|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **AYLAR/**  **BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR** | **YAPILACAK ÇALIŞMALAR** | **UYGULAYICI** |
| **EYLÜL**    **27 Eylül ‘Dünya Okul Sütü Günü’** | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinin oluşturulması | Müdür Yetkili Öğretmen  Ersin TOPCU |
| Beslenme dostu okul yıllık çalışma planının hazırlanması/güncellenmesi |
| Sağlıklı beslenme ile öğrenme arasındaki ilişkinin öğrencilere anlatılarak farkındalık oluşturulması. |
| Öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yapılması Fiziksel aktivite karnelerinin doldurulması. |
| Veli bilgilendirme toplantılarının düzenlenmesi ve bu toplantılarda program kapsamında yürütülen çalışmalar hakkında ,tüketilen hazır yiyecek ve içeceklerin zararları hakkında bilgilendirme yapılması |
| Her gün okul bahçesinde/Sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması |
| **EKİM**    **3-4 Ekim ‘Dünya Yürüyüş Günü’**    **15 Ekim ‘Dünya El Yıkama Günü’**    **16 Ekim ‘’Dünya Gıda Günü’’** | Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi | Müdür Yetkili Öğretmen  Ersin TOPCU |
| Dünya gıda günü sebebiyle Alo 174 hattının öğrencilere anlatılarak öğrencilerde farkındalık yaratılması. |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılarak beden kitle indekslerinin hesaplanması ve istatistiklerinin tutulması. Yapılan ölçümler sonucunda risk grubundaki (zayıf, şişman) öğrencilerin velileri ile görüşülerek aile hekimlerine yönlendirilmeleri |
| Her gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması |
| **KASIM**    ***14 Kasım ‘’Dünya Diyabet Günü’’***    ***18-24 Kasım ‘’Ağız ve Diş Sağlığı Haftası’’***  ***Dünya Koah günü*** | Her gün okul bahçesinde/sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Müdür Yetkili Öğretmen  Ersin TOPCU |
| Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi |
| Okul personeline **Sağlıklı Beslenme ,Güvenilir Gıda Ve Sağlıklı Pişirme Yöntemleri** ile ilgili eğitim verilmesi |
| Velilere **Güvenilir Gıda Ve Sağlıklı Pişirme Yöntemleri** ile ilgili seminer verilmesi |
| “14 K**asım Diyabet Günü “** nedeniyle abur cubur son etkinliğinin yapılması |
| Diyabet ile ilgili videoların izletilmesi |
| **ARALIK**    ***12-18 Aralık Yerli Malı Haftası*** | 12-18 Aralık Yerli Malı Haftasının okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması | Müdür Yetkili Öğretmen  Ersin TOPCU |
| Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları |
| Öğrencilerin yemek alışkanlıklarının değiştirilerek; çiğ sebze,meyve, kuru yemişe özendirilmesi için “Sağlıklı Beslenme “ köşesinin oluşturulması |
| Her gün okul koridorunda/sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması |
| Obez öğrencilerin izlenmesi ve takibinin yapılması. |
| El Hijyeni hakkında sınıflarda bilgilendirme |
| **OCAK** | TBM (Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı) kapsamında sağlıklı beslenme ve zararlı alışkanlıklardan uzak durma konularında etkinlik ve bilgilendirme çalışmaları düzenlemek ve video izletmek | Müdür Yetkili Öğretmen  Ersin TOPCU |
| Ağız ve Diş Sağlığı ile ilgili bilgilendirme |
| Her gün okul koridorunda/sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması |
| **ŞUBAT** |  |  |
| Beslenme dostu okul veli bilgilendirme anketi hazırlanması ve uygulanması | Müdür Yetkili Öğretmen  Ersin TOPCU |
| Her gün okul koridorunda/sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması |
| Bağımlılıkla Mücadele Konusunda “Sağlıklı beslenme ve zararlı alışkanlıklardan uzak durma” konularında okulumuzda öğrenci ve veliler arasında resim yarışmasının düzenlenmesi |
| **MART**  ***11-17 Mart***  ***“Dünya Tuza Dikkat Haftası”*** | Ağaç dikme etkinliği | Müdür Yetkili Öğretmen  Ersin TOPCU |
| “ Dünya Su Günü” ile ilgili farkındalık yaratmak için pano hazırlanması |
| Okul bahçesinde fiziksel aktivite ve spor yapmayı sağlayacak oyun çizgilerinin yenilenmesi, boyanması |
| “Hangi Yiyecek ve İçeceklerde Ne Kadar Tuz Var”konusu ile ilgili pano hazırlanması |
| Her gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması |
| **NİSAN**  ***7 Nisan "Dünya Sağlık Günü"***    ***7-13 Nisan ‘Dünya Sağlık Haftası’***  ***15 Nisan***  ***‘Büyümenin İzlenmesi Günü’*** | 4. sınıflar arası “ Tuzlu yemek mi tuzsuz yemek mi sağlıklı “konulu münazara yapılması | Müdür Yetkili Öğretmen  Ersin TOPCU |
| Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması |
| Doğada okul pikniğinin düzenlenmesi |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin 2. Defa yapılarak elde edilen istatistik sonuçların bir önceki ile karşılaştırmasının yapılması. |
| Her gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması |
| **MAYIS**      ***10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü’’***    ***22 Mayıs "Dünya Obezite Günü’’*** | Sağlıklı beslenme bilgilendirme afişlerinin asılması | Müdür Yetkili Öğretmen  Ersin TOPCU |
| Sağlıklı beslenme konulu resim yarışması düzenleme |
| Sağlıklı beslenmeyi konu alan sınıf panolarının düzenlenmesi |
| Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması |
| Çeşitli dallarda sınıflar arası spor karşılaşmalarının yapılması |
| Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi |
|  | “ 22 Mayıs Dünya Obezite Günü” ile ilgili etkinlikler panolar hazırlamak |
| **HAZİRAN** | Yıl içinde yapılan çalışmaların genel değerlendirilmesinin yapılması eksiklerinin tespit edilmesi ve buna göre gelecek yıl  yapılacak çalışmalarda bu eksiklilerin giderilmesi. | Müdür Yetkili Öğretmen  Ersin TOPCU |

U Y G U N D U R.

Ersin TOPCU

Okul Müdürü

|  |  |
| --- | --- |
| 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 |
|  |  |

**HEDEFLERİMİZ**

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.

Bu bağlamda okulumuzda 2018-2019 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında belirtilen çalışma planı uygulanacaktır.

**AMAÇLARIMIZ**

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.

<https://www.sorubak.com>