**Ek-4**

|  |
| --- |
| **AMAÇ:** 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 |
| **HEDEFLER:**  **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.** |

**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME DEĞERLENDİRME** |
| **Evet** | **Hayır** |  |
| Beslenme, Hareketli Yaşam ve Denetleme Ekibinin oluşturulması ve ilk toplantısının gerçekleştirilmesi. | Şubat |  |  |  |
| Beslenme dostu okul projesi yıllık planının hazırlanması ve okul beslenme politikasının oluşturulması | Şubat |  |  |  |
| Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrenci ve velilere bilgi verilmesi | Şubat |  |  |  |
| Okul internet sayfasında “Beslenme Dostu Okullar Programı” sayfasının oluşturulması. | Mart |  |  |  |
| El hijyeni hakkında sınıfları  bilgilendirme | Mart |  |  |  |
| Beslenme dostu bilgilendirme panosunun oluşturulması. Beslenme bilgilendirme afiş, poster ve broşürlerin asılması. | Mart |  |  |  |
| Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi | Mart |  |  |  |
| 16 Mart Dünya Gıda Günü etkinlikleri çerçevesinde öğrencilerin bilgilendirilmesi. | Mart |  |  |  |
| 11-17 Mart “Dünya Tuza Dikkat Haftası” İle İlgili Etkinlik Yapılması | Mart |  |  |  |
| “22 Mart Dünya Su Günü’nün” kutlanması. | Mart |  |  |  |
| Ana Sınıfı öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda kahvaltı yapması. | Mart |  |  |  |
| Abur cuburlar hakkında bilgilendirme | Mart |  |  |  |
| Örnek beslenme listesinin Hazırlanması | Mart |  |  |  |
| Birinci sınıf öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda kahvaltı yapması. | Mart |  |  |  |
| Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (CD, resim, hikâye, drama vb) | Mart |  |  |  |
| Meyve Günleri düzenlenmesi. | Mart |  |  |  |
| Mart ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | Mart |  |  |  |
| İkinci sınıf öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda kahvaltı yapması. | Nisan |  |  |  |
| 7-13 Nisan Dünya Sağlık Haftası İle İlgili Etkinlik Yapılması | Nisan |  |  |  |
| 15 Nisan “Büyümenin İzlenmesi Günü” İle İlgili Olarak Öğrencilerin Boy Kilo İstatistiklerinin Değerlendirilmesi | Nisan |  |  |  |
| Fast food hakkında bilgilendirme | Nisan |  |  |  |
| Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi | Nisan |  |  |  |
| Nisan ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması | Nisan |  |  |  |
| Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme | Mayıs |  |  |  |
| Üçüncü sınıf öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda kahvaltı düzenlemesi. | Mayıs |  |  |  |
| 10 Mayıs “Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü” Velilerin Katılımı İle Sabah Koşusu Düzenlemek. | Mayıs |  |  |  |
| 22 Mayıs “Dünya Obezite Günü” Kapsamında Abur Cubur un Zararları İle İlgili Etkinlik Düzenlemek. | Mayıs |  |  |  |
| Dördüncü sınıf öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda öğle yemeği düzenlemesi. | Mayıs |  |  |  |
| Mayıs ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması | Mayıs |  |  |  |
| Sağlıklı Yaşam ve Doğa Sevgisi kazandırmak adında okul pikniği düzenlenmesi | Haziran |  |  |  |
| Yıl Boyunca yapılan etkinliklerin sergilenmesi | Haziran |  |  |  |
| Genel Değerlendirme | Haziran |  |  |  |

**SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ**

Süleyman Hilmi AYDIN Sezer ÇETİN Özden YALÇINKAYA Süheyla Deniz KARAOĞUL

Müdür Yardımcısı Okul Öncesi Öğretmeni Sınıf Öğretmeni Rehber Öğretmen

Nurgül OK Şerife BACAKSIZ Irmak EROL

Veli Okul Aile Birliği Başkanı Okul Meclis Başkanı

Abdullah PAMUK

Okul Müdürü