

**ÖZEL BAŞER MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ**  
**2018-2019 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI “BESLENME DOSTU OKUL**  
**PROJESİ” YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

Milli Eğitim Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığının işbirliği içerisinde yürüttüğü "Beslenme Dostu Okul" projesine okulumuz da katılmış bulunmaktadır. Proje kapsamında Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Beslenme Dostu Okul Projesi Yıllık Planı oluşturularak çalışmalara başlanmıştır.

**BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ**

Öğrencilerin kişiliği özellikle okul çağlarında şekillenmekte ve yetişkin çağıdaki davranışları üzerinde etkili olacak alışkanlıkların edinilmesi yine bu yıllara dayanmaktadır. Bu nedenle, okul içinde sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamın teşvik edilmesi amacıyla bu konuda yapılan uygulama ve faaliyetler ile öğretmenlerin sergilediği örnek davranışlar, çocuk ve gençlerimizin sağlıklı yaşam alışkanlıklarını kazanmalarında temel rol oynamaktadır.

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

**BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ**

1	<b>Müdür Yardımcısı</b>	Hatice Seyhan KUTLUAY
2	<b>Öğretmen</b>	Leyla DEMİR
3	<b>Öğretmen</b>	Esra KONCA
4	<b>Öğretmen</b>	Aybüke SÖZER
5	<b>Öğretmen</b>	Nilüfer ÇORUHLU
6	<b>Öğretmen</b>	Duygu İŞLER
7	<b>Öğretmen</b>	Nilgün UÇMAZ
8	<b>Öğretmen</b>	Yeşim AKAN
9	<b>Rehber Öğretmen</b>	Aslışah TURAN
10	<b>Veli</b>	Hatice Beyaz
11	<b>Öğrenci Temsilcisi</b>	Hüseyin TÖREMEN
12	<b>Öğrenci</b>	Rabia Nur BOZDAĞ
13	<b>Öğrenci</b>	Emirhan BAŞTOSUN
14	<b>Hizmetli</b>	Birol KAYA
15	<b>Kantin Çalışanı</b>	Hatice KARAKAYA

## 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 artırılması.
  - 4- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi
  - 5- Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması.
- Bu bağlamda okulumuzda 2016-2017 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında aşağıda belirtilen çalışma planı uygulanacaktır.

## AMAÇLARIMIZ

Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamak için;

\*\* Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,

\*\* Çocukluklarda şişmanlık,

\*\* Sağlıklı okul dönemi,

\*\* Sağlık risklerine göre ( Hiperlipidemi, troid hastalıkları , demir yetersizliği,kansızlık )

çocuk ve aile beslenmesi programlarıyla genç nesillerin sağlıklı yetişmesine destek vermek.

Aile bireylerinin sağlıklı çocuklar beslenme bilincini artırma, sağlık risklerini azaltma ve sağlıklı nesiller yetiştirme için gerekli beslenme eğitim hizmetini sağlamak.

Sağlıklı sofraların paylaşıldıkça güzelleştiğini biliyoruz.

AY	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLULARI
EYLÜL	Beslenme ve hareketli yaşam ekibinin kurulması.	OKUL YÖNETİMİ
	Mutfak, yemekhane denetleme ekibinin oluşturulması.	OKUL YÖNETİMİ
	Beslenme dostu okul projesi için sınıf temsilcilerinin seçilmesi.	SINIF REHBER ÖĞRETMENLERİ
	Eylül ayı çalışma raporunun ve ekim ayı yemek listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
EKİM	Yıllık çalışma planının hazırlanıp internette yayınlanması.	OKUL YÖNETİMİ
	Okul panosunun oluşturulması, afişlerin asılması	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

		TARAFINDAN
	Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi.	SINIF ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN
	Sağlık için spor etkinliklerinin yapılması.	YEŞİM AKAN TARAFINDAN
	Her gün okul bahçesinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	YEŞİM AKAN TARAFINDAN
	Öğrenciler tarafından bisiklet gösterisinin yapılması	YEŞİM AKAN TARAFINDAN
	Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi.	SINIF ÖĞRETMENLER TARAFINDAN
	Ekim ayı raporunun ve kasım ayı beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
<b>KASIM</b>	Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	11 Kasım 40. İstanbul Maratonu Halk Yürüyüşü'ne katılım gerçekleştirilmesi	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	“14 Kasım Diyabet Günü” nedeniyle abur cubur son etkinliği yapılması.	SINIF ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN
	Öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi.	SINIF ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN
	Kasım ayı raporu ve aralık ayı beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	Sağlıklı beslenme konulu resim, karikatür ve afiş yarışması yapılması.	SINIF ÖĞRETMENLER TARAFINDAN
<b>ARALIK</b>	El hijyeni hakkında sınıfları bilgilendirme.	SINIF ÖĞRETMENLER TARAFINDAN
	Okul beslenme panosunda “Sağlıklı ve Dengeli Beslenme” ile ilgili bilgiler duyurulması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	“Tuza Dikkat” konulu pano çalışması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	Aralık ayı rapor ve ocak ayı beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN

	Okulun web sayfasında beslenme köşesinin oluşturulması.	OKUL MÜDÜRÜ TARAFINDAN
<b>OCAK</b>	Meyve ve süt günleri düzenlemek.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	Öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi.	SINIF ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN
	Ocak ayı raporu ve şubat ayı beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi.	OKUL MÜDÜRÜ TARAFINDAN
<b>ŞUBAT</b>	Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici cd izletilmesi.	SINIF ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN
	Şubat ayı rapor ve mart ayı beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	Okulda ‘‘ Sağlıklı Beslenme’’ konusunda farkındalığın artırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş tüketimi etkinliğinin yapılması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
<b>MART</b>	1-7 Mart ‘‘ Sağlığım İçin Bisiklet Sürüyorum’’ etkinliğinin yapılması	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	Mart ayı rapor ve nisan ayı beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	Ağız ve diş sağlığı ile ilgili alanında uzman kişileri çağırarak sunum yapılması.	SINIF ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN
	‘‘22 Mart Dünya Su Günü’’ dolayısıyla konferans yapılması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
<b>NİSAN</b>	‘‘Sağlık için yürüyüş’’ yapılması.	TÜM SINIFLAR
	Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması.	SINIF ÖĞRETMENLERİ TARAFINDAN

	Nisan ayı rapor ve mayıs ayı beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
<b>MAYIS</b>	Çeşitli dallarda sınıflar arası spor karşılaşmalarının yapılması.	YEŞİM AKAN TARAFINDAN
	“22 Mayıs Dünya Obezite Günü” ile ilgili etkinlikler yapmak.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	Mayıs ayı rapor ve haziran ayı beslenme listesinin hazırlanması.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
	“Obezite “ile ilgili broşür ve duvar gazetesi oluşturma.	BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ TARAFINDAN
<b>HAZİRAN</b>	Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi.	TÜM EKİP ÇALIŞANLARI TARAFINDAN

## BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

	İSİM SOYİSİM	İMZA
1	Hatice Seyhan KUTLUAY	
2	Leyla DEMİR	
3	Esra KONCA	
4	Aybüke SÖZER	
5	Nilüfer ÇORUHLU	
6	Duygu İŞLER	
7	Nilgün UÇMAZ	
8	Yeşim AKAN	
9	Aslışah TURAN	
10	Hatice BEYAZ	
11	Hüseyin TÖREMEN	
12	Rabia Nur BOZDAĞ	
13	Emirhan BAŞTOSUN	
14	Birol KAYA	
15	Hatice KARAKAYA	