

EK-4:MENTEŞ ORTAOKULU 2017-2018 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ:

Mersin İli Yenişehir ilçesi Menteş Ortaokulu'nda Beslenme Dostu Okul Programı kapsamında; aşağıda belirlenen hedeflere uygun etkinlikler ile öğrencilerin, velilerin ve okul çalışanlarının her eğitim öğretim yılı sonunda hedefe uygun davranışları kazanmaları, doğru davranışların %30 oranında artırılması,

Aile ve çocuk eğitimleri sayesinde sağlıklı nesillerin yetiştirilmesine katkı sağlanması,

Çocuklarda şişmanlık ve obezite konusunda aileleri bilinçlendirilmesi,

Sağlık risklerine göre aileleri konunun uzmanlarına yönlendirilmesi.

HEDEFLER:

Sağlıklı beslenme ve hareket yaşam konularında öğrenci ve velilerimizde farkındalık oluşturmak,

Yeterli ve Dengeli beslenme alışkanlığı kazandırmak,

Düzenli Fiziksel Aktivite alışkanlığı kazandırmak,

Sağlığımıza zarar veren yiyecek ve içecekler konusunda farkındalık oluşturmak,

Hijyen kurallarına uygun davranışlar kazandırmak,

Doğal ve katkısız gıdalarla beslenme davranışı kazandırmak,

Sağlıklı büyümeyi destekleyen davranışları kazandırmak,

Bağımlılık yapan zararlı maddelerden korunmanın yollarını göstermek,

Sağlıklı besinler hazırlamak,

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME- DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması.	EYLÜL 2017			
Yıllık çalışma planının hazırlanması	EYLÜL 2017			
Kantin Denetleme Komisyonunun Oluşturulması	EYLÜL 2017			
Yıllık çalışma planının WEB sayfasında yayınlanması	EYLÜL 2017			
Öğrencilerin BKİ Hesaplanması ve öğrenci velileri ile görüşülmesi	EYLÜL 2017			
Sınıf içi panolarının sağlıklı beslenme ile ilgili düzenlenmesi	EYLÜL 2017			
Kantinin Denetlenmesi	EYLÜL 2017			
“27 EYLÜL DÜNYA SÜT GÜNÜ” etkinlikleri kapsamında, sütün faydalarının anlatılması	EYLÜL 2017			
“15 EKİM DÜNYA EL YIKAMA GÜNÜ”				

etkinlikleri	EKİM 2017			
Süt ve Yoğurt tüketimini teşvik amacıyla sınıflarda yoğurt mayalanması.	EKİM 2017			
29 EKİM CUMHURİYET BAYRAMI	EKİM 2017			
Kantin Denetlemesi	EKİM 2017			
Günlük planlarda sağlıklı beslenme ile ilgili etkinliklere yer vermek	KASIM 2017			
10 KASIM ATATÜRK'Ü ANMA	KASIM 2017			
“14 KASIM DÜNYA DİYABET GÜNÜ”	KASIM 2017			
Veli ve Okul Personeline Diyabet konusunda seminer düzenlenmesi	KASIM 2017			
“18-24 KASIM AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI HAFTASI” etkinlikleri	KASIM 2017			
Kantin Denetlemesi	KASIM 2017			
Hareketli yaşam için sınıf içinde günlük spor etkinlikleri yapılması	ARALIK 2017			

“12-18 ARALIK YERLİ MALI HAFTASI” etkinlikleri kapsamında doğal gıdalarla beslenmenin önemi vurgulanması, eğlenceli oyunlarla kutlama yapılması	ARALIK 2017			
Okul bahçesinin düzenlenmesi, sağlıklı gıda üretmek amacıyla okul bahçesine çeşitli tohumların ekilmesi	ARALIK 2017			
Kantin Denetlemesi	ARALIK 2017			
Sağlıklı olmak için okul bahçesinde başta öğretmenler ve diğer okul çalışanları olmak üzere öğrencilerle birlikte sabah sporu yapılması	OCAK 2018			
Sağlıklı Beslenmenin öneminin anlatıldığı seminerin Halk Sağlığı Uzmanları tarafından çocuklara verilmesi	OCAK 2018			
Risk grubundaki(zayıf-şişman) öğrencilerin velileriyle görüşmeler yapılması, bu öğrencilerin sağlık kuruluşlarına yönlendirilmesi.	OCAK 2018			
Kantin Denetlemesi	OCAK 2018			
Sağlıklı yaşam için bisiklet kullanma	ŞUBAT 2018			
Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamı teşvik edici	ŞUBAT 2018			

bilgi ve resim yarışması düzenlenmesi				
Abur cubur yiyeceklerin dişlere verdiği zararlar konusunda bilgilendirme yapılması. Diş Sağlığı Uzmanları tarafından Diş Bakımı yapılması, Çocuklara, teşvik amacıyla Diş fırçası, macunu ve haftalık diş fırçalama grafiği dağıtılması. Sanat etkinliklerinde diş sağlığı konusunun işlenmesi	ŞUBAT 2018			
Kantin Denetlemesi Öğrencilerin BKİ Hesaplanması ve öğrenci velileri ile görüşülmesi	ŞUBAT 2018			
“11-17 MART TUZA DİKKAT HAFTASI” etkinliklerinin yapılması	MART 2018			
“22 MART DÜNYA SU GÜNÜ” etkinlikleri kapsamında çeşitli sanat etkinlikleri ve” su hayattır“ draması yapılması.	MART 2018			
Okul çalışanlarına yönelik sağlık, sağlıklı beslenme, hareketli yaşam vb. konularda bilgilendirme çalışmalarının yapılması	MART 2018			
Kantin Denetlemesi	MART 2018			
“7 NİSAN DÜNYA SAĞLIK GÜNÜ “	NİSAN 2018			

etkinliklerinin yapılması				
“7-13 NİSAN DÜNYA SAĞLIK HAFTASI” etkinliklerinin yapılması	NİSAN 2018			
“15 NİSAN BÜYÜMENİN İZLENMESİ GÜNÜ” etkinlikleri kapsamında, okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi	NİSAN 2018			
23 NİSAN ULUSAL EGEMENLİK VE ÇOCUK BAYRAMI	NİSAN 2018			
Kantin Denetlemesi	NİSAN 2018			
“10 MAYIS DÜNYA SAĞLIK İÇİN HAREKET ET GÜNÜ” dolayısıyla Okul çevresinde sağlıklı hayat, sağlıklı yaşam konularında farkındalık yaratmak için afişlerle “Sağlıklı Yaşam Yürüyüşü” yapılması	MAYIS 2018			
Velilere yönelik sağlık, sağlıklı beslenme, hareketli yaşam vb. konularda bilgilendirme çalışmalarının yapılması.	MAYIS 2018			
“22 MAYIS DÜNYA OBEZİTE GÜNÜ” nedeniyle “KURUYEMİŞ YİYORUM, SAĞLIKLI BESLENİYORUM” etkinliği düzenlemek.	MAYIS 2018			

Kantin Denetlemesi	MAYIS 2018			
Genel Değerlendirme	HAZİRAN 2018			

Fahri AKDOĐAN
Müdür Yardımcısı

26/09/2016

Abdurrahman YILDIZ
Okul Müdürü