

EK-4: BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: 1- Okulumuz öğrencilerinin, personelinin ve velilerin sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik etmek.

HEDEFLER: 1- “Beslenme Dostu Okul Uygulama Programımız” ile öğrencilerin sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik etmek.
2- Okulumuzda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirleri almak.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Okulumuz Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Oluşturulması	Ekim 2019	X		Okulumuz Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi, Ekim ayının başında oluşturulmuştur.
“Beslenme Dostu Okul Uygulama Programı” ile ilgili okul personeline bilgilendirme semineri verilmesi	Ekim 2019	X		“Beslenme Dostu Okul Uygulama Programı” ile ilgili okul personeline, ekibimiz tarafından bilgi verildi.
Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında doğru mesaj içeren afişlerin panolarda sergilenmesi, konuyla ilgili broşürleri hazırlanıp velilere dağıtılması	Ekim 2019 Şubat 2020	X		Beslenme Dostu Okul Panosu oluşturuldu.
Haftada iki gün bir teneffüs boyunca müzik eşliğinde öğrencilerimizin dans etmelerinin sağlanması	Nisan 2020	Henüz uygulanmadı.		Yan tarafta belirtilen tarihte gerçekleştirilecektir.
Öğrencilerin “Vücut Kitle İndeksinin” ölçülmesi ve risk grubundaki öğrencilerin sağlık kuruluşuna yönlendirilmesi.	Kasım 2019	X		Öğrencilerimiz Aile Hekimlerine yönlendirilerek muayeneleri yapıp vücut kitle indeksleri tespit edilip risk grubundaki öğrenciler tekrar sağlık kuruluşuna yönlendirildi.
		X		
		X		

EK-4: BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAC: 2- Sağlıklı beslenme, obezitenin önlenmesi ve hareketli yaşam konularında duyarlılığı artırmak.

HEDEFLER: 1- Okulumuz öğrenci, veli ve personeline hareketli yaşam konusunda duyarlılığı artırmak.
2- Okulumuz öğrenci, veli ve personelinin hareketli yaşam ile ilgili aktivitelere katılımını sağlamak.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF	İZLEME- HAYIR	
		EVET		
Yetenekleri tespit edilen öğrencilerin okulumuzda açılacak olan Masa Tenisi, Halk Oyunları, Voleybol kurs programına dahil edilip devamının sağlanması	Ekim 2019 Mayıs 2020	X		Yetenekli ve istekli öğrencilerimiz egzersiz programlarına dahil edildi, çalışmalarını halen devam ettirmektedir.
Fiziksel Aktivitelerle ilgili okul içi turnuvalar düzenlenmesi, (ip atlama, balon patlatma, mendil kapmaca ve yakan top turnuvaları)	Nisan 2020	Henüz uygulanmadı.		Yan tarafta belirtilen tarihte gerçekleştirilecektir.
Okul içi şiir ve resim yarışmaları ile münazaraların düzenlenmesi, (sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam)	Mart 2020	Henüz uygulanmadı.		Yan tarafta belirtilen tarihte gerçekleştirilecektir.
12-18 Aralık Yerli Malı Haftası Etkinliği	Aralık 2019	X		Yerli Malı Haftası okul ve sınıf içi etkinliklerle kutlandı.
Haftada bir gün sınıflarımızda meyve günleri düzenlenmesi	Ocak 2020- Mayıs 2020	X		Çarşamba günü okulumuzda meyve günü olarak belirlenmiş ve uygulanmıştır.
Pazar yerlerine gezi düzenlenmesi	Mayıs 2020	Henüz uygulanmadı.		Yan tarafta belirtilen tarihte gerçekleştirilecektir.
Öğrencilerimize sağlıklı beslenme ,temizlik ve hareketli yaşam ile ilgili broşürler dağıtılması ve pano hazırlanması	Ekim 2019 Aralık 2019	X		Sağlık, Temizlik ve Beslenme Kulübü tarafından öğrencilere afişler dağıtılmıştır, pano hazırlanmış ve güncellenmektedir.
11-17 Mart 'Tuza Dikkat Haftası' Etkinlikleri	Mart 2020	Henüz uygulanmadı.		Yan tarafta belirtilen tarihte gerçekleştirilecektir.
22 Mart 'Dünya Su Günü' Etkinlikleri	Mart 2020	Henüz uygulanmadı.		Yan tarafta belirtilen tarihte gerçekleştirilecektir.

EK-4: BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: 3- Okulumuzdaki personel, öğrenci ve velilerine eğitim verilmesi suretiyle genç nesillerin sağlıklı yetişmesine destek vermek.

HEDEFLER: Sağlıklı beslenme, obezitenin önlenmesi ve hareketli yaşam konularında eğitimler vererek konuyla ilgili farkındalık kazandırmak.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Okul personelimize yönelik sağlıklı beslenme ve obezite konulu eğitim düzenlenmesi	Mart 2020	Henüz uygulanmadı.		Yan tarafta belirtilen tarihte gerçekleştirilecektir.
Okul öğrencilerimize yönelik sağlıklı beslenme ve obezite konulu eğitim düzenlenmesi	Mart 2020	Henüz uygulanmadı.		Yan tarafta belirtilen tarihte gerçekleştirilecektir.
Velilerimize yönelik sağlıklı beslenme ve obezite konulu eğitim düzenlenmesi	Nisan 2020	Henüz uygulanmadı.		Yan tarafta belirtilen tarihte gerçekleştirilecektir.
Derslerin işlenişi esnasında sporcularımızın hayatlarından örnekler verilmesi	Ekim 2019- Haziran 2020	Devam ediyor.		Derslerde sporcularımızın hayat hikayelerine yer verilmektedir.

EK-4: BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: 4- Okulumuz öğrencilerinin, personelinin ve velilerin sağlıklı yetişmesi ve yaşamlarını sürdürmeleri için uygun ortam oluşturmak

HEDEFLER: Sağlıklı okul ortamını geliştirilmesi için çalışmalar yapmak.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Kantinin denetlenmesi	Ekim 2019 Haziran 2020	Devam ediyor		Kantin düzenli olarak ayda bir kez denetlenmektedir.
Pil Toplama Kampanyası Düzenlenmesi	Ekim 2019 Haziran 2020	Devam ediyor		Pil Toplama Kampanyamız devam etmektedir.
Öğrencilere yönelik ara öğünler hazırlanıp velilerle paylaşılması	Ekim 2019 Haziran 2020	Devam ediyor		Öğrencilerimiz için ara öğünler hazırlanmış, dağıtılmış ve uygulamaya geçilmiştir.
Oyun ve Fiziki Etkinlik Derslerinde bahçede ve spor salonunda öğrencilerin aktif olacağı şekilde etkinlikler yapılması	Ekim 2019 Haziran 2020	Devam ediyor		Bahçemizdeki oyun alanları derslerde aktif kullanılmaktadır ve derslerde geleneksel çocuk oyunlarına yer verilmektedir.

Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi

řazer GÜVEN
Müdür Yardımcısı

İsmailYILMAZ
Sınıf Öğretmeni

řerife řENGÜN
Rehber Öğretmen

Raziye BİLGİÇ
Rehber Öğretmen

Yeter KARAMAN
Hizmetli

Fatma TORTOP
Kantin İşlt.

Toygan YAVUZ
Veli

Kayra ÇELİKKOL
Öğrenci

