

EK-4 KAZIM ÖZENC SEÇEN ORTAOKULU BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ : Konya ili Kazım Özenç Seçen Ortaokulu'nda Beslenme Dostu Okul Programının sağlıklı beslenme ve düzenli egzersiz uygulamaları ile öğrencilerin ve okul çalışanlarının 3 yıllık süre sonunda sağlıklı beslenme, düzenli egzersiz ve spor ile yaşama davranışları kazanmalarını sağlamak

HEDEFLER:

- Düzenli egzersiz ve spor ile yaşama konusunda farkındalık kazandırma.
- Kendi yaşam biçimini bu çalışma öncesi ve sonrasına göre karşılaştırma.
- Sağlıklı beslenme düzenli egzersiz ve sporu bir yaşam biçimi haline getirme davranışını kazandırmak.
- Sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli çalışmaları yapmak.
- Sağlıklı yaşam ve düzenli egzersiz için okulda etkinlikler düzenlemek.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AMAÇ HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinin oluşturulması	EYLÜL 27 Eylül 'Dünya Okul Sütü Günü'			Okul idaresi tarafından
Beslenme dostu okul yıllık çalışma planının hazırlanması		X		Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından
Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi		X		Bilişim teknolojileri öğretmeni İlker EROL tarafından
Düzenli beslenme hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları		X		Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyeleri tarafından
"Aşure Günü" düzenlenmesi		X		Okul idaresi,Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi, öğretmenler tarafından
Veli bilgilendirme toplantılarının düzenlenmesi ve bu toplantılarda program kapsamında yürütülen çalışmalar hakkında bilgilendirme yapılması		X		Okul idaresi ve öğretmenler tarafından
Okul kantininin denetlenmesi		X		Kantin denetleme ekibi tarafından

Beslenme dostu okul projesi için sınıf öğrenci temsilcilerinin seçilmesi	EKİM 3-4 Ekim 'Dünya Yürüyüş Günü' 15 Ekim 'Dünya El Yıkama Günü' 16 Ekim "Dünya Gıda Günü"	X		Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından	
Sağlıklı beslenme üzerine görsel sanatlar dersinde öğrencilere resim yaptırılması		X		Görsel sanatlar öğretmenleri tarafından	
Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi		X		Öğretmen ve öğrenciler tarafından	
Okuldaki tüm öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılarak beden kitle indekslerinin hesaplanması ve istatistiklerinin tutulması. Yapılan ölçümler sonucunda risk grubundaki (zayıf, şişman) öğrencilerin velileri ile görüşülerek aile hekimlerine yönlendirilmeleri		X		Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından	
Okul kantininin denetlenmesi		X		Kantin denetleme ekibi tarafından	
Beden eğitimi ve sporun önemi hakkında öğrencilere bilgi verilmesi		X		Beden eğitimi öğretmenleri tarafından	
El hijyeni hakkında öğrencileri bilgilendirme ve lavoboların yanına doğru el yıkama görsellerinin asılması		X		Beslenme Dostu Okul projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından	
Çocuklarda diyabet konulu bilgilendirme çalışmalarının yapılması	KASIM 14 Kasım "Dünya Diyabet Günü" 18-24 Kasım "Ağız ve Diş Sağlığı Haftası" 24 Kasım "Çocuk Hakları Günü"	X		Toplum Sağlığı Merkezi personelleri(Gerekli koordinasyon ekip üyelerimizden Müdür Yardımcısı Melike ANDIÇ tarafından)	
Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi		X		Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından	
Öğrenci, veli ve okul çalışanlarına yönelik sağlık, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında eğitim verilmesi		X		Toplum Sağlığı Merkezi (Gerekli koordinasyon ekip üyelerimizden Müdür Yardımcısı Melike ANDIÇ tarafından sağlanacak)	
Okul kantininin denetlenmesi		X		Kantin denetleme ekibi tarafından	
Sağlıklı beslenme piramidinin teknoloji tasarım dersinde öğrencilerle birlikte yapılması		X		Teknoloji tasarım öğretmenleri tarafından	
12-18 Aralık Yerli Malı Haftasının okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması		ARALIK 12-18 Aralık Yerli Malı Haftası	X		Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından
Ağız ve diş sağlığı konusunda bir sağlık ekibince seminer verilmesi			X		Sağlık personelleri (Gerekli koordinasyon ekip üyelerimizden Müdür Yardımcısı Melike ANDIÇ tarafından sağlanacak)

Okul kantininin denetlenmesi		X		Kantin denetleme ekibi tarafından
Beslenme Dostu Okul panolarının güncellenmesi		X		Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf temsilcileri tarafından
TBM (Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı) kapsamında sağlıklı beslenme ve zararlı alışkanlıklardan uzak durma konularında etkinlik ve bilgilendirme çalışmaları düzenlemek	OCAK	X		Rehber öğretmeni Cemile DOĞAN tarafından
Sınıflarda sağlıklı beslenme ve hareketli yaşama teşvik edici slogan bulma etkinlikleri düzenlenmesi		X		Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından
Okul kantininin denetlenmesi		X		Kantin denetleme ekibi tarafından
Kahvaltının önemi hakkında öğrencilere bilgi verilmesi		X		Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından
Beslenme Dostu Okul panolarının güncellenmesi		X		Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf temsilcileri tarafından
Sınıflarda sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında münazara etkinlikleri yapma		ŞUBAT	X	
Fiziksel aktivite ve sporun önemi hakkında öğrencileri bilgilendirme çalışmaları yapılması	X			Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından
Okul kantininin denetlenmesi	X			Kantin denetleme ekibi tarafından
Mart ayındaki belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkili bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi	MART 11-17 Mart “ Dünya Tuza Dikkat Haftası”	X		Öğretmen ve öğrenciler
Çocukluk ve ergenlik döneminde obezite hakkında bilgilendirme çalışmaları		X		Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
22 Mart Dünya Su Gününde tüm okulun aynı anda su içmesi farkındalık çalışması		X		Öğretmen ve öğrenciler tarafından
Okul kantininin denetlenmesi		X		Kantin denetleme ekibi tarafından
Vücut bakımı ve temizliği hakkında öğrencileri bilgilendirme çalışmalarının yapılması		X		Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından
Beslenme dostu okul bilgilendirme panosunun güncellenmesi		22 Mart “Dünya Su Günü”	X	
Okul kantininde kuruyemiş, meyve,sebze vb. sağlıklı besinlerin satışa sunulmaya başlanması	NİSAN 7 Nisan “Dünya Sağlık Günü”			Kantin işletmecisi tarafından
Sağlıklı ve dengeli beslenme konusunda öğrencilere cd izletilmesi, seminer verilmesi				Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından
Okul kantininin denetlenmesi				Kantin denetleme ekibi tarafından
Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki		7-13 Nisan ‘Dünya Sağlık		

çalışmaların okul panosunda sergilenmesi	Haftası' 15 Nisan 'Büyümenin İzlenmesi Günü'			
Turnuvaların düzenlenmesi(futbol-kaleli yakan top)				Beden eğitimi öğretmenleri tarafından
Tükettiğimiz hazır içecekler ve yiyecekler hakkında bilgilendirme				Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından
Sağlıklı beslenme bilgilendirme afişlerinin asılması	MAYIS 10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü" 22 Mayıs "Dünya Obezite Günü"			Beslenme Dostu Okul projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından
Sağlıklı beslenmeyi ve obeziteyi konu alan okul panolarının düzenlenmesi				Beslenme Dostu Okul projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından
10 Mayıs Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü'nün etkin bir şekilde kutlanması				Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
Öğrencilere yönelik obezite konulu seminerin düzenlenmesi				Toplum Sağlığı Merkezi (Gerekli koordinasyon Müdür Yardımcısı Melike ANDIÇ tarafından sağlanacak)
Okul kantininin denetlenmesi				Kantin denetleme ekibi tarafından
Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi				Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi tarafından

HAZIRLAYANLAR

SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ ÜYELERİ

17/09/2018

Halil TUNA
Okul Müdürü

