



BEŐIKDÜZÜ
ZÜBEYDE HANIM
ANAOKULU
BESLENME DOSTU
OKUL PROJESİ
DOSYASI

(2021-2022)

BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ

Milli Eğitim Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığının işbirliği içerisinde yürüttüğü "**Beslenme Dostu Okullar**" projesine okulumuz da katılmış bulunmaktadır.

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

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.

İLKELERİMİZ;

- 1- " Beslenme Dostu Okul Projesi " çalışmalarını koordine etmek üzere " Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi " oluşturulmuştur.
- 2- Okulumuzun temizlik rehberi oluşturularak yıllık ve günlük temizlik planı yapılmakta ve uygulanmaktadır.
- 3- Okulumuzun eğitim - öğretim akış programı sağlıklı beslenme ve hareketli yaşama uygun etkinliklerle desteklenmekte ve uygulanmaktadır.
- 4- Özellikle beden eğitimi ve oyun etkinliklerinde öğrencilerimizin etkin bir şekilde derse katılımı teşvik edilmektedir.
- 5- Okul suyu düzenli olarak kontrol edilmektedir. Kullanılan arıtma sisteminin belli periyotlarla filtreleri değiştirilmektedir.
- 6- Temizlik ve dezenfektan için kullanılan malzemeler sağlık bakanlığından izinli ve ruhsatlı ürünlerdir.
- 7- Öğrencilerimizin rutin aralıklarla boy, kilo ölçümleri yapılmakta ve risk grubundaki öğrencilerin velileri bilgilendirilerek ilgili sağlık kuruluşlarına yönlendirilmektedir.
- 8- Okulumuzda hareketli yaşam ilkesi benimsenmiştir. Bu doğrultuda okul bünyesinde yarışmalar düzenlenmekte, egzersiz çalışmaları yapılmaktadır.
- 9- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında belirli gün ve haftalar etkin olarak kullanılmaktadır.
- 10- " Beslenme Dostu Okul Projesi " ile ilgili seminer ve bilgilendirme toplantıları yapılmaktadır.
- 11- Aylık Yemek menüleri Sağlık Bakanlığı genel beslenme kriterlerine göre hazırlanmaktadır.
- 12- Okulda bulunan tüm paylaşımlarımıza Beslenme Dostu Okul Projesi farkındalığı oluşturulmuştur.

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

Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi**SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ**

S.NO	GÖREVLİNİN ADI SOYADI	GÖREVİ
1	Ayşenur OCAK	Okul Müdürü
2	Hatice HALİCİ	Öğretmen
3	Leyla KAZANCI	Öğretmen
4	Neşe ÇİÇEK FİDAN	Öğretmen
5	Ayşe Gül ŞENAY	Öğretmen
6	Melisa AL	Öğretmen
7	Özlem YANIK	Aşçı
8	Sudan ARSLAN	Okul Aile Birliği Başkanı
9	Pınar SİYAH	Veli

YEMEKHANE DENETİM EKİBİ

S.NO	GÖREVLİNİN ADI SOYADI	GÖREVİ
1	Ayşenur OCAK	Okul Müdürü
2	Leyla KAZANCI	Öğretmen
3	Hatice HALİCİ	Öğretmen
4	Neşe ÇİÇEK FİDAN	Öğretmen
5	Ayşe Gül ŞENAY	Öğretmen

AMAÇLARIMIZ :

Trabzon ili, Beşikdüzü ilçesi Zübeyde Hanım Anaokulu'nda Beslenme Dostu Okul Programının ; 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.

HEDEFLERİMİZ ;

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

Bu bağlamda okulumuzda 2021-2022 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında aşağıda belirtilen **Yıllık Çalışma Planı** uygulanacaktır.

2018

BESIKDÜZÜ

ZÜBEYDE HANIM ANAOKULU

2021-2022 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI

BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK EYLEM PLANI

(Bu Plan 2019-2020 / 2020-2021 / 2021-2022 Eğitim-Öğretim dönemleri arasında uygulanmak için hazırlanmıştır.)

UYGULAMA ZAMANI	YAPILACAK ETKİNLİKLER	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
EYLÜL- EKİM (2021)	1. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması			
	2. Yemekhane Denetleme Ekibinin oluşturulması			
	3. Yıllık eylem planının hazırlanması ve internette yayınlanması			
	4. Okulun internet sayfasında "Beslenme Dostu Okul Projesi" köşesi oluşturup programın kapsamında okulumuzda yapılan etkinlik ve faaliyetlerin okul internet sayfasında sergilenmesi			
	5. Beslenme konusuyla ilgili pano hazırlığı yapılması			
	6. Sınıfların veli toplantılarında velilere Beslenme Dostu Okullar Projesi ile ilgili bilgilendirici açıklamalar yapmak			
	7. Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi ve beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması ve sorunlu olan çocukların velileriyle görüşülmesi			
	8. Değerlendirme başlığı içeren yazılı bir 'Beslenme Dostu Okul' Politikası hazırlanıp eylem planının oluşturulması			
	9. Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi			
	10. Aylık beslenme listesinin hazırlanması			
	11. Sağlıklı yaşam ve hareket için tüm okul personelinin ve sınıfların okul bahçesinde ya da sınıflarda jimnastik yapması.			
	12. Sınıf içerisinde oyun etkinliklerinde halat çekme,zıplama,engelden atlama gibi aktivitelere yer verme.			
13. Ağız Diş sağlığı kapsamında TSM tarafından öğrencilere bilgilendirme ve florür vernik uygulaması yapılması				
14. Sınıf öğretmenleri tarafından sağlıklı beslenmenin önemi vurgulanarak meyve paylaşım günlerinin düzenlenmesi				
15. Güvenli hijyen, gıda hijyeni kuralları hakkında öğrencilere ve velilerimize bilgiler verilmesi ve panolarda duyurulması				

KASIM (2021)	16. Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere eğitici video izletilip bilgiler verilmesi		
	17. Sağlık için tüm okul personelinin ve sınıfların Okul bahçesinde tempolu yürüyüş ve koşma egzersizleri yapılması.		
	18. Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi		
	19. Öğrencilerle turşu kurma etkinliği yapılması		
	20. Aylık beslenme listesinin hazırlanması		
	21. Sınıflarda aerobik çalışmalarına ve vücut esnekliği kazandırma aktiviteleri yapılması.		
	22. "Yeterli ve Dengeli Beslenme" konulu broşürün velilere ulaştırılması		
	23. Sağlıklı beslenme konulu resim çalışmalarının yapılması		
ARALIK (2021)	24. Hijyen hakkında öğrencilere CD izletilerek bilgilendirilmesi ve velilerimize broşür dağıtılması		
	25. Tutum yatırım ve Türk Malları haftasında Su ve Ekmek Tasarrufunun Sağlanması ile ilgili çocuklara bilgi verilmesi, en çevreci çocuğun seçilmesi		
	26. Yerli Malı dolayısıyla her sınıftan sebze ve meyveler oratoryosunun düzenlenmesi ve yerli malı haftası etkinlikleri yapılması		
	27. Öğrencilerle market alışverişi yaparak sağlıklı-sağlıksız yiyeceklere vurgu yapılması ve paket gıdalar ile ilgili bilgi verilmesi		
	28. Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi		
	29. Beslenme Dostu Okul panosunun güncellenmesi		
	30. Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi		
	31. Aylık beslenme listesinin hazırlanması		
32. Öğrencilerden boylarına uygun kürek ve kazma istenerek okulumuzun bahçesinde kas kuvvetlendirme aktiviteleri yapılması.			
OCAK (2022)	33. Eğlenceli yemek tabaklarımız etkinliklerinin yapılması.(güleryüzlü meyve-sebze tabağı oluşturma vb.)		
	34. Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi		
	35. Haftalık spor günlerinde jimnastik ve egzersizlerin yapılması		
	36. Sağlıklı yaşam için spor merkezlerine gidilmesi		
	37. Ocak ayı raporunun ve beslenme listesinin hazırlanması		
	38. 1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi		
	39. Sınıfların veli toplantılarında velilere beslenme konusunda bilgilendirici açıklamalar yapmak		

ŞUBAT (2022)	40. Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi, beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması ve sorunlu olan çocukların velileriyle görüşülmesi			
	41. Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında görüşmek için manava ziyaret yapılması			
	42. Haftalık spor günlerinde jimnastik ve egzersizlerin yapılması			
	43. Sınıf öğretmenleri tarafından sağlıklı beslenmenin önemi vurgulanarak meyve ve kuruyemiş paylaşım günlerinin düzenlenmesi			
	44. Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi			
	45. Beslenme Dostu Okul panosunun güncellenmesi			
	46. Aylık beslenme listesinin hazırlanması			
MART (2022)	44.Okul Personeline beslenme, gıda güvenilirliği, iş güvenilirliği ve sağlıkla ilgili konularda seminer verilmesi			
	45.Öğrencilere sağlıklı beslenme hakkında eğitici CD izletilmesi			
	46.Çocuklara sağlıklı beslenme, hijyen hakkında tiyatro etkinliği düzenlenmesi			
	47.22 Mart "Dünya Su Günü"nü Kutlanması			
	48."Alo 174 Gıda Hattı"nın okul internet sitesinde ve okul içerisinde tanıtımının yapılması			
	49.Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi			
	50. Haftalık spor günlerinde jimnastik ve egzersizlerin yapılması			
	51. Beslenme Dostu Okul panosunun güncellenmesi			
NİSAN (2022)	51. Aylık beslenme listesinin hazırlanması			
	52. Sağlıklı yaşam için spor merkezlerine gidilmesi			
	53.Öğrencilerden sportif faaliyetler adı altında raket istenerek okul bahçesinde tenis oynanması.			
	54.Velilerimize beslenme ve sağlıklı hayat için nelere dikkat etmeleri gerektiği konusunda bilinçlendirilmelerini sağlamak için anket yapılması			
	55.Sınıf öğretmenleri tarafından sağlıklı beslenmenin önemi vurgulanarak meyve ve kuruyemiş paylaşım günlerinin düzenlenmesi			
	56.7 Nisan "Dünya Sağlık Günü"nü kutlanması			
	57.Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi			
	58. Haftalık spor günlerinde jimnastik ve egzersizlerin yapılması			
	59. Aylık beslenme listesinin hazırlanması			
	60.Sınıflar arası babalar tarafından futbol turnuvaları düzenlenmesi			

	61.Sağlık için tüm okul personelinin ve sınıfların Okul bahçesinde tempolu yürüyüş ve koşma egzersizleri ile ilgili oyunlara yer verilmesi			
MAYIS (2022)	62.Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme			
	63.22 Mayıs "Dünya Obezite Günü" için Obezite hastalığının araştırılması, panoda sergilenmesi ve çocuklara slayt izletilmesi			
	64. Sınıf öğretmenleri tarafından sağlıklı beslenmenin önemi vurgulanarak meyve ve kuruyemiş paylaşım günlerinin düzenlenmesi			
	65.Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi			
	66.Her sınıfın haftalara göre beslenme günü oluşturulması			
	67.Sağlıklı yaşam için spor merkezlerine gidilmesi			
	68. Aylık beslenme listesinin hazırlanması			
HAZİRAN (2022)	69.Yemekhane Denetleme Ekibi tarafından yemekhanenin denetlenmesi			
	70. Velilerinde katılımı ile okul bahçesinde okul dışarıda etkinliği yapılarak geleneksel çocuk oyunlarının oynanması,velilere sağlıklı yaşam ve hareketin önemi ile ilgili bilgilendirme yapılması			

SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ


Leyla KAZANCI
Öğretmen


Neşe ÇİÇEK FİDAN
Öğretmen


Hatice HALICI
Öğretmen


Ayşe Gül ŞENAY
Öğretmen


Özlem YANIK
Aşçı


Sudan ARSLAN
Okul Aile Birliği Başkanı


01.09.2021
Ayşenur OCAK
Okul Müdürü