

BESLENME DOSTU OKUL POLİTİKASI

1- Beslenme dostu okul politikası ile okulumuzda sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında duyarlılığın arttırılması, bu konuda yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi ile okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması hedeflenmektedir.

Okulumuz sağlıklı ve dengeli beslenmeye önem veren ve bu konuda gerekli önlemleri alan, hareketli yaşam konusunda çok duyarlı olan bir okuldur.

2- Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk' ün " Sağlam kafa, sağlam vücutta bulunur." düşüncesini benimsemiş ve temel ilkelerinden biri haline getirmiş bir kurumdur.

1Kasım 2017 tarihi ile okulumuzda "Beslenme Dostu Okul Programı" başlatılmıştır.

İLKELERİMİZ;

1-"Beslenme Dostu Okul Projesi " çalışmalarını koordine etmek üzere " Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi " oluşturulmuştur.

2-Okulumuzun temizlik rehberi oluşturularak günlük temizlik planı yapılmakta ve uygulanmaktadır.

3-Okulumuzun eğitim - öğretim akış programı sağlıklı beslenme ve hareketli yaşama uygun etkinliklerle desteklenmekte ve uygulanmaktadır.

4-Özellikle "Oyun ve Fiziki Etkinlikler " dersinde öğrencilerimiz etkin bir şekilde derse katılıma teşvik edilmektedir.

5- Okul suyu düzenli olarak kontrol edilmektedir.

6 -Öğrencilerimizin rutin aralıklarla boy, kilo ölçümleri yapılmakta ve risk grubundaki öğrencilerin velileri bilgilendirilerek diyetisyene ya da ilgili sağlık kuruluşuna yönlendirilmektedir.

7-Okulumuzda hareketli yaşam ilkesi benimsenmiştir. Bu doğrultuda okul bünyesinde yarışmalar düzenlenmekte, egzersiz çalışmaları yapılmaktadır.

8-Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında Değerler Eğitimi konuları ile Belirli Gün ve Haftalar etkin olarak kullanılmaktadır.

9-“ Beslenme Dostu Okul Projesi ” ile ilgili ekip toplantıları sık sık yapılmakta;seminer ve bilgilendirme toplantıları ara vermeden yapılmaktadır.

10- Okulda bulunan tüm paydaşlarımızda Beslenme Dostu Okul Projesi Farkındalığı oluşturulması sağlanmıştır.

11- Hedefimiz "Minumum Hastalık Riski, Maksimum Sağlık" olarak belirlenmiştir.

Bu çerçevede okulumuzda başlattığımız bu çalışmanın öğrencilerimize çok şey katacağı dileği ile bu çalışmada emek veren verecek tüm öğretmen, veli ve paydaşlarımıza şimdiden teşekkür ederiz.

Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi

2017 – 2018 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI
MEHMET AKİF ERSOY İLKOKULU
“BESLENME DOSTU OKUL” KONULU YILLIK ÇALIŞMA PLANI

AYLAR	EYLEM VE ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLULARI
KASIM	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin kurulması	Okul Müdürü
	Yıllık çalışma planının hazırlanması	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi
	Beslenme Dostu bilgilendirme panosunun oluşturulması ve sınıf panoları için strafor temin edilmesi	Sınıf Öğretmenleri
	Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı doğru beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi	Sınıf Öğretmenleri
	Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi	Sınıf Öğretmenleri
	Sağlık için spor etkinliği yapılması ,sağlıklı yaşam ve fiziksel aktiviteyi destekleyici doğru beslenme ile ilgili video izletilmesi	Sınıf Öğretmenleri
	Sağlıklı Hayat-Sağlıklı Beslenme konusunda rehber öğretmen tarafından velilere bilgilendirme semineri verilmesi	Rehber Öğretmen
	Her sabah ilk ders sınıf içi egzersiz çalışmalarının yapılması; uygun hava şartlarında okul bahçesi ve içinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Sınıf Öğretmenleri
	Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi
	Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda afişlerle öğrencilere bilgiler verilmesi	Sınıf Öğretmenleri
Dünya Diyabet Günü nedeniyle 'Abur Cubura Son'etkinliği yapılması.(resim ,drama,sergi vb...)14 Kasım Dünya Diyabet günü hakkında bilgi.	Sınıf Öğretmenleri	
Kasım ayı temizlik değeri ile ilişkilendirilerek resim ve şiir yarışmaları düzenlenmesi	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi	
Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi,istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerin ve velileriyle görüşülmesi	Sınıf Öğretmenleri	
Kasım ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması ve tüm sınıflara ulaştırılması	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi	

AYLAR	EYLEM VE ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLULARI
ARALIK	<p>El temizliğinin önemi vurgulanarak 'El Hijyeni' hakkında sınıfları bilgilendirme</p> <p>Okul bahçesinin fiziksel faaliyetlere uygun olarak düzenlenmesi</p> <p>Okul beslenme panosunda sağlıklı ve dengeli beslenme ile ilgili bilgiler duyurulması ve resim yarışması konulu resim yarışmasının yapılması</p> <p>Sınıfta öğrenciler ile birlikte meyve salatası yapılır.</p> <p>Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul internet sayfasında sergilenmesi,farkındalık için gezi düzenlenmesi.</p> <p>Aralık ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması .</p>	<p>Sınıf Öğretmenleri</p> <p>Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi</p> <p>Sınıf Öğretmenleri</p> <p>Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi</p>
OCAK	<p>Tükettiğimiz hazır yiyecekler (abur cuburlar) hakkında bilgilendirme</p> <p>Öğretmen bilgilendirme semineri</p> <p>Sağlıklı yaşam ve fiziksel aktiviteyi arttırmak için çeşitli müzikli oyunlar öğretilmesi</p> <p>1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi</p>	<p>Sınıf Öğretmenleri</p> <p>Halk sağlığı diyetisyeni</p> <p>Sınıf Öğretmenleri</p> <p>Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi</p>
ŞUBAT	<p>Sınıf içi beslenme okul panolarının güncellenmesi</p> <p>Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd,resim,hikaye,drama vb...)</p> <p>Sınıflarda meyve ve süt günleri düzenlenmesi</p> <p>Günlük planlarda sağlıklı beslenme ile ilgili etkinliklere yer vermek</p> <p>Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması</p>	<p>Sınıf Öğretmenleri</p> <p>Sınıf öğretmenleri</p> <p>Sınıf Öğretmenleri</p> <p>Sınıf Öğretmenleri</p> <p>Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi</p>
MART	<p>Fast food hakkında bilgilendirme yapılması</p> <p>Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmen ve öğrencilere verilmesi</p> <p>Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması ve görüşülmesi</p> <p>Tüm öğrencilere doğru beslenme ile ilgili eğitici cd izletilmesi</p> <p>Mart ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması</p>	<p>Sınıf Öğretmenleri</p> <p>Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi</p> <p>Sınıf Öğretmenleri</p> <p>Sınıf Öğretmenleri</p> <p>Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi</p>

AYLAR	EYLEM VE ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLULARI
NİSAN	Okul bahçesinin düzenlenmesi Tükettiğimiz abur cuburlar ve hazır içecekler hakkında bilgilendirme Velilerimizle sağlıklı yaşam için neler yapıldığı ile ilgili anket yapılması. Sağlıklı Yaşam için "Spor Yap Sağlıklı Yaşa" sloganı ile doğa yürüyüşü yapılması Nisan ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması .	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Sınıf Öğretmenleri Rehber Öğretmen Sınıf Öğretmenleri Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi
MAYIS	Sağlıklı Beslenme ve Dünya Obezite Günü" ile ilgili bilgilendirme yapılarak "Çocuklarımızı abur cuburdan nasıl uzak tutabiliriz?"etkinliği düzenlenmesi. "10 Mayıs Dünya Sağlık Günü 'ne dikkat çekip okulumuzun bahçesinde yürüyüş yapılması. Çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşülmesi.Sağlıklı Yaşam ve Doğa Sevgisi'ni kazandırmak adına okulumuzda tüm sınıflarla sabah sporu yapılması Yıl boyunca yapılan etkinliklerin sergilenmesi Okulda spor şenliği düzenlenmesi	Sınıf Öğretmenleri Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Sınıf Öğretmenleri Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi
HAZİRAN	Genel değerlendirme	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi

H.HANDAN DELİ
Sınıf Öğretmeni

SELMA BERK
Anasınıfı Öğretmeni

ZERRİN KAYA
Sınıf Öğretmeni

UMUT KURU
Sınıf Öğretmeni

OSMAN KAYA
Müdür Yardımcısı

MEHMET CAN YARDIMCI
Rehber Öğretmen

CUMA AĞÇA
OKUL MÜDÜRÜ