**SANCAKTEPE İBNİ SİNA İLKOKULU**

**2023-2024 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI “OKULUMDA SAĞLIKLI BESLENİYORUM PROGRAMI ”**

**YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

 Milli Eğitim Bakanlığının yürüttüğü "Okulumda Sağlıklı Besleniyorum " programına okulumuz da katılmış bulunmaktadır.

 Program kapsamında Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Yürütücü Ekibi ve Okulumda Sağlıklı Besleniyorum programı Yıllık Çalışma Planı oluşturularak çalışmalara başlanmıştır

**OKULUMDA SAĞLIKLI BESLENİYORUM PROGRAMI**

 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 eğitmenlerin sergilediği örnek davranışlar, çocuk ve gençlerimizin sağlıklı yaşam alışkanlıklarını kazanmalarında temel rol oynamaktadır. Okulumuzda bulunan kantinde öğrencilerimize servis edilen yiyeceklerin, öğrencilerimizin fiziksel gelişimlerine ve öğrenme süreçlerinde etkisi olduğu bilinmektedir. Bu kapsamda okul ve kurumlarda, gıda güvenliği ile yeterli ve dengeli beslenme konularında farkındalık oluşturmak hedeflenmektedir. Koruyucu sağlık hizmetleri kapsamında, okullarda sağlıklı beslenme, obezitenin önlenmesi ve hareketli yaşam konularında duyarlılığın arttırılması ve bu konuda yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi amacıyla Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Yürütücü Ekibi ve Okulumda Sağlıklı Besleniyorum programı Yıllık Çalışma Planı oluşturularak çalışmalara başlanmıştır**.**

**Program Hedefi**

* Çocuğun sağlıklı beslenmeye ilişkin bilgi ve davranışı önce aile çevresinde gelişir, gerek okul öncesinde, gerekse okul yıllarında öğretmenlerinin ve çevresel etmenlerin etkisiyle belirginleşir.
* Öğrenci, veli ve öğretmenlerimizde sağlıklı beslenme kültürü oluşmasını sağlamak,
* Öğrencilerimizi fiziksel aktivite yapmaya teşvik etmek,
* Öğrencilerimizi ve velilerimizi gıda okuryazarlığı konusunda bilinçlendirmek,
* Eğitim kurumlarımızdaki gıda güvenliği ve kalitesinin artırılmasını sağlamak, beslenmeve fiziksel aktivite ortamlarını iyileştirmek,
* Okullarda öğrencilerimizi geleneksel tatlarla buluşturmak,
* Gıda israfına yönelik bilinçlendirme sağlamak.
* Gıda ve beslenme ile ilgili bilgilere ulaşma, ulaşılan bilgileri anlama, değerlendirme, bilgi ışığında doğru kararlar alarak gıda tüketim alışkanlığına dönüştürme, uygun miktarda güvenilir ve sağlıklı gıda seçme ve tüketme bilincidir.

**OKULUMDA SAĞLIKLI BESLENİYORUM PROGRAMI YÜRÜTÜCÜ EKİBİ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | Müdür Yardımcısı | Ersin ER |
| **2** | Öğretmen | Haydar Can DAYSAL |
| **3** | Öğretmen | Ayşe POLAT |
| **4** | Öğretmen | Gözde EZBERLİ |
| **5** | Öğretmen | Fatih MADEN |
| **6** | Rehber Öğretmen | Fahriye KADAK |

**HEDEFLERİMİZ**

* **"Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı" ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite koşullarına teşvik edilmesi,**
* **Okullumuzda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin alınması.**
* **Veliler ve öğrencilerde fiziksel aktivite konusunda duyarlılığın arttırılması.**
* **Sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite için yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi**
* **Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması.**
* **Bu bağlamda okulumuzda 2023-2024 öğretim yılı için “Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı” kapsamında aşağıda belirtilen çalışma planı uygulanacaktır**.

**AMAÇLARIMIZ**

* Öğrenci, veli ve öğretmenlerimizde sağlıklı beslenme kültürü oluşmasını sağlamak,
* Öğrencilerimizi fiziksel aktivite yapmaya teşvik etmek,
* Öğrencilerimizi ve velilerimizi gıda okuryazarlığı konusunda bilinçlendirmek,
* Eğitim kurumlarımızdaki gıda güvenliği ve kalitesinin artırılmasını sağlamak, beslenme ve fiziksel aktivite ortamlarını iyileştirmek,
* Okullarda öğrencilerimizi geleneksel tatlarla buluşturmak,
* Gıda israfına yönelik bilinçlendirme sağlamak
* Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağmak için; Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme, Çocukluklarda şişmanlık, Sağlıklı okul dönemi, Aile bireylerinin sağlıklı çocuklar beslenme bilincini artırma, sağlık risklerini azaltma ve sağlıklı nesiller yetiştirme için gerekli beslenme eğitim hizmetini ve fiziksel aktivite alışkanlığını kazanmasını sağlamak.

**YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **AYLAR** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLULARI** |
| **OCAK** | Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı yürütücü Ekibinin Kurulması. |  Okul Müdürü tarafından |
| Kantin Denetleme Ekibinin oluşturulması |  Okul müdürü tarafından |
| Yıllık çalışma planının hazırlanması  | Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı yürütücü Ekibi tarafından |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi  | Sınıf öğretmenleri tarafından |
| Sağlık için spor etkinliğinin yapılması | Öğretmenler Tarafından |
| Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda rehber öğretmen tarafından öğretmenlere ve okul çalışanlarına seminer verilmesi  | Rehber öğretmen Fahriye KADAK tarafından |
| Okul bahçesi ve içinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Sınıf öğretmemeleri tarafından |
| Ocak ayı besinlerinin okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması   | Öğretmenler Tarafından |
| Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi  | Öğretmenler tarafından |
| Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi | Öğretmenler tarafından |
| Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi | Öğretmenler tarafından |
| **ŞUBAT** |  Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi  | Öğretmenler tarafından |
| Okul beslenme panosunda şubat ayı besinlerinin duyurulması ve Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması | Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı yürütücü Ekibi tarafından |
|
| Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi | Okul müdür yardımcısı tarafından |
|  Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul internet sayfasında sergilenmesi | Okul müdür yardımcısı tarafından |
| Okul bahçesi ve içinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Öğretmenler tarafından  |
|  | Sağlıklı Hayat –Sağlıklı Beslenme konusunda rehber öğretmen tarafından velilere seminer verilmesi |  Rehber öğretmen tarafından |
| Beslenme listesinin Hazırlanması   | Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı yürütücü Ekibi tarafından |
|  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **MART** | Sağlıklı beslenme ve fiziksel etkinliğin öneminin okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması | Sınıf öğretmenleri tarafından |
|
| Okul bahçesi ve içinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Sınıf öğretmenleri tarafından |
| Meyve ve süt günleri düzenlemek | Sınıf öğretmenleri tarafından |
| Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim,hikaye,drama vb) | Sınıf öğretmenleri tarafından |
| Mart ayı besinlerinin okul panosunda duyurulması | Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı yürütücü Ekibi tarafından |
| **NİSAN** | Fast food hakkında öğrencileri bilgilendirme | Rehber öğretmenleri tarafından |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi | Öğretmenlerle tarafından |
|
|
| Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi | Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı yürütücü Ekibi tarafından |
| Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici cd izletilmesi | Sınıf öğretmenleri tarafından |
| Mevsim meyve günleri düzenlemek | Sınıf öğretmenleri tarafından |
| Nisan ayı besinlerinin okul panosunda duyurulması  | Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı yürütücü Ekibi tarafından |
| **MAYIS** | Okul bahçesinin düzenlenmesi | Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı yürütücü Ekibi tarafından |
| Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme  | Sınıf öğretmenleri tarafından |
| Sağlıklı için yürüyüş yapılması | Tüm sınıflar |
|  |  |
| Sağlıklı beslenme günü ve Dünya obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek. | Sınıf öğretmenleri tarafından |
| **HAZİRAN** | Okul çevresinde sağlıklı hayat sağlıklı yaşam konularında farkındalık yaratmak için çevre esnaf ve mahalle sakinleri ile görüşmek | Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı yürütücü Ekibi tarafından |
|
| Velilerin öğrencilerin katılımı ile okulumuzda sabah sporu yapmak | Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı yürütücü Ekibi tarafından |
|
| Velilerimizle sağlıklı hayat için nelerin yapıldığı ile ilgili anket yapılması | Okul müdürü tarafından  |
| Yıl boyunca yapılan çalışmaları sergilemek | Sınıf öğretmenleri tarafından |

 OKULUMDA SAĞLIKLI BESLENİYORUM PROGRAMI YÜRÜTÜCÜ EKİBİ

Ersin ER Haydar Can DAYSAL Ayşe POLAT Gözde EZBERLİ

Müdür Yrd. Sınıf Öğretmeni             Sınıf Öğretmeni    Sınıf Öğretmeni

 Fatih MADEN Fahriye KADAK

 Sınıf Öğretmeni Rehber öğretmen

Davut AKSOY

Okul Müdürü

Serkan GÜLPOLAT Okul Müdürü