**BÜYÜKKARAKUYU ORTAOKULU**

**BESLENME DOSTU OKUL PROGRAMI YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

**AMAÇLAR:**

 1. “Beslenme Dostu Okul Projesi” ile öğrencilerin beslenme ve sağlığı destekleyici bir plan geliştirmek,

2. Bu proje doğrultusunda sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konusunda farkındalığı artırmak,

3. Yapılacak uygulamalarla öğrencilerin ve okul çalışanlarının sağlıklı yaşam tarzına uygun davranışları kazanmalarını sağlamak ve sağlık konusunda destekleyici bir okul ortamı oluşturmaktır.

4. Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapmak

**HEDEFLER:**

1. Beslenme dostu okul politikasını oluşturup, bu hedefleri tüm paydaşlar tarafından uygulanır kılmak

2. Sağlıklı beslenmeyi ve hareketli yaşamı desteklemek

3. Beslenme dostu okul politikasını yaygınlaştırmak

4. Diyabet ve obezite hakkında öğrencileri bilinçlendirmek, obez öğrenci sayısını azaltmak

5. Okul personel ve öğrencilerine hijyen farkındalığı kazandırmak

6. Okul kantinini Sağlık Bakanlığının belirlediği kriterlerde uygun hale getirmek

7. Öğrenci velilerinde sağlıklı beslenme ve güvenilir gıda gibi konularda farkındalığın artırılmasını sağlamak

8. Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularındaki gün ve haftaları etkin bir şekilde kutlamak

9. Öğretmenler olarak sağlıklı beslenme konusunda kazanılacak davranışlar konusunda örnek olmak

10. Yaş, cinsiyet ve fiziksel duruma uygun fiziksel aktivite eğitimi vermek

11. Öğrencilerin günlük yaşamlarında fiziksel aktiviteyi artırmak

12. Pano, afiş ve seminerlerle öğrencilerde farkındalık yaratmak

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| AYLAR | YAPILACAK ETKİNLİKLER | ETKİNLİKLER SORUMLULARI |
| EYLÜL | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinin kurulması | Proje ekibi,  Sınıf Şube Öğretmenleri |
| Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından beslenme dostu okul yıllık çalışma planının hazırlanması |
| Beslenme dostu okul projesi için sınıflarda öğrenci temsilcilerinin seçilmesi |
| EKİM | Yıllık çalışma planının hazırlanıp okul internet sitesinde yayınlanması ve pano hazırlanması | Proje ekibi,  Sınıf Şube ve Beden Eğitimi Öğretmenleri |
| Beden Eğitimi derslerinde çeşitli spor dallarında takımların kurulması ve müsabakalara (turnuvalara) katılımlarının planlanması |
| Sınıf öğrencilerinin boy ve kilolarının tespit edilmesi, e-Okul sistemine bu bilgilerin girilmesi, beden kitle endekslerinin hesaplanarak kayıt altına alınması ve öğrencilere bu konuda bilgilendirme yapılması |
| Temizliğin önemi hakkında sınıflarda bilgilendirme yapılması |
| KASIM | Okul beslenme programı ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgi verilmesi | Proje ekibi, Sınıf Şube Öğrtm. |
| Derslerde 14 Kasım Diyabet Günü ile ilgili öğrencilere ve öğretmenlere bilgi verilmesi |
| Okul web sayfasında beslenme dostu okul bölümünün 14 Kasım Diyabet Günü'nü de kapsayacak şekilde güncellenmesi |
| ARALIK | El hijyeni hakkında sınıflarda bilgilendirme yapılması | |  | | --- | | Proje ekibi,  Sınıf Şube Öğretmenleri,  ve Beden Eğitimi | |
| Ellerin yıkanma şekli ve süresi ile ilgili tuvaletlere bilgilendirme ilanlarının asılması |
| Veli toplantılarında sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konusunda gerekli bilgilendirmelerin yapılması |
| Sağlıklı beslenme broşürü hazırlanarak  okul panolarına asılması |
| OCAK | Tüketilen tuz miktarı konusunda bilinçli olma ile ilgili pano çalışması | Proje ekibi,  Sınıf Şube ve Beden Eğitimi Öğretmenleri |
| Okul internet sitesinde, proje ile ilgili kısmın güncellenmesi |
| Birinci dönem boyunca yapılan çalışmaların gözden geçirilip, öz değerlendirme yapılması |
| ŞUBAT | Beden Eğitimi derslerinde, sporun ve beslenmenin önemi konusunda bilgilendirmeler yapılması | Proje ekibi,  Sınıf Şube ve Beden Eğitimi Öğretm. |
| Derslerde sağlıklı beslenme ve spor ile ilgili videoların bulunarak izletilmesi |
| Sağlıklı beslenme konusunda farkındalığın artırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine kış meyveleri ve kuruyemiş tüketimi etkinliğinin gerçekleştirilmesi |
| MART | Kız öğrencilere kadın sağlığı ve hijyen seminerinin verilmesi | Proje ekibi,  Sınıf Şube, Rehberlik ve Beden Eğitimi Öğretm. |
| Tükettiğimiz hazır içeceklerdeki şeker miktarlarını fiziksel olarak gösterir pano hazırlanması |
| 22 Mart Dünya Su Günü'nün kutlanması |
| Okul panosunda ağız ve diş sağlığı ile ilgili bilgilendirici içeriğin asılması |
| NİSAN | Öğrencilerin boy ve kilolarının ölçülüp beden kitle endekslerinin tekrar hesaplanması, birinci dönem ölçümleri ile birlikte karşılaştırmalı değerlendirilmesi | Proje ekibi,  Sınıf Şube ve Beden Eğitimi Öğretm. |
| Beden Kitle Endeksi sonuçlarının ve birinci dönem ile oluşan farkların veli toplantılarında veliler ile paylaşılması |
| Ergenlerde sağlık ile ilgili broşürlerin velilere dağıtılması |
| MAYIS | Okul panosunda farkındalık oluşturmak maksadıyla beslenme ile bilgilere yer verilmesi | Proje ekibi |
| 10 Mayıs Dünya Sağlık İçin Hareket Et gününün sınıflarda işlenmesi |
| 19 Mayıs Gençlik ve Spor Bayramı'nın anlam ve önemine ilişkin kutlama törenlerinin yapılması, günün anlamının paylaşılması |
| 22 Mayıs Dünya Obezite Günü'ne dikkat çekmek amacıyla obezite ile ilgili broşüler hazırlanarak dağıtılması ve panoda içerik eklenmesi |
| HAZİRAN | Sağlıklı beslenme konusunda farkındalığın artırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine yaz meyveleri ve kuruyemiş tüketimi etkinliğinin gerçekleştirilmesi | Proje ekibi |
| Sene boyunca çeşitli sportif faaliyetlerde derece alan öğrencilere hediyeler verilmesi ve törende onore edilmesi |
| Yıl boyunca yapılan çalışmaların proje ekibi tarafından değerlendirilmesi ve sonuçların okulun internet sayfasında yayınlanması |

AYŞE MERT MÜGE NİHAN KAZANCI RABİA OVALI BENSU KARACAK

(ÖĞRETMEN) (ÖĞRETMEN) (ÖĞRETMEN) (ÖĞRETMEN)

NESLİHAN YAVUZ BETÜL ALİYE CEYHAN NECLA ÖZKARA RECEP SAMSA SAĞ. VE TEMZ. KULÜBÜ ÖĞRTM REHB. ÖĞRTM BİLŞM ÖĞRETM MDR. YRD.

HANİFİ AKIN

OKUL MÜDÜRÜ