

## TAYFUR BAYAR ANADOLU LİSESİ

### SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM PLANI

Ek-4

**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 nesiller yetiştirmesi için beslenme bilincini artırma, ve sağlık risklerini azaltma 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,

#### ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
1.Beslenme dostu okul başvurusu ön hazırlıklarının yapılması	Ocak 2018			
2.Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması.	Şubat 2018			
3. Yıllık çalışma planının hazırlanması	Şubat 2018			
4. Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ile ilgili bilgilerin duyurulması	Şubat 2018			
5.Kantin denetiminin yapılması	Şubat 2018			
6.Şubat ayı ile ilgili yapılan çalışmaların raporunun hazırlanması	Şubat 2018			

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
7. Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi	Mart 2018			
8. Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrenci ve velilere bilgi verilmesi	Mart 2018			
9. El hijyeni hakkında sınıfları bilgilendirme	Mart 2018			
10. Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi	Mart 2018			
11.Kantin denetiminin yapılması	Mart 2018			
12. Mart ayı ile ilgili yapılan çalışmaların raporunun hazırlanması	Mart 2018			
13.Öğretmen, öğrenci ve velilerin sağlıklı beslenmeye örnek teşkil edecek şekilde olanların belirlenmesi	Nisan 2018			
14. Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatmak (cd, resim, hikaye,drama vb.)	Nisan 2018			
15.Kantin denetiminin yapılması	Nisan 2018			
16. Nisan ayı ile ilgili yapılan çalışmaların raporunun hazırlanması	Nisan 2018			
17.Meyve günleri düzenlenmesi	Mayıs 2018			
18. Fast-food hakkında bilgilendirme	Mayıs 2018			
19. Okul bahçesinin düzenlenmesi	Mayıs 2018			
20. Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme	Mayıs 2018			
21. Sağlıklı yaşam için yürüyüş yapılması	Mayıs 2018			
22.Sağlıklı beslenme günü ve Dünya obezite günü nedeniyle panoların güncellenmesi, sınıfların bilgilendirilmesi	Mayıs 2018			
23.Kantin denetiminin yapılması	Mayıs 2018			
24. Mayıs ayı ile ilgili yapılan çalışmaların raporunun hazırlanması	Mayıs 2018			
25.Dönem boyunca yapılan etkinliklerin raporlaştırılması	Haziran 2018			
26. Genel Değerlendirme	Haziran 2018			

## SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

S.NO	ADI-SOYADI	GÖREVİ	İMZA
1	M.Taylan İNCİ	Müdür Yardımcısı	
2	Neslihan CANATAR	Rehber Öğretmen	
3	İzzet Oğuz AYDEMİR	Öğretmen	
4	Sevtap AYYILDIZ	Öğretmen	
5	Cem TUNÇ	Öğretmen	
6	Özlem ÇETİN	Memur	
7	Hüseyin ÜLKEN	Okul Meclis Başkanı	
8	Kenan DENKDÜVEN	Okul Aile Birliği Başkanı	
9	Derya ÇELİKEL	Veli	
10	Nilüfer ÇAKMAK	Kantin Çalışanı	

15.02.2018  
İlker Nebi ÖZGÜR  
Okul Müdürü