

## BARBAROS ORTAOKULU BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: Mersin ili, Barbaros Ortaokulunda Beslenme Dostu Okul Programının, Yıllık Planda belirtilen uygulamalar ile öğrencilerin ve okul çalışanlarının belirlene süre sonunda (1 Yıl) Hedeflerde açıklanan davranışları kazanmaları ve Sağlıklı Beslenme davranışını arttırmak.

### HEDEFLER:

- 1- Dengeli ve Düzenli Beslenme alışkanlığını bir yaşam kültürü haline getirmek.
- 2- Sağlıklı ve düzenli beslenme konusunda farkındalık kazandırmak.
- 3- Öğrencilere kişisel hijyen alışkanlığı kazandırmak.
- 4- Okul personelinin yapılacak etkinliklere aktif katılımını sağlayarak model olmalarını sağlamak.
- 5- Spor yapma alışkanlığını bir yaşam kültürü haline getirmek.
- 6- Çevreye karşı duyarlı bireyler yetiştirmek.
- 7- Proje başlangıcında yapılan Boy Kilo endeksi ölçümlerinin verilerine göre ortalama üzerinde ve altında olan öğrencilerin oranını Nisan 2018'e kadar düşürmek.
- 8- Nisan 2018 Boy Kilo endeksi ölçümlerinin verilerine göre ortalama Üzerinde ve altında olan öğrencilerin oranını Kasım 2019' a kadar düşürmek.
- 9- Velilerin farkındalığını arttırmak.
- 10- Okul çevresindeki paydaşların Dengeli ve Düzenli Beslenme konusunda farkındalıklarını arttırmak.
- 11- Hareketli yaşamı destekleyici aktiviteler düzenlemek

### ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME - DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin oluşturulması.	Kasım 2017	EVET		Ekip Başkanı Gülseren ALPAT TANTUĞ başkanlığında gerçekleştirildi.
Beslenme Dostu Okul Projesi için sınıf öğrenci temsilcilerinin seçilmesi.	Kasım 2017	EVET		Sınıf Şube Rehber Öğretmenleri tarafından gerçekleştirildi.
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun oluşturulması.	Kasım 2017	Evet		Sınıf öğrenci temsilcileri ile Teknoloji ve Tasarım Dersi Öğretmeni Şeyda Orbay Mısır tarafından gerçekleştirildi.
Beslenme bilgilendirme afiş, poster ve broşürlerin asılması.	Kasım 2017	Evet		Sınıf öğrenci temsilcileri ile Sağlık ve Temizlik Kulübü öğretmeni Zeynep YANPAR tarafından gerçekleştirildi.
Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğrencilere hatırlatılması ve uygulanması.	Kasım 2017	EVET		Beden Eğitimi Dersi öğretmenleri ve spor kulübü rehber öğretmenleri tarafından gerçekleştirildi

"Çocuk Hakları Günü" ve "Öğretmenler Günü" kutlamaları kapsamında sağlıklı besinlerin hazırlanması ve tüketilmesi	24 Kasım 2017			Tüm sınıf şube rehber öğretmenleri tarafından organize edilip veliler, öğretmenler, personel, öğrenciler tarafından kutlandı.
Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda risk grubundaki öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi.	Kasım 2017	EVET		Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından gerçekleştirildi.
Sağlıklı Beslenme Rehberi hazırlanması ve öğrenci velilerini bilgilendirme (sunum yapılması)	Aralık 2017			Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri ile Sağlık ve Temizlik Kulübü öğretmeni Tuğba Koç tarafından gerçekleştirilecek
Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin oluşturulması ve her ay güncellenmesi.	Aralık 2017 Her AY	EVET		Bilişim ve Teknoloji Dersi Öğretmeni Onur Mercimek tarafından gerçekleştirildi.
Okul kantininin denetlenmesi.	Her Ay	EVET		Kantin denetleme ekibi tarafından her ay gerçekleştirilecek.
Sınıflarda Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam panolarının oluşturulması ve her ay güncellenmesi.	Aralık 2017 Her AY	EVET		Sınıf şube rehber öğretmenleri.
Sağlıklı yaşamak için 'Müzik ruhun gıdasıdır.' sloganıyla şarkı ve drama çalışmalarının yapılması	Aralık 2017	EVET		Müdür Yardımcısı Orkun EROL ve sınıf rehber öğretmenleri tarafından gerçekleştirilecek
Yerli Malı Haftası kutlamaları	12-18 Aralık 2017	EVET		Tüm sınıf şube rehber öğretmenleri tarafından organize edilip veliler, öğretmenler, personel, öğrenciler tarafından kutlanacak
Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın artırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (Fındık,Ceviz,Badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması.	Aralık 2017	EVET		Fen ve Teknoloji Dersi Öğretmeni Şule Karakaş koordinesinde gerçekleştirilecek.
Sağlıklı Beslenme konulu resim, karikatür ve afiş yarışmasının şartnamesinin hazırlanarak öğrencilere duyurulması.	Ocak 2018	EVET		Resim Öğretmeni Akısa Giray ve Dijenir Akdağ TOKAY koordinesinde tarafından düzenlenecektir.
Sınıf ortamında beslenmeyi konu alan münazara ortamının yaratılması için sınıf öğretmenleriyle ve beden eğitimi öğretmeni ile görüşülmesi.	Ocak 2017	EVET		Sınıf Şube Rehber Öğretmenleri gözetiminde gerçekleştirilecek.
Sağlıklı beslenme ve obezite konulu seminerlerin düzenlenmesi.	Şubat 2018	EVET		Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi koordinesinde Halk Sağlığı Müdürlüğü işbirliği ile düzenlenecektir
El hijyeni hakkında bilgilendirme	Şubat 2018	EVET		Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi koordinesinde Halk Sağlığı Müdürlüğü işbirliği ile düzenlenecektir

Besinler ve Besin Öğeleri adlı broşür hazırlanarak velilere, personele ve öğrencilere dağıtılması	Şubat 2018	EVET		Okul Rehber Öğretmenleri tarafından gerçekleştirilecek.
Diyetisyen ve gıda mühendisi desteğiyle velilere yönelik sunumlar yapılması.	Şubat 2018	EVET		Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi koordinesinde Halk Sağlığı Müdürlüğü işbirliği ile düzenlenecektir
Okullarda Diyabet Programı sunu çalışmasının yapılması	Şubat 2018	EVET		Okul Rehber Öğretmenleri tarafından gerçekleştirilecek.
Beden Eğitimi dersi ve sporun önemi hakkında bilgilendirme	Mart 2018			Beden Eğitimi dersi öğretmenleri ve Spor kulübü öğretmenleri tarafından
Sağlıklı Beslenme konulu resim, karikatür ve afiş yarışmasının sonuçlandırılması ve ödülleri verilmesi	Mart 2018			Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından gerçekleştirilecek
22 Mart Dünya Su Günü" nün okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması	22 Mart 2018			Fen Bilimleri Öğretmeni Yavuz Karalar koordinesinde gerçekleştirilecek.
Ergenlerde Sağlık konulu broşürün hazırlanarak öğrencilere, personele ve velilere ulaştırılması	Mart 2018			Okul Rehber Öğretmenleri tarafından gerçekleştirilecek.
Ağız ve Diş Sağlığı ile ilgili bilgilendirmeler düzenlenmesi	Mart 2018			Fen ve Teknoloji Dersi Öğretmenleri tarafından gerçekleştirilecek
Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda risk grubundaki öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi.	Nisan 2018			Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından gerçekleştirilecek
7 Nisan "Dünya Sağlık Günü" nün okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması	7 Nisan 2018			Sağlık ve Temizlik Kulübü tarafından gerçekleştirilecek.
Çeşitli dallarda sınıflar arası spor karşılaşmalarının yapılması	Nisan 2018			Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından gerçekleştirilecek
22 Mayıs "Dünya Obezite Günü" nün etkin bir şekilde kutlanması	22 Mayıs 2018			Sağlık ve Temizlik Kulübü tarafından gerçekleştirilecek.
10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü" nün etkin bir şekilde kutlanması ve bu doğrultuda personel, öğrenci ve velilerle yürüyüş düzenlenmesi. afiş ve broşürler hazırlanması	10 Mayıs 2018			Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından koordine edilecek
Çeşitli dallarda sınıflar arası spor karşılaşmalarının yapılması	Mayıs 2018			Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından gerçekleştirilecek
Okul personeline beslenme, gıda güvenliği ve sağlıkla ilgili konularda eğitim verilmesi.	Haziran 2018			Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi koordinesinde Halk Sağlığı Müdürlüğü işbirliği ile düzenlenecektir
Tatilde Sağlıklı Yaşam broşürü hazırlanarak velilere gönderilmesi	Haziran 2018			Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından gerçekleştirilecek
Genel değerlendirme yapılarak rapor hazırlanması	Haziran 2018			Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından gerçekleştirilecek

Okul Çağı Çocukları için Sağlıklı Beslenme Önerileri konulu broşür hazırlanarak personele ve velilere ulaştırılması.	Eylül 2018			Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından gerçekleştirilecek
Öğrenci ve velilere yönelik "Teknolojinin Zararları" konulu Seminerler düzenlenmesi	Eylül 2018			Okul Rehber Öğretmenleri tarafından gerçekleştirilecek.
"15 Ekim Dünya El Yıkama Günü"nü etkin bir şekilde kutlanması	15 Ekim 2018			Tüm sınıf şube rehber öğretmenleri tarafından organize edilip veliler, öğretmenler, personel, öğrenciler tarafından kutlanacak

Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi

Gülseren ALPAT TANTUĞ  
Müdür Yardımcısı

Onur MERCİMEK  
Bilişim Teknolojileri Öğretmeni

Ferat BAYRAM  
Rehber Öğretmen

Tuğba KOÇ  
Rehber Öğretmen

Ebru ÖZÖLMEZ  
İngilizce Öğretmeni

Mustafa Barlas KÖSEOĞLU  
İngilizce Öğretmeni

Şule KARAKAŞ  
Fen Bilimleri Öğretmeni

Nihat YILMAZ  
Fen Bilimleri Öğretmeni

Yavuz KARALAR  
Fen Bilimleri Öğretmeni

Emine BAHAR  
Matematik Öğret.

Zeynep YANPAR  
Teknoloji ve Tasarım Öğret.

Şeyda ORBAY MISIR  
Teknoloji ve Tasarım Öğret.

Aytül OLGUNCAN  
Beden Eğitimi Öğretmeni

Ahu ERDOĞAN  
Beden Eğitimi Öğretmeni

Hacer TAŞ  
Teknoloji ve Tasarım Öğret.

Akisa GİRAY  
Görsel Sanatlar Öğret.

Didem AKDAĞ TOKAY  
Görsel Sanatlar Öğret.

Rüveyda ÇOBAN  
Veli Temsilcisi

UYGUNDUR  
Memet EVRAN  
Okul Müdürü