan su depolarının düzenli olarak bakımı yapılmaktadır.
- 6- Temizlik ve dezenfektan için kullanılan malzemeler sağlık bakanlığından izinli ve ruhsatlı ürünlerdir.
- 7- Öğrencilerimizin rutin aralıklarla boy, kilo ölçümleri yapılmakta ve risk grubundaki öğrencilerin velileri bilgilendirilerek ilgili sağlık kuruluşlarına yönlendirilmektedir.
- 8- Okulumuzda hareketli yaşam ilkesi benimsenmiştir. Bu doğrultuda okul bünyesinde yarışmalar düzenlenmektedir.

9- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında belirli gün ve haftalar etkin olarak kullanılmaktadır.

10- " Beslenme Dostu Okul Projesi " ile ilgili seminer ve bilgilendirme toplantıları yapılmaktadır.

11- Taşınmalı öğrencilerimize günlük gelen yemek menüleri Sağlık Bakanlığı genel beslenme kriterlerine göre olup olmadığı rutin olarak kontrol edilmektedir.

12- 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 | Sinan KARSLI | Okul Müdürü |
| 2 | Eren DEMİR | Müdür Yardımcısı |
| 3 | Ali ARSLAN | Rehber Öğretmen |
| 4 | Hikmet YAVUZ | Öğretmen |
| 5 | Hüseyin ÇATAK | Öğretmen |
| 6 | Gözde DUMAN | Öğretmen |
| 7 | Rabiye ŞENOCAK | Öğretmen |
| 8 | Abdurrahman TUMAR | Okul Aile Birliği Başkanı |
| 9 | Halil İbrahim BALTEPE | Okul Aile Birliği Başkan Yardımcısı |

YEMEKHANE DENETİM EKİBİ

| S.NO | GÖREVLİNİN ADI SOYADI | GÖREVİ |
|------|-----------------------|---------------------------|
| 1 | Sinan KARSLI | Okul Müdürü |
| 2 | Eren DEMİR | Müdür Yardımcısı |
| 3 | Hikmet YAVUZ | Öğretmen |
| 4 | Hüseyin ÇATAK | Öğretmen |
| 5 | Abdurrahman TUMAR | 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- 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 06/03/2018 tarihinden itibaren 2017-2018 öğretim yılı ikinci dönemi ,2018-2019 öğretim yılı 2019-2020 öğretim yılı ve 2020-2021 öğretim yılı ilk dönemi sonuna kadar Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında aşağıda belirtilen 3 **Yıllık Çalışma Planı** uygulanacaktır.

DURDULU İLKOKULU

2017-2018 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI

BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK EYLEM PLANI

AYLAR

YAPILACAK ETKİNLİKLER

ETKİNLİK SORUMLUSU

MART
(2018)

Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması

Okul Müdürü tarafından

1. Yemekhane Denetleme Ekibinin oluşturulması

Okul Müdürü tarafından

2. Yıllık eylem planının hazırlanması ve internette yayınlanması

Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından

3. Okul beslenme panosunun oluşturulması

Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından

4. 22 Mart "Dünya Su Günü"nü kutlanması

Öğretmenler tarafından

5. Okulun internet sayfasında "Beslenme Dostu Okul Projesi" köşesi oluşturup programın kapsamında okulumuzda yapılan etkinlik ve faaliyetlerin okul internet sayfasında sergilenmesi.

Okul Müdürü tarafından

6. Beslenme konusuyla ilgili slogan hazırlanması ve sergilenmesi. Sınıflarda uygulanacak.

Öğretmenler Tarafından

7. Sınıfların veli toplantılarında velilere Beslenme Dostu Okullar Projesi ile ilgili bilgilendirici açıklamalar yapmak

Öğretmenler Tarafından

8. 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

9. Değerlendirme başlığı içeren yazılı bir 'Beslenme Dostu Okul' Politikası hazırlanıp eylem planının oluşturulması

Okul müdürü, Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve

10. Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi

Öğretmenlerimiz tarafından Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından Denetlenmesi

11. Sınıflarda meyve ve kuru yemiş paylaşımı etkinliği

Öğretmenler tarafından

12. Mart ayı raporunun ve beslenme listesinin hazırlanması

Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından

13. Sağlıklı yaşam ve hareket için tüm okul personelinin ve sınıfların okul bahçesinde jimnastik yapması.(her sabah)

Okul müdürü, Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve

14. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibine ilçemiz sağlık meslek lisesinin beslenme öğretmeninini sağlıklı beslenme hakkında seminer vermesi.

Öğretmenlerimiz tarafından sağlık meslek lisesinin beslenme öğretmeninini sağlıklı beslenme hakkında seminer vermesi.

15. Sınıf içerisinde oyun etkinliklerinde Halata tırmanma, halat çekme...gibi aktivitelere daha çok yer verme.

Öğretmenleri Tarafından

16. Sağlıklı Beslenme-, temizlik, Hareketli Yaşam konusunda velilere seminer verilmesi.

Rehber Öğretmen Tarafından

17. Sağlıklı Beslenme- Hareketli Yaşam konusunda velilere seminer verilmesi.(tüm okul sağlık kuruluşuna bir geziye gidip sağlıklı beslenme konusunda bilgi alınacak)

Rehber Öğretmen Tarafından

18. Güvenli hijyen, gıda hijyeni kuralları hakkında öğrencilere ve velilerimize bilgiler verilmesi, okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması

Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından

**NİSAN
(2018)**

19. 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) Okul müdürü ve Öğretmenlerimiz tarafından
20. Sağlık için tüm okul personelinin ve sınıfların Okul bahçesinde tempolu yürüyüş ve koşma egzersizleri yapılması. Öğretmenler tarafından
21. Nisan "Dünya Sağlık Günü"nü kutlanması Öğretmenler tarafından
22. Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından
23. Nisan ayı raporunun ve beslenme listesinin hazırlanması Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından
24. Oyun atölyelerinde aerobik çalışmalarına ve vücut esnekliği kazandırma aktiviteleri yapılması. Öğretmenler tarafından
25. Okul öncesi Çocukları için Sağlıklı Beslenme Önerileri" adlı broşürün velilere ulaştırılması Öğretmenler tarafından
26. Sağlıklı beslenme konulu resim çalışmalarının yapılması Öğretmenler tarafından
27. El hijyeni hakkında öğrencilere video izletilerek bilgilendirilmesi ve velilerimize broşür dağıtılması Öğretmenler tarafından
28. Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ile ilgili bilgiler duyurulması Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından
29. Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul internet sayfasında sergilenmesi Okul Müdürü Tarafından

**MAYIS
(2018)**

30. Tükettiğimiz hazır yiyecekler ve hazır gıdalarla ilgili bilgi verilmesi(deney ve sınıf içi etkinlikler) Öğretmenler tarafından
31. Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından
32. Mayıs ayı raporunun ve beslenme listesinin hazırlanması Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından
33. Öğrencilerden boylarına uygun kürek ve kazma istenerek okulumuzun kum havuzunda kas kuvvetlendirme aktiviteleri yapılması Öğretmenler tarafından
34. Yerli malı haftasında okulda pazar kurularak kermes etkinliğinin yapılması. Tüm okul (14.12.2016)
35. Eğlenceli yemek tabaklarımız etkinliklerinin yapılması.(meyve sebze vb.) Aile katılı etkinliği olarak Öğretmenler tarafından
36. Değerler Eğitimi kapsamında Su Tasarrufunun Sağlanması ile ilgili çocuklara bilgi verilmesi Öğretmenler tarafından

**HAZİRAN
(2018)**

37. Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından.
38. Sağlık için tüm okul personelinin ve sınıfların Okul bahçesinde tempolu yürüyüş ve koşma egzersizleri ile ilgili etkinliklere yer verilmesi Öğretmenler tarafından
39. Her sınıfın haftalara göre beslenme günü oluşturulması Öğretmenler tarafından
40. Sağlıklı beslenme ile ilgili kavram haritaları oluşturulması Öğretmenler tarafından
41. Haziran ayı raporunun ve beslenme listesinin hazırlanması Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından
42. 1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi Öğretmenler ve Bütün Üyeler Tarafından

**EYLÜL
(2018)**

43. Sınıfların veli toplantılarında velilere beslenme konusunda bilgilendirici açıklamalar yapmak
Öğretmenler Tarafından
44. 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
45. Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim, hikaye, drama vb)
Öğretmenler tarafından
46. Sağlık için tüm okul personelinin ve sınıfların Okul bahçesinde jimnastik egzersizleri yapılması
Öğretmenler tarafından
47. Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi
Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından
48. Eylül ayı raporunun ve beslenme listesinin hazırlanması
Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından

**EKİM
(2018)**

- 48 .Okul Personeline beslenme, gıda güvenilirliği, iş güvenilirliği ve sağlıkla ilgili konularda seminer verilmesi
Rehber Öğretmen Tarafından
49. Öğrencilere sağlıklı beslenme hakkında eğitici video izletilmesi
Okul Müdürü ve öğretmenler tarafından
- 50 .Çocuklara sağlıklı beslenme, hijyen hakkında seminer verilmesi düzenlenmesi
Rehber Öğretmen Tarafından
51. Çocuğuma şeker verme kampanyası sınıflarda uygulanacak.
Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Öğretmenleri Tarafından
52. Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi
Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından
53. Sağlık için tüm okul personelinin ve sınıfların Okul bahçesinde tempolu yürüyüş ve koşma egzersizleri yapılması
Öğretmenler tarafından
54. Ekim ayı raporunun ve beslenme listesinin hazırlanması
Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından

**KASIM
(2018)**

55. Okul bahçesinin düzenlenmesi. Sebze tohumlarının ekilmesi. Sınıflarda çocuklarla Meyveli Süt, Organik çilek reçeli, yoğurt, meyve salatası yapımı, meyve suyu yapılması
Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından
56. Öğrencilerden sportif faaliyetler adı altında frizbi istenerek okul bahçesinde frizbi oynanması.
Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Tüm Personel Tarafından
57. Velilerimize beslenme ve sağlıklı hayat için nelere dikkat etmeleri gerektiği konusunda bilinçlendirilmelerini sağlamak için bilgi yaprakları yollanması.
Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından
58. Gıda Mühendisi tarafından fast food hakkında seminer verilmesi
Rehberlik öğretmeni tarafından
59. Her sınıf saksı temin etmesi mevsimine uygun sebze dikip çocuklarla yetiştirilmesi
Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Öğretmenleri Tarafından
60. Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi
Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından.
61. Kasım ayı raporunun ve beslenme listesinin hazırlanması
Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından
62. Her sınıfın haftalara göre beslenme süt günü oluşturulması
Öğretmenler tarafından
63. Manav gezisi planlanması
Öğretmenler tarafından
64. Tüm öğrenciler ve velilerin katılımıyla sağlıklı yaşam yürüyüşü yapılacak.
Tüm okul (23.04.2017)



ARALIK(2018)

65. Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme
66. Sağlıklı beslenme günü ve Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek
67. Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi

Öğretmenler Tarafından
Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Ve Öğretmenleri Tarafından
Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından

68. Her sınıfın haftalara göre beslenme günü oluşturulması
69. Okul Öncesi Spor Şenliği yarışmaları düzenlemek

Öğretmenler Tarafından
Öğretmenler Tarafından

- Sağlıklı yaşam için spor merkezlerine gidilmesi
Aralık ayı raporunun ve beslenme listesinin hazırlanması

Öğretmenler Tarafından
Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından

- Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi

Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından

OCAK(2019)

- Genel değerlendirme

Öğretmenler Ve Bütün Üyeler Tarafından

Şubat(2019)

- Beslenmeyi Konu Alan Sınıf Panolarının Güncellenmesi.
Okul Beslenme Panosunun Oluşturulması

Tüm Öğretmenler Tarafından
Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından

- Okul Personeline Sağlıklı Beslenme Konusunda Seminer Verilmesi
Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından Yemekhanenin Denetlenmesi

Rehber Öğretmen Tarafından
Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından

Mart(2019)

- Öğrencilere Sağlıklı Beslenme Hakkında Eğitici Video İzletilmesi
Öğrenci Ve Öğretmenlerin Katılacağı Sportif Faaliyetler Yapılması
22 Mart "Dünya Su Günü" Nün Kutlanması
Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından Yemekhanenin Denetlenmesi

Rehber Öğretmen Tarafından
Beden Eğitimi Tarafından
Tüm Öğretmenler Tarafından
Yemekhane Denetim Ekibi Tarafından

Nisan(2019)

- 7 Nisan "Dünya Sağlık Günü" Nün Kutlanması
Fast Food Hakkında Seminer Verilmesi

Tüm Öğretmenler
Rehber Öğretmen Tarafından

- Çiftçilikle Uğrayan Bir Yelye Ev Ziyaretinde Bulunulması
Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından Yemekhanenin Denetlenmesi

Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından
Yemekhane Denetim Ekibi Tarafından

Mayıs(2019)

- Okul Öncesi Spor Şenliği Yarışmaları Düzenlemek
Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından Yemekhanenin Denetlenmesi
Her Sınıf Saksı Temin Etmesi Mevsimine Uygun Sebze Dikip Çocuklarla Yetiştirmesi

Beden Eğitimi Ve Okul Öncesi Öğretmeni Tarafından
Yemekhane Denetim Ekibi Tarafından

- Sınıflarda Meyve Ve Kuru Yemiş Paylaşımı Etkinliği

Tüm Öğretmenler Tarafından

Haziran(2019)

- Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından Yemekhanenin Denetlenmesi
5 Haziran Dünya Çevre Günü
Genel Değerlendirme

Yemekhane Denetim Ekibi Tarafından
Tüm Öğretmenler
Tüm Çalışma Ekipleri Ve Tüm Öğretmenler Tarafından

Eylül

- Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması

Okul Müdürü Tarafından

(2019)

Yemekhane Denetleme Ekibinin Oluşturulması

Okul Müdürü Tarafından

Yıllık Eylem Planının Hazırlanması Ve İnternette Yayınlanması

Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından

Okul Beslenme Panosunun Oluşturulması

Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından

**Ekim
(2019)**

Okulun İnternet Sayfasında "Beslenme Dostu Okul Projesi" Köşesi Oluşturup Programın Kapsamında Okulumuzda Yapılan Etkinlik Ve Faaliyetlerin Okul İnternet Sayfasında Sergilenmesi.

Okul Müdürü Tarafından

Beslenme Konusuyla İlgili Slogan Hazırlanması Ve Sergilenmesi. Sınıflarda Uygulanacak.

Öğretmenler Tarafından

Sınıfların Veli Toplantılarında Velilere Beslenme Dostu Okullar Projesi İle İlgili Bilgilendirici Açıklamalar Yapmak

Öğretmenler Tarafından

Okuldaki Tüm Öğrencilerin Boy Ve Kilolarının Tespit Edilmesi Ve Beden Kitle İndekslerinin Hesaplanarak Veliler İle Paylaşılması Ve Sorunlu Olan Çocukların Velileriyle Görüşülmesi

Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Ve Öğretmenleri Tarafından

**Kasım
(2019)**

Okul İçi Ve Sınıf İçi Beslenme Dostu Okul Panolarının Hazırlanması.
Her Gün Sağlık İçin Spor Hareketlerinin Yapılacağı Bilgisinin Öğrencilere Hatırlatılması Ve Uygulanması.
Okulda "Sağlıklı Beslenme" Konusunda Farkındalığın Arttırılmasına Yönelik Olarak Abur Cubur Yerine Ara Öğün Olarak Kuruyemiş (Fındık,Ceviz,Badem Vb.) Tüketimi Etkinliğinin Yapılması.
El Hijyeni Hakkında Bilgilendirme.
Beden Eğitimi Dersi Ve Sporun Önemi Hakkında Bilgilendirme.

Öğretmenler Tarafından

Öğretmenler Tarafından

Öğretmenler Tarafından

Öğretmenler Tarafından
Beden Eğitimi Öğretmenleri Tarafından

**Aralık
(2019)**

Sağlıklı Yaşamak İçin 'Müzik Ruhun Gıdasıdır.' Sloganıyla Şarkı Ve Drama Çalışmalarının Yapılması
Yerli Malı Haftası Kutlamaları

Müzik Öğretmeni Oncülüğünde Tüm Öğretmenler Tarafından
Öğretmenler Tarafından

Okul Çağı Çocukları İçin Sağlıklı Beslenme Önerileri Adlı Broşürün Velilere Ulaştırılması.

Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Ve Öğretmenleri Tarafından

Sınıf Ortamında Beslenmeyi Konu Alan Tartışma Ortamının Yaratılması İçin Sınıf Öğretmenleriyle Ve Beden Eğitimi Öğretmeni İle Görüşülmesi.

Öğretmenler Tarafından

**Ocak
(2020)**

Sağlıklı Beslenme Ve Obezite Konulu Seminerlerin Düzenlenmesi.

Rehber Öğretmen Tarafından

Rehber Öğretmen Tarafından Velilere Yönelik Sunumlar Yapılması.
Okul Temizlik Personeline Hijyen Eğitimi Verilmesi.
Yapılan Çalışmaların Değerlendirilmesi

Rehber Öğretmen Tarafından

Rehber Öğretmen Tarafından
Öğretmenler Ve Bütün Üyeler Tarafından

**Şubat
(2020)**

Beslenmeyi Konu Alan Sınıf Panolarının Güncellenmesi.
Her Gün Sağlık İçin Spor Hareketlerinin Yapılacağı Bilgisinin Öğrencilere Hatırlatılması Ve Uygulanması
Okul Yemekhanesinin Denetlenmesi.

Öğretmenler Tarafından
Öğretmenler Tarafından

Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Üyeleri Tarafından

| | | |
|-----------------------|---|---|
| | "Sağlıklı Beslenme Alışkanlıkları" Konusunda Velilere Rehberlik Bülteni Ulaştırılması. Mutfakta Ve Tuvaletlerdeki Lavaboların Yanlarına Doğru El Yıkama İle İlgili Stickerların Yapıştırılması. | Rehber Öğretmen Tarafından |
| Mart (2020) | Ağız Ve Diş Sağlığı İle İlgili Kampanyalar Düzenlenmesi Sporun Önemi Hakkında Bilgilendirme. 22 Mart Dünya Su Günü" Nün Okul Bünyesinde Etkin Bir Şekilde Kutlanması Vücut Hijyeni Hakkında Bilgilendirme. Sınıf Ortamında Beslenmeyi Konu Alan Tartışma Ortamının Yarattılması İçin Sınıf Öğretmenleriyle Görüşülmesi. | Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Üyeleri Tarafından Beden Eğitimi Öğretmeni Tarafından Rehber Öğretmen Tarafından |
| Nisan (2020) | Okul Çevresinde "Sağlıklı Besin Hazırlama "Yerlerine Geziler Düzenlenmesi 7 Nisan "Dünya Sağlık Günü" Nün Okul Bünyesinde Etkin Bir Şekilde Kutlanması. Beslenmeyi Konu Alan Sınıf Panolarının Güncellenmesi. Çeşitli Dallarda Sınıflar Arası Spor Karşılaşmalarının Yapılması "Tükettiğimiz Hazır İçecekler Ve Fastfood" Hakkında Bilgilendirme. | Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Üyeleri Tarafından Oğretmenler Tarafından Beden Eğitimi Öğretmenleri Tarafından Rehber Öğretmen Tarafından |
| Mayıs (2020) | Sağlıklı Ve Dengeli Beslenme İlgili Bilgilerin Duyurulması. Beslenmeyi Konu Alan Sınıf Panolarının Güncellenmesi. Okul Yemekhanesinin Denetlenmesi. 22 Mayıs Dünya Obezite Günü Hafta İçi Öğlen Saatinde Öğrencilerin E Hareketli Oyunlar Oynamasını Sağlanması. | Rehber Öğretmen Tarafından Oğretmenler Tarafından Beden Eğitimi Öğretmeni |
| Haziran (2020) | Okul Yemekhanesinin Denetlenmesi. Yapılan Çalışmaların Değerlendirilmesi | Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Üyeleri Tarafından Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Üyeleri Tarafından |
| Eylül (2020) | Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması Yemekhane Denetleme Ekibinin Oluşturulması Yıllık Eylem Planının Hazırlanması Ve İnternette Yayınlanması Okul Beslenme Panosunun Oluşturulması | Okul Müdürü Tarafından Okul Müdürü Tarafından Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Ekim (2020) | Okuldaki Tüm Öğrencilerin Boy Ve Kilolarının Tespit Edilmesi Ve Beden Kitle İndekslerinin Hesaplanarak Veliler İle Paylaşılması Ve Sorunlu Olan Çocukların Velileriyle Görüşülmesi Sınıfların Veli Toplantılarında Velilere Beslenme Dostu Okullar Projesi İle İlgili Bilgilendirici Açıklamalar Yapmak Sağlık İçin Tüm Okul Personelinin Ve Sınıfların Okul Bahçesinde Tempolu Yürüyüş Ve Koşma Egzersizleri Yapılması. Okul İçi Ve Sınıf İçi Beslenme Dostu Okul Panolarının Hazırlanması. Beslenme Konusuyla İlgili Slogan Hazırlanması Ve Sergilenmesi. Sınıflarda Uygulanacak. Okul Yemekhanesinin Denetlenmesi. | Beden Eğitimi Ve Rehber Öğretmen Tarafından Tüm Öğretmenler Tarafından Beden Eğitimi Öğretmeni Tarafından Tüm Öğretmenler Tarafından Tüm Öğretmenler Tarafından Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından |
| Kasım (2020) | Tükettiğimiz Hazır Yiyecekler Ve Hazır Gıdalarla İlgili Bilgi Verilmesi(Deney Ve Sınıf İçi Etkinlikler) | Tüm Öğretmenler Tarafından |

| | | |
|--------------------------|---|---|
| | Değerler Eğitimi Kapsamında Su Tasarrufunun Sağlanması İle İlgili Çocuklara Bilgi Verilmesi | Rehber Öğretmen |
| | Sporun Önemi Hakkında Bilgilendirme Yapılması. Okul Yemekhanesinin Denetlenmesi. | Beden Eğitimi Öğretmeni Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından |
| Aralık (2020) | Okul Beslenme Panosunda Sağlıklı Ve Dengeli Beslenme İle İlgili Bilgiler Duyurulması | Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| | Öğrencilere Diyabet Eğitimi Verilmesi. | Rehber Öğretmen Tarafından |
| | Yerli Malı Haftası Kutlamaları | Tüm Öğretmenler Tarafından |
| | Okul Yemekhanesinin Denetlenmesi. | Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından |
| Ocak (2021) | Okul Panosunda Sağlıklı Beslenme İle İlgili Kavram Haritaları Oluşturulması | Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| | Okul Yemekhanesinin Denetlenmesi. | Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından |
| | Yapılan Çalışmaların Değerlendirilmesi | Tüm Çalışma Ekipleri Ve Öğretmenler Tarafından |
| Şubat (2021) | Sağlıklı Beslenmeyi Konu Alan Sınıf Panolarının Güncellenmesi. Öğrencilere Doğru Beslenme İçin Neler Yapabileceklerini Etkinliklerle Anlatmak Okul Yemekhanesinin Denetlenmesi. | Tüm Öğretmenler Rehber Öğretmen Yemekhane Denetleme Ekibi Tarafından |

RUTİN OLARAK YAPILACAKLAR :

- Her gün spor salonu veya sınıf içinde sağlıklı yaşam sporu öğretmenler tarafından yaptırılacaktır.
- Hafta da bir gün veya iki gün öğretmenin tercihinine göre meyve saati uygulaması yapılacaktır. -Yemekhane ekibi aylık olarak yemekhaneyi denetleyerek rapor hazırlayacaktır
- Havalar güzel olduğunda Okul bahçesinde tempolu yürüyüş ve koşma egzersizleri ile ilgili oyunlara yer verilecektir.
- Çocuğuma şeker verme kampanyası sınıflarda uygulanacak. Ayrıca velilere bilgilendirme yapılacak

SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

Eren DEMİR
Müdür Yardımcısı

Hikmet YAVUZ
Sınıf Öğretmeni

Hüseyin ÇATAK
Sınıf Öğretmeni

Gözde DUMAN
Sınıf Öğretmeni

Rabiye ŞENOCAK
Sınıf Öğretmeni

Abdurrahman TUMAR
Okul Aile Birliği Başkanı

Halil İbrahim BALTEPE
Okul Aile Birliği Başkan Yrd.

Ali ARSLAN
Rehber Öğretmen

OLUR

07/03/2018

Sinan KARSLI
Okul Müdürü