

## SİVAS KIZ ANADOLU İMAM HATİP LİSESİ LİSESİ

### 2019-2020 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 çağıdaki 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.

Okullar;

- Öğrencilerin boy/kilo ölçümlerinin rutin aralıklarla (yılda 2 kez) yapılıp ve risk grubunda olan öğrencilerin velileri ile görüşmeler/bilgilendirme faaliyetleri yapılarak sağlık kuruluşlarına yönlendirilip yönlendirilmediğine,
- Okulun "Beyaz Bayrak " sertifikası bulunup bulunmamasına,
- Okul içinde uygun alanlarda sağlıklı içme suyu olanakları bulunup bulunmamasına,
- Su deposu var olup olmadığı ve temizliğinin rutin aralıklara yapılıp yapılmadığına,

- Yetersiz ve dengesiz beslenmeye neden olabilecek gıda maddelerinin (kızartmalar, gazlı içecekler, kolalı içecekler vb.) satışı yapıp yapılmadığına,
- Süt, ayran, yoğurt vb. içecekler ve taze sıkılmış meyve ve sebze suyu satışının yapıp yapılmadığına,
- Tane ile meyve ve sebze satışı yapıp yapılmadığına,
- Kantin hizmetleri 17 Nisan 2007 tarihli ve 1008 sayılı (2007/33 genelge no'lu) genelgede belirtildiği üzere Okul Müdürünün kendisi veya görevlendireceği bir Müdür Yardımcısı başkanlığında kurulacak bir komisyon tarafından ayda en az bir kez genelge ekinde bulunan "Okul Kantini Denetim Formu" kullanılarak denetlenip denetlenmediği
- Öğrencilerin evden getirdikleri beslenme çantalarının içeriklerinin Sağlık Bakanlığının yayımlanmış olduğu ve İl Milli Eğitim Müdürlüğünün okullara dağıtmış olduğu haftalık beslenme programına göre hazırlanmakta ve öğretmenler tarafından beslenme çantalarının içeriklerinin her gün kontrol edilip edilmediği,

Kriterlerine göre değerlendirilmektedir.

### **BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ**

1	<b>Müdür Yardımcısı</b>	Abdulhamit Doğan
2	<b>Öğretmen</b>	Hayrettin Demirkaya
3	<b>Öğretmen</b>	Yasemin Toy Uzundağ
4	<b>Öğretmen</b>	Nuray Kendirli
5	<b>Öğretmen</b>	Yasin Azamet
6	<b>Rehber Öğretmen</b>	Ayşe Kaya
7	<b>Pansiyon Müdür Yard.</b>	Keziban ÜNAL

### **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 2019-2020 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.

27 Eylül	Dünya Okul Sütü Günü
15 Ekim	Dünya El Yıkama Günü
16 Ekim	Dünya Gıda Günü
3 -4 Ekim	Dünya Yürüyüş Günü
14 Kasım	Dünya Diyabet Günü
24 Kasım	Çocuk Hakları Günü ve Öğretmenler Günü
18-24 Kasım	Ağız ve Diş sağlığı Haftası
12-18 Aralık	Yerli Malı Haftası
22 Mart	Dünya Su Günü
11-17 Mart	Dünya Tuza Dikkat Haftası
7 Nisan	Dünya Sağlık Günü
15 Nisan	Büyümenin İzlenmesi günü
7-13 Nisan	Dünya Sağlık Haftası
10 Mayıs	Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü
22 Mayıs	Dünya Obezite Günü

AY	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLULARI
<b>EYLÜL</b>	Beslenme ve hareketli yaşam ekibinin kurulması.	OKUL YÖNETİMİ
	Mutfak, yemekhane denetleme ekibinin oluşturulması.	OKUL YÖNETİMİ
	Beslenme dostu okul projesi için sınıf temsilcilerinin seçilmesi.	SINIF REHBER ÖĞRETMENLERİ
	Eylül ayı çalışma raporunun ve Okul Pansiyonu Ekim ayı yemek listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ VE PANSİYON MD.YARD.TARAFINDAN
<b>EKİM</b>	Yıllık çalışma planının hazırlanıp internette yayınlanması.	OKUL YÖNETİMİ
	Okul panosunun oluşturulması, afişlerin asılması	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN

	Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi.	BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN
	Sağlık için spor etkinliklerinin yapılması	BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN
	Ekim ayı çalışma raporunun ve Okul Pansiyonu Kasım ayı yemek listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ VE PANSİYON MD.YARD.TARAFINDAN
<b>KASIM</b>	Sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	“14 Kasım Diyabet Günü” nedeniyle abur cubur son etkinliği yapılması.	SINIF ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN
	Kasım ayı çalışma raporunun ve Okul Pansiyonu Aralık ayı yemek listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ VE PANSİYON MD.YARD.TARAFINDAN
<b>ARALIK</b>	El hijyeni hakkında sınıfları bilgilendirme.	SINIF ÖĞRETMENLER TARAFINDAN
	Okul beslenme panosunda “Sağlıklı ve Dengeli Beslenme” ile ilgili bilgiler duyurulması. “Sağlıklı ve Dengeli Beslenme” ile ilgili Sorun Yaşayan öğrencilere Diyetisyen Tarafından bilgi verilmesi.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	“Tuza Dikkat” konulu pano çalışması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	Aralık ayı rapor ve Ocak ayı Okul Pansiyonu beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ VE PANSİYON MD.YARD.TARAFINDAN
<b>OCAK</b>	Meyve ve süt günleri düzenlemek.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN

	Ocak ayı raporu ve Şubat ayı Okul Pansiyonu beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ VE PANSİYON MD. YARD. TARAFINDAN
<b>ŞUBAT</b>	Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici cd izletilmesi.	SINIF ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN
	Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi.	BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN
	Okulda “ Sağlıklı Beslenme” konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş tüketimi etkinliğinin yapılması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	Şubat ayı rapor ve Mart ayı Okul Pansiyonu beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ VE PANSİYON MD. YARD. TARAFINDAN
<b>MART</b>	Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında pano hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	Mart ayı rapor ve Nisan ayı Okul Pansiyonu beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ VE PANSİYON MD. YARD. TARAFINDAN
	Ağız ve diş sağlığı ile ilgili alanında uzman kişileri çağırarak sunum yapılması.	SINIF ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN
	‘22 Mart Dünya Su Günü’ dolayısıyla pano hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
<b>NİSAN</b>	‘Sağlık için yürüyüş’ yapılması.	TÜM SINIFLAR
	Çeşitli dallarda sınıflar arası spor karşılaşmalarının yapılması.	BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN
	Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması.	SINIF ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN

	Nisan ayı rapor ve Mayıs ayı Okul Pansiyonu beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ VE PANSİYON MD.YARD.TARAFINDAN
<b>MAYIS</b>	‘‘22 Mayıs Dünya Obezite Günü’’ ile ilgili etkinlikler yapmak. ‘‘Obezite ‘’ile ilgili broşür ve duvar gazetesi oluşturma.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	Mayıs ayı rapor ve Haziran ayı Okul Pansiyonu beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ VE PANSİYON MD.YARD.TARAFINDAN
<b>HAZİRAN</b>	Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi.	TÜM EKİP ÇALIŞANLARI TARAFINDAN