**TOSYA ANADOLU İMAM-HATİP LİSESİ BESLENME DOSTU OKUL PROJESi**

**YILLIK ÇALIŞMA PLANI (2019-2020)**

|  |
| --- |
| **AMAÇ:**  Tosya Anadolu İmam Hatip Lisesinde Beslenme Dostu Okul Programı ile “Beslenme ve sağlığı destekleyici bir plan geliştirerek, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konusunda farkındalığı artırarak, yapılacak uygulamalarla öğrencilerin ve okul çalışanlarının bir yılsonunda sağlıklı beslenme ve  Hareketli yaşam tarzına uygun davranışları kazanmalarını sağlayarak, destekleyici bir okul çevresi oluşturmayı amaçlıyoruz. |
| **HEDEFLER:**   1. Beslenme dostu okul politikasını oluşturup, tüm paydaşlar tarafından uygulanır kılmak. 2. Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamı desteklemek 3. Beslenme dostu okul Politikasını yaygınlaştırmak 4. Diyabet ve obezite hakkında öğrencileri bilinçlendirmek, obez öğrenci sayısını azaltmak 5. Okul personel ve öğrencilerine hijyen farkındalığı kazandırmak 6. Dışarıdan yemek yiyen öğrenci sayısını azaltmak 7. Okul kantinini sağlık bakanlığının belirlediği kriterlerde uygun hale getirmek. 8. Öğrenci velilerinde sağlıklı beslenme ve güvenilir gıda gibi konularda farkındalığın artırılmasını sağlamak 9. Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularındaki gün ve haftaları etkin bir şekilde kutlamak 10. Öğretmenler olarak Sağlıklı beslenme konusunda kazanılacak davranışlar konusunda örnek olmak 11. Yaş cinsiyet ve fiziksel duruma uygun fiziksel aktivite eğitimi vermek 12. Öğrencilerin günlük yaşamlarında fiziksel aktiviteyi artırmak 13. Pano afiş ve seminerlerle öğrencilerde farkındalık yaratmak |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| UYGULAMA ZAMANI | ETKİNLİKLER | AÇIKLAMALAR | İZLEME -DEĞERLENDİRME | AÇIK HEDEF UYGULANDI MI? | |
| EVET | HAYIR |
| EYLÜL | 1.Beslenme, Hareketli Yaşam ve Denetleme Ekibinin oluşturulması ve ilk toplantısının gerçekleştirilmesi. | 1.Beslenme, Hareketli Yaşam ve Denetleme Ekibi tarafından | Beslenme, Hareketli Yaşam ve Denetleme Ekibi oluşturuldu. |  | |
| 2. Beslenme dostu okul projesi yıllık planının hazırlanması. | 2.Yönetim Faaliyetleri Ekibi | Beslenme dostu okul projesi Tosya Anadolu İmam-Hatip Lisesi 2019-2020 Eğitim-Öğretim Yılı Planı Yönetim Faaliyetleri ekibi tarafından oluşturularak tüm öğretmenlerle bildirildi. |  | |
| 3. Beslenme Dostu Okul Projesi için sınıf öğrenci temsilcilerinin seçilmesi. | 3.Sınıf Öğretmenleri rehberliğinde öğrenciler tarafından; |  |  | |
| 4. Beslenme dostu bilgilendirme panosunun oluşturulması. | 4.Yönetim Faaliyetleri Ekibi | Yönetim Faaliyetleri Ekibi tarafından 2. Kat Koridorunda Besleme Dostu Okul panosu oluşturuldu. |  | |
| EKİM  ASASASASASASA | 1. Beslenme bilgilendirme afiş, poster ve broşürlerin asılması. | 1. Destekleyici Okul Çevresi Oluşturma ve Fiziki Koşullar Ekibi |  |  | |
| 2.Hafta içi öğlen teneffüslerde öğrencilerin bahçede hareketli oyunlar oynamasını sağlanması. | 2. Okul Bahçesi Nöbetçi Öğretmenleri |  |  | |
| 3.Yemek Menüsüne kalorilerin eklenmesi | 3.Pansiyondan Sorumlu Müdür Yardımcısı | Yurttan Sorumlu Müdür Yardımcısı Tarafından okul yemek menülerine kaloriler eklendi. |  | |
| 1.Diyabetle İlgili Tüm Öğrencilere ve öğretmenlere bilgilendirme yapılması | 1. İlçe Toplum Sağlığı Merkezi | 14.11.2019 Perşembe günü "Dünya Diyabet Günü" kapsamında İlçemiz Toplum Sağlığı Merkezinden Dr. Bengü BOTSALI ve Dr. Ayşe Meryem YALÇIN tarafından Okulumuz öğretmen ve öğrencilerine seminer verildi. |  | |
| 2.18-24 Kasım Ağız ve Diş Sağlığı Haftasında Öğrencilere bu konuda seminer verilmesi | 2.Diş Hekimi Ayşe GEÇMİŞ | 26.11.2019 Salı günü Diş Hekimi Ayşe GEÇMİŞ tarafından Ağız ve Diş Sağlığı konusunda öğrenci ve öğretmenlerimize seminer verildi |  | |
| KASIM | 3. “Sağlıklı Beslenme Alışkanlıkları” konusunda velilere rehberlik bülteni ulaştırılması. | 3.Okul Rehber Öğretmeni veya Diyetisyen | Okul rehber öğretmeni Nagehan TOP sağlıklı beslenme broşürü hazırlayarak tüm velilere öğrenciler aracılığıyla gönderdi. |  | |
| 4. Okul içi ve sınıf içi Beslenme Dostu Okul panolarının zenginleştirilmesi. | 4. Destekleyici Okul Çevresi Oluşturma ve Fiziki Koşullar Ekibi |  |  | |
| ARALIK | 1. Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması, istatistiklerin tutulması. Yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülüp sağlık kuruluşuna yönlendirilmesi. | 1.Okul Sağlığı Hizmetleri Ekibi | Öğrencilerin boy ve kilo ölçümleri beden Eğitimi Öğretmeni ve Okul Müdür yardımcısı Selim ÖNEN tarafından yapılarak e okul sistemine kaydedildi. Bu sonuçlar doğrultusunda okul rehber öğretmeni normal kilosunun altında ve üstünde olan öğrencilerin ailelerini bilgilendirdi. |  | |
| 2. Şubeler arası masatenisi turnuvalarının yapılması | 2. Destekleyici Okul Çevresi Oluşturma ve Fiziki Koşullar Ekibi |  |  | |
| 3. Beslenme konusuyla ilgili slogan yarışması düzenlenmesi, dereceye girenlerin ödüllendirilip, sloganların sergilenmesi. | 3.Eğitim Faaliyetleri ve Farkındalığın Arttırılması |  |  | |
| 4.Hafta içi öğrencilerin birlikte sabah jimnastiği yapması. | 4.Nöbetçi Öğretmenler tarafından |  |  | |
| 5. Okul yemekhanesinin denetlenmesi. | 5. Destekleyici Okul Çevresi Oluşturma ve Fiziki Koşullar Ekibi |  |  | |
| 6.Mutfakta ve tuvaletlerdeki lavaboların yanlarına doğru el yıkama ile ilgili stickerların yapıştırılması. | 6.Okul İdaresi | Okul idaresi ve Matematik öğretmeni Yaşar Doğan tarafından lavaboların etrafına doğru el yakıma stickerleri yapıştırıldı. |  | |
| 7.Yemekhaneye sağlıklı beslenme piramidinin yaptırılması. | 7.Okul İdaresi |  |  | |
| 8.Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda velilere bilgilendirme yapılması | 8.Rehber Öğretmen yada Diyetisyen | Okul Rehber Öğretmeni Nagehan TOP tarafından 20.12.2019 tarihinde okul konferans salonunda Sağlıklı Yaşam ve Sağlıklı Beslenme hakkında seminer verildi. Ayrıca veliler konuyla ilgili hazırlanan broşürler dağıtıldı. |  | |
| 9. Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul internet sayfasında sergilenmesi | 9.Okul İdaresi |  |  | |
| 10.12-18 Aralık Yerli Malı Haftasında her sınıfta sağlıklı yemek yeme etkinliği yapılması | 10.Sınıf Öğretmenleri |  |  | |
| OCAK | 1.Eğitim faaliyetlerini yürütmek üzere uygun yerlere afiş, poster, broşür gibi materyallerin asılması. | 1.Destekleyici Okul Çevresi Oluşturma ve Fiziki Koşullar Ekibi |  |  | |
| 2. Sağlıklı Beslenme konulu resim yarışmasının yapılması | 2.Eğitim Faaliyetleri ve Farkındalığın Arttırılması Ekibi |  |  | |
| 3. Resim yarışmasına katılan çalışmaların değerlendirilmesi, dereceye girenlerin sertifika verilmesi ve tüm eserlerin sergilenmesi. | 3.Eğitim Faaliyetleri ve Farkındalığın Arttırılması Ekibi |  |  | |
| 4. Sınıf ortamında beslenmeyi konu alan tartışma ortamının yaratılması için sınıf öğretmenleriyle görüşülmesi. | 4.Sınıf Öğretmenleri |  |  | |
| 5. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi. | 5.Sınıf Öğretmenleri |  |  | |
| 6. Okul yemekhanesinin denetlenmesi | 6. Destekleyici Okul Çevresi Oluşturma ve Fiziki Koşullar Ekibi |  |  | |
| ŞUBAT | 1.Meyve ve süt günleri düzenlemek | 8.Okul İdaresi |  |  | |
| 2. “El hiyeni” hakkında bilgilendirme | 2. Sınıf Öğretmenleri tarafından |  |  | |
| 3. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi. | 3. Sınıf Öğretmenleri tarafından |  |  | |
| 4. “Besinler ve Besin Öğeleri” adlı broşürün velilere ulaştırılması. | 4.Okul Rehber Öğretmeni |  |  | |
| 5.Hafta içi öğlen saatinde öğrencilerine hareketli oyunlar oynamasını sağlanması. | 5.Okul Bahçe Nöbetçisi |  |  | |
| 6. Okul yemekhanesinin denetlenmesi. | 6. Destekleyici Okul Çevresi Oluşturma ve Fiziki Koşullar Ekibi |  |  | |
| 7.Okul temizlik personeline hijyen eğitimi verilmesi. | 7.Eğitim Faaliyetlerinde Farkındalığın Arttırılması Ekibi |  |  | |
| MART | 1. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının düzenlenmesi. | 1.Sınıf Öğretmenleri |  |  | |
| 2. Beden Eğitimi dersi ve hareketli yaşamın önemi konusunda bilgilendirme | 2.Okul Sağlığı Hizmetleri  Ekibi |  |  | |
| 3. Sağlıklı beslenme ve obezite konularında bilgilendirme. | 3. Eğitim Faaliyetlerinde Farkındalığın Arttırılması Ekibi |  |  | |
| 4.“Tükettiğimiz hazır içecekler ve Fastfood” hakkında bilgilendirme. | 4. Eğitim Faaliyetlerinde Farkındalığın Arttırılması Ekibi |  |  | |
| 5. Okul yemekhanesinin denetlenmesi. | 5. Destekleyici Okul Çevresi Oluşturma ve Fiziki Koşullar Ekibi |  |  | |
| 6.Dünya Su gününde tüm okulun aynı anda su içmesi farkındalık çalışması | 6.Eğitim Faaliyetlerinde Farkındalığın Arttırılması Ekibi |  |  | |
| 7.11-17 Mart Dünya Tuza Dikkat Gününden yemeklere az tuz katılmasının teşvik edilmesi | 7. Eğitim Faaliyetlerinde Farkındalığın Arttırılması Ekibi |  |  | |
| NİSAN | 1. Çeşitli dallarda spor turnuvaları düzenlenmesi. | 1.Eğitim Faaliyetlerinde Farkındalığın Arttırılması Ekibi |  |  | |
| 2. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi. | 2.Sınıf Öğretmenleri |  |  | |
| 3.Hafta içi öğlen saatinde öğrencilerin birlikte hareket etmelerinin sağlanması. | 3.Okul Bahçe Nöbetçisi Öğretmen |  |  | |
| 4. Okul yemekhanesinin denetlenmesi. | 4. Destekleyici Okul Çevresi Oluşturma ve Fiziki Koşullar Ekibi |  |  | |
| 5. 7 Nisan "Dünya Sağlık Günü" nün okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması. | 5.Eğitim Faaliyetlerinde Farkındalığın Arttırılması |  |  | |
| MAYIS | 1. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi | 1.Sınıf Öğretmenleri |  |  | |
| 2.Okul yemekhanesinin denetlenmesi. | 2. Destekleyici Okul Çevresi Oluşturma ve Fiziki Koşullar Ekibi |  |  | |
| 3. 10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü"'nün etkin bir şekilde kutlanması ve bu doğrultuda öğrenci ve velilerle yürüyüş düzenlenmesi.afiş ve broşürler hazırlanması | 3.Eğitim Faaliyetlerinde Farkındalığın Arttırılması Ekibi |  |  | |
| 4. 22 Mayıs "Dünya Obezite Günü"'nün etkin bir şekilde kutlanması | 4. Eğitim Faaliyetlerinde Farkındalığın Arttırılması Ekibi |  |  | |
| 5.Velilerle Birlikte Sağlıklı besinlerden oluşan bir piknik organizasyonunun yapılması | 5. Eğitim Faaliyetlerinde Farkındalığın Arttırılması Ekibi |  |  | |
| HAZİRAN | 1. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi | 1.Sınıf Öğretmenleri |  |  | |
| 2. Hafta içi öğlen saatinde öğrencilerin birlikte hareket etmelerinin sağlanması. | 2.Okul Bahçe Nöbetçisi Öğretmen |  |  | |
| 3. Okul yemekhanesinin denetlenmesi. | 3.Destekleyici Okul Çevresi Oluşturma ve Fiziki Koşullar Ekibi |  |  | |
| 4. Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi | 4.Beslenme, Hareketli Yaşam ve Denetleme Ekibi tarafından |  |  | |

Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi

Mustafa Cengiz ERKULA Selim ÖNEN Funda Lütfiye KIRICI Salih ŞEKERCİ

Müdür Yardımcısı Beden Eğitimi Öğretmeni Matematik Dersi Öğretmeni Meslek Dersleri Öğretmeni

Müdür Yardımcısı

Nagehan TOP Metin TİFTİKCİOĞLU Ali GENÇTÜRK Mustafa HASAR

Rehber Öğretmen Okul Aile Birliği Üyesi Öğrenci Temsilcisi Aşçı

Hasan ÇOLAKOĞLU

Okul Müdürü