

**2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  
**27 ARALIK LİONS ORTAOKULU**  
**BESLENME DOSTU OKUL PROGRAMI**

Milli Eğitim Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığı işbirliği protokolü çerçevesinde yürütülen “Beslenme Dostu Okul Programı”na okulumuzda katılmış bulunmaktadır. Proje kapsamında Okul sağlığı Yönetim Ekibi kurulmuş ve projenin yıllık çalışma programı tüm okulun katılabileceği şekilde planlanmış, çalışmalar eylül ayı itibari ile başlamıştır.

**AMAC:**

Son yıllarda ülkemizde dahil olmak üzere Dünya genelinde obezite ve hareketsiz yaşam en önemli sorunlar arasında almaktadır. Obezite özellikle genç nüfusu etkileyen ve diyabet, kalp ve damar hastalıkları gibi çok sayıda hastalığa zemin hazırlayan bir sorun olmuştur. Hareketsiz yaşamda benzer şekilde birçok sağlık sorunlarını beraberinde getirmektedir.

**HEDEFLER**

- 2019-2020 eğitim öğretim yılı süre sonunda Yeterli ve Dengeli Beslenme, Hareketli Yaşam Bilincini kazandırmak,
- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için Beslenme Dostu okul yıllık çalışma planını uygulamak
- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamın sağlığımıza etkileri konusunda farkındalık yaratmak
- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam hayat tarzı olarak benimsetmek,
- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamın eğitimine aile, çevre, okul ortamına katmak,
- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konusunda ulusal ve uluslararası gün ve haftalara ilişkin kutlamalar yapmak
- Obezite, diyabet gibi beslenme temelli hastalıklar ve korunma yöntemleri hakkında öğrencileri bilgilendirmek,
- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için okul çevresi ve koridorlarını uygun şekilde kullanmak
- Sağlıksız besinleri tercih etmeme alışkanlıklarını kazandırmak
- Spor ve sağlıklı yaşam ilişkisi konusunda farkındalık yaratmak,
- Sağlıklı besinleri ve yaşına uygun fiziksel aktiviteleri seçmek
- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam uygulamalarını teşvik etmek için öykü, resim, karikatür yarışmaları düzenlemek
- Sporu günlük hayatın parçası haline getirmek

## BESLENME DOSTU OKUL PROGRAMI

### YILLIK ÇALIŞMA PLANI

Aylar-Belirli Gün veHaftalar	PLANLANAN ÇALIŞMALAR	UYGULAYICI
EYLÜL	Beslenme ve Hareketli Yaşam İçin "Okul Sağlığı yönetim Ekibi"nin oluşturulması ve ilk toplantısının gerçekleştirilmesi.	Okul Müd. Yrd. Meral Gülçimen Fen bilimleri Öğrt. Dr. İlknur Karaca Nevin Evirgen Selva Güler Ebru Işık
	Beslenme Dostu Okul Programı yıllık planının hazırlanması.	Fen bilimleri Öğrt. Dr. İlknur Karaca Nevin Evirgen Selva Güler Ebru Işık
	Yıllık çalışma planı kapsamında çalışmalarını yürütmek üzere uygulayıcıların belirlenmesi	Okul Müd. Abbas Bütün Okul Müd. Yrd. Meral Gülçimen
	Beslenme dostu okul Programı tanıtımı	Dr. İlknur Karaca Nevin Evirgen Selva Güler Ebru Işık
EKİM  Dünya yürüyüş günü  Dünya El Yıkama Günü  Dünya gıda günü	3-4 ekim “ <b>DÜNYA YÜRÜYÜŞ GÜNÜ</b> ” kapsamında Çankaya belediyesi Ahlatlıbel tesislerinde “sağlıklı yaşam yürüyüşü” düzenlenmesi	Okul Sağlığı yönetim Ekibi Beden eğitimi Öğrt Aytunga Oğuzhan
	16 Ekim “ <b>DÜNYA GIDA GÜNÜ</b> ” ve <b>Dünya Yürüyüş Günü</b> kapsamında Beslenme Dostu okul panosunun afiş, görsel, broşürlerle güncellenmesi	Fen bilimleri Öğrt. Ebru Işık
	Ekim ve kasım aylarında spor ile yaşam konusunda farkındalık sağlanması amacıyla her hafta pazartesi günü 1. tenefüste tüm okulun ısınma hareketleri yapılması	Beden eğitimi Öğrt Sinan Gönülrazı
	Beslenme Dostu Okul Programı için sınıf öğrenci temsilcilerinin seçilmesi	Fen bilimleri öğretmenleri
	Dünya El Yıkama Günü” ile ilgili pano düzenlenmesi,sınıflarda ve öğrenci tuvaletlerinde konu ile ilgili afişlerin asılması,öğrencilere el yıkama ile ilgili broşürlerin	Fen Bilimleri Öğretmeni Ebru Işık

	dağıtılması.	
	Okul kantinin denetlenmesi	Meral Gülçimen Nevin Evirgen Ebru Işık
<b>KASIM</b>  Dünya Diyabet Günü  Ağız Ve Diş Sağlığı Haftası	14 Kasım <b>DÜNYA DİYABET GÜNÜ</b> 'nde diyabet ile ilgili farkındalık çalışmaları kapsamında Slogan/ resim/ afiş yarışması düzenlenmesi ve derece alan çalışmaların sergilenmesi	Okul Sağlığı yönetim Ekibi Görsel sanatlar ÖğrtSertap Aşçı Türkçe öğretmeni
	18-24 Kasım <b>AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI HAFTASI</b> kapsamında okula uzman davet edilmesi/ animasyonlar izlenmesi/ dikkat çekici etkinlikler hazırlanması(Haftanın ara tatile denk gelmesi sebebiyle etkinlikler takip eden hafta yapılacaktır.)	Toplum sağlığı merkezi Okul sağlığı yönetim ekibi
	Beslenme Dostu okul panosunun “diyabet”, “ağız ve diş sağlığı” temalı olarak afiş, görsel, broşürlerle güncellenmesi	Fen bilimleri Öğrt. Dr.İlknur Karaca
	Beslenme Dostu Okul Programı çerçevesindeyapılan tüm çalışmaların Okul web sayfasında paylaşılması	Bilişim Tek. Öğrt. Şeyma Dinçal
<b>ARALIK</b>  Yerli Malı Haftası	5-8. sınıflar Sınıf rehber öğretmenleri ile iş birliği yapılarak BKİ hesaplanması için öğrencilerin yaşlarına göre boy, kilolarının belirlenmesi.	Sınıf Rehber Öğretmenleri
	12-18 Aralık <b>YERLİ MALI HAFTASI</b> kapsamında okulda sağlıklı gıdanın seçilmesi ve önemi farkındalık sağlanması amacıyla yerli ve sağlıklı besinler kermesinin düzenlenmesi	Anasınıfı öğretmenleri
	Sağlıklı beslenme pc oyunu tasarımına başlanması	Bilişim Tek. Öğrt. Şeyma Dinçal
	“Sağlık, hareketli yaşam, beslenme” konulu karikatür yarışması düzenlenmesi, derece alan çalışmaların okulda sergilenmesi.	Görsel sanatlar ÖğrtSertap Aşçı
	Beslenme Dostu okul panosunun afiş, görsel, broşürlerle güncellenmesi	Fen bilimleri Öğrt. Selva Güler
	Okul kantininin denetlenmesi	Meral Gülçimen Nevin Evirgen Ebru Işık
<b>OCAK</b>	“Sağlıklı besleniyorum ve büyüyorum” konulu öykü yarışmasının düzenlenmesi ve seçilen çalışmaların sergilenmesi	Türkçe Öğrt. Yıldız Sevimli Filiz Toskar

	Beslenme Dostu Okul Panosunun“Fastfood ve obezite”, “Meyve ve sağlık” “yeterli ve dengeli beslenme” temalı afiş, görsel, broşürlerle güncellenmesi	Fen Bilimleri Öğrt. Dr.İlknur Karaca
	Her sınıfta haftada bir kez uygulanacak şekilde fen derslerinde mevsimine uygun bir meyvenin sınıfa getirilerek sınıfta yenmesi	Fen bilimleri öğretmenleri
	Tüm okul öğrencilerinin BKİ hesaplanması ve risk grubundaki öğrencilerin belirlenmesi, velilere bilgi verilmesi	Sınıf rehber öğretmenleri Rehber öğr. Nevin Görgülü
	Dönem boyu yapılan çalışmaların değerlendirilmesi	Okul Sağlığı yönetim Ekibi
<b>ŞUBAT</b>	Beslenme Dostu Okul Panosunun “Sporcularımız” temalı afiş, görsel, broşürlerle güncellenmesi	Fen bilimleri öğrt Nevin Evirgen Sağlık temizlik kulübü öğretmenleri
	“Tükettiğimiz hazır içecekler ve Fastfood” hakkında video/ animasyon izletilmesi veya uzman davet edilmesi	Okul Sağlığı yönetim Ekibi Toplum sağlığı merkezi
	Yemek fabrikası, ekmek fabrikası vb gezi düzenlenmesi	Okul Sağlığı yönetim Ekibi
	Okul kantinini denetlenmesi	Meral Gülçimen Nevin Evirgen Ebru Işık
<b>MART</b> <b>Mart Tuza Dikkat Haftası</b>  <b>Dünya Su Günü</b>	11-17 <b>MART TUZA DİKKAT HAFTASI</b> ile ilgili Olarak yiyeceklerin tuz oranları, tuzun zararları vb hakkında bilgilendirme ve farkındalık çalışmaları	Okul Sağlığı yönetim Ekibi
	22 Mart <b>DÜNYA SU GÜNÜ</b> kapsamında sağlıklı yaşam için suyun önemi ile ilgili drama hazırlanması	Teknoloji tasarım öğ. Seçgin Uncu
	Hafta içi öğlen teneffüslerde öğrencilerin bahçede müzik eşliğinde hareketli oyunlar oynanması	Müzik Öğrt. Sevdanur Kaya
	Beslenme dostu okul panosunun “Tuz,” Su”, “Sağlık” temalı broşür, afiş, slogan ve görsellerle güncellenmesi	Fen bilimleri Öğrt. Selva Güler

<b>NİSAN</b> <b>"23 Nisan</b> <b>Ulusal</b> <b>Egemenlik ve</b> <b>Çocuk</b> <b>Bayramı</b> <b>15 Nisan</b> <b>"Büyümenin</b> <b>İzlenmesi</b> <b>Günü"</b>	<b>"23 NİSAN ULUSAL EGEMENLİK VE ÇOCUK BAYRAMI"</b> haftasında hareketli yaşamla ilgili etkinliklerin düzenlenmesi. Yarışmaların yapılması	Okul Sağlığı yönetim Ekibi Beden eğitimi öğretmenleri
	7 Nisan " <b>DÜNYA SAĞLIK GÜNÜ</b> " kapsamında Beslenme Dostu okul panosunun "Sağlık" temalı olarak afiş, görsel, broşürlerle güncellenmesi	Fen bilimleri Öğrt. Nevin Evirgen
	15 Nisan "Büyümenin İzlenmesi Günü" kapsamında sağlıklı nesiller için çocuklarımızın sağlıklı büyüme ve gelişmeleri için dengeli beslenmeleri, bulaşıcı hastalıklardan korunmaları ile ilgili bilgiler verilmesive pano oluşturulması.	Fen Bilimleri Öğretmeni Nevin Evirgen
	<b>"Dünya Sağlık Günü"</b> Okul kantinini denetlenmesi	Meral Gülçimen Nevin Evirgen Ebru Işık
<b>MAYIS-</b> <b>" Dünya</b> <b>Sağlık için</b> <b>Hareket Et</b> <b>Günü"</b>	22 Mayıs <b>DÜNYA OBEZİTE GÜNÜ</b> etkinlikleri kapsamında okula uzman davet edilmesi	Okul Sağlığı yönetim Ekibi Toplum sağlığı merkezi
	Okul çapında voleybol, futbol, masa tenisi turnuvalarının düzenlenmesi	Beden Eğitimi Öğrt. Sinan Gönülrazı Teknoloji tasarım öğrt Seçgin Uncu
	<b>DünyaObezite</b> <b>günü</b> Beslenme Dostu okul panosunun güncellenmesi "obezite" ve "Sağlık için Hareket Et" temalı afiş, görsel, broşürlerle güncellenmesi	Fen bilimleri Öğrt. Ebru Işık
	Hafta içi öğlen teneffüslerde öğrencilerin bahçede müzik eşliğinde hareketli oyunlar oynanması	Müzik Öğrt. Sevdanur Kaya
<b>HAZİRAN</b>	Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi.	Okul Sağlığı yönetim Ekibi