

EK-4: BESLENME DOSTU OKUL PLANI

T.C.
ALTIEYLÜL KAYMAKAMLIĞI
KÖYLÜKÖY İLOKULU

**2017-2020 YILI BESLENME DOSTU OKULLAR PROGRAMI
YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

ETKİNLİK VE İZLEME DEĞERLENDİRME

* Bu program 2017 Ekim ayından itibaren 3 yıl periyodik olarak yapılacaktır.

AMAÇLAR:

Balıkesir İli Altıeylül İlçesi Köylüköy İlkokulu'nda Beslenme Dostu Okul Programının, Sağlıklı Beslenme ve Düzenli Egzersiz uygulamaları ile öğrencilerin ve okul çalışanlarının ÜÇ (3) yıllık sonunda Sağlıklı Beslenme, Düzenli Egzersiz ve Spor ile yaşama davranışları kazanmaları, Sağlıklı Beslenme Dostu Okul Programı'nın uygulamaları ile öğrencilerin ve okul çalışanlarının Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamak 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 Beslenme, Düzenli Egzersiz ve Spor yapma davranışlarını % 40 artırmak.

HEDEFLER:

1-"Beslenme Dostu Okul Projesi" ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik etmek.

2- Okulumuzda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirleri almak.

3- Veliler ve öğrencilerde hareketli yaşam konusunda duyarlılığı arttırmak.

4- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaları desteklenmek.

5- Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapmak.

ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
1-Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin - Kurulması	Ekim 2017			
2- Yıllık çalışma planının hazırlanması ve okul internet sitesinde hazırlanması	Ekim 2017			
4- Dünya süt günü nedeniyle süt içme etkinliği ve sınıf panolarının hazırlanması	Ekim 2017			
1- Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi	Kasım 2017			
2- Sağlık için spor etkinliğinin yapılması	Kasım 2017			
3- Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda velilere seminer verilmesi	Kasım 2017			
4- Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması	Kasım 2017			
5- Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi	Kasım 2017			
6- Dünya diyabet günü nedeniyle Abur Cubur Son Etkinliği yapılması (resim, drama, sergi vb)	Kasım 2017			
7- Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi	Kasım 2017			
8- Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi	Kasım 2017			
9-Kasım ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması	Kasım 2017			

ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
1- El hijyeni hakkında çocukları bilgilendirme	Aralık 2017			
2- Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması	Aralık 2017			
3- Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi	Aralık 2017			
4- Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul İnternet sayfasında sergilenmesi	Aralık 2017			
5- Aralık ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Aralık 2017			
1- Abur cuburlar hakkında bilgilendirme	Ocak 2018			
2- Beslenme listesinin Hazırlanması	Ocak 2018			
3- I.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi.	Ocak 2018			
1-Sınıf içi beslenme okul panolarının güncellenmesi	Şubat 2018			
2-Meyve ve süt günleri düzenlemek	Şubat 2018			
3- Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim, hikâye, drama vb)	Şubat 2018			
4- Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması	Şubat 2018			

ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
1- Fast food hakkında bilgilendirme	Mart 2018			
2- Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi	Mart 2018			
3- Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılması	Mart 2018			
4- Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici cd izletilmesi	Mart 2018			
5- Mart ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Mart 2018			
1- Okul bahçesinin düzenlenmesi	Nisan 2018			
2- Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme	Nisan 2018			
3- Sağlıklı için yürüyüş yapılması	Nisan 2018			
4- Velilerimizle sağlıklı hayat için nelerin yapıldığı ile ilgili anket yapılması	Nisan 2018			
5- Nisan ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Nisan 2018			
1- Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında farkındalık yaratmak için çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek	Mayıs 2018			
2- Velilerin katılımı ile okulumuzda sabah sporu yapmak	Mayıs 2018			
3- Sağlıklı beslenme günü ve Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek	Mayıs 2018			
4- Yıl boyunca yapılan çalışmaları sergilemek	Mayıs 2018			
1- Genel değerlendirme	Haziran 2018			

ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
1- Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin - Kurulması.	Eylül 2018			
2- Yıllık çalışma planının hazırlanması ve internette yayınlanması	Eylül 2018			
1- Dünya süt günü nedeniyle süt içme etkinliği ve sınıf panolarının hazırlanması	Ekim 2018			
2- Dünya yürüyüş günü nedeniyle yürüyüş düzenlenmesi ve Okul panosunun hazırlanması	Ekim 2018			
3- Ekim ayı raporunun ve beslenme listesinin yazılması	Ekim 2018			
1- Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi	Kasım 2018			
2- Sağlık için spor etkinliğinin yapılması	Kasım 2018			
3- Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda velilere seminer verilmesi	Kasım 2018			
4- Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması	Kasım 2018			
5- Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi	Kasım 2018			
6- Dünya diyabet günü nedeniyle Abur Cubur Son Etkinliği yapılması (resim, drama, sergi vb)	Kasım 2018			
7- Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi	Kasım 2018			
8- Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi	Kasım 2018			
9- Kasım ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması	Kasım 2018			

ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
1- El hijyeni hakkında çocukları bilgilendirme	Aralık 2018			
2- Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması	Aralık 2018			
3- Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi	Aralık 2018			
4- Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul İnternet sayfasında sergilenmesi	Aralık 2018			
5- Aralık ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Aralık 2018			
1- Abur cuburlar hakkında bilgilendirme	Ocak 2019			
2- Beslenme listesinin Hazırlanması	Ocak 2019			
3-1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi.	Ocak 2019			
1- Sınıf içi beslenme okul panolarının güncellenmesi	Şubat 2019			
2- Meyve ve süt günleri düzenlenmesi	Şubat 2019			
3- Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim, hikâye, drama vb)	Şubat 2019			
4- Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması	Şubat 2019			
1- Fast food hakkında bilgilendirme	Mart 2019			
2- Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi	Mart 2019			
3- Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılması	Mart 2019			

ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
4- Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici cd izletilmesi	Mart 2019			
5- Mart ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Mart 2019			
1- Okul bahçesinin düzenlenmesi	Nisan 2019			
2- Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme	Nisan 2019			
3- Sağlıklı için yürüyüş yapılması	Nisan 2019			
4- Velilerimizle sağlıklı hayat için nelerin yapıldığı ile ilgili anket yapılması	Nisan 2019			
5- Nisan ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Nisan 2019			
1- Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında farkındalık yaratmak için çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek	Mayıs 2019			
2- Velilerin katılımı ile okulumuzda sabah sporu yapmak	Mayıs 2019			
3- Sağlıklı beslenme günü ve Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek	Mayıs 2019			
4- Yıl boyunca yapılan çalışmalarını sergilemek	Mayıs 2019			
1- Genel değerlendirme	Haziran 2019			
1- Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin - Kurulması.	Eylül 2019			
2- Yıllık çalışma planının hazırlanması ve internette yayınlanması	Eylül 2019			
4- Dünya süt günü nedeniyle süt içme etkinliği ve sınıf panolarının hazırlanması	Ekim 2019			

ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
5- Dünya yürüyüş günü nedeniyle yürüyüş düzenlenmesi ve Okul panosunun hazırlanması	Ekim 2019			
6- Ekim ayı raporunun ve beslenme listesinin yazılması	Ekim 2019			
1- Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi	Kasım 2019			
2- Sağlık için spor etkinliğinin yapılması	Kasım 2019			
3- Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda Beden velilere seminer verilmesi	Kasım 2019			
4- Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması	Kasım 2019			
5- Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi	Kasım 2019			
6- Dünya diyabet günü nedeniyle Abur Cubur Son Etkinliği yapılması (resim, drama, sergi vb)	Kasım 2019			
7- Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi	Kasım 2019			
8- Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi	Kasım 2019			
9- Kasım ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması	Kasım 2019			
1- El hijyeni hakkında çocukları bilgilendirme	Aralık 2019			
2- Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması	Aralık 2019			

ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
5- Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi	Aralık 2019			
6- Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul İnternet sayfasında sergilenmesi	Aralık 2019			
7- Aralık ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Aralık 2019			
1- Abur cuburlar hakkında bilgilendirme	Ocak 2020			
2- Beslenme listesinin Hazırlanması	Ocak 2020			
3- 1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi.	Ocak 2020			
1- Sınıf içi beslenme okul panolarının güncellenmesi	Şubat 2020			
2- Meyve ve süt günleri düzenlemek	Şubat 2020			
3- Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim, hikâye, drama vb)	Şubat 2020			
4- Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması	Şubat 2020			
1- Fast food hakkında bilgilendirme	Mart 2020			
2- Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi	Mart 2020			
3- Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılması	Mart 2020			
4- Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici cd izletilmesi	Mart 2020			

ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
6- Mart ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Mart 2020			
1- Okul bahçesinin düzenlenmesi	Nisan 2020			
2- Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme	Nisan 2020			
3- Sağlıklı için yürüyüş yapılması	Nisan 2020			
4- Velilerimizle sağlıklı hayat için nelerin yapıldığı ile ilgili anket yapılması	Nisan 2020			
5- Nisan ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Nisan 2020			
1- Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında farkındalık yaratmak için çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek	Mayıs 2020			
2- Velilerin katılımı ile okulumuzda sabah sporu yapmak	Mayıs 2020			
3- Sağlıklı beslenme günü ve Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek	Mayıs 2020			
4- Yıl boyunca yapılan çalışmalarını sergilemek	Mayıs 2020			
1- Genel değerlendirme	Haziran 2020			

SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

Mehmet ÖRGEN
Müdür Yardımcısı

Burcu MERT
Koordinatör Öğretmen

Sibel DİNÇ
Öğretmen

Hüseyin AKSOY
Öğretmen

Tubanur EFE
Veli

Hasene BALDAN
Veli

12/10/2017

Akın AY
Okul Müdürü