



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 2017-2018 Eğitim- 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 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.

ŞAHİN YILMAZ İLKOKULU
2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI “BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ”
YILLIK EYLEM PLANI

Sıra No	Ay	Planlanan Çalışmalar	Açıklamalar	Belirli Gün Ve Haftalar	Etkinlik planlama
1	EYLÜL	<ol style="list-style-type: none">1. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin oluşturulması ve ilk toplantısının gerçekleştirilmesi.2. Beslenme dostu okul projesi yıllık planının hazırlanması.3.Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi4.Fastfood ve abur cubur hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları5.Okul kantininin denetlenmesi	<ol style="list-style-type: none">1. Ekip Başkanı Emine Sibel BOZTEPE başkanlığında;2.3. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından hazırlanacaktır.4.Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyelerinden Hatice YILMAZ5.Kantin denetleme ekibi	<ul style="list-style-type: none">• 27 Eylül ‘Dünya Okul Sütü Günü’	<ul style="list-style-type: none">• Fastfood konulu pano hazırlanması
2	EKİM	<ol style="list-style-type: none">1. Beslenme Dostu Okul Projesi için sınıf öğrenci temsilcilerinin seçilmesi.2. Beslenme dostu bilgilendirme panolarının güncelleştirilmesi3. Beslenme bilgilendirme afiş, poster ve broşürlerin asılması.4. El hijyeni hakkında bilgilendirme5. Okuldaki tüm öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılarak beden kitle indekslerinin hesaplanması ve istatistiklerinin tutulması. Yapılan	<ol style="list-style-type: none">1. Sınıf/Şube Rehber Öğretmenleri tarafından;2. Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından;3. Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından;4. Okul Psikolojik Danışmanı Dizem YILMAZ SAYAR5. Sınıf/Şube Rehber Öğretmenleri tarafından	<ul style="list-style-type: none">• 3-4 Ekim ‘Dünya Yürüyüş Günü’• 15 Ekim ‘Dünya El Yıkama Günü’• 16 Ekim ‘Dünya Gıda Günü’	<ul style="list-style-type: none">• El Hijyeni ile ilgili broşür hazırlanması, konuyla ilgili sunuların akıllı tahtalara yüklenmesi• Ayın Meyvesi/Sebzesi bakliyat/panosu oluşturulması• Sorumlu Öğretmenler: HATİCE YILMAZ EMİNE SİBEL BOZTEPE İSMAİL KUŞ NURDAN AKÇA

		ölçümler sonucunda risk grubundaki (zayıf, şişman) öğrencilerin velileri ile görüşülerek aile hekimlerine yönlendirilmeleri	6.Kantin denetleme ekibi		
		6.Okul kantininin denetlenmesi			
		7.Her gün okul bahçesinde yemek arası teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması			
3	KASIM	1. Sağlıklı Beslenmenin Çocuklarımızın Gelişimine Etkisi konulu broşürün hazırlanması.	1.Okul Psikolojik Danışmanları tarafından;	•14 Kasım ‘‘Dünya Diyabet Günü’’	• Ayın Meyvesi/Sebzesi bakliyat panosu oluşturulması
		2.Öğrencilerin beslenme çantaları sınıf öğretmeni tarafından belirlenen beslenme programına göre hazırlanması	2. Ekip Başkanı başkanlığında;Emine Sibel BOZTEPE	•18-24 Kasım ‘‘Ağız ve Diş Sağlığı Haftası’’	• Sorumlu Öğretmenler: SEVCAN ÖZTÜRK ÖZDEN ALADA MÜNEVVER ESER ERCAN YAMAN
		3.En temiz sınıf kampanyasının Başlatılması	3.Emine Sibel BOZTEPEBaşkanlığında sağlık temizlik ve beslenme kulübü başkanlığında	•24 Kasım ‘‘Çocuk Hakları Günü’’	• Diş Sağlığı ile ilgili çalışma kağıtlarının hazırlanıp dağıtılması
		4.Her gün okul bahçesinde yemek arası teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması			• Diyabet ile ilgili farkındalık çalışması
					• Diyabet ile ilgili seminer planlanması slayt ve sunuların akıllı tahtalara yüklenmesi
2	ARALIK	1. Okul içi ve sınıf içi Beslenme Dostu Okul panolarının güncellenmesi	1. Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından;	• 12-18 Aralık Yerli Malı Haftası	• C vitamini şenliği (Limon, portakal, mandalina, narenciye)
		2. Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi	2. Okul Web Komisyonu		• Kuruyemiş Günü yapılması
		3. Okul kantininin denetlenmesi.	3. Kantin Denetleme Ekibi		• Kuruyemiş panosu hazırlanması

		<p>4. <u>Meyve Suvu Ve Sandviç Zamanı</u> Tutum Yatırım Ve Türk Malları Haftası</p> <p>5. Her gün okul bahçesinde yemek arası teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması</p> <p>6.. Kuruyemişin Çocuk Beslenmesindeki Önemi adlı broşürün velilere ulaştırılması</p>	<p>tarafından;</p> <p>4. Tüm öğretmen ve öğrenci katılımıyla</p>		<p>Sorumlu Öğretmenler: Esra SAYIN Saim ÖZÜÇAĞLI Sema ŞEN Ufuk BOZKURT</p>
3	OCAK	<p>1. Her gün okul bahçesinde yemek arası teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.</p> <p>2. Eğitim faaliyetlerini yürütmek üzere uygun yerlere afiş, poster, broşür gibi materyallerin asılması.</p> <p>3. Sınıf ortamında beslenmeyi konu alan tartışma ortamının yaratılması için sınıf öğretmenleriyle konuşulması</p> <p>4. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi.</p> <p>5. Okul çevresinde beslenmeyle ilgili hizmet veren yerlerle ilgili yazışmaların yapılması</p> <p>6. Okul kantininin denetlenmesi.</p> <p>7. En temiz sınıf yarışması sınıfların kontrolü</p>	<p>1. Tüm öğretmen ve öğrenci katılımıyla.</p> <p>2. Okul Psikolojik Danışmanı tarafından;</p> <p>3. Okul Psikolojik Danışmanı tarafından; ve Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından;</p> <p>4. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından hazırlanacaktır.</p> <p>5. Sınıf Öğretmenleri gözetiminde.</p> <p>6. Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından;</p> <p>7. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından hazırlanacaktır.</p> <p>8. Kantin Denetleme Ekibi tarafından;</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Ayın Meyvesi/Sebzesi bakliyat panosu oluşturulması • Sorumlu Öğretmenler: Beyhan ATAK Özlem GÖLCÜ ÇATLI Hatice ÜZÜMOĞLU Ercan KOPÇA

3	ŞUBAT	<ol style="list-style-type: none">1. Sağlıklı beslenme ve obezite konulu seminerlerin düzenlenmesi.2. Sağlıklı Beslenme konulu afiş yarışmasının başlatılması.3. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi.4. Kış Sebzelerinin Beslenmedeki Yeri adlı broşürün velilere ulaştırılması.5. Diyetisyen ve gıda mühendisi desteğiyle velilere yönelik konferans düzenlenmesi.6. Okul kantininin denetlenmesi.7.. Her gün okul bahçesinde yemek arası teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	<ol style="list-style-type: none">1. Okul Psikolojik Danışmanı2. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından hazırlanacaktır.3. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından hazırlanacaktır.4. Okul Psikolojik Danışmanı5. Okul Psikolojik Danışmanı6. Kantin Denetleme Ekibi tarafından;7. Tüm öğretmen ve öğrenci katılımıyla		<ul style="list-style-type: none">• Ayın Meyvesi/Sebzesi bakliyat panosu oluşturulması• Sorumlu Öğretmenler: Nilgün YILDIRIM Ayşe DAŞTAN Erol MESUT Yılmaz BAYRAM Sibel Akın ZORLU
4	MART	<ol style="list-style-type: none">1. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının düzenlenmesi.2. Beden Eğitimi ve sporun önemi hakkında bilgilendirme.3. Sınıflar arasında sağlıklı beslenme konusunda afiş yarışmasına katılımın sonuçlandırılması4. Çeşitli dallarda spor turnuvaları düzenlenmesi.	<ol style="list-style-type: none">1. Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından;2. Spor kulübü öğretmenleri3.Emine Sibel BOZTEPE başkanlığında yazı şiir resim inceleme komisyonu4. Spor kulübü öğretmenleri	<ul style="list-style-type: none">• 11-17 Mart ‘‘ Dünya Tuza Dikkat Haftası’’• 22 Mart ‘‘Dünya Su Günü’’	<ul style="list-style-type: none">• Ayın Meyvesi/Sebzesi bakliyat panosu oluşturulması• Sorumlu Öğretmenler: MEHMET TARAKÇI YUSUF ZİYA ERSÖZ EMİNE KIRBULUT SUZAN GARİP

		<p>5. Tuz Kullanımı ve Sağlıklı broşürün velilere ulaştırılması.</p> <p>6. Okul kantininin denetlenmesi.</p> <p>7. En temiz sınıf yarışmasının devam ettiğinin öğrencilere hatırlatılması</p>	<p>5. Okul Psikolojik Danışmanı</p> <p>6. Okul Psikolojik Danışmanı</p> <p>7. Kantin Denetleme Ekibi tarafından;</p> <p>8. Ekip Başkanı Emine Sibel BOZTEPE başkanlığında;</p>		
5	NİSAN	<p>1. Öğrencilerin ikinci dönem boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması</p> <p>2. Yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi</p> <p>3. Sporun önemi hakkında bilgilendirme.</p> <p>4. Yaz Sebzelerinin Beslenmedeki Önemi adlı broşürün velilere ulaştırılması.</p> <p>5. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi.</p> <p>6. Okul kantininin denetlenmesi.</p> <p>7. Ağız ve diş sağlığı konusunda bir sağlık ekibince seminer verilmesi</p> <p>8. Her gün okul bahçesinde yemek arası teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması</p>	<p>1. Okul Psikolojik Danışmanı ve sınıf öğretmenleri tarafından</p> <p>2. Okul Psikolojik Danışmanı ve sınıf öğretmenleri tarafından</p> <p>3. Spor kulübü öğretmenleri</p> <p>4. Okul Psikolojik Danışmanı</p> <p>5. sınıf öğretmenleri</p> <p>6. Kantin Denetleme Ekibi tarafından;</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 7 Nisan "Dünya Sağlık Günü" • 7-13 Nisan 'Dünya Sağlık Haftası' • 15 Nisan 'Büyümenin İzlenmesi Günü' 	<ul style="list-style-type: none"> • Ayın Meyvesi/Sebzesi bakliyat panosu oluşturulması • Sorumlu Öğretmenler: Süheyla OKUR Özlem ARSLAN Adem CEYLAN Önder SARI
6	MAYIS	<p>1. Sağlıklı ve dengeli beslenme ilgili bilgiler duyurulması.</p>	<p>1. Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket 	<ul style="list-style-type: none"> • Sağlık için Hareket Et Günü yapılması

		<p>2. Çeşitli dallarda spor turnuvaları düzenlenmesi.(Geleneksel çocuk oyunları)</p> <p>3. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi.</p> <p>4. Okul kantininin denetlenmesi.</p> <p>5. Sağlık için hareket günü yapılması 1 saat müzik eşliğinde öğrencilerin spor yapması</p> <p>6. Spor ve Hareketin Gelişimde Önemi konulu broşürün velilere ulaştırılması.</p>	<p>tarafından;</p> <p>2. Spor kulübü öğretmenleri tarafından</p> <p>3. Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından;</p> <p>4. Kantin Denetleme Ekibi tarafından;</p> <p>5. Ekip Başkanı Emine Sibel BOZTEPE başkanlığında;</p> <p>6. Okul Psikolojik Danışmanı tarafından</p>	<p>Et Günü''</p> <ul style="list-style-type: none"> • 22 Mayıs "Dünya Obezite Günü'' 	<ul style="list-style-type: none"> • Ayın Meyvesi/Sebzesi bakliyat panosu oluşturulması • Sorumlu Öğretmenler: AYŞE AK GÜLSÜM ŞAHİN NAİL MUTLU NURTEN AKAR • Su ile ilgili eko okul grubu ile ilgili ortak pano ve farkındalık oluşturma etkinliği
7	HAZİRAN	<p>1. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi.</p> <p>2. Okul kantininin denetlenmesi.</p> <p>3. Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi</p>	<p>1. Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından;</p> <p>2. Kantin Denetleme Ekibi tarafından;</p> <p>3. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından hazırlanacaktır.</p>		

..../...../2019

Ergül AKPINAR

Okul Müdürü

ÇEKİRDEK EYLEM GRUBU

ÖĞRETMEN ADI	İMZA
EMİNE SİBEL BOZTEPE	
HATİCE YILMAZ	
DİZEM YILMAZ	
SEVCAN ÖZTÜRK	
GÖNÜLLÜ VELİLER	
NURAN BOZKURT	
HATİCE CANGÖZ	
NEDİM ORHAN	
BURCU ÖZTÜRK	
GÖNÜLLÜ ÖĞRENCİLER	
BUKET NİSA ACAR	
İREM SEZER	
YİĞİT KURTULDU	
AZRA BAYRAM	

..../...../2019
Ergül AKPINAR
Okul Müdürü

ŞAHİN YILMAZ İLKOKULU BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ



HATİCE YILMAZ
EMİNE SİBEL BOZTEPE
DİZEM YILMAZ SAYAR
SELMA ÖKTEM AYDIN