

## YAMANTÜRK MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ 2019/2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI

**AMAÇ:** Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamak için; \*\* Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme, \*\* Çocukluklarda şişmanlık, \*\* Sağlıklı okul dönemi, \*\* Sağlık risklerine göre ( Hiperlipidemi, troid hastalıkları , demir yetersizliği, kansızlık ) çocuk ve aile beslenmesi, programlarıyla genç nesillerin sağlıklı yetişmesine destek vermek. Aile bireylerinin sağlıklı çocuklar beslenme bilincini artırma, sağlık risklerini azaltma ve sağlıklı nesiller yetiştirme için gerekli beslenme eğitim hizmetini sağlamak

**HEDEFLER:** 1- "Beslenme Dostu Okul Projesi" ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik edilmesi,

2- Okullumuzda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin alınması.

3- Veliler ve öğrencilerde hareketli yaşam konusunda duyarlılığın artırılması.

4- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi

5- Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması.

### Ek-4 BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

1. Müdür Yardımcısı : Ayla Sultan ACAR
2. Coğrafya Öğretmeni : Neslihan AKBAŞ
3. Biyoloji Öğretmeni : Ali PUS
4. Türk Dil. Ve Edb. Öğretmeni : Nil YALÇIN
5. Rehber Öğretmen : Mine Uludağ TÜFEKÇİ
6. Beden Eğitimi Öğretmeni : Bayram POLAT
7. Okul Aile Birliği Bşk.(Veli) : Derya ÜLKER
8. Kantin Yetkilisi : Erol SARIYILDIZ
9. Okul Öğrenci Temsilcileri
  - 10 YİY-A: Can Ölmez(50)
  - 10 YİY-B: Sude Gürel(636)
  - 10 Büro-A: Zeynep Yağmur(956)
  - 10 Muh-A: İlayda Erdoğan(2667)
  - 10 BİL-A: Zeynep Kocagöz(529)
  - 11 Büro-A: Doruk Surat(1210)
  - 11 YİY-A: Yaren Habib (1255)
  - 11 YİY-B: Hakan Yıldırım (1285)
  - 11 Muh-A: Dilara Ünlü (1338)
  - 11 BİL-A: Yaren Şeren(1332)

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
1.Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması.	Eylül			
2. Kantin Denetleme Ekibinin oluşturulması	Eylül			
3. Yıllık çalışma planının hazırlanması	Ekim			
4. Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi	Kasım			
5. Sağlık için spor etkinliklerinin yapılması	Kasım			
6. Sağlıklı Hayat – Sağlıklı Beslenme konusunda rehber öğretmen tarafından velilere bilgilendirme yapılması	Kasım			
7. Beden eğitimi dersinde okul bahçesi ve içinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Kasım			
8. Hijyen kurallarının okul beslenme panosunda duyurulması	Kasım			
9. En temiz sınıf yarışmasının düzenlenmesi ( Güvenli Hijyen ve Sanitasyon davranışını kazandırmak için.)	Kasım			
10. Dünya diyabet günü nedeniyle Abur Cubur Son Etkinliği yapılması (resim , drama , sergi vb )	Kasım			
11. Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi	Kasım			
12. Boy kilo ölçümleri yapılan öğrencilerin istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilere ve velilere bilgi verilmesi,	Kasım			

<b>13.</b> Kasım ayı raporunun yazılması .	Kasım			
<b>14.</b> El hijyeni hakkında sınıfları bilgilendirme	Aralık			
<b>15</b> Semt pazarı gezisi ve Öğrencilerimize Sağlıklı Beslen, Sağlık için Hareket Et broşürlerinin dağıtılması	Aralık			
<b>16.</b> Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi	Aralık			
<b>17.</b> En temiz sınıf yarışmasının düzenlenmesi ve Özlem ARSLAN tarafından organ bağıışı eğitimi seminerinin düzenlenmesi	Aralık			
<b>18.</b> Aralık ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması	Aralık			
<b>19.</b> Abur cuburlar hakkında bilgilendirme	Ocak			
<b>20.</b> Kişisel bakım hakkında okul panolarının hazırlanması	Ocak			
<b>21.</b> 1. Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi .	Ocak			
<b>22.</b> Beslenme okul panolarının güncellenmesi	Şubat			
<b>23.</b> En temiz sınıf yarışmasının düzenlenmesi ( Güvenli Hijyen ve Sanitasyon davranışını kazandırmak için.)	Şubat			
<b>24.</b> Okul panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması	Şubat			
<b>25.</b> Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması	Şubat			
<b>26.</b> En temiz sınıf yarışmasının düzenlenmesi	Mart			
<b>27.</b> Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarını tespit edilmesi ; beden kitle indekslerini hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunu olanların velileri ile görüşülmesi	Mart			

28. Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi	Mart			
29. Öğrencilere doğru beslenme tarafından eğitici cd izletilmesi	Mart			
30. Mart ayı rapor hazırlanması	Mart			
31. Diyetisyen Özlem AKSU tarafından Sağlıklı beslenme üzerine seminer düzenlenmesi.	Nisan			
32. Nisan ayı rapor ve beslenme listesinin yazılması, Okul bahçesinde Radison Blue oteli Baş aşçısı Uğur GÖMEÇ tarafından sağlıklı beslenmeyi teşvik amaçlı Sağlıklı sandevich hazırlama yarışmasının düzenlenmesi	Nisan			
33. Yiyecek İçecek Hizmetleri Bölümü öğrencilerine Radison Blue oteli Baş aşçısı Uğur GÖMEÇ tarafından bıçak kullanımı ve Hijyeni üzerine seminer verilmesi.	Nisan			
34. Sağlıklı beslenme günü ve Dünyanın obizite günü nedeniyle Velilerimize Yeterli ve dengeli beslenme nedir? Broşürü ile Nefes al Hareket et yaşadığını Fark Et broşürlerinin ulaştırılması	Mayıs			
35. En temiz sınıf yarışmasının düzenlenmesi( Güvenli Hijyen ve Sanitasyon davranışını kazandırmak için.)	Mayıs			

36.Yıl boyunca yapılan çalışmalarını sergilemek	Mayıs			
37. Genel değerlendirme	Haziran			
38. Haziran ayı raporu dzenlemesi	Haziran			