**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