

## GÖLCÜK SARAYLI YUNUS EMRE ANAOKULU BESLENME DOSTU OKUL PLANI

### AMAÇLARIMIZ:

1. Öğrencilerimizin sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarının teşvik edilmesi,
2. Sağlıklı beslenme konusunda öğrenci ve velilerimizde farkındalık oluşturma,
3. Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için gerekli bilgi altyapısının kazandırılması,
4. Doğru beslenmenin önemini fark edebilme ve temizlik-hijyen kurallarına azami seviyede dikkat edilmesi.
5. Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı bireylerin yetişmesine katkı sağlamak,

### HEDEFLERİMİZ:

1. Aileyi bir bütün olarak sağlıklı beslenme konusunda bilinçlendirmek,
2. Çocuklarda şişmanlığın (obezitenin) başlamasını önlemek
3. Sağlıklı okul dönemi geçirmesini sağlamak,
4. Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan uygulamalara destek vermek.
5. Okul sağlığının sürdürülebilirliğini arttırmak

**ETKİNLİKLER VE İZLEME –DEĞERLENDİRME**

AYLAR	ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME VE DEĞERLENDİRME
			EVET	HAYIR	
<b>EKİM</b>	Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması Yıllık Çalışma Planının hazırlanması ve okul web sitesinde yayınlanması.				
	Sağlık için durma.Okul bahçesinde holihoplarla hazırlanan istasyonlarda bedensel aktivite yapılır.				
	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konusunda sınıf ve okul panosunun hazırlanması				
	Sağlıklı yaşam için aşüre günü yapılması.	<b>20 EKİM</b>			
	Öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılması ve ölçümler sonucunda BKİ yüksek çıkan öğrenciler için velilerle birlikte tedbir alınması.				

AYLAR	ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME VE DEĞERLENDİRME
			EVET	HAYIR	
<b>KASIM</b>	14 Kasım “Dünya Diyabet Günü” nedeniyle sağlıklısız yiyecekler (abur cubura son) etkinliği(sanat,drama)yapılması	14 KASIM			
	Limonata yapma etkinliği gerçekleştirilmesi.				
	Bitki çimlendirme deneyi.				
	18-24 Kasım ağız ve diş sağlığı haftası kapsamında okula diş hekimi çağırılarak Çocuklara bu konularda bilgi verilmesi ve diş taraması yapılması				
	“Şakacı yumurtalarla Dans”Stand hazırlanır yumurtalar yenir beslenme sonrası dans edilir.				

AYLAR	ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME VE DEĞERLENDİRME
			EVET	HAYIR	
ARALIK	12-18 Aralık Yerli Malı Haftasında sağlıklı Besinlerin hazırlanması ve tüketilmesinin sağlanması	12-18 ARALIK			
	Meyve sebze pazarı etkinliği				
	Her pazartesi haftaya sağlıklı ve eğlenceli başlamak için sabah sporu yapılması				
	“Kemikler için Süt için”Süt standı hazırlanır sütün faydası ile ilgili animasyon sunumu yapılır.				

AYLAR	ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME VE DEĞERLENDİRME
			EVET	HAYIR	
OCAK	Vitamin şenliği etkinliği				
	Sağlıklı çerez günlerinin düzenlenmesi				
	1.Dönem yapılan uygulamaların değerlendirilmesi				

AYLAR	ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME VE DEĞERLENDİRME
			EVET	HAYIR	
	Çocuklara sağlıklı yaşam ve beslenme konusunda video izlettirilmesi.				

<b>ŞUBAT</b>	Velilere sağlıklı beslenme konulu broşür gönderilmesi				
	Veli katılımı ile ritmik dans içerikli Zumba dans çalışması yapılır.				

<b>AYLAR</b>	<b>ETKİNLİKLER</b>	<b>UYGULAMA ZAMANI</b>	<b>AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?</b>		<b>İZLEME VE DEĞERLENDİRME</b>
			<b>EVET</b>	<b>HAYIR</b>	
<b>MART</b>	Neşeli Tabaklar yarışması yapılması				
	Ev yoğurdu yapımı etkinliği				
	Sağlık Meslek Lisesinden gelen bir personelin sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ile ilgili sunum yapması.				

<b>AYLAR</b>	<b>ETKİNLİKLER</b>	<b>UYGULAMA ZAMANI</b>	<b>AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?</b>		<b>İZLEME VE DEĞERLENDİRME</b>
			<b>EVET</b>	<b>HAYIR</b>	
<b>NİSAN</b>	Besin piramidi ile yapılan sınıf içi etkinlikler.				
	Boy ve kilo takibinin yapılması				
	Beden eğitimi öğretmeni velimiz okula çağrılarak eğlenceli jimnastik etkinliği yapılması.				

AYLAR	ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME VE DEĞERLENDİRME
			EVET	HAYIR	
MAYIS	“Sağlıklı Beslen Sağlıklı Yaşa“el broşürü hazırlanır.				
	“Harekete Geç” Veli ve öğrenci katılımı ile belirlenen güzergahta doğa yürüyüşü yapılır.Pankartlar hazırlanır,hazırlanan el broşürleri çevre halkına dağıtılır.				

AYLAR	ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME VE DEĞERLENDİRME
			EVET	HAYIR	
HAZİRAN	GENEL DEĞERLENDİRME				

### SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

Murat ÇİFTÇİ  
Müdür Yardımcısı

Fatma TÜRKYILMAZ  
Okul Öncesi Öğretmeni

Gülbahar KARA  
Okul Öncesi Öğretmeni

Elif DEMİR BEYAZTAŞ  
Okul Öncesi Öğretmeni

Nadire şipka  
Veli

Nevin AKTAŞ  
Aşçı

Fadime AKDENİZ  
Yardımcı Personel

Serap YILDIRIM  
Okul Müdürü