**Ek-4**

|  |
| --- |
| **AMAÇ:** Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağmak 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 |
| **HEDEFLER:**  **1-"Beslenme Dostu Okul Projesi" ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik edilmesi,**  **2- Okullumuzda 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 iyi uygulamaların desteklenmesi**  **5- Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması.** |

**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME DEĞERLENDİRME** |
| **Evet** | **Hayır** |  |
| **1**.Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin  Kurulması. | Kasım |  |  |  |
| **2.** Yıllık çalışma planının hazırlanması | Kasım |  |  |  |
| **3.** Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrenci ve velilere bilgi verilmesi | Kasım |  |  |  |
| **4.**Dünya diyabet günü nedeniyle Abur Cubur Son  Etkinliği yapılması (resim ,drama, sergi vb) | Kasım |  |  |  |
| **5.** El hijyeni hakkında sınıfları  bilgilendirme | Aralık |  |  |  |
| **6.** Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve  Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması | Aralık |  |  |  |
| **7.** Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi | Aralık |  |  |  |
| **8.** Ana Sınıfı öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda kahvaltı yapması. | Aralık |  |  |  |
| **9.** Aralık ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması |  |  |  |  |
| **10.** Abur cuburlar hakkında bilgilendirme | Ocak |  |  |  |
| **11.** Beslenme listesinin Hazırlanması | Ocak |  |  |  |
| **12.**Birinci sınıf öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda kahvaltı yapması. | Ocak |  |  |  |
| **13.** 1.Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi. | Ocak |  |  |  |
| **14.** Sınıf içi beslenme okul panolarının güncellenmesi | Şubat |  |  |  |
| **15.** Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim,hikaye,drama vb) | Şubat |  |  |  |
| **16.**Meyve Günleri düzenlenmesi. | Şubat |  |  |  |
| **17** ikinci sınıf öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda kahvaltı yapması. | Şubat |  |  |  |
| **18.** Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | Şubat |  |  |  |
| **19.** Fast food hakkında bilgilendirme | Mart |  |  |  |
| **20.** Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi | Mart |  |  |  |
| **21.** İkinci sınıf öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda öğle yemeği düzenlemesi. | Mart |  |  |  |
| **22.** Mart  ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması | Mart |  |  |  |
| **23.** Okul bahçesinin düzenlenmesi | Nisan |  |  |  |
| **24.** Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme | Nisan |  |  |  |
| **25.** Sağlıklı için yürüyüş yapılması | Nisan |  |  |  |
| **26.** Üçüncü sınıf öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda öğle yemeği düzenlemesi. |  |  |  |  |
| **27.** Rapor ve beslenme listesinin yazılması | Nisan |  |  |  |
| **28.** Sağlıklı beslenme günü ve  Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek. | Mayıs |  |  |  |
| **29.** Dördüncü sınıf öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda öğle yemeği düzenlemesi. | Mayıs |  |  |  |
| **30.** Sağlıklı Yaşam ve Doğa Sevgisi kazandırmak adında okul pikniği düzenlenmesi | Mayıs |  |  |  |
| **31.**Yıl Boyunca yapılan etkinliklerin sergilenmei | Mayıs |  |  |  |
| **32.** Genel Değerlendirme | Haziran |  |  |  |

**SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ**

Müdür Yard. Sınıf Öğretmeni Sınıf Öğretmeni Sınıf Öğretmeni Sınıf Öğretmeni

Veli Okul Aile Birliği Başkanı Okul Meclis Başkanı

Okul Müdürü