**24 KASIM İLKOKULU BESLENME DOSTU OKUL PLANI**

|  |
| --- |
| **AMAÇ:** 24 Kasım İlkokulu olarak amacımız: Öğrencilerin ailelerinin ve okul personelinin eğitilerek hijyen eksikliği ve yetersiz beslenmenin en az düzeye indirilmesi ile sağlıklı ve dengeli beslenme alışkanlıkları kazandırabilmek. |
| **HEDEFLER:**  1-Okulumuzda sağlıksız beslenme ve obezitenin önüne geçilmesi için tedbirler alınması.  2-Veli ve öğrencilerimizde hareketli yaşam bilincini oluşturmayı teşvik edici aktivitelerin gerçekleştirilmesi.  3- Sağlıklı beslenme alışkanlığının kazandırılarak temizliğin, sağlıklı beslenmenin ayrılmaz bir parçası olduğu bilincinin yerleştirilmesi.  4-Fiziksel aktivite yapma alışkanlığının kazandırılması.  5-Okul sağlığı yönünden  var olan projelerin desteklenmesi, düzenlenecek etkinliklerle katkı sağlanması.  **6-**Yıllık Çalışma Planının hayata geçirilmesi ile BKİ oranlarında yüzde birlik azalmanın yakalanması. |

**ETKİNLİKLER VE İZLEME VE DEĞERLENDİRME**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **HEDEF UYGULANDI MI** | | **İZLEME VE DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |
| Beslenme ve hareketli yaşam ekibinin kurulması | EKİM |  |  |  |
| Yıllık Çalışma Planının hazırlanması ve internette yayınlanması | EKİM |  |  |  |
| Veli toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi | EKİM |  |  |  |
| Öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yılda en az bir defa sınıf öğretmenleri tarafından yapılması ve velilerle paylaşılması; | EKİM |  |  |  |
| Meyve ve kuruyemiş günleri uygulaması. | KASIM |  |  |  |
| Sağlık sorunları olduğu belirlenen ya da şüphelenilen öğrencilerimizin velileri ile iletişim kurularak gerekli yönlendirmelerde yardımcı olma. | KASIM |  |  |  |
| Sağlıklı  Beslenme Rehberi hazırlanması ve beslenme konusunda bilgilendirme yapılması. | KASIM |  |  |  |
| Öğretim programında var olan Beden Eğitimi dersinin öğrencilerin yaş, cinsiyet ve kültürel uygunluğa göre haftada en az 2 saat olmak koşuluyla etkin şekilde işlenmesi. | KASIM |  |  |  |
| Beslenme Dostu Okul Panosunun Hazırlanması | KASIM |  |  |  |
| 14 Kasım Diyabet Günü (Öğrenci, veli ve çalışanlara Diyabet eğitimi) | KASIM |  |  |  |
| Meyve ve kuruyemiş günleri uygulaması. | ARALIK |  |  |  |
| Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi | ARALIK |  |  |  |
| Okul panosunun güncellenmesi | ARALIK |  |  |  |
| Yerli Malı Haftası kutlamaları | ARALIK |  |  |  |
| Sağlıklı Beslenme Konulu Eğitim(Rehberlik Servisi) | ARALIK |  |  |  |
| Meyve ve kuruyemiş günleri uygulaması. | OCAK |  |  |  |
| El hijyeni hakkında sınıfların bilgilendirmesi. | OCAK |  |  |  |
| “Sağlığım İçin” adlı kitap defterin temin edilerek 3 ve 4. Sınıf öğrencilerine dağıtılması. | OCAK |  |  |  |
| Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin oluşturulması. | OCAK |  |  |  |
| Meyve ve kuruyemiş günleri uygulaması. | ŞUBAT |  |  |  |
| Abur cubur, tükettiğimiz hazır yiyecekler ve hazır içecekler ile fast food hakkında bilgilendirme yapılması. Ayrıca öğrencilere doğru beslenme cd lerinin izlettirilmesi. | ŞUBAT |  |  |  |
| Panonun Güncellenmesi | ŞUBAT |  |  |  |
| Meyve ve kuruyemiş günleri uygulaması. | MART |  |  |  |
| Bahçede her sınıf seviyesine uygun oyun çizgileri çizilerek öğrencilerin ders dışında da eğlenceli ve hareketli zaman geçirmeleri sağlanması; | MART |  |  |  |
| El ve tuvalet hijyeni hakkında sınıfların bilgilendirmesi. | MART |  |  |  |
| Meyve ve kuruyemiş günleri uygulaması. | NİSAN |  |  |  |
| Sağlıklı Beslenme konulu resim ve karikatür yarışmasının yapılması. Resim yarışmasına katılan çalışmaların değerlendirilmesi, dereceye girenlerin ödüllerinin verilmesi ve eserlerin sergilenmesi. | NİSAN |  |  |  |
| Dünya Sağlık Haftası için bisiklet binme etkinliğinin düzenlenmesi. | NİSAN |  |  |  |
| Velilerimizle sağlıklı hayat için nelerin yapıldığı ile ilgili anket yapılması | NİSAN |  |  |  |
| Meyve ve kuruyemiş günleri uygulaması. | MAYIS |  |  |  |
| 10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü"´nün etkin bir şekilde kutlanması ve bu doğrultuda öğrenci ve velilerle yürüyüş düzenlenmesi . | MAYIS |  |  |  |
| 22 Mayıs Dünya Obezite Günü ‘nde okulca dövizler hazırlanması | MAYIS |  |  |  |
| Okul pikniklerinin düzenlenmesi. | MAYIS |  |  |  |
| Yaz Aylarında Sağlıklı Beslenme adlı broşürlerin velilere ulaştırılması. | HAZİRAN |  |  |  |
|  |  |  |  |  |