**ZÜBEYDE HANIM ANAOKULU BESLENME DOSTU OKUL PLANI (2019-2020)**

|  |
| --- |
| **AMAÇ:** Denizli İli Zübeyde Hanım Anaokulunda Beslenme Dostu Okul Programının Eğitim Öğretim uygulamaları ile Ailelere, öğrencilere ve okul çalışanlarına 2019-2020 Eğitim-Öğretim yılı sonunda hedeflenen davranışları kazandırmak, sağlıklı ve dengeli beslenme, hareketli yaşamı destekleyen bireylerin farkındalığını ve sayısını artırmak. |
| **HEDEFLER :**  **A)YÖNETİM FAALİYETLERİ HEDEFLERİ;**  1-Beslenme dostu okul planı hazırlamak için ‘’ sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi oluşturmak ‘’  2- Beslenme dostu okul planı hazırlamak ve planda amaç hedef ve etkinlikleri belirlemek.  3- Etkinliklerin izlenmesi ve değerlendirilmesini yapmak  4- Beslenme dostu okul planının benimsenmesi ve yaygınlaştırılması için çalışmalar yapmak  5- Okul çağı çocuklarının gereksinimlerine ve kültürel yapıya uygun bir beslenme eğitimi vermek.  6- Sağlıklı yaşam için fiziksel aktivite yapılmasını sağlamak.    **B)EĞİTİM FAALİYETLERİ VE FARKINDALIĞIN ARTTIRILMASI HEDEFLERİ;**  1-Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında belirli gün ve haftaların kutlanması  2- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için okul içi etkinliklerin düzenlenmesi  3-Velilere Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamla ilgili broşürlerin gönderilmesi  4-Okul çalışanlarına sağlıklı beslenmeyle ilgili eğitim verilmesi    **C)OKUL SAĞLIĞI HİZMETLERİ HEDEFLERİ;**  1- Öğrencilerin boy-kilo ölçümlerinin yılda 1 kere yapılması ve sonuçların velilere gönderilmesi  2- Risk grubundaki öğrencilerin velileri ile görüşülmesi    **D) DESTEKLEYİCİ OKUL ÇEVRESİ OLUŞTURMA VE FİZİKİ KOŞULLAR HEDEFLERİ;**  1-Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamla ilgili konuların panoda sergilenmesi  2-Sabah spor etkinliğinin yapılmasını sağlamak  3-Sağlıklı beslenme ve düzenli fiziksel aktivite yapmayı okul çalışanları olarak teşvik edecek şekilde model olmak  4-Öğretmen kontrolünde ara öğünlerin verilmesi  5-Okul hijyeninin sağlanması |

**ETKİNLİKLER ve İZLEME –DEĞERLENDİRME**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA**  **ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI ?** | | **İZLEME - DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |
| Eylül Ayı Beslenme Listesinin hazırlanması ve okul web sitesinde yayınlanması | **Eylül 2019** |  |  |  |
| Öğrencilerimizle birlikte okulumuzda haftada 2 gün sabah sporu yapmak. | **Eylül 2019** |  |  |  |
| Beslenme listelerinde organik ürünlere yer verilmesi | **Eylül 2019** |  |  |  |
| Aşure ayı olmasından dolayı aşure yapılmasına veliler ve öğrencilere ikram edilmesi. | **Eylül 2019** |  |  |  |
| 3 Ekim DÜNYA YÜRÜYÜŞ GÜNÜ sebebiyle öğrencilerimizle birlikte doğa yürüyüşleri yapılması | **Ekim 2019** |  |  |  |
| Ekim ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul web sitesinde yayınlanması | **Ekim 2019** |  |  |  |
| 15 Ekim EL YIKAMA GÜNÜ sebebiyle sınıflarda eğitici çizgi film ve slaytların izlettirilmesi. El yıkama broşürünün hazırlanarak panoya asılması.Doğru El yıkama uygulamalarının yapılması. | **Ekim 2019** |  |  |  |
| 16 Ekim DÜNYA GIDA GÜNÜ sebebiyle yiyecekler hakkında sınıflarda eğitici çizgi film ve slaytların izlettirilmesi, sergi yapılması. | **Ekim 2019** |  |  |  |
| ‘’Temiz eller güvenlidir’’ broşür hazırlanması ve çocuklara dağıtılması | **Ekim 2019** |  |  |  |
| Sınıflarda Sağlıklı yaşam devam –takip çizelgesinin öğrencilere dağıtılması (3-4 yaş sınıflarında) | **Ekim 2019** |  |  |  |
| Okulda uyulması gereken temizlik kurallarıyla ilgili okul panosunun düzenlenmesi | **Ekim 2019** |  |  |  |
| Bilinçli Ekmek Tüketiminin sağlanması için okul-sınıf genelinde öğrenci ve velilere eğitici slaytların izlettirilmesi. | **Ekim 2019** |  |  |  |
| Ekmeğimi atmıyorum israf etmiyorum projesi ile ilgili eğitici çalışmaların yapılması. | **Ekim 2019** |  |  |  |
| Bayat ekmeklerle her sınıf tarafından yiyecek olarak değerlendirip tüketilmesi çalışmaları | **Ekim 2019** |  |  |  |
| Kasım ayı beslenme listesinin oluşturulması ve okul web sitesinde yayınlanması | **Kasım 2019** |  |  |  |
| 20 Kasım ÇOCUK HAKLARI sebebiyle çocuk hakları sözleşmesinin velilere gönderilmesi, seminer düzenlenmesi. | **Kasım 2019** |  |  |  |
| Çocuklara diyabete neden olacak yiyecekler hakkında eğitici çalışmalar yapılması | **Kasım 2019** |  |  |  |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi | **Kasım 2019** |  |  |  |
| Sınıflarda Sağlıklı yaşam devam –takip çizelgesinin öğrencilere dağıtılması (3-4 yaş sınıflarında) | **Kasım 2019** |  |  |  |
| 21-27 Kasım AĞIZ ve DİŞ SAĞLIĞI Haftası olması sebebiyle öğrencilerin diş kontrollerinin yapılması için gerekli çalışmaların yapılması.(Gezi, slayt izletme vs.) | **Kasım 2019** |  |  |  |
| Ağız ve diş sağlığı ile ilgili sınıf panolarının düzenlenmesi | **Kasım 2019** |  |  |  |
| Aralık ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul web sitesinde yayınlanması | **Aralık 2019** |  |  |  |
| Yerli Malı Haftasının kutlanması. Yerli malı ile ilgili drama çalışmasının yapılması | **Aralık 2019** |  |  |  |
| Yerli Üretim Barkotunun uygulanmasında okul olarak velilerin bilinçlendirilmesi. Yerli Malı ürünlerin sergilenmesi. | **Aralık 2019** |  |  |  |
| Sınıflarda Sağlıklı yaşam devam –takip çizelgesinin öğrencilere dağıtılması (3-4 yaş sınıflarında) | **Aralık 2019** |  |  |  |
| 10 Aralık İNSAN HAKLARI GÜNÜ sebebiyle rehberlik servisinin hazırladığı sununun velilere sunulması. | **Aralık 2019** |  |  |  |
| Meyvelerden en sevilen meyve seçiminin yapılması | **Aralık 2019** |  |  |  |
| Ocak ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul web sitesinde yayınlanması | **Ocak 2020** |  |  |  |
| Okul mutfağının komisyon tarafından denetlenmesi | **Ocak 2020** |  |  |  |
| Tükettiğimiz hazır içecekler ile ilgili öğrencileri ve velileri bilgilendirici yazılar göndermek. | **Ocak 2020** |  |  |  |
| Günlük planlarda sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite konularına sık sık yer verilmesi | **Ocak 2020** |  |  |  |
| Taze limonlardan limonata yapılması ve öğrencilere dağıtılması | **Ocak 2020** |  |  |  |
| Sınıflarda Sağlıklı yaşam devam –takip çizelgesinin öğrencilere dağıtılması (3-4 yaş sınıflarında) | **Ocak 2020** |  |  |  |
| Çizelgelerin çocuklarla birlikte değerlendirilmesinin yapılması sonucunda pano oluşturulması. | **Ocak 2020** |  |  |  |
| Şubat ayı beslenme listesinin hazırlanması ve ve okul web sitesinde yayınlanması | **Şubat 2020** |  |  |  |
| Öğrencilere dengeli beslenme ve fiziksel aktivitenin önemi ile ilgili el broşürlerinin dağıtılması | **Şubat 2020** |  |  |  |
| Sınıflarda Sağlıklı yaşam devam –takip çizelgesinin öğrencilere dağıtılması (3-4 yaş sınıflarında) | **Şubat 2020** |  |  |  |
| Çizelgelerin çocuklarla birlikte değerlendirilmesinin yapılması sonucunda pano oluşturulması | **Şubat 2020** |  |  |  |
| Hijyen kuralları hakkında bilgilendirme yazılarının velilere gönderilmesi | **Şubat 2020** |  |  |  |
| Velilerimizle sağlıklı hayat-sağlıklı beslenme konusunda yapılabilecek etkinlikler için anket yapılması | **Şubat 2020** |  |  |  |
| Mart ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul web sitesinde yayınlanması | **Mart 2020** |  |  |  |
| Günlük planlarda sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite konularına sık sık yer verilmesi | **Mart 2020** |  |  |  |
| Sınıflarda Sağlıklı yaşam devam –takip çizelgesinin öğrencilere dağıtılması (3-4 yaş sınıflarında) | **Mart 2020** |  |  |  |
| 21 Mart DÜNYA DOWN SENDROMU FARKINDALIK GÜNÜ sebebiyle etkinliklerinin yapılması. Gezi düzenlenmesi. | **Mart 2020** |  |  |  |
| Su içmenin önemi ile ilgili sınıflara uyarıcı ve hatırlatıcı afişlerin asılması | **Mart 2020** |  |  |  |
| 22 Mart DÜNYA SU GÜNÜ kutlamalarının yapılması | **Mart 2020** |  |  |  |
| Nisan ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul web sitesinde yayınlanması | **Nisan 2020** |  |  |  |
| 2 Nisan OTİZM FARKINDALIK GÜNÜ sebebiyle yürüyüşlerin düzenlenmesi, etkinliklere katılımın sağlanması | **Nisan 2020** |  |  |  |
| 7 Nisan DÜNYA SAĞLIK GÜNÜ sebebiyle etkinliklerin düzenlenmesi, sınıflarda eğitici slaytların izlettirilmesi. | **Nisan 2020** |  |  |  |
| Günlük planlarda sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite konularına sık sık yer verilmesi | **Nisan 2020** |  |  |  |
| Sınıflarda Sağlıklı yaşam devam –takip çizelgesinin öğrencilere dağıtılması (3-4 yaş sınıflarında) | **Nisan 2020** |  |  |  |
| Seraya gezi düzenlenmesi. | **Nisan 2020** |  |  |  |
| Mayıs ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul web sitesinde yayınlanması | **Mayıs 2020** |  |  |  |
| Günlük planlarda sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite konularına sık sık yer verilmesi | **Mayıs 2020** |  |  |  |
| Sınıflarda Sağlıklı yaşam devam –takip çizelgesinin öğrencilere dağıtılması (3-4 yaş sınıflarında) | **Mayıs 2020** |  |  |  |
| Sınıf anneleri ile birlikte mevsim meyvelerini kullanarak pasta,meyva salatası,meyve suyu vb. yapılması | **Mayıs 2020** |  |  |  |
| Çocuklarla birlikte çuval yarışı,halat çekme vb. bahçe oyunlarının oynanması | **Mayıs 2020** |  |  |  |
| Çocuklarla birlikte bahçeye mevsime uygun meyve-sebze fidanı dikilmesi | **Mayıs 2020** |  |  |  |
| 21 Mayıs DÜNYA SÜT GÜNÜ etkinlikleri kapsamında sınıflarda eğitici slayların izlettirilmesi, | **Mayıs 2020** |  |  |  |
| Haziran ayı beslenme listesinin hazırlanması ve okul web sitesinde yayınlanması | **Haziran 2020** |  |  |  |
| 5 Haziran DÜNYA ÇEVRE GÜNÜ kutlamaları kapsamında öğrencilerimizle doğa yürüyüşleri yapılması | **Haziran 2020** |  |  |  |
| Günlük planlarda sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite konularına sık sık yer verilmesi | **Haziran 2020** |  |  |  |
| Velileri çocuklarının ilgileri ve yetenekleri doğrultusunda yaz sporlarına (yüzme, jimnastik, halk oyunları, basketbol vb.) göndermeleri için rehberlik edilmesi | **Haziran 2020** |  |  |  |

**Zübeyde Hanım Anaokulu Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi**

Şule AVCI Medine BOZ Nurten KUTLAR BATMAZ Filiz YASAN

Öğretmen Öğretmen Öğretmen Öğretmen

Hatice ERCEDOĞAN Şükran ARSLAN Aysun ÇAYLI Ece ÖZDAL İlkim GÜL Duru İYEM

Memur Yard. Personel Yrd.Personel Veli Öğrenci Öğrenci

Murat YAVUZ Mustafa ÖZKAN Nuran ÖZBELLEK

Okul Aile Birliği Başkanı Müdür Yardımcısı Okul Müdürü