****

**VALİ MUZAFFER ECEMİŞ ORTAOKULU**

**2021-2022 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**

 **“BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ”**

**YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

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

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

**BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ**

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.

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

**BESLENME DOSTU OKUL PROGRAMI**

Öğrencilerin Sağlıklı Beslenme Davranış Biçimi Geliştirmeleri ve İyi 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.

"Beslenme Dostu Okul Projesi" Milli Eğitim Bakanlığı ile işbirliği içerisinde okulların, belirlenen kriterler doğrultusunda "Beslenme Dostu Okullar Değerlendirme Formu" ile denetlenmesi, 100 puan üzerinden 90 ve üzeri puan alan okulların "Beslenme Dostu Okul" sertifikası ile ödüllendirilmesi aşamalarını içermektedir.

**HEDEFLERİMİZ**

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

**2- Okullumuzda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin alınması.**

**3- Veliler ve öğrencilerde hareketli yaşam konusunda duyarlılığın arttırılması.**

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

**5- Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması.**

**Bu bağlamda okulumuzda 2021-2022 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 beslenmesi, 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.

Sağlıklı sofraların paylaşıldıkça güzelleştiğini biliyoruz.

**YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **AYLAR** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLULARI** |
| **EYLÜL** | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması. |  Okul Müdürü tarafından |
| Yıllık çalışma planının hazırlanması   | Okul müdürü tarafından |
| 27 Eylül Dünya Süt Günü kutlanması yapılacak. | Tüm Öğretmenler |
| Okul WEB sitesinde sayfa açılması ve güncellenmesini yapmak | Okul müdürü tarafından |
| Okul Spor Kulübü oluşturuldu | Beden Eğitimi Öğretmeni |
| Sağlık, temizlik ve beslenme kulübü oluşturuldu | Fen Bilimleri Öğretmenleri |
| **EKİM** | Kantin Denetleme Ekibinin oluşturulması | Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi tarafından |
| Sağlık için spor etkinliğinin yapılması | Tüm Öğretmenler  |
| Kahvaltının önemini anlatan sunum yapıldı. | Beden Eğitimi Öğretmeni |
| Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi (Ekim) | Tüm Öğretmenler |
| Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması   Milli Sporcuların beslenme videolarının izletilmesi | Tüm Öğretmenler |
| 3-4 Ekim Dünya Yürüyüş Günü etkinlikleri15 Ekim Dünya El Yıkama Günü etkinlikleri16 Ekim Dünya Gıda Günü etkinlikleri | Tüm Öğretmenler |
|  **KASIM** | Sağlıklı Beslenme Günü (8 Kasım) | Tüm Öğretmenler |
| Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi  | Tüm Öğretmenler |
| Dünya diyabet günü (14 Kasım)  | Tüm Öğretmenler |
| Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi | Tüm Öğretmenler |
| Yoğurt mayalama ve turşu etkinliğinin yapılması Kasım ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | Beslenme ve Hareket Yaşam Ekibi tarafından |
| 18-24 Kasım Ağız ve Diş Sağlığı Haftası 24 Kasım Çocuk Hakları Günü ve Öğretmenler Günü | Tüm Öğretmenler |
| **ARALIK** |  İlçe Hastanesinden Uzman Daveti ile Dengeli beslenme hakkında sınıfları  bilgilendirme | Tüm Öğretmenler |
| “Besinlerin Hayatımızdaki Yeri” konulu seminer | Beden Eğitimi Öğretmeni tarafından |
| Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulmasıKulüpler ile ilgili toplum hizmeti çalışmalarının yapılması |  Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi üyeleri tarafından |
|
| Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi | Okul müdürü tarafından |
| Elma Günü Etkinliği (20 Aralık) | Tüm Öğretmenler |
|  12-18 Aralık Yerli Malı Haftası | Tüm Öğretmenler |
| Obezite konulu eba videolarını izlenecek | Tüm Öğretmenler |
| Obezite konulu Tiyatro etkinliği düzenlenmesi (25-29 Aralık) | Tüm Öğretmenler |
| **OCAK** | Abur cuburlar hakkında bilgilendirme   | Tüm Öğretmenler |
| Besin değerleri ile ilgili bilgilendirme afişleri hazırlanması   | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| www.alo174.gov.tr adresinden Alo Gıda hattının Amaç ve hedefleri tartışılarak; tanıtımı yapılacaktır | Tüm Öğretmenler |
| Dengeli Beslenme ve Temizlik konusunda seminer verilmesi  | İlçe hastane görevlileri tarafından |
| Beslenmenin önemi ile ilgili velilere broşür hazırlanıp gönderilmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Mandalina Günü etkinliği 4 Ocak | Tüm Öğretmenler |
| Münazara Etkinliği  | Tüm Öğretmenler |
| Öğle aralarında öğrencilerin öğretmenler gözetiminde hareketli oyunlar oynamalarının sağlanması. | Tüm Öğretmenler |
| 1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ŞUBAT** | Sınıf içi beslenme okul panolarının güncellenmesi | Tüm Öğretmenler |
|
| Günlük planlarda sağlıklı beslenme ile ilgili etkinliklere yer vermek | Tüm Öğretmenler |
| Okul yemekhanesinin denetlenmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim,hikaye,drama vb) | Tüm Öğretmenler |
| Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| **MART** | Fast food hakkında bilgilendirme | Tüm Öğretmenler |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi | Tüm Öğretmenler |
| Okul temizlik personeline hijyen eğiitimi verilmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Okul genelinde “Sporun yararları” konusunda resim yarışması düzenlenmesi | Tüm Öğretmenler |
|  Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici film izletilmesi | Tüm Öğretmenler |
| Bilinçsiz kullanılan teknoloji konusunda seminer verilmesi | Rehber öğretmen RABİA KESKİN tarafından |
| Mart  ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| 11-17 Mart Dünya Tuza Dikkat Haftası22 Mart Dünya Su Günü | Tüm Öğretmenler |
| **NİSAN** | Okul bahçesinin düzenlenmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme  | Tüm Öğretmenler |
| Sağlıklı için yürüyüş yapılması | Tüm sınıflar |
| Velilerimizle sağlıklı hayat için nelerin yapıldığı ile ilgili anket yapılması | Okul müdürü tarafından   |
| Dünya Bisiklet Günü (19 Nisan) kapsamında öğrenciler ile birlikte bisiklet turu düzenlenmesi | Beden Eğitimi Öğretmeni tarafından |
| 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı haftasında beslenme ile ilgili etkinliklerin ve yarışmaların yapılması | Tüm Öğretmenler |
| Rapor ve beslenme listesinin yazılması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| **MAYIS** | Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında farkındalık yaratmak için çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |
|
| Dünya Obezite Günü (22 Mayıs) | Tüm Öğretmenler |
| Dünya süt günü (21 Mayıs) | Tüm Öğretmenler |
|
| Sağlıklı beslenme günü ve  Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek. | Tüm Öğretmenler |
| Öğrenci ve Öğretmen piknik düzenlenmesi | Tüm Öğretmenler |
| Okul yemekhanesinin düzenlenmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından |
| Yıl boyunca yapılan çalışmaları sergilemek | Tüm Öğretmenler |
| **HAZİRAN** | Çeşitli dallarda spor turnuvalarının düzenlenmesi ve başarılı olanların ödüllendirilmesi  | Beden Eğitimi Öğretmeni Bilgin TÜRKGÜLER tarafından  |
| Dünya ve Türkiye Tarihinde Önemli sporcuların hayat hikayelerinin ödevlendirme | Tüm Öğretmenler |
| Genel değerlendirme  | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |

**ÇEKİRDEK EYLEM GRUBU**

ABİDİN TÜRKKOLU GİZEM ERGÜN KILIÇ İlyas ÇAKIRCALI BİLGİN TÜRKGÜLER

 Müdür Yrd. Öğretmen           Öğretmen    Öğretmen

Ümmü Senem KALKAN ÖMER CEYLAN NURCAN GÜREN

 Ok. Aile Birl. Bşk.       Okul Aile Birl. Üyesi **Kantin Sorumlusu**

SULTAN KAYHAN

Okul Müdürü

|  |
| --- |
| **BESLENME DOSTU PROGRAMI SINIF TEMSİLCİLERİ** |
| **SIRA** | **SINIF-ŞUBE** | **ADI SOYADI** |
| 1 | 5-A | Nazlım DALKILIÇ |
| 2 | 5-B | Gülsena BARIŞ |
| 3 | 6-A | H. Eylül TURAN |
| 4 | 6-B | Fadime BOZKAYA |
| 5 | 7-A | Melih TÜRKMEN |
| 6 | 7-B | Ela ÜNLÜ |
| 7 | 8-A | Rabia CEYLAN |
| 8 | 8-B | Z. Nisa BOZKAYA |
| 9 | Özel Eğt. Sınıfı | Mehmet AKÇAY |

 Sultan KAYHAN

 Okul Müdürü