

# YASEMİN ANAOKULU

## 2017-2018 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 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.

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 artırılması 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.

## BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

|   |                  |               |
|---|------------------|---------------|
| 1 | Müdür            | YASEMİN KILIÇ |
| 2 | Müdür Yardımcısı | YASEMİN YURT  |
| 3 | Öğretmen         | NURDAN GEZER  |
| 4 | Öğretmen         | RUKİYE YENİ   |
| 5 | Rehber Öğretmen  | HAVVA ÖZEN    |
| 6 | Veli             | SELDA TUFAN   |
| 7 | Veli             | ASU ÜNLÜ      |

### 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 2017-2018 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında aşağıda belirtilen çalışma planı uygulanacaktır.

## **AMAÇLARIMIZ**

**Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamak 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

|              |   |  |
|--------------|---|--|
| <b>EYLÜL</b> | Beslenme ve hareketli yaşam ekibinin kurulması  | Okul Müdürü Tarafından                     |
|              | Mutfak/Yemekhane Denetleme Ekibinin Oluşturulması   | Okul müdürü tarafından                     |
|              | Yıllık Çalışma Planının hazırlanması ve internette yayınlanması                           | Beslenme ve hareket yaşam ekibi tarafından |
|              | 3-4 EKİM Dünya yürüyüş günü nedeniyle yürüyüş düzenlenmesi ve okul panosunun hazırlanması | Beslenme ve hareket yaşam ekibi tarafından |
|              | Sağlık için spor etkinliğinin yapılması   | Öğretmenler tarafından                     |
|              | Her gün okul bahçesinde sağlıklı yaşam sporu yapılması                                    | Öğretmenler tarafından                     |

|             |   |  |
|-------------|---|--|
| <b>EKİM</b> | Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi | Öğretmenler tarafından                     |
|             | Dünya Diyabet Günü nedeniyle abur cubur son etkinliği yapılması (resim,drama, sergi vb.)      | Sınıf Öğretmenleri tarafından              |
|             | Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi                   | Öğretmenler tarafından                     |
|             | Öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılması.  | Öğretmenler tarafından                     |
|             | Kasım ayı beslenme listesinin yazılması   | Beslenme ve hareket yaşam ekibi tarafından |
|             | Sınıfta sağlıklı yiyecekler hazırlama kapsamında turşu kurulması                              | Öğretmenler tarafından                     |
|             | Sınıfta sağlıklı yiyecekler hazırlama kapsamında yoğurt mayalama                              | Öğretmenler tarafından                     |

|              |  |  |
|--------------|--|--|
| <b>KASIM</b> | El hijyeni hakkında sınıfları bilgilendirme  | Öğretmenler tarafından                     |
|              | Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ile ilgili bilgiler duyurulması | Beslenme ve hareket yaşam ekibi tarafından |
|              | Aralık ve beslenme listesinin yazılması  | Beslenme ve hareket yaşam ekibi tarafından |
|              | 14 KASIM DÜNYA DİYABET GÜNÜ FARKINDALIK ÇALIŞMALARININ YAPILMASI                     |  |
|              |  |  |

|               |  |  |
|---------------|--|--|
| <b>ARALIK</b> | Abur cuburlar hakkında bilgilendirme   | Sınıf öğretmenleri tarafından              |
|               | Günlük planlarda sağlıklı beslenme ile ilgili etkinliklere yer vermek  | Sınıf öğretmenleri tarafından              |
|               | Meyve ve süt günleri düzenlemek  | Sınıf öğretmenleri tarafından              |
|               | Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak(cd, resim, hikaye, drama vb.) | Sınıf öğretmenleri tarafından              |
|               | Ocak ayı beslenme listesinin yazılması   | Beslenme ve hareket yaşam ekibi tarafından |

#### YERLİ MALİ HAFTASININ KUTLANMASI

|             |  |  |
|-------------|--|--|
| <b>OCAK</b> | Fatsfood hakkında bilgilendirme  | Sınıf öğretmenleri tarafından              |
|             | Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi,  | Öğretmenler tarafından                     |
|             | Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi | Beslenme ve hareket yaşam ekibi tarafından |
|             | Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici cd izletilmesi   | Sınıf öğretmenleri tarafından              |
|             | Şubat ayı beslenme listesinin yazılması  | Beslenme ve hareket yaşam ekibi tarafından |

|              |  |  |
|--------------|--|--|
| <b>ŞUBAT</b> | Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul internet sayfasında sergilenmesi | Okul müdürü tarafından                     |
|              | Okul bahçesinin düzenlenmesi   | Beslenme ve hareket yaşam ekibi tarafından |
|              | Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme  | Sınıf öğretmenleri tarafından              |
|              | Mart ayı beslenme listesinin yazılması   | Beslenme ve hareket yaşam ekibi tarafından |
|              |  |  |

|             |  |  |
|-------------|--|--|
| <b>MART</b> | Sağlık için yürüyüş yapılması  | Tüm sınıflar                               |
|             | Velilerimizle sağlıklı hayat için nelerin yapıldığı ile ilgili anket yapılması | Okul müdürü tarafından                     |
|             | Sağlıklı Hayta-Sağlıklı Beslenme konusunda seminer verilmesi                   | Beslenme ve hareket yaşam ekibi tarafından |
|             | Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması      | Sınıf öğretmenleri tarafından              |
|             | 21- 27 MART DÜNYA TUZA DİKKAT HAFTASI FARKINDALIK ÇALIŞMALRININ YAPILMASI      |  |
|             | 22 MART DÜNYA SU GÜNÜN KUTLANMASI  |  |

|              |   |  |
|--------------|---|--|
| <b>NİSAN</b> | Okul bahçesinin spor etkinlikleri için düzenlenmesi   | Beslenme ve hareket yaşam ekibi tarafından |
|              | Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme   | Sınıf Öğretmenleri tarafından              |
|              | Sağlıklı beslenme günü ve Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek. | Sınıf Öğretmenleri tarafından              |
|              | Sağlıklı beslenme günü ve Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek. | Sınıf öğretmenleri tarafından              |
|              | Mayıs ayı beslenme listesinin hazırlanması  |  |

**7 NİSAN DÜNYA SAĞLIK GÜNÜNÜN KUTLANMASI**

|                |  |                                   |
|----------------|--|-----------------------------------|
| <b>MAYIS</b>   | Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında farkındalık yaratmak için çevre, esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek | Sınıf öğretmenleri tarafından     |
|                | Çocukların boy ve kilolarının ölçülmesi.   |                                   |
|                | Yıl boyunca yapılan çalışmaları sergilemek   |                                   |
|                | 10 MAYIS ‘DÜNYA SAĞLIK İÇİN HAREKET ET ,’GÜNÜNÜN KUTLANMASI  |                                   |
|                | 22 MAYIS DÜNYA OBEZİTE GÜNÜ FARKINDALIK ÇALIŞMALARININ YAPILMASI   |                                   |
| <b>HAZİRAN</b> | Genel değerlendirme  | Beslenme ve hareketli yaşam ekibi |