



2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI  
ESPIYE ŞEHİT CENGİZ SARIBAŞ  
MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ  
“BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ”  
YILLIK ÇALIŞMA PLANI



Milli Eğitim Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığının işbirliği içerisinde yürüttüğü "Beslenme Dostu Okul" projesine okulumuz da başvurmuş bulunmaktadır.

Proje kapsamında Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Beslenme Dostu Okul Projesi Yıllık Planı oluşturularak çalışmalarına başlanmıştır.

### BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ

Öğrencilerin kişiliği özellikle okul çağlarında şekillenmekte ve yetişkin çağdaki davranışları üzerinde etkili olacak alışkanlıkların edinilmesi yine bu yıllara dayanmaktadır. Bu nedenle, okul içinde sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamın teşvik edilmesi amacıyla bu konuda yapılan uygulama ve faaliyetler ile öğretmenlerin sergilediği örnek davranışlar, çocuk ve gençlerimizin sağlıklı yaşam alışkanlıklarını kazanmalarında temel rol oynamaktadır.

Koruyucu sağlık hizmetleri kapsamında, okullarda sağlıklı beslenme, obezitenin önlenmesi ve hareketli yaşam konularında duyarlılığın artırılması ve bu konuda yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi amacıyla, Milli Eğitim Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığının işbirliği içerisinde yürüttüğü "Beslenme Dostu Okul" projesine okulumuz da başvurmuş bulunmaktadır.

Proje kapsamında Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Beslenme Dostu Okul Projesi Yıllık Planı oluşturularak çalışmalarına başlanmıştır.

### HEDEFLERİMİZ

- \* “Beslenme Dostu Okul Projesi” ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik edilmesi
- \* Okullarımızda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin alınması
- \* Veliler ve öğrencilerde hareketli yaşam konusunda duyarlılığın artırılması
- \* Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi
- \* Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması

### AMAÇLARIMIZ

Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamak için;

- \* Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,
- \* Çocuklarda obezite,
- \* Sağlıklı okul dönemi,
- \* Sağlık risklerine göre (Hiperlipidemi, tiroid hastalıkları, demir yetersizliği, kansızlık, diyabet vb.) çocuk ve aile beslenmesi programlarıyla genç nesillerin sağlıklı yetişmesine destek vermek. Aile bireylerinde beslenme bilincini arttırmak, sağlık risklerini azaltmak ve sağlıklı nesiller yetiştirmek için gerekli beslenme eğitim hizmetini sağlamak.

# SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

Aşağıdaki isimlerden oluşmuştur.

S.N	GÖREVİ/BRANŞI	ADI SOYADI
1	OKUL MÜDÜRÜ/ TARİH	ALPTEKİN GÜLER
2	MÜDÜR YARD./ELEKTRİK	NİHAT ERDOĞAN
3	MÜDÜR YARD./BİYOLOJİ	BURAK KARACA
4	MÜDÜR YARD./ DİN KÜLTÜRÜ	GÜLİZAR TORUN
5	MÜDÜR YARD./ELEKTRİK	OSMAN KOÇ
6	KİMYA ÖĞRETMENİ	SEZER TURAN
6	FİZİK ÖĞRETMENİ	CENGİZ TELATAR
7	GÖRSEL SANATLAR ÖĞRETMENİ	SEVGİ DİLBEROĞLU
8	MUHASEBE ÖĞRETMENİ	ELİF DİZDARBEK
9	TARİH ÖĞRETMENİ	MUSTAFA KARAKAŞ
10	REHBER ÖĞRETMEN	MUSTAFA CAN ÇELEBİ
11	BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ	ATA ATAKUL
12	ÇOCUK GELİŞİMİ ÖĞRETMENİ	RUKİYE YILMAZ
13	BİLİŞİM TEKNOLOJİLERİ ÖĞRETMENİ	RAHMİ KARAÇAL
14	İNGİLİZCE ÖĞRETMENİ	SONER UZUN
15	OKUL AİLE BİRLİĞİ	ADNAN MERTEK
16	KANTİN SORUMLUSU	SEDEF ZAİM

27 Eylül	Dünya Okul Sütü Günü
15 Ekim	Dünya El Yıkama Günü
16 Ekim	Dünya Gıda Günü
3 -4 Ekim	Dünya Yürüyüş Günü
14 Kasım	Dünya Diyabet Günü
24 Kasım	Çocuk Hakları Günü ve Öğretmenler Günü
18-24 Kasım	Ağız ve Diş sağlığı Haftası
12-18 Aralık	Yerli Malı Haftası
22 Mart	Dünya Su Günü
11-17 Mart	Dünya Tuza Dikkat Haftası
7 Nisan	Dünya Sağlık Günü
15 Nisan	Büyümenin İzlenmesi günü
7-13 Nisan	Dünya Sağlık Haftası
10 Mayıs	Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü
22 Mayıs	Dünya Obezite Günü

AY	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLULARI
EYLÜL	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması.	Okul Müdürlüğü
	Mutfak, yemekhane,kantin denetleme ekibinin oluşturulması.	Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi
	Beslenme dostu okul projesi için sınıf temsilcilerinin seçilmesi.	Sınıf Rehber Öğretmenleri tarafından
	Eylül ayı çalışma raporunun ve ekim ayı yemek listesinin hazırlanması.	Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi,Osman KOÇ
EKİM	Yıllık çalışma planının hazırlanıp internette yayınlanması.	Rahmi KARAÇAL
	Okul panosunun oluşturulması, afişlerin asılması.	Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü
	Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi.	Beden Eğitimi Öğretmenleri
	‘‘ Sağlık için 10 bin adım ‘‘ etkinliğinin düzenlenmesi	Beden Eğitimi Öğretmenleri
	Hijyen konusunda seminer düzenlemesi	Burak KARACA
	Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi	Rehber Öğretmeni, Sınıf Rehber Öğretmenleri
	Ekim ayı raporunun ve kasım ayı beslenme listesinin hazırlanması.	Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi,Osman KOÇ
KASIM	Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere,öğretmenlere ve okul çalışanlarına bilgiler verilmesi.	Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü
	Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması	Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü
	‘‘14 Kasım Dünya Diyabet Günü’’ nedeniyle abur cubur son etkinliği yapılması.	Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü
	Öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi.	Sınıf Rehber Öğretmenleri
	Kasım ayı raporu ve aralık ayı beslenme listesinin hazırlanması.	Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi,Osman KOÇ
ARALIK	El hijyeni hakkında sınıfları bilgilendirme.	Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü
	Okul beslenme panosunda ‘‘Sağlıklı ve Dengeli Beslenme’’ ile ilgili bilgiler duyurulması.	Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü
	Aralık ayı rapor ve ocak ayı beslenme listesinin hazırlanması.	Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi
	Okulun web sayfasında beslenme köşesinin oluşturulması.	Rahmi KARAÇAL
	Fastfood hakkında bilgilendirme. Abur cuburlar hakkında bilgilendirme	Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü
	‘‘Tuza Dikkat!’’ konulu pano çalışması.	Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü

<b>OCAK</b>	Meyve ve süt günleri düzenlemek.	Gülizar TORUN
	Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi, beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi.	Sınıf Rehber Öğretmenleri
	Ocak ayı raporu ve şubat ayı beslenme listesinin hazırlanması.	Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi,Osman KOÇ
<b>ŞUBAT</b>	Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici video İzletilmesi.	Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü
	Şubat ayı rapor ve mart ayı beslenme listesinin hazırlanması.	Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi,Osman KOÇ
	Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın artırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (fındık, ceviz, badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması.	Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü
<b>MART</b>	Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında pano hazırlanması.	Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü
	Mart ayı rapor ve nisan ayı beslenme listesinin hazırlanması.	Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi,Osman KOÇ
	Ağız ve diş sağlığı ile ilgili alanında uzman kişileri çağırarak sunum yapılması.	Burak KARACA
	“22 Mart Dünya Su Günü” dolayısıyla konferans yapılması.	Burak KARACA
	“Sağlıklı Gelecek” konulu resim yarışması düzenlenmesi	Sevgi DİLBEROĞLU
<b>NİSAN</b>	“Sağlık için yürüyüş” yapılması.	Beden Eğitimi Öğretmenleri
	Bocce,masa tenisi ,dart turnuvalarının yapılması	Ata ATAKUL, Mustafa KARAKAŞ
	Nisan ayı rapor ve mayıs ayı beslenme listesinin hazırlanması.	Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi,Osman KOÇ
<b>MAYIS</b>	Voleybol,curling,hemsball turnuvalarının yapılması	Beden Eğitimi Öğretmenleri
	“22 Mayıs Dünya Obezite Günü” ile ilgili etkinlikler yapmak.	Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü
	“Obezite” ile ilgili broşür ve duvar gazetesi oluşturma.	Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü
	Mayıs ayı rapor ve haziran ayı beslenme listesinin hazırlanması.	Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi,Osman KOÇ
<b>HAZİRAN</b>	Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi	Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi

Alptekin GÜLER

OKUL MÜDÜRÜ