

## 23 NİSAN ANAOKULU

### 2018-2019 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI "BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ"

Öğrencilerin kişiliği özellikle okul çağlarında şekillenmekte ve yetişkin çağdaki 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 VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

S.NO	ADI-SOYADI	GÖREVİ	İMZA
1	Fatma ENDER	Müdür Yardımcısı	
2	Hanife GÖRÜR	Öğretmen	
3	Ash YILDIZ	Öğretmen	
4	Tuğba DEMİREL	Öğretmen	
6	Fatma AKSOY ERDİNÇ	Veli	
7	Hürmet ÖZ	Aşçı	
8	Seda DEMİR	Mutfak Servis Görevlisi	

#### 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.

#### AMAÇLARIMIZ

1. Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamak için;
2. Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,
3. Çocukluklarda şişmanlık,
4. Sağlıklı okul dönemi,
5. Sağlık risklerine göre ( Hiperlipidemi,troid hastalıkları , demir yetersizliği,kansızlık )
6. Çocuk ve aile beslenmesi, programlarıyla genç nesillerin sağlıklı yetişmesine destek vermek.
7. Aile bireylerinin sağlıklı çocuklar,beslenme bilincini artırma, sağlık risklerini azaltma ve sağlıklı nesiller yetiştirme için gerekli beslenme eğitim hizmetini sağlamak.

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

## YILLIK ÇALIŞMA PLANI

AYLAR	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLULARI
EKİM 2018	Beslenme ve hareketli yaşam ekibinin kurulması.	Okul Müdürü
	Yemekhane denetleme ekibinin oluşturulması	Okul Müdürü
	Yıllık çalışma planının hazırlanması ve okul web sitesinde yayınlanması, beslenme köşesinin oluşturulması.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi-Okul Müdürü
	Beslenme Dostu Okul Projesi okul ve sınıf panolarının hazırlanması.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi
	Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve problem yaşayan öğrencilerin velileriyle görüşülmesi.	Sınıf öğretmenleri
	Okul beslenme panosunda sağlıklı ve dengeli beslenme ile ilgili bilgiler duyurulması.	Sınıf öğretmenleri
	Toplum Sağlığı Merkezince 60 Ay ve üzeri çocuklar için Diş Flor uygulamasının yapılması.	Toplum Sağlığı Merkezi
	Aşure günü yapılması.	Sınıf öğretmenleri ve Veliler
	Ev yoğurdu, turşu ve kısır etkinliğinin yapılması.	Sınıf öğretmenleri ve Veliler
	Meyve günü düzenlenmesi.(Haftada bir kez her çocuğun evden aynı meyveyi getirmesi)	Sınıf öğretmenleri ve Veliler
	Özbakım becerileri ile ilgili hikaye anlatılarak drama çalışması yapılması.	Sınıf öğretmenleri
	Okul yemekhanesinin denetlenmesi	Yemekhane denetleme ekibi
	Kasım ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul Web sitesinde yayınlanması.	Müdür Yardımcısı
	Ekim ayı raporunun hazırlanması.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi
KASIM 2018	Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması.	Sınıf öğretmenleri
	Sağlık için spor etkinliğinin yapılması.	Sınıf öğretmenleri
	Meyve günü düzenlenmesi.(Haftada bir kez her çocuğun evden aynı meyveyi getirmesi)	Sınıf öğretmenleri
	“Mikroplar elden ele” videosunun izletilmesi.	Sınıf öğretmenleri
	“Tuvalet eğitimi” videosunun izletilmesi.	Sınıf öğretmenleri
	“Tinky MinkyKukuli Tuvalet” şarkısının öğrenilmesi.	Sınıf öğretmenleri
	“Tinky MinkyKukuli Dişlerimifırçalarım”şarkısının öğrenilmesi. Diş fırçalamanın önemi konusunda sınıflarda bilgilendirme.	Sınıf öğretmenleri
	Okul yemekhanesinin denetlenmesi	Yemekhane denetleme ekibi
	Aralık ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul Web sitesinde yayınlanması.	Müdür Yardımcısı

	Kasım ayı raporunun hazırlanması.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi
<b>ARALIK 2018</b>	Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda diyetisyen tarafından velilere ve öğrencilere seminer verilmesi.	Diyetisyen ve beslenme uzmanı
	Öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi, istatistiklerin tutulması ve problem yaşayan öğrenci velileriyle görüşülmesi.	Sınıf öğretmenleri
	Sağlık için spor etkinliğinin yapılması.	Sınıf öğretmenleri
	“Sağlıklı beslenme ve obezite” konulu videonun izletilmesi.	Sınıf öğretmenleri
	Sınıf içi “ <b>dik dur kardeşim,iplikukla,ördekdansı,dokunkurtul,kurt baba</b> ”v.b oyunların oynanması.	Sınıf öğretmenleri
	Meyve günü düzenlenmesi.(Haftada bir kez her çocuğun evden aynı meyveyi getirmesi)	Sınıf öğretmenleri ve Veliler
	Okul Web sayfasındaki beslenme köşesinin güncellenmesi, yapılan etkinlik resimlerinin eklenmesi.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi Okul Müdürü
	Yerli malı haftasının kutlanması.	Sınıf öğretmenleri
	Okul yemekhanesinin denetlenmesi.	Yemekhane denetleme ekibi
	Ocak ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul Web sitesinde yayınlanması.	Müdür Yardımcısı
	Aralık ayı raporunun hazırlanması.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi
<b>OCAK 2019</b>	Meyve günü düzenlenmesi.(Haftada bir kez her çocuğun evden aynı meyveyi getirmesi)	Sınıf öğretmenleri ve Veliler
	Öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi, istatistiklerin tutulması ve problem yaşayan öğrenci velileriyle görüşülmesi.	Sınıf öğretmenleri
	Sağlık için spor etkinliğinin yapılması.	Sınıf öğretmenleri
	Abur cubur yiyecekler hakkında bilgilendirme.	Sınıf öğretmenleri
	“ <b>Kukuli Abur Cubur</b> ” videosunun çocuklara izletilmesi.	Sınıf öğretmenleri
	Okul yemekhanesinin denetlenmesi.	Yemekhane denetleme ekibi
	Ocak ayı raporunun hazırlanması.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi
	Şubat ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul Web sitesinde yayınlanması.	Müdür Yardımcısı
	1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi

<b>ŞUBAT 2019</b>	Okul Web sitesinde beslenme köşesinin güncellenmesi ve yapılan etkinlik resimlerinin eklenmesi.	Okul Müdür Yardımcısı
	Sınıf ve okul beslenme panolarının güncellenmesi.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi
	Meyve günü düzenlenmesi.(Haftada bir kez her çocuğun evden aynı meyveyi getirmesi)	Sınıf öğretmenleri ve Veliler
	Öğrencilerin bilinçli tüketici olması konusunda bilgilendirilmesi.(Bar-kod,son kullanma tarihi)	Sınıf öğretmenleri
	Sınıflar arası “ <b>Sağlıklı olmak için neler yapmalıyım</b> ” konulu resim yarışması düzenlenmesi.	Sınıf öğretmenleri
	Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim,hikaye,dramavb)	Sınıf öğretmenleri
	<b>Kıpırdak ile Şıpırdak-Dışarıda ne yemeli?</b> Çizgi filminin izlenmesi.	Sınıf öğretmenleri
	Meyve günü düzenlenmesi.(Haftada bir kez her çocuğun evden aynı meyveyi getirmesi)	Sınıf öğretmenleri
	Okul yemekhanesinin denetlenmesi.	Yemekhane denetleme ekibi
	Sağlık için spor etkinliğinin yapılması.	Sınıf öğretmenleri
	Mart ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul Web sitesinde yayınlanması.	Müdür Yardımcısı
	Şubat ayı raporunun hazırlanması.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi
<b>MART 2019</b>	Tüketilen hazır yiyecek ve içeceklerin zararları hakkında bilgi verilmesi.	Sınıf öğretmenleri
	“ <b>Dünya su günü</b> ”ile ilgili etkinlik düzenlenmesi.(22 Mart)	Sınıf öğretmenleri
	Öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi, istatistiklerin tutulması ve problem yaşayan öğrenci velileriyle görüşülmesi.	Sınıf öğretmenleri
	Sağlık için spor etkinliğinin yapılması.	Sınıf öğretmenleri
	Meyve günü düzenlenmesi.(Haftada bir kez her çocuğun evden aynı meyveyi getirmesi)	Sınıf öğretmenleri
	Okul sütü projesi kapsamında Pazartesi-Çarşamba-Cuma günleri süt içilmesi.	Sınıf öğretmenleri
	Okul yemekhanesinin denetlenmesi.	Yemekhane denetleme ekibi
	Nisan ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul Web sitesinde yayınlanması.	Müdür Yardımcısı
	Mart ayı raporunun hazırlanması.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi
<b>NİSAN 2019</b>	Hobi bahçesinin düzenlenerek mevsime uygun ekim çalışmalarının yapılması	Sınıf öğretmenleri ve öğrenciler
	Sınıf içi sandalye kapmaca, fil, arı rondo, çürük yumurta, balonla dans, kelebek rondo, heykel, giyinme yarışması v.b etkinliklerin yapılması.	Sınıf öğretmenleri
	“ <b>Tinky MinkyKukuli Akşam Yatmaz Sabah Kalkmaz</b> ” şarkısının dinlenmesi.	Sınıf öğretmenleri
	Sağlıklı yaşam yürüyüşü yapılması.	Sınıf öğretmenleri ve öğrenciler
	Meyve günü düzenlenmesi.(Haftada bir kez her çocuğun evden aynı meyveyi getirmesi)	Sınıf öğretmenleri
	Okul sütü projesi kapsamında Pazartesi-Çarşamba-Cuma günleri süt içilmesi.	Sınıf öğretmenleri
	Dünya sağlık günü etkinliği yapılması.(7 Nisan)	Sınıf öğretmenleri

	Mayıs ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul Web sitesinde yayınlanması.	Müdür Yardımcısı
	Nisan ayı raporunun hazırlanması.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi
<b>MAYIS 2019</b>	“Dünya sağlık için hareket et” günü nedeniyle Velilerin katılımı ile okulumuzda sabah sporu yapılması. (10 Mayıs)	Veliler, öğretmenler ve öğrenciler
	Velilerle sağlıklı atıştırmalık yarışması yapılması.	Sınıf öğretmenleri ve Veliler
	Sağlıklı beslenme günü ve dünya obezite günü nedeniyle etkinlik düzenlenmesi. (22 Mayıs)	Sınıf öğretmenleri
	Meyve günü düzenlenmesi.(Haftada bir kez her çocuğun evden aynı meyveyi getirmesi)	Sınıf öğretmenleri
	Okul sütü projesi kapsamında Pazartesi-Çarşamba-Cuma günleri süt içilmesi.	Sınıf öğretmenleri
	Haziran ayı beslenme listesinin hazırlanması.	Müdür Yardımcısı
	Mayıs ayı raporunun hazırlanması.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi
<b>HAZİRAN 2019</b>	Genel değerlendirme.	Beslenme ve hareketli yaşam ekibi

#### BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

Fatma ENDER  
Müdür Yardımcısı

Hanife GÖRÜR  
Öğretmen

Aslı YILDIZ Tuğba DEMİREL  
Öğretmen Öğretmen

Fatma AKSOY ERDİNÇ  
Veli

Hörmet ÖZ  
Aşçı

Seda DEMİR  
Mutfak Görevlisi

17/09/2018

Fatma AKBAŞ Okul Müdürü