**2018-2019 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**

**GÖKÇEPINAR ORTAOKULU**

 **“BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ”**

**HEDEFLERİMİZ**

1-"Beslenme Dostu Okul Projesi" ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik edilmesi,

2- Sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin alınması, fazla kilolu öğrenci oranını düşürmek.

3- Öğrenci, öğretmen ve velilerimizden gelen, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için geliştirilen iyi düşünce ve uygulamalar desteklenecektir.

4- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi.

5- Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması, kuru meyve tüketme oranının arttırmak.

 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 sağmak için;

\*\* Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,

\*\* Çocukluklarda şişmanlık,

\*\* Sağlıklı okul dönemi,

\*\* Sağlık risklerine göre ( Hiperlipidemi, troid hastalıkları, demir yetersizliği, kansızlık )

     Çocuk ve aile beslenme 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.

 **Numan AYDOĞAN**

 **Okul Müdürü**

**BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ GÖREVLİLERİ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|   | ÖĞRETMENLER | BRANŞ |  |  |
| 1 | Recep UZUN | Müdür Yardımcısı |  |  |
| 2 | Tarkan ALTINOK | Müdür Yardımcısı |  |  |
| 3 | Burak BOLAT | Fen Bilimleri |  |  |
| 4 | Ali Cengiz KARADENİZ | Türkçe |  |  |
| 5 | Demet Gül KARADENİZ | Sosyal Bilgiler |  |  |
| 6 | Aslıhan YALÇIN | Bilişim Teknolojileri |  |  |
| 7 | Başak KILIÇ | Matematik |  |  |
| 8 | Sibel ÖZTÜRK YİĞİT | Görsel Sanatlar |  |  |
| 15 | Tuba ASAL | İngilizce |  |  |
| 16 | Orhan AKBULUT | YARDIMCI PERSONEL |  |  |
| 17 | Serpil ALTUN | YARDIMCI PERSONEL |  |  |
| 18 |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |
| 20 |  |  |  |  |
| 21 |  |  |  |  |
| 22 |  |  |  |  |

 **Numan AYDOĞAN**

 **Okul Müdürü**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| AYLAR | YAPILACAK ETKİNLİKLER | ETKİNLİK SORUMLULARI |
|  EYLÜL    EKİM  KASIM | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması. | Okul Müdürü Tarafından |
| Yemekhane Denetleme Ekibinin oluşturulması | Okul Müdürü Tarafından |
| Yıllık çalışma planının hazırlanması ve internette yayınlanması | Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi Tarafından |
|  Aralık ayı beslenme listesinin yazılması | Okul Müdürü Tarafından |
|  Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi  |  Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
|  14 Kasım Dünya Diyabet Günü | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
|  18-24 Kasım Ağız ve Diş Sağlığı Haftası | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Abur cuburlar hakkında bilgilendirme, zararları ile ilgili etkinlik yapılması. | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Okul Bahçesinde tempolu yürüme çalışması (hafta sonu için velilere etkinlik önerilmesi) | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Kasım ayı değerlendirme raporunun yazılması | Sınıf Rehber Öğretmenleri Tarafından |
|  ARALIK | Okulda Kuru yemiş günü düzenleme (incir, kuru kayısı, kuru üzüm) | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
|  Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi  |  Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| 12-18 Aralık Yerli Malı Haftası Kutlaması | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Okul Bahçesinde tempolu koşma ,halat çekme çalışması (hafta sonu için velilere etkinlik önerilmesi) | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Okul Bahçesinde ip atlama çalışması , top oyunları (hafta sonu için velilere etkinlik önerilmesi) | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Her gün okul bahçesinde/sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Tuz tüketimi ile ilgili velilere broşür dağıtılması | Okul Müdürü Tarafından |
| Aralık ayı değerlendirme raporunun yazılması | Sınıf Rehber Öğretmenleri Tarafından |
|  Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi  |  Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Okul Bahçesinde sek sek, ip atlama çalışması (hafta sonu için velilere etkinlik önerilmesi) | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Her gün okul bahçesinde/sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Yeterli ve dengeli beslenme ile ilgili velilere broşür dağıtılması | Okul Müdürü Tarafından |
| Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi | Sınıf Öğretmemeleri Tarafından |
| Ocak ayı değerlendirme raporunun yazılması | Sınıf Rehber Öğretmenleri Tarafından |
| Günlük planlarda sağlıklı beslenme ile ilgili etkinliklere yer vermek | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
|     ŞUBAT |  Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi  |  Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Sağlık için spor etkinliğinin yapılması | Öğretmenler Tarafından |
| Her gün okul bahçesi ve içinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Sınıf Öğretmemeleri Tarafından |
| Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi  | Sınıf Öğretmemeleri Tarafından |
| Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi | Sınıf Öğretmemeleri Tarafından |
| Şubat ayı değerlendirme raporunun yazılması | Okul Rehber Öğretmeni Tarafından |
| Okul Bahçesinde ip atlama çalışması , top oyunları (hafta sonu için velilere etkinlik önerilmesi) | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim, hikâye, drama vb.) | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
|  El hijyeni hakkında sınıfları  bilgilendirme | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
|     MART |  Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması |  Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Üyeleri Tarafından |
| Okul Bahçesinde sek, sek,ip atlama çalışması , top oyunları (hafta sonu için velilere etkinlik önerilmesi) |  Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Günlük planlarda sağlıklı beslenme ile ilgili etkinliklere yer vermek | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Meyve ve süt günleri düzenlemek | Sınıf öğretmenleri Tarafından |
| Mart ayı değerlendirme raporunun yazılması | Sınıf Rehber Öğretmenleri Tarafından |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi | Sınıf öğretmenleri 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 |
| 22 Mart DÜNYA Su günü | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
|        NİSAN | Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul İnternet sayfasında sergilenmesi | Okul Müdürü Tarafından |
| 7-13 Nisan Dünya Sağlık Haftası | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme  | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Sağlık için yürüyüş yapılması | Tüm Sınıflar |
| Yemekhane Denetleme Ekibinin yemekhane denetimi | Sınıf Rehber Öğretmenleri Tarafından |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Velilerimizle sağlıklı hayat için nelerin yapıldığı ile ilgili anket yapılması | Okul Müdürü Tarafından   |
| Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda Aile Hekimliği ile işbirliği yapılarak velilere seminer verilmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
|        MAYIS | Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması  | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında farkındalık yaratmak için çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |
| Yemekhane Denetleme Ekibinin yemekhane denetimi | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| 10 Mayıs Sağlıklı için Hareket et günü ve 22 Mayıs  Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek. | Sınıf Öğretmenleri Tarafından |
| Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması | Sınıf Rehber Öğretmenleri Tarafından |
| Genel değerlendirme | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |
| HAZİRAN | Genel Değerlendirme. |  Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi  |

 Numan AYDOĞAN

 Okul Müdürü