**GÜMÜŞHACIKÖY ÇOK PROGRAMLI ANADOLU LİSESİ 2018-2019 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI**

**“BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ”**

**YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

**AMAÇLARIMIZ**

Gümüşhacıköy Çok Programlı Anadolu Lisesinde Beslenme Dostu Okul Programı ile beslenme ve sağlığı destekleyici bir plan geliştirerek, “Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam” konusunda farkındalığı artırmak, yapılacak uygulamalarla ailelerin, öğrencilerin ve okul çalışanlarının yılsonunda sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam tarzına uygun davranışları kazanmalarını sağlayarak;

* Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,
* Çocuklarda şişmanlık,
* Sağlıklı okul dönemi
* Sağlık risklerine göre (Hiperlipidemi, troid hastalıkları, kansızlık, diyabet, obezite) çocuk ve aile beslenmesi, programlarıyla genç nesillerin sağlıklı yetişmesine destek vermek.
* Aile de sağlıklı beslenme bilincini arttırarak sağlık risklerini azaltma ve sağlıklı nesiller yetiştirme için gerekli beslenme eğitim hizmetini almalarını sağlamak.

**HEDEFLERİMİZ**

* “Beslenme Dostu Okul Projesi” ile öğrencilerde, sağlıklı beslenme alışkanlığı kazandırma ve yaşam tarzına dönüştürme becerisinin kazandırılması,
* Hareketli yaşam “yürüyorum – sağlıklıyım” ilkesini benimsetme,
* Beslenme alışkanlığı = obezite kavramlarının insan yaşamında ki önemini benimseme sağlıklı gelecek düşüncesini benimsetme
* Öğrencilerde olduğu gibi velilerde de hareketli yaşam ve sağlıklı beslenme konusunda duyarlılık oluşturulması
* Öğrenci velilerinde sağlıklı beslenme ve güvenilir gıda gibi konularda farkındalığın artırılmasını sağlama
* Öğretmenler olarak “Sağlıklı Beslenme” konusunda kazanılacak davranışlar konusunda örnek olma
* Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi
* Sağlıklı öğrenci - sağlıklı okul – sağlıklı gelecek düşüncesinden hareketle okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması

Bu bağlamda 2018-2019 öğretim yılı için “Beslenme Dostu Okul Projesi” kapsamında aşağıda belirtilen çalışma planı uygulanacaktır.

2018-2019 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI GÜMÜŞHACIKÖY ÇOK PROGRAMLI ANADOLU LİSESİ

“BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ” YILLIK ÇALIŞMA PLANI

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA** | **AÇIK HEDEF** | |  |  |
|  | |  |  |
| **UYGULANDI MI?** | | **İZLEME-DEĞERLENDİRME** |  |
|  | **ZAMANI** |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **EVET** | **HAYIR** |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması.  Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından Beslenme Dostu Okul Yıllık Çalışma Planının Hazırlanması.  Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun oluşturulması  Beslenme dostu okul projesi için sınıf temsilcilerinin seçilmesi.  Haftanın iki günü ilk derse girişte öğretmen ve öğrencilerin katılacağı basit jimnastik hareketlerinin yapılması  Okul Web Sayfasında Beslenme Dostu Okul Bölümünün Oluşturulması.  Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması. 15 EKİM Dünya El Yıkama Günü için panolarda farkındalık oluşturulması. | EKİM |  |  |  |
|  |  |  |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilerek BKİ hesaplanması. BKİ risk grubunda olan öğrenciler ve velileriyle görüşülmesi. Bu öğrencilerin uzman hekim ve diyetisyenlere yönlendirilmesi.  Veli toplantısında bilgilendirme toplantılarında öğrenci velilerine sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konusunda bilgi verilmesi  Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda toplum sağlığından yardım alınarak öğrencilere seminer verilmesi  ‘’14 Kasım Diyabet Günü’’ nedeniyle abur cubura son etkinliği yapılması. Dünya Diyabet Günü nedeniyle panoların hazırlanması | KASIM |  |  |  |
|  |  |  |
| Beden eğitimi derslerinde okul bahçesinde sağlıklı yaşam sporu yapılması  Sağlıklı Beslenme Önerileri adlı broşürün hazırlanarak velilere ulaştırılması  Sağlığım için bisiklet sürüyorum.’’ Etkinliğinin yapılması.  Yemekhanede masalardan tuzun kaldırılması  Sağlıklı beslenme konusu ile ilgili slogan yarışması düzenlenmesi ve 1. nin ödüllendirilmesi  Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından Aralık ayı içinde belirlenecek bir tarihte “Meyve Günü” etkinliğinin yapılması.  Kantinin denetlenmesi | ARALIK |  |  |  |
| Okul beslenme panosunda ‘’Sağlıklı ve Dengeli Beslenme’’ ile ilgili bilgiler duyurulması.  El hijyeni hakkında bilgilendirme.  Sağlıklı beslenme konusu ile ilgili slogan yarışması  Tükettiğimiz hazır içecekler ve zararları konulu pano hazırlanması. | OCAK |  |  |  |
| “Fastfood” beslenme şeklinin sağlığımıza zararları hakkında pano düzenlenmesi  Ağız ve diş sağlığı ile ilgili alanında uzman kişileri çağırarak sunum yapılması.  Okuluma yürüyerek gidip – geliyorum etkinliği düzenlenmesi | ŞUBAT |  |  |  |
| 11-17 Mart Dünya Tuza Dikkat Haftası Etkinliklerinin yapılması  ‘’Tuza Dikkat’’ konulu pano çalışması  22 Mart Dünya Su Günü pano düzenlenmesi ve suyun önemi konulu kompozisyon yarışması düzenlenmesi  Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından mart ayı içinde belirlenecek bir tarihte “Meyve Günü” etkinliğinin yapılması. | MART |  |  |  |
| 1-7 Nisan Kanser Haftası etkinliklerinin ( Beslenme ile kanser arasındaki ilişki üzerinde durularak) yapılması  7 Nisan "Dünya Sağlık Günü" nün okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması. Pano düzenlenmesi ve seminer verilmesi  Sağlık için doğa yürüyüşü yapılması tüm sınıflar ve öğretmenlerin katılımıyla  Toplum Sağlığı Merkezi ile işbirliği yapılarak öğrencilerimize kadın sağlığı ve hijyen seminerinin verilmesi. | NİSAN |  |  |  |
| 10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü” nün etkin bir şekilde kutlanması ve bu doğrultuda öğrenci ve velilerle yürüyüş düzenlenmesi.  “22 Mayıs Dünya Obezite Günü’’ ile ilgili etkinlikler yapmak.  Tüm öğrenci, öğretmen ve çalışanlarla okulumuzda sabah sporu yapmak  “Obezite ‘’ile ilgili broşür ve duvar gazetesi oluşturma.  Çeşitli dallarda sınıflar arası spor karşılaşmalarının yapılması | MAYIS |  |  |  |
| Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ile değerlendirme yapılması  Yapılan Çalışmaların okul web sitesinde yayınlanması | HAZİRAN |  |  |  |