

TERME
ZÜBEYDEHANIM
ANADOLU
OKULU



2016/2017

ZÜBEYDE HANIM ANAOKULU
“BESLENME DOSTU OKUL” POLİTİKASI

A. BESLENME VE SAĞLIĞI DESTEKLEYİCİ BİR OKUL ÖĞRETİM PROGRAMI GELİŞTİRMESİ

1. Öğretim programında ayrı bir ders olarak veya diğer derslerin içerisinde okul çağı çocuklarının gereksinimlerine, kültürel yapıya uygun ve etkin beslenme eğitimi verilmesi
2. Yaş, cinsiyet ve kültürel açıdan uygun beden eğitimi (fiziksel aktivite eğitimi) öğretim programı uygulanması
3. Sağlıklı yaşam ve yaşam becerisi eğitimi öğretim programı kapsamında uygulanması
4. Beslenme dostu okullar programına uygun olarak okul öğretim programı düzenli olarak izlenmesi ve eğitimin hedefe etkisi değerlendirilerek gerekli düzenlemeler yapılması

B. DESTEKLEYİCİ OKUL ÇEVRESİ OLUŞTURMASI

1. Okul yemekleri, yiyecek satıcıları ve büfeleri (varsa) sağlıklı beslenmeyi destekler olması
2. Okul çevresinde hizmet veren yiyecek/içecek satışı yapan yerlerin gıda güvenilirliği yönünden denetlenmesi ve kontrolü için ilgili kurumlardan (Gıda, Tarım ve Hayvancılık İl Müdürlüğü, Belediye/il Özel İdareleri/Organize Sanayi Bölgeleri, İl Sağlık/ Halk Sağlığı Müdürlüğü) destek alınması
3. Beslenme ve fiziksel aktiviteyi destekleyici olumlu mesajların olması ve bunların okul içi uygun yerlerde sergilenmesi
4. Sağlıklı ve dengeli beslenmenin desteklenmesini engelleyecek herhangi bir ürünün reklam, promosyon, tanıtım amaçlı afiş, poster, broşür veya satışına (yüksek enerjili, besin değeri düşük yiyecek ve içecekler) izin verilmemesi
5. Süt, ayran, yoğurt vb. içecekler ve taze sıkılmış meyve ve sebze suyu ve tane ile meyve ve sebze satışı yapıldığının kontrolü yapılması
6. Okulda yemek hizmeti varsa; okul çocuklara yiyecek ve/veya içecek sağlıyorsa temiz, rahat, yemek yemeye uygun beslenme ortamı var mı kontrol edilmesi
7. Yemek yemek için uygun bir süre (en az 30dakika) ayrılması
8. Okulda yemek hizmeti varsa; Menüler Sağlık Bakanlığı'nın yayımladığı menü modelleri örnek alınarak hazırlanması
9. Uygun yiyecek hazırlama imkanı/araç - gereci temin edilmesi
10. Güvenli/ temiz içme suyu erişimi sağlanıyor olması
11. Okulda “Beyaz Bayrak “ sertifikası bulunması
12. Güvenli hijyen ve sanitasyon davranışı desteklenmesi
13. Kızlar ve erkekler için ayrı ve temiz tuvalet bulundurulması
14. Yemek yeme alanlarına yakın mesafede el yıkama amaçlı yeterli sayıda lavabo ve ekipman bulundurulması
15. Okul bahçesi, oyun oynama, koşma gibi faaliyetlere faaliyetlerle, fiziksel aktiviteye uygun olarak düzenlenmesi

16. Her yaş grubu için uygun okul spor alanları olması
17. Zorbalık, fiziksel şiddet, damgalama ve ayrımcılığa karşı olumlu eylem geliştirilmesi
18. Okul personeli sağlıklı beslenme, fiziksel aktivite ve sağlıklı yaşam tarzına teşvik edecek şekilde model olunması

C. OKUL BESLENME VE SAĞLIK HİZMETLERİ

1. Çocukların büyümesi düzenli olarak takip ediliyor olması
2. Düzenli izlemlerin sonuçları çocuklar ve aileleri ile paylaşılması
3. Sevk sistemini de içeren destekleyici okul sağlığı hizmeti verilmesi
4. İlgili genelgede belirtildiği üzere Okul Müdürünün kendisi veya görevlendireceği bir Müdür Yardımcısı başkanlığında kurulacak bir komisyon tarafından ayda en az bir kez genelge ekinde bulunan "Okul Kantini Denetim Formu" kullanılarak yemekhanenin denetlenmesi
5. Okul kantini, veya mutfak ve yemekhanesi Okul Müdürünün kendisi veya görevlendireceği bir Müdür Yardımcısı başkanlığında kurulacak komisyon tarafından "Okul Kantini Denetim Formu" na göre ayda en az bir kez yapılan denetimin olumsuz olması sonucunda ilgili İl Gıda Tarım ve Hayvancılık Müdürlüğüne bilgi verilmesi

D. YAZILI BİR 'BESLENME DOSTU OKUL' POLİTİKASI VARLIĞI

1. Bu taslakta belirtilen 5 değerlendirme başlığını içeren yazılı bir ' Beslenme Dostu Okul' Politikası olması
2. Politikaya net amaç dahil edilmiş olması
3. Hedefler belirlenmiş, Zaman çizelgeleri ve açık hedeflerin bulunması
4. Hedeflerin nasıl gerçekleştirileceği ile ilgili bir eylem planı hazırlanması
5. Beslenme Dostu Okul politikası için bir izleme-değerlendirme sistemi içermesi
6. Yazılı politikadaki aktivitelerin izlemine sağlayacak, öğrenci temsilcileri, veliler, öğretmenler, okul yöneticileri ve yemek hizmeti sunan tedarikçilerin de katılımının sağlandığı bir "Çekirdek Eylem Grubu" mevcut olması

E. OKULDA FARKINDALIĞIN VE KAPASİTENİN ARTIRILMASI

1. 'Beslenme Dostu Okullar' politikasının yaygınlaştırılması konusunda çalışmalar yapılması
2. Sağlık, sağlıklı beslenme ve güvenilir gıda ilgili konularda farkındalığın artırılması için aileler ve toplumun katılacağı aktiviteler yapılması
3. Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında ulusal/uluslararası gün/haftalar etkin olarak kutlanması
4. Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamı teşvik edici bilgi yarışması, resim yarışması, şenlik vb. okul içi etkinlikler düzenlenmesi

Okul personeline sağlık, sağlıklı beslenme ve güvenilir gıda ilgili konularda eğitim verilmesi

TERME ZÜBEYDE HANIM ANAOKULU

2016-2017 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI

“BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ”

HEDEFLERİMİZ

- 1- "Beslenme Dostu Okul Projesi" ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik edilmesi,
- 2- Okulumuzda 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.

Bu bağlamda okulumuzda 2016-2017 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında çalışma planı uygulanacaktır.

AMAÇLARIMIZ

Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamak için;

** Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,

** Çocukluklarda obezitenin önlenmesi,

** Sağlıklı okul dönemi,

**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.

TERME ZÜBEYDE HANIM ANAOKULU

2016-2017 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI "BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ"

YILLIK ÇALIŞMA PLANI

| Ay | Yapılacak Etkinlikler | Etkinlik Sorumluları |
|-----------------------------|---|---|
| EKİM KASIM | <ol style="list-style-type: none">1. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin oluşturulması2. Beslenme dostu okul projesi yıllık planının hazırlanması3. Beslenme Dostu Okul Projesi için sınıf öğrenci temsilcilerinin seçilmesi.4. Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması.5. Sağlıklı Beslenme Rehberi hazırlanması6. Okul içi ve sınıf içi Beslenme Dostu Okul panolarının hazırlanması.7. Sağlık için spor etkinliğinin yapılması8. Sınıf ortamında beslenmeyi konu alan tartışma ortamının yaratılması için sınıf öğretmenleriyle görüşülmesi.9.Okul çevresinde beslenmeyle ilgili hizmet veren yerlerle ilgili yazışmaların/ziyaretlerin yapılması10- 14 Kasım Dünya diyabet günü nedeniyle Abur-cubur yeme hakkında öğrencileri bilgilendirme yönlendirme faaliyetleri11. Okulda turşu şenliğinin yapılması12.Sağlıklı sağlıklı kavramlarını destekleyici sanat çalışmalarının yapılması.13- 21 Kasım Ağız ve Diş Sağlığı haftası14-Aralık ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | <ol style="list-style-type: none">1.Ekip Başkanı Ayşe GÜLEÇ2.Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi3.Sınıf Öğretmenleri4.Sınıf Öğrenci Temsilcileri5.Öğrenci veli temsilcileri |

| | | |
|---------------|--|---|
| ARALIK | <ol style="list-style-type: none">1. Sağlıklı beslenme ve obezite konulu seminerlerin düzenlenmesi. Fast food hakkında bilgilendirme2. Meyve ve süt tüketim günleri3.Sütün faydaları ve yoğurt mayalama etkinlikleri4. Yerli malı haftası düzenlemek.5.Neşeli tabaklar etkinliğinin yapılması6. El hijyeni hakkında bilgilendirme ve uygulama7. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi.8. Sağlıklı yaşamla ilgili tiyatro gösterimi yapılması.9. Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi.10. Okul Çağı Çocukları için Sağlıklı Beslenme Önerileri adlı broşürün velilere ulaştırılması.11. Sınıfların sağlıklı yaşam sloganlarının belirlenmesi.12.Aralık ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | <ol style="list-style-type: none">1.Ekip Başkanı Ayşe GÜLEÇ2.Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi3.Sınıf Öğretmenleri4.Sınıf Öğrenci Temsilcileri5.Öğrenci veli temsilcileri |
| OCAK | <ol style="list-style-type: none">1. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ile toplantı gerçekleştirilmesi.2. Beslenme dostu okul projesi yıllık planının incelenmesi.3. Beslenme Dostu Okul Projesi için sınıf öğrenci temsilcileriyle görüşülmesi.4. Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi; beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması.5. Sağlık için spor etkinliğinin yapılması6. Okulumuzun web sitesinde projenin tanıtılması7.Besin üçgeninin tanıtılması ve etkinliklerin yapılması8.Alo 174 hattının tanıtılması9.Ocak ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | <ol style="list-style-type: none">1.Ekip Başkanı Ayşe GÜLEÇ2.Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi3.Sınıf Öğretmenleri4.Sınıf Öğrenci Temsilcileri5.Öğrenci veli temsilcileri |

| | | |
|--------------|--|---|
| ŞUBAT | <ol style="list-style-type: none">1.Beslenmeyi konu alan tiyatro, şiir yaratıcı drama etkinliklerinin yapılması.(Sağlıklı Besleniyorum adlı resim yarışması)2. Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi.3. Okul Çağı Çocukları için Sağlıklı Beslenme Önerileri adlı broşürün velilere ulaştırılması.4. Eğitim faaliyetlerini yürütmek üzere uygun yerlere afiş, poster, broşür gibi materyallerin asılması.5. Beslenmeyi konu alan sınıf içi resim yarışması düzenlemek6. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi.7.Okul çevresinde beslenmeyle ilgili hizmet veren yerlerle ilgili yazışmaların yapılması8- Diyetisyenle birlikte öğrencilerin gelişim seviyesine uygun yemek listesinin hazırlanması9.Abur-cubur yeme hakkında öğrencileri bilgilendirme yönlendirme faaliyetleri10. Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | <ol style="list-style-type: none">1. Ekip Başkanı Ayşe GÜLEÇ2.Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi3. Sınıf Öğretmenleri4.Sınıf öğrenci temsilcileri5.Öğrenci veli temsilcileri |
| MART | <ol style="list-style-type: none">1. Sağlıklı beslenme ve obezite konulu seminerlerin düzenlenmesi.2. Meyve ve süt tüketim günleri3. Veli, öğrencilere yönelik konferansların düzenlenmesi4. El hijyeni hakkında bilgilendirme ve uygulama (Elimizdeki Mikroplar deneyi)5. Diyetisyenle birlikte öğrencilerin gelişim seviyesine uygun yemek listesinin hazırlanması6. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi.7. Beslenmeyi konu alan sınıf içi slogan yarışması düzenlemek8. Okul bahçesinde hobi bahçesinin yeniden planlanıp oluşturulması9. Sağlık için spor etkinliğinin yapılması10.Temiz hava temiz nefes etkinliğinin yapılması11. Mart ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | <ol style="list-style-type: none">1. Ekip Başkanı Ayşe GÜLEÇ2.Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi3. Sınıf Öğretmenleri4.Sınıf öğrenci temsilcileri5.Öğrenci veli temsilcileri |

| | | |
|--------------|---|--|
| NİSAN | <ol style="list-style-type: none">1. Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması2. Yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi3. Sporun önemi hakkında bilgilendirme.4. Sağlık için spor etkinliğinin yapılması5. Yaz Aylarında sağlıklı Beslenme adlı broşürün velilere ulaştırılması.6. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi.7. Hobi bahçesinde sebze dikimi uygulaması8. Sağlık için spor etkinliğinin yapılması9. Dünya Sağlık Günü10. Kahvaltının önemi hakkında bilgilendirme11. Nisan ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | <ol style="list-style-type: none">1. Ekip Başkanı Ayşe GÜLEÇ2. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi3. Sınıf Öğretmenleri4. Sınıf öğrenci temsilcileri5. Öğrenci veli temsilcileri |
| MAYIS | <ol style="list-style-type: none">1. Sağlıklı ve dengeli beslenme ilgili bilgiler duyurulması.2. Çeşitli dallarda spor turnuvaları düzenlenmesi.3. Beslenmeyi konu alan sınıf panolarının güncellenmesi.4. Sağlıklı Beslenme Broşürünün velilere ulaştırılması.5. Diyetisyenle birlikte öğrencilerin gelişim seviyesine uygun yemek listesinin hazırlanması6. Dünya süt günü nedeniyle süt içme etkinliği ve sınıf panolarının hazırlanması7. 10 Mayıs Dünya Sağlık İçin Hareket Günü8. Uçurtma Şenliği9. 22 Mayıs Dünya Obezite Günü10. Mayıs ayı raporu ve beslenme listesinin yazılması | <ol style="list-style-type: none">1. Ekip Başkanı Ayşe GÜLEÇ2. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi3. Sınıf Öğretmenleri4. Sınıf öğrenci temsilcileri5. Öğrenci veli temsilcileri |

| | | |
|----------------|---|--|
| HAZİRAN | 1. Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi | 1. Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi 2. Sınıf Öğretmenleri/öğrenci/veli |
|----------------|---|--|