**RABAK İLKOKULU**

**BESLENME DOSTU OKUL**

**YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **AYLAR/****BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR** | **YAPILACAK ÇALIŞMALAR** | **UYGULAYICI** |
| ***EYLÜL******27 Eylül ‘Dünya Okul Sütü Günü’*** | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinin oluşturulması | Okul idaresi  |
| Beslenme dostu okul yıllık çalışma planının hazırlanması/güncellenmesi | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi  |
| Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi | Okul idaresi  |
| Fastfood ve abur cubur hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi  |
| Veli bilgilendirme toplantılarının düzenlenmesi ve bu toplantılarda program kapsamında yürütülen çalışmalar hakkında bilgilendirme yapılması | Okul idaresi ve öğretmenler |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Her gün okul bahçesinde/Sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Öğretmenler ve öğrenciler  |
| ***EKİM******3-4 Ekim ‘Dünya Yürüyüş Günü’******15 Ekim ‘Dünya El Yıkama Günü’******16 Ekim ‘’Dünya Gıda Günü’’*** | Meyve ve süt günleri düzenlenmesi | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi, okul idaresi  |
| Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatılması (cd, resim,hikaye,drama v.b) | Sınıf öğretmenleri |
| Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi | Öğretmen ve öğrenciler |
| 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  | Okul idaresi ve sınıf öğretmenleri |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Her gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Öğretmenler ve öğrenciler  |
| ***KASIM******14 Kasım ‘’Dünya Diyabet Günü’’******18-24 Kasım ‘’Ağız ve Diş Sağlığı Haftası’’******24 Kasım ‘’Çocuk Hakları Günü’’*** | Çocuklarda diyabet konulu bilgilendirme çalışmalarının yapılması | Toplum Sağlığı Merkezi personelleri  |
| Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi | Öğretmen ve öğrenciler  |
| Öğrenci, veli ve okul çalışanlarına yönelik sağlık, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında eğitim verilmesi  | Toplum Sağlığı Merkezi(Gerekli koordinasyon ekip üyelerimizden Müdür Yardımcısı Bayram YILDIZ tarafından sağlanacak) |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Her gün okul bahçesinde/sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Öğretmenler ve öğrenciler  |
| ***ARALIK******12-18 Aralık Yerli Malı Haftası***  | 12-18 Aralık Yerli Malı Haftasının okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi  |
| Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi  |
| Ağız ve diş sağlığı konusunda bir sağlık ekibince seminer verilmesi | Sağlık personelleri  |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Her gün okul koridorunda/sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Öğretmenler ve öğrenciler  |
| **OCAK** | TBM (Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı) kapsamında sağlıklı beslenme ve zararlı alışkanlıklardan uzak durma konularında etkinlik ve bilgilendirme çalışmaları düzenlemek | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi  |
| Sınıflar arasında sağlıklı beslenme ve hareketli yaşama teşvik edici slogan yarışması düzenlenmesi | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi  |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Her gün okul koridorunda/sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Öğretmenler ve öğrenciler  |
| **ŞUBAT** | Besinler ve Besin Öğeleri adlı broşürün velilere ulaştırılması. | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi  |
| Ocak ayında yapılan yarışma sonucunun değerlendirilmesi ve başarı elde eden öğrencilerin ödüllendirilmesi  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi ve okul idaresi  |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Her gün okul koridorunda/sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Öğretmenler ve öğrenciler  |
| Dönem değerlendirmesi ve raporlaştırma | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi  |
| ***MART******11-17 Mart ‘’ Dünya Tuza Dikkat Haftası’’******22 Mart ‘’Dünya Su Günü’’*** |
|
|
|
| Mart ayındaki belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkili bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi | Öğretmen ve öğrenciler  |
| Okul bahçesinde fiziksel aktivite ve spor yapmayı sağlayacak oyun çizgilerinin yenilenmesi, boyanması | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi |
| Öğretmenlere, velilere ve öğrencilere; sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam bilgilendirme broşürlerinin dağıtılması | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Her gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Öğretmenler ve öğrenciler  |
| **NİSAN*****7 Nisan "Dünya Sağlık Günü"******7-13 Nisan ‘Dünya Sağlık Haftası’******15 Nisan******‘Büyümenin İzlenmesi Günü’*** | Beslenme dostu okul bilgilendirme panosunun oluşturulması | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi, öğrenciler  |
| Okul kantininde kuruyemiş, meyve,sebze vb. sağlıklı besinlerin satışa sunulmaya başlanması | Kantin işletmecisi  |
| Sağlıklı ve dengeli beslenme konusunda öğrencilere cd izletilmesi, seminer verilmesi | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi | Öğretmen ve öğrenciler  |
| Beslenme Dostu Okul Programı kapsamında okuldaki öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmalarının yapılması | Okul Öğrenci Meclis  |
| Her gün okul bahçesinde 1. teneffüslerde yaklaşık 5 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler  |
| ***MAYIS******10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü’’******22 Mayıs "Dünya Obezite Günü’’*** | Sağlıklı beslenme bilgilendirme afişlerinin asılması | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi |
| Sağlıklı beslenme konulu resim yarışması düzenleme | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi  |
| Sağlıklı beslenmeyi konu alan sınıf panolarının düzenlenmesi | Öğretmen ve öğrenciler  |
| Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi |
| Öğrencilere yönelik obezite konulu seminerin düzenlenmesi | Toplum Sağlığı Merkezi |
| Okul kantininin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi | Öğretmen ve öğrenciler  |
| **HAZİRAN** | Okul bahçesinde ip atlama etkinliğinin yapılması | Spor Kulübü Öğretmeni |
| Okul kantinin denetlenmesi | Kantin denetleme ekibi |
| Sınıf pikniği ya da okul pikniğinin yapılması | Tüm Sınıf öğretmenleri |
| Yıl içinde yapılan çalışmaların genel değerlendirilmesinin yapılması eksiklerinin tespit edilmesi ve buna göre gelecek yıl  yapılacak çalışmalarda bu eksiklilerin giderilmesi. | Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |

HAZIRLAYAN:

RABAK İLKOKULU

SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ ÜYELERİ

EYLÜL-2019

 09/09/2019

Abdullah TÜTÜNCÜ

Okul Müdürü

**NOT: Bu plan 1 yıllık olarak hazırlanmış olup her eğitim öğretim yılı başında tekrar revize edilip 3 yıl süreyle uygulanacaktır.**