



DOĞANTEPE İLKOKULU VE DOĞANTEPE ORTAOKULU BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ
SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

GÜVEN ÇELİK	MÜDÜR YARDIMCISI
FİLİZ AKBEN	MÜDÜR YARDIMCISI
EBRU ÖZDEMİR	ÖĞRETMEN
CAFER ÖZÇELİK	ÖĞRETMEN
ÖZLEM ERDOĞAN	ÖĞRETMEN
MUSTAFA ALKAN	ÖĞRETMEN
ARZU YIĞMA	ÖĞRETMEN
ERKAN PİLİÇ	ÖĞRETMEN
SULTAN NERGİZ	ÖĞRETMEN
HARUN TEKİN	ÖĞRETMEN
KADİR YABAN	OKUL AİLE BİRLİĞİ BAŞKANI
NAZMİYE GÜRLER	PANSİYON AŞÇISI
MELİKE ÖZÇETİN	ÖĞRENCİ

ADEM ÇAVDAR
Okul Müdürü

DOĞANTEPE İLK/ORTAOKULU

2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI “BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ”

YILLIK ÇALIŞMA PLANI

Koruyucu sağlık hizmetleri kapsamında, okullarda sağlıklı beslenme, obezitenin önlenmesi ve hareketli yaşam konularında duyarlılığın artırılması ve bu konuda yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi amacıyla, Milli Eğitim Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığının işbirliği içerisinde yürüttüğü "Beslenme Dostu Okul" projesine okulumuz da katılmış bulunmaktadır.

Proje kapsamında Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Beslenme Dostu Okul Projesi Yıllık Planı oluşturularak çalışmalara başlanmıştır.

BESLENME DOSTU OKUL PROGRAMI

Öğrencilerin Sağlıklı Beslenme Davranış Biçimi Geliştirmeleri ve İyi Uygulamaların Ödüllendirilmesi

Koruyucu sağlık hizmetleri kapsamında, "Beslenme Dostu Okul Projesi" ile okulların sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik edilmesi, okullarda sağlıklı beslenme, obezitenin önlenmesi ve hareketli yaşam konularında duyarlılığın artırılması ve bu konuda yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi ile okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması hedeflenmektedir.

"Beslenme Dostu Okul Projesi" Milli Eğitim Bakanlığı ile işbirliği içerisinde okulların, belirlenen kriterler doğrultusunda "Beslenme Dostu Okullar Değerlendirme Formu" ile denetlenmesi, 100 puan üzerinden 90 ve üzeri puan

alan okulların "Beslenme Dostu Okul" sertifikası ile ödüllendirilmesi aşamalarını içermektedir.

Okullar ;

- Öğrencilerin boy/kilo ölçümlerinin rutin aralıklarla (yılda 2 kez) yapılıp ve risk grubunda olan öğrencilerin velileri ile görüşmeler/bilgilendirme faaliyetleri yapılarak sağlık kuruluşlarına yönlendirilip yönlendirilmediğine,
- Okulun "Beyaz Bayrak " sertifikası bulunup bulunmamasına,
- Okul içinde uygun alanlarda sağlıklı içme suyu olanakları bulunup bulunmamasına,
- Su deposu var olup olmadığı ve temizliğinin rutin aralıklara yapılıp yapılmadığına,
- Yetersiz ve dengesiz beslenmeye neden olabilecek gıda maddelerinin (kızartmalar, gazlı içecekler, kolalı içecekler vb.) satışı yapılıp yapılmadığına,
- Süt, ayran, yoğurt vb. içecekler ve taze sıkılmış meyve ve sebze suyu satışının yapılıp yapılmadığına,
- Tane ile meyve ve sebze satışı yapılıp yapılmadığına,
- Kantin hizmetleri 17 Nisan 2007 tarihli ve 1008 sayılı (2007/33 genelge no'lu) genelgede belirtildiği üzere Okul Müdürünün kendisi veya görevlendireceği bir Müdür Yardımcısı başkanlığında kurulacak bir komisyon tarafından ayda en az bir kez genelge ekinde bulunan "Okul Kantini Denetim Formu" kullanılarak denetlenip denetlenmediği

Öğrencilerin evden getirdikleri beslenme çantalarının içeriklerinin Sağlık Bakanlığının yayımlamış olduğu ve İl Milli Eğitim Müdürlüğünün okullara dağıtmış olduğu haftalık beslenme programına göre hazırlanmakta, öğretmenler tarafından beslenme çantalarının içeriklerinin her gün kontrol edilip edilmediği, Kriterlerine göre değerlendirilmektedir.

HEDEFLERİMİZ

- 1- "Beslenme Dostu Okul Projesi" ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik edilmesi,
- 2- Okulumuzda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin alınması.
- 3- Veliler ve öğrencilerde hareketli yaşam konusunda duyarlılığın arttırılması.
- 4- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan uygulamaların desteklenmesi ve geliştirilmesi.
- 5- Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması.

Bu bağlamda okulumuzda 2019-2020 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında aşağıda belirtilen çalışma planı uygulanacaktır.

AMAÇLARIMIZ

- 1- Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamak için;
 - ** Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,
 - ** Çocukluklarda şişmanlık,
 - ** Sağlıklı okul dönemi,
 - ** Sağlık risklerine göre çocuk ve aile beslenmesi, programlarıyla genç nesillerin sağlıklı yetişmesine destek vermek.
- 2- Aile bireylerinin sağlıklı çocuklar beslenme bilincini artırma, sağlık risklerini azaltma ve sağlıklı nesiller yetiştirme için gerekli beslenme eğitim hizmetini sağlamak.

BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR	YAPILACAK ÇALIŞMALAR	UYGULAYICI
EYLÜL	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinin oluşturulması	Okul idaresi
27 Eylül 'Dünya Okul Sütü Günü'	Beslenme dostu okul yıllık çalışma planının hazırlanması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
	Sağlıklı beslenme ile öğrenme arasındaki ilişkinin öğrencilere anlatılarak farkındalık oluşturulması.	Sınıf Öğretmenleri
	Öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yapılması Fiziksel aktivite karnelerinin doldurulması.	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi, öğretmenler
	Öğrencilere tüketilen hazır yiyecek ve içeceklerin zararları hakkında bilgilendirme yapılması	Okul idaresi ve öğretmenler
EKİM	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi
	Her hafta bir gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
3-4 Ekim 'Dünya Yürüyüş Günü'	Okul çevresinde yürüyüş düzenlenmesi	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
	Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi	Okul İdaresi
15 Ekim 'Dünya El Yıkama Günü'	Okulda tüm öğrencilere el yıkama konusunda afişler dağıtılması bilgilendirme çalışmalarının yapılması.	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi,
16 Ekim 'Dünya Gıda Günü'	Dünya gıda günü sebebiyle Alo 174 hattının öğrencilere anlatılarak öğrencilerde farkındalık yaratılması.	
	Okuldaki tüm öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılarak beden kitle indekslerinin hesaplanması ve istatistiklerinin tutulması. Yapılan ölçümler sonucunda risk grubundaki (zayıf, şişman) öğrencilerin velileri ile görüşülerek aile hekimlerine yönlendirilmeleri	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi,
	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi

BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR	YAPILACAK ÇALIŞMALAR	UYGULAYICI
	Her hafta bir gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
14 Kasım "Dünya Diyabet Günü"	Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi	Öğretmen ve öğrenciler
18-24 Kasım "Ağız ve Diş Sağlığı Haftası"		
Dünya Koah günü		
	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi
	Öğrencilere Sağlıklı Beslenme ,Güvenilir Gıda Ve Sağlıklı Pişirme Yöntemleri ile ilgili eğitim verilmesi	Gıda Mühendisi
ARALIK	"14 Kasım Diyabet Günü " nedeniyle "Abur Cubura Son" etkinliğinin yapılması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi,
	Diyabet ile ilgili videoların izletilmesi	Tüm öğretmenler
	Okulun Web sayfasında diyabet ile ilgili videoların paylaşılması	Okul İdaresi
	12-18 Aralık Yerli Malı Haftasının okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
12-18 Aralık Yerli Malı Haftası	Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
	Öğrencilerin yemek alışkanlıklarının değiştirilerek; çiğ sebze,meyve, kuru yemiş özendirilmesi için "Sağlıklı Beslenme " köşesinin oluşturulması	Görevli Öğretmenler
	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi

BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR	YAPILACAK ÇALIŞMALAR	UYGULAYICI
OCAK	Her hafta bir gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
	Obez öğrencilerin izlenmesi ve takibinin yapılması.	Sınıf Öğretmenleri
	El Hijyeni hakkında sınıflarda bilgilendirme	Görevli Öğretmenler
	Sağlıklı Beslenme Köşesinin okulun Web sayfasında yayınlanması	Okul İdaresi
	TBM (Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı) kapsamında sağlıklı beslenme ve zararlı alışkanlıklardan uzak durma konularında etkinlik ve bilgilendirme çalışmaları düzenlemek ve video izletmek	Sınıf Öğretmenleri
	Ağız ve Diş Sağlığı ile ilgili bilgilendirme	Sağlık personeli
	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi
ŞUBAT	Her hafta bir gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
	Sağlıklı Beslenme ile ilgili velilere ve öğrencilere ve öğretmenlere seminer verilmesi	Diyetisyen tarafından
	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi

BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR	YAPILACAK ÇALIŞMALAR	UYGULAYICI
MART	Her hafta bir gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
	Bağımlılıkla Mücadele Konusunda “Sağlıklı beslenme ve zararlı alışkanlıklardan uzak durma” konularında okulumuzda öğrencilere video izlettirilmesi	Görevli öğretmenler
11-17 Mart “Dünya Tuza Dikkat Haftası”	Ağaç dikme etkinliği	Öğretmen ve öğrenciler
	“ Dünya Su Günü” ile ilgili farkındalık yaratmak için pano hazırlanması	Öğretmen ve öğrenciler
	Okul bahçesinde fiziksel aktivite ve spor yapmayı sağlayacak oyun çizgilerinin yenilenmesi, boyanması	Görevli öğretmenler
	“Hangi Yiyecek ve İçeceklerde Ne Kadar Tuz Var”konusu ile ilgili pano hazırlanması	Görevli öğretmenler
	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi
NİSAN	Her hafta bir gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
7-13 Nisan ‘Dünya Sağlık Haftası’	4. sınıflar arası “ Tuzlu yemek mi tuzsuz yemek mi sağlıklı “konulu münazara yapılması	4. sınıf öğretmenleri
	Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması	Görevli öğretmenler
	Doğada okul pikniğinin düzenlenmesi	Okul idaresi ve tüm öğretmenler
	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi

BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR	YAPILACAK ÇALIŞMALAR	UYGULAYICI
MAYIS	Her hafta bir gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
	Sağlıklı beslenme bilgilendirme afişlerinin asılması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü"	Sağlıklı beslenme konulu resim yarışması düzenleme	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
22 Mayıs "Dünya Obezite Günü"	Sağlıklı beslenmeyi konu alan panolarının düzenlenmesi	Öğretmen ve öğrenciler
	Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
	Çeşitli dallarda sınıflar arası spor karşılaşmalarının yapılması	Öğretmen ve öğrenciler
	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi
HAZİRAN	Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi	Öğretmen ve öğrenciler
	Her hafta bir gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
	"22 Mayıs Dünya Obezite Günü" ile ilgili etkinlikler panolar hazırlamak	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
	Yıl içinde yapılan çalışmaların genel değerlendirilmesinin yapılması eksiklerinin tespit edilmesi ve buna göre gelecek yıl yapılacak çalışmalarda bu eksikliklerin giderilmesi.	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi ve okul idaresi