**YEŞİL SİLVAN MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ BESLENME DOSTU OKUL PLANI**

|  |
| --- |
| **AMAÇ:**  Yeşil Silvan Mesleki Ve Teknik AnadoluLisesi 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 süreç içinde yapılacak etkinlikler ile öğrencilerde sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam tarzına uygun davranışları kazanmalarını sağlamak. Ayrıca 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) Bölgenin sosyo-kültürel yapısını dikkate alarak 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 |

**ETKİNLİKLER VE İZLEME-DEĞERLENDİRME**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME VE DEĞERLENDİRME** |
| 1 | Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması. | EKİM |  |  |  |
| 2 | Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından Beslenme Dostu Okul Yıllık Çalışma Planının Hazırlanması. | EKİM |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME VE DEĞERLENDİRME** |
| **1** | Belenme Dostu Okul Projesi İçin Sınıf Öğrenci Temsilcilerinin Seçilmesi. | KASIM |  |  |  |
| **2** | Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun  Oluşturulması. | KASIM |  |  |  |
| **3** | Çeşitli Spor Dallarında Takımların Kurulması Ve Müsabakalara (Turnuvalara) Katılımın Sağlanması. | KASIM |  |  |  |
| **4** | 14 Kasım Diyabet Günü İle İlgili Öğrenciler Tarafından Pano Oluşturulması. | KASIM |  |  |  |
| **5** | Kantin Denetiminin Yapılması. | KASIM |  |  |  |
|  | Okullar Arası Futbol ve Voleybol Turnuvalarına katılım Sağlamak. | KASIM |  |  |  |
| **6** | 14 Kasım Diyabet Günü İle İlgili Öğrencilere Seminer Verilmesi. | KASIM |  |  |  |
| **8** | Öğretmenlere Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Semineri Verilmesi. | KASIM |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME VE DEĞERLENDİRME** |
| **1** | Veli Toplantılar ve Çeşitli İletişim Araçları İle Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Konusunda Bilgilendirmeler Yapılması. | ARALIK |  |  |  |
| **2** | Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun  Oluşturulması. | ARALIK |  |  |  |
| **3** | Sağlıklı Beslenme Rehberi Hazırlanması. | ARALIK |  |  |  |
| **4** | Okul Web Sayfasında Beslenme Dostu Okul Bölümünün Oluşturulması. | ARALIK |  |  |  |
| **5** | Kantin Denetiminin Yapılması. | ARALIK |  |  |  |
| **6** | Öğrencilerin Sosyal Medyaya Olan İlgilerinden Yararlanarak Onlara Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşamı Her Daim Hatırlatacak Yeşil Silvan Mesleki Ve Teknik AnadoluLisesi Beslenme Dostu Okul Grubunun Kurulması. | ARALIK |  |  |  |
| **7** | Öğrencilerin Boy Ve Kilolarının Tespit Edilmesi, Beden Kitle Endeksinin Hesaplanarak Öğrenci Ve Velilerle Paylaşılması. | ARALIK |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME VE DEĞERLENDİRME** |
| **1** | Sınıflar Arasında Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşamı Teşvik Edici Slogan Yarışması Düzenlenmesi. | OCAK |  |  |  |
| **2** | Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun  Güncellenmesi. | OCAK |  |  |  |
| **3** | Öğrencilerimize Fast-Food Ve Hazır İçecekler İle İlgili Bilgilendirmelerin yapılması. | OCAK |  |  |  |
| **4** | Kantin Denetiminin Yapılması. | OCAK |  |  |  |
| **5** | Sınıflar Arasında Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşamı Teşvik Edici Resim Yarışması Düzenlenmesi. | OCAK |  |  |  |
| **6** | Beden Eğitimi Derslerinde Dersin Ve Sporun Önemi Hakkında Bilgilendirmeler Yapılması. | OCAK |  |  |  |
| **7** | 1.Dönem Çalışmalarının Değerlendirilmesi Ve Yapılan Çalışmaların Web Sayfasında Yayınlanması. | OCAK |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME VE DEĞERLENDİRME** |
| **1** | Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun  Güncellenmesi. | ŞUBAT |  |  |  |
| **2** | 9.Sınıflar Arasında Sağlıklı Beslenme Konulu Bilgi Yarışması Düzenlenmesi. | ŞUBAT |  |  |  |
| **3** | Kantin Denetiminin Yapılması. | ŞUBAT |  |  |  |
| **4** | Risk Grubunda Bulunan Öğrencilerin Aile Hekimlerine Yönlendirilmesi Çalışmaları. | ŞUBAT |  |  |  |
| **5** | 9.Sınıf Öğrencilerinin Sağlık Bilgisi Dersi Kapsamında Yemek Fabrikasına Ziyaret Etme Çalışmasının Yapılması. | ŞUBAT |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME VE DEĞERLENDİRME** |
| **1** | Ergenlerde Sağlık Adlı Broşürün, Hazırlanıp Velilere Dağıtılması. | MART |  |  |  |
| **2** | Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun  Güncellenmesi. | MART |  |  |  |
| **3** | Aile Ve Sosyal Politikalar Müdürlüğü Ve Toplum Sağlığı Merkezi İle İşbirliği Yapılarak Öğrencilerimize Kadın Sağlığı Ve Hijyen Seminerinin Verilmesi. | MART |  |  |  |
| **4** | 22 Mart Dünya Su Gününün Kutlanması. | MART |  |  |  |
| **5** | Kantin Denetiminin Yapılması. | MART |  |  |  |
| **6** | Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi Ve Sınıf Temsilcilerince Okul Bahçesinin Düzenlenmesi. | MART |  |  |  |
| **ETKİNLİKLER** | | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME VE DEĞERLENDİRME** |
| **1** | Sınıflar Arasında Spor Müsabakalarının Düzenlenmesi. | NİSAN |  |  |  |
| **2** | Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun  Güncellenmesi. | NİSAN |  |  |  |
| **3** | 7 Nisan Dünya Sağlık Gününün Kutlanması. | NİSAN |  |  |  |
| **4** | Öğrencilerin Boy Ve Kilolarının Yeniden Ölçülmesi, Beden Kitle Endeksinin Hesaplanarak Öğrenci Ve Velilerle Paylaşılması. | NİSAN |  |  |  |
| **5** | Kantin Denetiminin Yapılması. | NİSAN |  |  |  |
| **6** | Yaz Aylarında Sağlıklı Beslenme Adlı Broşür Hazırlanarak Velilerle Paylaşılması. | NİSAN |  |  |  |
| **7** | Beden Eğitimi Ve Sporun Önemi Hakkında Bilgilendirmeler Yapılması. | NİSAN |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME VE DEĞERLENDİRME** |
| **1** | 10 Mayıs Dünya Sağlık İçin Hareket Et Gününün Kutlanması. | MAYIS |  |  |  |
| **2** | Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun  Güncellenmesi. | MAYIS |  |  |  |
| **3** | Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü Etkinlikleri Kapsamında Öğretmenler Ve Öğrencilerle Birlikte Doğa Yürüyüşünün Düzenlenmesi. | MAYIS |  |  |  |
| **4** | 22 Mayıs Dünya Obezite Gününün Sınıf Temsilcileri Tarafından Kutlanması. | MAYIS |  |  |  |
| **5** | Kantin Denetiminin Yapılması. | MAYIS |  |  |  |
| **6** | Tüm Öğretmen Ve Öğrencilere Obezite Konusunda Seminer Verilmesi. | MAYIS |  |  |  |
| **7** | El Hijyeni İle İlgili Seminer Verilmesi. | MAYIS |  |  |  |
| **8** | Nevruz Kutlamaları ve Geleneksel Bahar Şenliği çerçevesinde okul bahçesinde piknik düzenlenmesi ve sportif müsabakaların yapılması. | MAYIS |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME VE DEĞERLENDİRME** |
| **1** | Beden Eğitimi Derslerinde Öğrencilerin Kişisel Gelişimine Katkı Sağlayacak Etkinlikler Yapılması. | HAZİRAN |  |  |  |
| **2** | Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun  Güncellenmesi. | HAZİRAN |  |  |  |
| **3** | Yıl Boyunca Yapılan Çalışmalarının Değerlendirilmesi Ve Yapılan Çalışmaların Web Sayfasında Yayınlanması. | HAZİRAN |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Nazlı DEMİR Beden Eğitimi Öğrt. |  | Mehmet ASLAN  Biyoloji Öğrt. | Sevgi DEMİRCAN Sağlık Alan Şefi |
| Yakup ASLAN Edebiyat Öğrt. |  | Gizem KURKUT  Sağlık Alanı Öğrt. | Faruk TOKMAK Veli |
|  | Bahar SEVİMLİ Okul Meclis Başkanı | Bayram ULAŞ Kantin İşletmecisi |  |
|  |  |  | Mehmet Salih ÇAÇAN Okul Müdürü |