**BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ PLANI**

EK-4: BESLENME DOSTU OKUL PLANI

|  |
| --- |
| AMAÇ: Manisa ili Akhisar ilçesi Mustafa Sabiha Göldelioğlu Anaokulu’nda Beslenme Dostu Okul Programı ile öğretmenlerimizin, okul çalışanlarının, öğrencilerimizin ve velilerimizin sağlıklı beslenme, obezitenin önlenmesi, hareketli yaşam konularında duyarlılık kazanmalarını sağlamaktır. |
| HEDEFLER:          Sağlıklı beslenme konusunda farkındalık kazandırmak.        Okulda uygulanacak aktivitelerin evde de yapılmasını sağlamak.        Ara öğünün sağlıklı beslenmede önemli olduğunun farkına vardırmak.        Okul personeli, veli ve öğrencilerimizde obezitinin önlenmesi, sağlıklı yaşam konusunda duyarlılık kazandırmak.        Sağlıklı besinlerin hazırlanmasını ve tüketilmesini sağlamak.        Sportif faaliyetlerin sağlıklı yaşam için önemli olduğunun farkına vardırmak. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ETKİNLİKLER | UYGULAMA ZAMANI | AÇIK HEDEF UYGULANDI MI? | | İZLEME-DEĞERLENDİRME |
| EVET | HAYIR |
| v  Beslenme ve hareketli yaşam ekibinin kurulması.  v  Yemekhane denetleme ekibinin oluşturulması.  v  Yıllık çalışma planının hazırlanması.  v  Okul ve sınıf panosunun hazırlanması.  v  Ekim ayı beslenme listesinin yazılması  v  Derslerde müzik eşliğinde danslar yapmak. | Ekim |  |  |  |
| v  Öğrencilerin BKİ ölçümlerinin yapılması ve sonuçlarının velilerle paylaşılarak gerekli yönlendirmenin yapılması  v  Aralık ayı beslenme listesinin hazırlanması.  v  14 Kasım Dünya Diyabet Günü ile ilgili etkinlik yapmak  v  Diyabet ile ilgili Halk Sağlığı Merkezi çalışanının seminer vermek üzere  okula davet edilmesi.  v  Derslerde müzik eşliğinde danslar yapmak. | Kasım |  |  |  |
| v  Sınıf  panosunun güncellenmesi.  v  Abur cubura son etkinliğinin yapılması.  v  Aralık ayı beslenme listesinin hazırlanması.  v  Meyve süt günleri düzenlemek  v  Derslerde müzik eşliğinde danslar yapmak.  v  Yerli malı haftasının kutlanması.(12-18 Aralık)  v  Derslerde müzik eşliğinde danslar yapmak. | Aralık |  |  |  |
| v  Ocak ayı beslenme listesinin hazırlanması.  v  Renkleri öğretirken meyve ve sebzelerin kullanılması ve beslenme saatinde yararlarının anlatılması.  v  Haftalık ara öğün listesinin oluşturulması.  v  Türkiye tarihindeki önemli sporcularının hayat hikâyelerinin izlettirilmesi.  v  Derslerde müzik eşliğinde danslar yapmak. | Ocak |  |  |  |
| v  Şubat ayı beslenme listesinin hazırlanması.  v  Haftalık ara öğün listesinin oluşturulması.  v  Fast-food hakkında bilgilendirme.  v  BKi ölçümlerinin yenilenmesi ve velilerin bilgilendirilmesi.  v  Derslerde müzik eşliğinde danslar yapmak.  v  Sınıf panosunun güncelelenmesi. | Şubat |  |  |  |
| v  Mart ayı beslenme listesinin oluşturulması.  v  Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında öğrencilerin bilgilendirilmesi.  v  Bahçe etkinliğinin yapılması.  v  Derslerde müzik eşliğinde danslar yapmak. | Mart |  |  |  |
| v  Nisan ayı beslenme listesinin hazırlanması.  v  Haftalık ara öğün listesinin oluşturulması.  v  Panoların güncellenmesi.  v  22 Mayıs Dünya Obezite Günü ile ilgili etkinlik yapmak.  v  Derslerde müzik eşliğinde danslar yapmak | Nisan |  |  |  |
| v  Mayıs ayı beslenme listesinin hazırlanması.  v  Derslerde müzik eşliğinde danslar yapmak.  v  Bahçe etkinliklerin sayısının arttırılması. | Mayıs |  |  |  |
| v  Haziran ayı beslenme listesinin hazırlanması.    v  Yapılan çalışmaların genel değerlendirmesini yapmak. | Haziran |  |  |  |

ETKİNLİKLER VE İZLEME-DEĞERLENDİRME

Sağlıklı Yaşam ve Hareketli Yaşam Ekibi:..........................