

Windows Kullanıcısı



**“BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ” POLİTİKAMIZ**

***Projenin amacı*;** Okulumuzda öğrencilerin sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında teşvik edilmesi ve bu konuda yapılan etkinlikler ile okul ortamı ve öğrenci sağlığının geliştirilmesidir.

**İLKELERİMİZ**

**1.** Beslenme Dostu Okul Planı hazırlamak için “Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi” bulunmaktadır.

**2.** Beslenme Dostu Okul Planı hazırlanmış ve planda amaç, hedefler ve etkinlikler belirlenmiştir.

**3.** Etkinliklerin izleme/değerlendirmesi yapılmaktadır.

**4.** Beslenme Dostu Okul Planı'nın benimsenmesi ve yaygınlaştırılması konusunda çalışmalar yapılmaktadır.

**5.** Okul çağı çocuklarının gereksinimlerine ve kültürel yapıya uygun bir beslenme eğitimi öğretim programları doğrultusunda etkin bir şekilde verilmektedir.

**6.** Beden eğitimi öğretim programı doğrultusunda; yaş, cinsiyet ve kültürel açıdan uygun fiziksel aktivite eğitimi etkin şekilde verilmektedir.

**7.** Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında sınıf içinde münazara ortamı yaratılmakta, akran eğitiminden yararlanılarak öğrencilerin birbirlerini eğitmelerine ve beslenme konularını birlikte tartışmalarına zemin hazırlanmaktadır.

**8.** Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında ulusal/uluslararası gün/haftalar etkin olarak kutlanmaktadır.

**9.** Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamı teşvik edici bilgi yarışması, resim yarışması, şenlik vb. okul içi etkinlikler düzenlenmektedir.

**10.** Velilere yönelik sağlık, sağlıklı beslenme, hareketli yaşam vb. konularda bilgilendirme çalışmaları yapılmaktadır.

**11.** Okul çalışanlarına sağlık, sağlıklı beslenme, hareketli yaşam vb. konularda eğitim verilmektedir.

**12.** Öğrencilerin boy/kilo ölçümleri yılda en az bir kere yapılmakta ve sonuçlar öğrenci ve velilerle paylaşılmaktadır.

**13.** Risk grubundaki (zayıf, şişman) öğrenciler velileri ile görüşmeler/bilgilendirme faaliyetleri yapılarak sağlık kuruluşlarına yönlendirilmektedir.

**14.** Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında doğru mesajlar var ve bu mesajlar okul içi uygun yerlerde (sınıf panoları, koridor panoları vb.) sergilenmektedir

**15.** Okul bahçesi; oyun oynama, koşma vb. etkinliklere uygun olarak düzenlenmiştir.

**16.** Beden eğitimi ve spor etkinlikleri dersine aktif katılım sağlanmaktadır..

**17.** Okul çalışanları sağlıklı yaşam tarzını, sağlıklı beslenme ve düzenli fiziksel aktivite yapmayı teşvik edecek şekilde model olmaktadır.

**18.** Öğrencilerin ara öğün yapmaları teşvik edilmekte ve ara öğün içerikleri öğretmenlerce kontrol edilmektedir.

**19.** Okulda olumlu sosyal çevre geliştirilmektedir.

**20.** Yemek yiyebilmek için uygun süre (en az 40 dakika) ayrılmaktadır.

**21.** Menüler T.C. Sağlık Bakanlığı’nın yayımladığı menü modelleri örnek alınarak hazırlanmaktadır.

**22.** Yemekhane hizmetleri yönetim tarafından rutin aralıklarla denetlenmekte ve gerekli durumlarda İl/İlçe Tarım Müdürlüğünden destek alınmaktadır.

**23.** Okuldaki yemekhane ortamları, yiyecek-içecekler ve yiyecek-içecek hizmeti sunanların faaliyetleri ilgili mevzuatlara uygundur.

**29.** Okul kantin/kooperatifinde; süt ve/veya ayran ve/veya yoğurt satışı yapılmaktadır.

**30.** Okul kantin/kooperatifinde; tane ile meyve/sebze ve/veya taze sıkılmış meyve/sebze suyu satışı yapılmaktadır.

**31.** Yetersiz ve dengesiz beslenmeye neden olabilecek yiyecek ve içeceklerin tüketimini özendirici reklam, promosyon, tanıtım amaçlı afiş, poster, broşür bulunmamaktadır ve bu ürünlerin satışı yapılmamaktadır.

**32.** Okuldaki kantin/kooperatif ortamları, yiyecek-içecekler ve kantin/kooperatif hizmeti sunanların faaliyetleri ilgili mevzuatlara uygundur.

**33.** Okul kooperatifi; ilgili genelgede belirtilen esaslara uygun olarak, ayda en az bir kez aynı genelge ekinde bulunan “Ek-3: Okul Kantini Denetim Formu” kullanılarak denetlenmektedir.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **AYLAR** | **PLANLANAN ÇALIŞMA VE ETKİNLİKLER** | **SORUMLU KİŞİLER** | **SONUÇ** |
| EKİM | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması. | Okul Müdürü |  |
| Kooperatif denetleme ekibinin oluşturulması | Okul Müdürü |  |
| Yıllık çalışma planının hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| Beslenme Dostu Okul Projesi için sınıflardan temsilci seçilmesi | Sınıf Öğretmenleri |  |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi | Sınıf Öğretmenleri |  |
| Koridor ve sınıf panolarının hazırlanması | Sağlık Beslenme Kulübü |  |
| Her sabah derse girmeden önce tören alanında egzersiz hareketleri yapılacaktır. | Nöbetçi Öğretmen |  |
| Dünya yürüyüş gününde yürüyüş etkinliğinin düzenlenmesi | Sınıf Öğretmenleri |  |
| Dünya El Yıkama Günü etkinliğinin düzenlenmesi | Sınıf Öğretmenleri |  |
| Kooperatifin genelgeye uygun olarak denetlenmesi | Kantin Denetleme Ekibi |  |
| Ay sonu raporunun hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| KASIM | Kooperatifin genelgeye uygun olarak denetlenmesi | Kantin Denetleme Ekibi |  |
| Her sabah derse girmeden önce tören alanında egzersiz hareketleri yapılacaktır. | Nöbetçi Öğretmen |  |
| Koridor ve sınıf panolarının güncellenmesi | Sağlık Beslenme Kulübü |  |
| Hijyen kurallarının okul beslenme panosun da duyurulması | Sağlık Beslenme Kulübü |  |
| Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi | Sağlık Beslenme Kulübü |  |
| Veli toplantısında sağlıklı yaşam ve fiziksel aktivite konularında velilerin bilgilendirilmesi | Okul Müdürü |  |
| Sağlıklı beslenme konusunda velilere bilgilendirme mektubu gönderilecektir | Okul İdaresi |  |
| 14 Kasım Dünya Diyabet Günü'yle ilgili bilgilendirme yapılacaktır. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması, problem yaşayan öğrenci ve velilerle görüşülmesi | Sınıf Öğretmenleri |  |
| Yemek menülerinin hemşire ve sağlıklı beslenme ekibi tarafından uygunluğunun kontrol edilmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi | Okul Web Ekibi |  |
| Kahvaltının önemiyle ilgili velilere bilgilendirme mesajının atılması | Okul İdaresi |  |
| Koridor ve sınıf panolarının güncellenmesi | Sağlık Beslenme Kulübü |  |
| Belirlenen bir günde tüm öğrencilerin aynı meyveyi getirerek meyveleri yemeleri sağlanacak | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi-Sınıf Rehber Öğretmenleri |  |
|  | Ay sonu raporunun hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| ARALIK | Kooperatifin genelgeye uygun olarak denetlenmesi | Kantin Denetleme Ekibi |  |
| Belirlenen bir günde tüm öğrencilerin aynı meyveyi getirerek meyveleri yemeleri sağlanacak | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi-Sınıf Rehber Öğretmenleri |  |
| Her sabah derse girmeden önce tören alanında egzersiz hareketleri yapılacaktır. | Nöbetçi Öğretmen |  |
| Koridor ve sınıf panolarının güncellenmesi | Sağlık Beslenme Kulübü |  |
| Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi | Okul Web Ekibi |  |
| Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul sitesinde sergilenmesi | Okul Web Ekibi |  |
| Yerli Malı Haftası'nda sağlıklı besinlerin hazırlanması ve tüketilmesi sağlanacak | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi-Sınıf Rehber Öğretmenleri |  |
| Öğrencilere ve sınıf öğretmenlerine sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite bilgilendirme mektuplarının ve broşürlerinin dağıtılması | Okul İdaresi |  |
| Sınıf ortamında rehberlik derslerinde sağlıklı beslenmeyle ilgili tartışma etkinlikleri düzenlenmesi | Sınıf Rehber Öğretmenleri |  |
| Yerli malı haftası kapsamında slogan yarışması düzenlenmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| Ay sonu raporunun hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| OCAK | Kooperatifin genelgeye uygun olarak denetlenmesi | Kantin Denetleme Ekibi |  |
| Belirlenen bir günde tüm öğrencilerin aynı meyveyi getirerek meyveleri yemeleri sağlanacak | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi-Sınıf Rehber Öğretmenleri |  |
| Her sabah derse girmeden önce tören alanında egzersiz hareketleri yapılacaktır. | Nöbetçi Öğretmenler |  |
| Öğrencilerin BKİ hesaplanıp sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi | Sınıf Öğretmenleri |  |
| Koridor ve sınıf panolarının güncellenmesi | Sağlık Beslenme Kulübü |  |
| Hazır yiyecekler konusunda öğrencilere seminer verilmesi | Okul İdaresi |  |
| Ay sonu raporunun hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| ŞUBAT | Kooperatifin genelgeye uygun olarak denetlenmesi | Kantin Denetleme Ekibi |  |
| Belirlenen bir günde tüm öğrencilerin aynı meyveyi getirerek meyveleri yemeleri sağlanacak | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi-Sınıf Rehber Öğretmenleri |  |
| Her sabah derse girmeden önce tören alanında egzersiz hareketleri yapılacaktır. | Nöbetçi Öğretmenler |  |
| Koridor ve sınıf panolarının güncellenmesi | Sağlık Beslenme Kulübü |  |
| Abur cubur tüketiminin sağlığımıza etkileri konusunda öğrencilerin bilinçlendirilmesi amacıyla toplantıların yapılması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| Gıdaların satın alımında dikkat edilmesi gereken hususlar konusunda öğrencilerin bilgilendirilmesi(Pano ) | Sağlık Beslenme Kulübü |  |
| Ay sonu raporunun hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| 1.Dönem Yapılan Çalışmaların Değerlendirilmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| MART | Kooperatifin genelgeye uygun olarak denetlenmesi | Kantin Denetleme Ekibi |  |
| Belirlenen bir günde tüm öğrencilerin aynı meyveyi getirerek meyveleri yemeleri sağlanacak | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi-Sınıf Rehber Öğretmenleri |  |
| Her sabah derse girmeden önce tören alanında egzersiz hareketleri yapılacaktır. | Nöbetçi Öğretmen |  |
| Koridor ve sınıf panolarının güncellenmesi | Sağlık Beslenme Kulübü |  |
| Sağlıklı yaşam için suyun öneminin öğrencilere aktarılması | Okul İdaresi |  |
| Dünya su gününün kutlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| Sınıflar arası su içme yarışması düzenlenecek | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| Suyun önemiyle ilgili şiir yarışması düzenlenmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme | Okul İdaresi |  |
| Ay sonu raporunun hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| NİSAN | Kooperatifin genelgeye uygun olarak denetlenmesi | Kantin Denetleme Ekibi |  |
| Belirlenen bir günde tüm öğrencilerin aynı meyveyi getirerek meyveleri yemeleri sağlanacak | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi-Sınıf Rehber Öğretmenleri |  |
| Her sabah derse girmeden önce tören alanında egzersiz hareketleri yapılacaktır. | Nöbetçi Öğretmen |  |
| Hareketli yaşamla ilgili slogan yarışması düzenlenmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| 15 Nisan Büyümenin İzlenmesi Günü'nde öğrencilerin büyüme takiplerinin güncellenmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| Koridor ve sınıf panolarının güncellenmesi | Sağlık Beslenme Kulübü |  |
| 7 Nisan Dünya Sağlık Günü'nde sağlıklı yaşam etkinliklerinin düzenlenmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| Sınıflar arası spor faaliyetlerinin düzenlenmesi | Sınıf Öğretmenleri |  |
| Ay sonu raporunun hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| MAYIS | Kooperatifin genelgeye uygun olarak denetlenmesi | Kantin Denetleme Ekibi |  |
| Belirlenen bir günde tüm öğrencilerin aynı meyveyi getirerek meyveleri yemeleri sağlanacak | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi-Sınıf Öğretmenleri |  |
| Her sabah derse girmeden önce tören alanında egzersiz hareketleri yapılacaktır. | Nöbetçi Öğretmen |  |
| Koridor ve sınıf panolarının güncellenmesi | Sağlık Beslenme Kulübü |  |
| 22 Mayıs'ta Obezite farkındalık seminerinin düzenlenmesi | Okul İdaresi |  |
| Obezite konusunda velilere yönelik seminer düzenlenmesi | Okul İdaresi |  |
| Obezite ile ilgili Resim yarışması düzenlenmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| Sağlıklı gıdaların yenileceği, öğrencilere yönelik piknik düzenlenmesi | Okul İdaresi-Sınıf Öğretmenleri |  |
| Ay sonu raporunun hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| HAZİRAN | Öğrenci ve velilere tatilde sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularını içeren broşür hazırlanıp dağıtılacak | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |
| Yıl Sonu Raporunun Hazırlanması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |

Fahrettin İNAN Nehal AKTAŞ Nur SOYLU Hüseyin KAYA

Müdür Yardımcısı Öğretmen Öğretmen Öğretmen

Hilmi BAŞ Keziban YÜKSEL Abdüssamed BİLGİN

Okul Aile Birliği Başkanı Hizmetli Okul Meclisi Başkanı

24/09/2018

Mustafa ALTUNTAŞ

Müdür