

EK-4: GÖNEN SÜLEYMAN DEMİREL ORTAOKULU BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: Çağımızın hastalığı obezite konusunda bilgi sahibi olan, dengeli beslenen, düzenli egzersiz ve spor ile yaşama kazanan sağlıklı bireyler yetiştirmek				
HEDEFLER: HEDEFLER: 1- Düzenli egzersiz ve spor ile yaşama konusunda farkındalık yaratmak 2- Sağlıklı bireyler yetiştirmek 3- Dengeli beslenme alışkanlığı kazandırmak 4- Dengeli beslenmeyi bir hayat felsefesi haline getirmek 5- Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapmak 6- Veli ve öğrencilere hareketli yaşam konusunda örnek olmak 7- Sağlıklı yaşam ve düzenli egzersiz için okulda etkinlikler düzenlemek 8- Kendi yaşam biçimini bu çalışma öncesi ve sonrasına göre karşılaştırmak				
ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME				
ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?	İZLEME-DEĞERLENDİRME	
Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması.	EYLÜL 2019			
Yıllık çalışma planının hazırlanması ve internette yayınlanması	EYLÜL 2019			
Beslenme Dostu Okul Projesi okul ve sınıf panolarının hazırlanması	EKİM 2019			
Dünya yürüyüş günü nedeniyle yürüyüş düzenlenmesi	KASIM 2019			
Sağlıklı Hayat ve Sağlıklı Beslenme konulu Aile Eğitim Seminerinin verilmesi	KASIM 2019			
Dünya diyabet günü nedeniyle Abur Cubura Son Etkinliği yapılması	KASIM 2019			
Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması	ARALIK 2019			

Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi	ARALIK 2019			
El hijyeni hakkında çocukları bilgilendirme	ARALIK 2018			
5. sınıf öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda kahvaltı yapması.	OCAK 2020			
Beslenme listesinin Hazırlanması	OCAK 2020			
1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi	OCAK 2019			
Sınıf içi beslenme okul panolarının güncellenmesi	ŞUBAT 2020			
Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim,hikaye,drama vb)	ŞUBAT 2019			
6. sınıf öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda kahvaltı yapması	ŞUBAT 2020			
Meyve Günleri düzenlenmesi	MART 2020			
Fast food hakkında bilgilendirme	MART 2020			
Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi	MART 2020			
7. sınıf öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda kahvaltı yapması	MART 2020			
Okul bahçesinin düzenlenmesi	NİSAN 2020			
Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme	NİSAN 2020			
Sağlıklı için yürüyüş yapılması	NİSAN 2020			
Beslenme listesinin gözden geçirilmesi	NİSAN 2020			
Sağlıklı beslenme günü ve Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek.	MAYIS 2020			

8. sınıf öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda kahvaltı yapması	MAYIS 2020			
Sağlıklı Yaşam ve Doğa Sevgisi kazandırmak adına okul pikniği düzenlenmesi	MAYIS 2020			
Yıl içerisinde yapılan etkinliklerin sergilenmesi	HAZİRAN 2020			
Genel Değerlendirme	HAZİRAN 2020			

Not: Bu plan 3 yıllık olup periyotlar halinde 2019/2020 eğitim öğretim yılı sonuna kadar devam edecektir.

Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi

Ümit KILINÇ
Beden Eğitimi Öğrt.

Uğur AKIN
Sınıf Öğrt.

Neşe BİLİR
Fen Bilimleri Öğrt.

Esra AYHAN
Sınıf Öğrt.

Mustafa SOYLAN
Müdür Yardımcısı

Adem ULUDAĞ
Okul Müdürü