**T.C**

**GERCÜŞ KAYMAKAMLIĞI**

**YOLAĞZI ORTAOKULU**

**2018-2021 DÖNEMİ**

**“BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ” ÜÇ YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

**AMAÇ :**

Batman ili, Gercüş Yolağzı Ortaokulunda Beslenme Dostu Okul Programının ,yıllık çalışma planı çerçevesinde yapılacak etkinlik ve uygulamaları ile

öğrencilerimizin,okul personelimizin ve velilerimizin ;

 Sağlıklı bir çevre oluşturulmasını sağlayacak davranış değişikliği geliştirmelerini ,

 Sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite konusunda davranış geliştirebilen, beden ve ruh sağlığı yerinde,

 Sağlıklı yaşam konusunda edindiği bilgileri çevresini iyileştirmek için kullanabilen,

 Sağlıklı yaşam için alınması gereken önlemleri benimseyen ve bunları uygulamaya inanmış birey olmalarını sağlamak amacındayız.

**HEDEFLER :**

 Beslenme ve fiziksel aktivite konularında bilgi düzeylerini arttırarak

 Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında yapılan iyi uygulamaları yaygınlaştırmak

 Okul ortamı ve öğrenci sağlığının geliştirilmek

 Hijyen koşullarını artırarak bulaşıcı hastalık riskini düşürmek

 Eğitim vasıtasıyla sağlıksız gıda tercihlerine karşı iyi bir savunma sistemi oluşturmak

 Toplumdaki obezite ve diyabet konusundaki bilinç düzeyini yükseltmek

 Sağlıklı vücut/kitle indeksinin önemine dikkat çekmek.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **İZLEME DEĞERLENDİRME** |
|
| Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin oluşturulması ve ilk toplantısının gerçekleştirilmesi | 17-28.09.2018 | Ekip Okulumuz Müdürlüğü ve Öğretmenler Kurulu tarafından gönüllülük esasına bağlı olarak oluşturuldu. |
| Sağlık,Beslenme ve Temizlik Kulübünün oluşturulması | 03.09.2018 | Sene başı Öğretmenler Kurulu toplantısında oluşturuldu |
| Beslenme Dostu Okul Programının ,üç yıllık çalışma planının oluşturulması | 17-28.09.2018 | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından yapıldı |
| Fiziksel aktivite imkanlarının (okul bahçelerinin düzenlenmesi, araç-gereç temini vb.) bütçe imkânları dahilinde geliştirilmesinin sağlanması. | 17.09.2018  29.09.2018 | Beden Eğitimi ve Görsel Sanatlar Öğretmeni, Spor Kulübü |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi , benden kütle indekslerinin tespiti | 18.09.2018  12.10.2018 | Beden Eğitimi Öğretmeni |
| Beslenme Dostu Okul Projesi için sınıf öğrenci temsilcilerinin seçilmesi | 01-02.10.2018 | Şube Rehber Öğretmenler |
| Harekete dayalı okul takımlarının oluşturulması ( Futbol, basketbol, karate…) | Her yıl Ekim ayı | Beden Eğitimi Öğretmeni |
| Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi | Her yıl Ekim ayı 15-30 ‘u arası | Beden Eğitimi Öğretmeni |
| Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda rehber öğretmenler tarafından Öğrencilerin bilgilendirilmesi | 3-7.12.2018 | Okul Rehber Öğretmenleri |
| Öğretmenler arası spor müsabakaları düzenlenmesi ( futbol, tenis…) | Her hafta | Beden Eğitimi Öğretmeni |
| Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda rehber öğretmenler tarafından velilere seminer verilmesi | 10-14.12.2018 | Okul Rehber Öğretmenleri |
| Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması | 17-21.12.2018 | Sağlık,Beslenme ve Temizlik Kulübü |
| Okulumuz internet sitesinde Beslenme Dostu Okul Projesi ile ilgili bölüm açılması | 09.02.2018 | Okul Web Sitesi Ekibi |
| Fast food ve zararları hakkında bilgilendirme | 18-22.02.2019 | Okul Rehber Öğretmenleri  Şube Rehber Öğretmenleri |
| Mutfakta ve tuvaletlerdeki lavaboların yanlarına doğru el yıkama ile ilgili stikerların yapıştırılması. | 27.02.2019 | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |
| Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında farkındalık oluşturmak için çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek | 11-15.03.2019 | Şube Rehber Öğretmenler ve sınıf temsilcisi öğrenciler |
| Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi. | Her ayın ilk haftası | Şube Rehber Öğretmenler ve sınıf temsilcisi öğrenciler |
| Beslenme ve besinlerle ilgili broşür hazırlanıp öğrenci ve velilere dağıtılması | 26-30.03.2018 | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |
| Sağlıklı beslenme ve obezite konularında bilgilendirme. | 25-29.03.2019 | Okul Rehber Öğretmenleri  Şube Rehber Öğretmenleri |
| Sağlık Haftası | 8-14.04.2019 | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |
| “Dünya Tuza Dikkat Haftası” İle İlgili Etkinlik Yapılması | 12-19.03.2020 | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |
| “Dünya Su Günü” İle İlgili Etkinlik Yapılması | 22-23.03.2020 | Şube Rehber Öğretmenler  Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |
| Gazlı içecekler ve Zararları konulu bilgilendirme toplantılarının yapılması | 6-10.04.2020 | Şube Rehber Öğretmenleri |
| “Büyümenin İzlenmesi Günü” İle İlgili Olarak Öğrencilerin Boy Kilo İstatistiklerinin Değerlendirilmesi | 15.04.2020 | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi  Beden Eğitimi Öğretmeni ve Spor Kulübü |
| “Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü” Velilerin Katılımı İle Sabah Koşusu Düzenlemek. | 15.05.2020 | Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |
| Dünya Obezite Günü” Kapsamında Abur Cuburun Zararları İle İlgili Etkinlik Düzenlemek. | 22.05.2020 | Okul Rehber Öğretmenleri  Şube Rehber Öğretmenleri |
| Yıl sonu çalışma ve değerlendirme raporlarının hazırlanması | Haziran 2020 | Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |
| Dünya yürüyüş günü nedeniyle yürüyüş düzenlenmesi ve okul panosunun hazırlanması | 05.10.2020 | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |
| “Sağlıklı Bir Yaşam İçin Düzenli Bir Uyku” etkinliği ile düzenli uykunun faydalarının anlatılması | 16-20.11.2020 | Şube Rehber Öğretmenleri |
| İp atlama,bisiklet sürme,tenis, tempolu koşu gibi fiziksel aktiviteleri özendirici afişlerin panolarda yer verilmesi | 07-11.12.2020 | Beden Eğitimi Öğretmeni ve Spor Kulübü |

17.09.2018

Ahmet BAL

Okul Müdürü