

#### **Ek-4 PAZARLAR İLKOKULU BESLENME DOSTU OKUL PLANI**

##### **AMAÇ:**

1. Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamak.
2. Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme.
3. Okullarda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi.
4. Velilerde ve öğrencilerde hareketli yaşam bilincinin artırılması.
4. Aile bireylerinin sağlıklı çocuklar yetiştirebilmesi için beslenme bilincini artırma.
5. Sağlık risklerini azaltma ve sağlıklı nesiller yetiştirme için gerekli beslenme eğitim hizmetini sağlamak.
6. Okul sağlığını daha iyi düzeye çıkarabilme.

##### **HEDEFLER:**

- 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.

**PAZARLAR İLKOKULU SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ**

<b>Sıra No</b>	<b>Adı –Soyadı</b>	<b>Görevi</b>
1	Mehmet YÜKSEL	Müdür Yardımcısı
2	Caner ÖZTÜRK	İngilizce Öğrt.
3	Gülsüm ALAKUŞ SAĞLAM	Rehber Öğrt.
4	Yasin GÜLALAN	Sınıf Öğrt.
5	Nevin AKKAYA	Sınıf Öğrt.
6	Yusuf Sait GÜRE	Sınıf Öğrt.
7	Yurdanur Bahar ALTAY	Sınıf Öğrt.
8	Murat KORKMAZ	Sınıf Öğrt.
9	Eşref GÖK	Sınıf Öğrt.
10	Nezaket KARADUMAN	Sınıf Öğrt.
11	Hasan ALTINTAŞ	Sınıf Öğrt.
12	Neşet EREL	Sınıf Öğrt.
13	Süleyman ERGÜN	Okul Aile Birliği Başkanı
14	Gülay DÜNDAR	Öğrenci Velisi
15	Taha Ömer ÖZDEMİR	Öğrenci Temsilcisi
16	İbrahim SAĞIN	Hizmetli
17	Nazım YAZAR	Yemekhane Görevlisi

**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
1.Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması.	Mart			
2. Yıllık çalışma planının hazırlanması	Mart			
3. Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrenci ve velilere bilgi verilmesi	Mart			
4.Meyve suyunu kendin hazırla kendin iç etkinliği.	Mart			
5. Öğrencilere sağlıklı beslenme konulu bilgilendirme seminerleri verilmesi.	Mart			
6. Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması	Mart			
7.Mart ayı raporunun düzenlenmesi ve değerlendirilmesi.	Mart			
8. Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin oluşturulması.	Nisan			
9.7 Nisan Dünya Sağlık Günü'nün kutlanması.	Nisan			
10. Velilerle birlikte sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde okulda kahvaltı yapılması.	Nisan			

<b>11.</b> Öğrencilerin boy kilo ölçümlerine göre değerlendirilmesi ve problem görülen öğrencinin velisiyle görüşülmesi.	Nisan			
<b>12.</b> Abur cuburlar hakkında bilgilendirme	Nisan			
<b>13.</b> Okulda birinci derslerin ilk 5 dakikasında egzersiz yapma	Nisan			
<b>14.</b> Öğrencilerin çok fazla ulaşamadığı meyvelerden (kivi, mango, ananas gibi) bir tanesinin okul imkanlarıncaya tüm öğrencilere aynı zamanda ikram edilmesi.	Nisan			
<b>15.</b> Sağlıklı beslenme konulu resim yarışması düzenlenmesi ve dereceye girenlere ödül verilmesi.	Nisan			
<b>16.</b> Kendi sebzeni kendin yetiştir uygulaması kapsamında okul bahçesinden her sınıfa yer verilerek öğrencilerin doğal sebze yetiştirmesi.	Nisan			
<b>17.</b> Kendi ayranını kendin yap kendin iç etkinliği	Nisan			
<b>18.</b> Nisan ayı raporunun düzenlenmesi ve değerlendirilmesi.	Nisan			
<b>19.</b> Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme	Mayıs			
<b>20.</b> Sınıflar arası futbol karşılaşmalarının yapılması	Mayıs			
<b>21.</b> 10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü" nün etkin bir şekilde kutlanması, afiş ve broşürler hazırlanması	Mayıs			
<b>22.</b> 22 Mayıs "Dünya Obezite Günü" nün etkin bir şekilde kutlanması	Mayıs			

23.Yörede yetişen bir meyvenin bütün öğrencilerle birlikte okulda yenmesi.				
24. Sağlıklı Yaşam ve Doğa Sevgisi kazandırmak adına okul pikniği düzenlenmesi	Mayıs			
25. Mayıs ayı raporunun düzenlenmesi ve değerlendirilmesi.	Mayıs			
26.Ramazan ayında sağlıkla ilgili dikkat edilmesi gerekenler konulu bilgilendirme.	Haziran			
27. Genel Değerlendirme.Yıl Boyunca yapılan etkinliklerin değerlendirilmesi.	Haziran			

### SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

Mehmet YÜKSEL  
Müdür Yard.

Caner ÖZTÜRK  
İngilizce Öğretmeni

Gülsüm ALAKUŞ SAĞLAM  
Rehber Öğretmeni

Yasin GÜLALAN  
Sınıf Öğretmeni

Nevin AKKAYA  
Sınıf Öğretmeni

Yusuf Sait GÜRE  
Sınıf Öğretmeni

Y. Bahar ALTAY  
Sınıf Öğretmeni

Murat KORKMAZ  
Sınıf Öğretmeni

Eşref GÖK  
Sınıf Öğretmeni

Nezaket KARADUMAN  
Sınıf Öğretmeni

Hasan ALTINTAŞ  
Sınıf Öğretmeni

Neşet EREL  
Sınıf Öğretmeni

Süleyman ERGÜN  
Okul Aile Birliği Başkanı

Gülay DÜNDAR  
Öğrenci Velisi

Taha Ömer ÖZDEMİR  
Öğrenci Temsilcisi

İbrahim SAĞIN  
Hizmetli

Nazlım YAZAR  
Yemekhane Görevlisi

Ünal BEK

Okul Müdürü