

BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ:Konya ili, Beşşehir Cumhuriyet Anaokulunda Beslenme Dostu Okul Programını, Yeterli ve Dengel Beslenme ve Hareketli Yaşam uygulamaları ile öğrencilerin ve okul çalışanlarının 2019-2020 öğrenim yılı süre sonunda Yeterli ve Dengel Beslenme ve Hareketli Yaşam Bilincini kazandırmak , kazanılan bu davranışları yıl sonunda % 100 arttırmak

HEDEFLER:

- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konusunda farkındalık kazandırmak.
- Çocuklarımızın gelişmelerini takip edip proje öncesi ve sonrası genel durumu karşılaştırmak,
- Öğrencilerimizde Sağlıklı beslenme, sağlıklı yiyeceklerden uzak durma, yeterli kadar ve sağlıklı yiyecekler tüketme, spor yapma, temizlik kurallarına uyma, okulumuzda olumlu sosyal çevre oluşturma, personel ve velilerimizde sağlıklı yaşam ve beslenme davranışları oluşturma,
- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam becerilerini günlük hayatımıza katmak.
- Öğrenci, veli ve okul personelimizle sağlıklı beslenme ve aktif yaşamı %50 oranında azaltılmak.
- Okulumuzda düzenli, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam alışkanlıklarını oluşturmaları için etkinlikler yapmak
- Okul personeli ve sağlıklı yaşam konusunda davranışlarımızla öğrenci ve velilerimize örnek olmak.
- Öğrencilerimizde çeşitli gıdalar arasındaki sağlıklı olanı seçme davranışını kazandırmak.
- Öğrenci ve velilerimizi sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konusunda desteklemek.


| ETKİNLİKLER | UYGULAMA ZAMANI | AÇIK HEDEF UYGULANDI MI? | | İZLEME-DEĞERLENDİRME |
|--|-----------------|--------------------------|-------|---|
| | | EYET | HAYIR | |
| Baslenme ve Hareketi Yaşam Ekibi'nin oluşturulması | Eylül 2019 | + | | Basarıyla Uygulandı. Olumlu sonuçlar gözlemlendi. |
| Yemekhane Denetleme Ekibi'nin oluşturulması | Eylül 2019 | + | | Basarıyla Uygulandı. Olumlu sonuçlar gözlemlendi. |
| "Sebzeye Yıyıcıyum Sağlıklı Besleniyorum." Okulunda her Çarşamba sebzeye partisine katılıyorum. | Ekim 2019 | ✓ | | |
| Baslenme Dostu bilgilendirme panolarının oluşturulması | Ekim 2019 | ✓ | | |
| Dünya gıda günü Baslenme ve Gıda İsratını Önleme haftasının kutlanması | Ekim 2019 | ✓ | | |
| 'Okul mutfağında tabağımıza bitirebileceğimiz kadar yiyecek alıyoruz' uygulaması etkinliği yapılır. | Ekim 2019 | ✓ | | |
| Aile katılımını ödevi olarak ailelere "çocuğumla birlikte sağlıklı besleniyorum, sebze yiyorum" etkinliği yapmalarını isterim. | Ekim 2019 | ✓ | | |
| Boy-Kilo Ölçümünün Yapılması ve Riskli Çıkan Öğrencilerin Aile Hekimine Yönlendirilmesi | Ekim 2019 | ✓ | | |


| | | | | |
|---|-------------|---|--|--|
| Öğrenci ve velilerle kahvaltılı tabağı ve meyve tabağı hazırlanır. | Ekim 2019 | ✓ | | |
| Diyabet günü programlarının yapılması | Kasım 2019 | ✓ | | |
| Hergün 15 dk düzenli egzersiz yapılır. | Kasım 2019 | ✓ | | |
| "Yerli malî yurdun malî, herkes onu kullanmalı" temalı meyve partisi düzenlenir. | Aralık 2019 | ✓ | | |
| 'açlık ve kötü beslenme ile ilgili resim yarışması düzenlenir. | Aralık 2019 | ✓ | | |
| Boy-kilo ölçümünün Yapılması ve Riskli Çıkan Öğrencilerin Aile Hekimine Yönlendirilmesi | Aralık 2019 | ✓ | | |
| "Sağlıklı Yaşıyorum ve Bedenimin Sağlığına Dikkat Ediyorum." konulu spor salonuna gidilmesi. | Ocak 2020 | ✓ | | |
| "Obezite ile mücadele" konulu broşürler velilere gönderilir ve Obezite ile ilgili sınıf içinde sanat etkinlikleri ve proje çalışması yapılır. Yapılan çalışmaların sergilenmesi | Ocak 2020 | ✓ | | |
| Aile katılımı ödevi olarak ailelere "gocuğumla birlikte yoğurt yapıyorum" etkinliği gönderilir. | Şubat 2020 | ✓ | | |
| Dünya su günü ile ilgili parti yapılması. | Mart 2020 | | | |
| Yeşilay haftası ile ilgili sınıflarda etkinlik planlanması. | Mart 2020 | | | |
| "Sağlıklı yaşam, yaşam biçimimizdir." sloganıyla okulumu çevrem ve mahalemde spor yapma etkinlikleri yapılır. | Nisan 2020 | | | |
| Dünya Sağlık Günü ile ilgili etkinliklerin planlanması | Nisan 2020 | | | |

| | | | | | |
|---|--------------|--|--|--|--|
| Sağlıklı yaşam,düzenli beslenme konulu yürüyüş yapılır. | Mayıs 2020 | | | | |
| Dünya Süt Günü ile ilgili sınıflarda süt içme etkinliği yapılması | Mayıs 2020 | | | | |
| Çocukların boy ve kilo ölçümleri yapılır. Gelişmeler konusunda veliler bilgilendirilir. | Haziran 2020 | | | | |
| Yıllık rapor düzenlenmesi. | Haziran 2020 | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |


İLKAY DAL
Okulöncesi öğretmeni


AYŞE PARLAR
Okulöncesi öğretmeni


RUKİYE ÖZKAN
Aşçı


NURTEN ÖZEL
Müdür yardımcısı

