**2024-2025 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI**

**HALUK ÜNDEĞER ANADOLU LİSESİ**

**“OKULUMDA SAĞLIKLI BESLENİYORUM PROGRAMI”**

**YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

Öğrencilerin kişiliği özellikle okul çağlarında şekillenmekte ve yetişkin çağdaki davranışları üzerinde etkili olacak alışkanlıkların edinilmesi yine bu yıllara dayanmaktadır. Bu nedenle, okul içinde sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamın teşvik edilmesi amacıyla bu konuda yapılan uygulama ve faaliyetler ile eğitmenlerin sergilediği örnek davranışlar, çocuk ve gençlerimizin sağlıklı yaşam alışkanlıklarını kazanmalarında temel rol oynamaktadır.

Program kapsamında ekip oluşturularak Yıllık Planı hazırlanarak çalışmalara başlanmıştır.

Bu bağlamda 2024-2025 eğitim öğretim yılında ekim ayında başlamak üzere gerektiğinde revize edilecek şekilde uygulamaya konulmuştur.

**HEDEFLERİMİZ**

\* Okulumda sağlıklı besleniyorum programı” ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik edilmesi

\* Okullarımızda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin alınması

\* Veliler ve öğrencilerde hareketli yaşam konusunda duyarlılığın arttırılması

\* Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi

\* Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması

**AMAÇLARIMIZ**

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

\* Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,

\* Çocuklarda obezite,

\* Sağlıklı okul dönemi,

\* Sağlık risklerine göre (Hiperlipidemi, troid hastalıkları, demir yetersizliği, kansızlık, diyabet vb.) çocuk ve aile beslenmesi programlarıyla genç nesillerin sağlıklı yetişmesine destek vermek. Aile bireylerinde beslenme bilincini arttırmak, sağlık risklerini azaltmak ve sağlıklı nesiller yetiştirmek için gerekli beslenme eğitim hizmetini sağlamak.

**OKULDA SAĞLIKLI BESLENİYORUM PROGRAMI EKİBİ**

|  |  |
| --- | --- |
| OKUL MÜDÜRÜ | FİKRET YÜREKTÜRK |
| OKUL MÜDÜR YARDIMCISI | MUAMMER GENÇ |
| OKUL MÜDÜR YARDIMCISI | AYŞENUR DEMİROK |
| OKUL MÜDÜR YARDIMCISI | FATMA GÜL IŞITAN |
| BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ | CİHAN AYDAN |
| BİYOLOJİ ÖĞRETMENİ | EDA AKYOL |

HALUK ÜNDEĞER ANADOLU LİSESİ

2024-2025 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI

OKULDA SAĞLIKLI BESLENİYORUM PROGRAMI YILLIK PLANI

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **AY** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLULARI** |
| **OCAK** | Beslenme eğitimi ve gıda okuryazarlığı konusunda bilgilendirme(Vidyo-seminer) | Fevziye KILIÇ |
| Beslenme eğitimi ve gıda okuryazarlığı konusunda pano | Eda AKYOL |
| ‘En Temiz Sınıf ‘seçilmesi | Tüm öğretmenler  |
| Öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi. | Cihan AYDAN |
| **ŞUBAT** | Dengeli beslenme panosunun hazırlanması | Hülya ÖZEL |
| Okulun web sayfasında sağlıklı beslenme köşesinin oluşturulması | Muammer GENÇ |
| Fiziksel aktivite eğitiminin verilmesi | Cihan AYDAN |
| Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması | Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri |
| Sporla sağlıklı yaşam panosunun oluşturulması  | Fevziye KILIÇ |
| Ağız ve diş sağlığı farkındalığı oluşturmak için alanında uzman kişilerin davet edilmesi. | Eda AKYOL |
| ‘En Temiz Sınıf ‘seçilmesi | Tüm öğretmenler |
| Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi | Rehber Öğretmeni, Sınıf Rehber Öğretmenleri |
| Şubat ayı raporunun hazırlanması | Komisyon |
| **MART** | Sağlıklı besleniyorum temalı kompozisyon yarışması | Zeynep ERDEMİR |
| “Tuza Dikkat!” konulu pano çalışması.(11-17 MART) | Fevziye KILIÇ  |
| Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması | Komisyon |
| Sağlık için Yürüyorum etkinliği(9. Sınıflar) | Tüm komisyon |
| ‘En Temiz Sınıf ‘seçilmesi | Tüm öğretmenler |
| Mart ayı raporunun hazırlanması | Tüm komisyon |
| **NİSAN** | Okul bahçesinde sebze yetiştiriciliği | Eda AKYOL |
| Fastfoodlar hakkında bilgi verilmesi (vidyo/pano) | Hülya ÖZEL |
| ‘En Temiz Sınıf ‘seçilmesi | Tüm öğretmenler  |
| Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması | Cihan AYDAN |
| Sağlık için Yürüyorum etkinliği(10. Sınıflar) | Tüm komisyon |
| Fastfood hakkında bilgilendirme. Abur cuburlar hakkında bilgilendirme (seminer) | Hülya ÖZEL |
| El hijyeni hakkında bilgilendirici video | Eda AKYOL |
| **MAYIS** | “22 Mayıs Dünya Obezite Günü” ile ilgili seminer  | Muammer GENÇ |
| Obezite ile igili pano çalışması | Eda AKYOL |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi, beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi. | Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri |
| Sağlık için Yürüyorum etkinliği(11. Sınıflar) | Komisyon |
| Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması | Cihan AYDAN |
| ‘En Temiz Sınıf ‘seçilmesi | Tüm Öğretmenler |
| Mayıs ayı raporunun hazırlanması. | Komisyon |
| **HAZİRAN** | Okul bahçesinde sağlıklı besleniyorum temalı pikniğin düzenlenmesi | Tüm Öğretmenler |
| Sınıflar arası voleybol turnuvası | Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri |
| ‘En Temiz Sınıf ‘seçilmesi | Tüm öğretmenler |
| Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması | Cihan AYDAN |
| Sağlık için Yürüyorum etkinliği(12. Sınıflar) | Komisyon  |
| Haziran ayı raporunun hazırlanması. | Komisyon  |
| **EYLÜL** | Hijyen kurallarının panolara asılması | Komisyon |
| Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması | Cihan AYDAN |
| ‘En Temiz Sınıf ‘seçilmesi | Tüm Öğretmenler |
| Sağlık için Yürüyorum etkinliği(9. Sınıflar) | Komisyon |
| Beslenme eğitimi ve gıda okuryazarlığı seminer | Fevziye KILIÇ |
| Eylül ayı raporunun hazırlanması. | Komisyon |
| **EKİM** | “Sağlık için yürüyüş” yapılması.(10. Sınıflar) | Komisyon  |
| Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması | Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri |
| Mevsiminde meyveler ve sebzeler konulu pano | Hülya ÖZEL |
| ‘En Temiz Sınıf ‘seçilmesi | Tüm Öğretmenler |
| Sağlıklı beslenme semineri (uzman kişi (diyrtisyen)daveti) | Hülya ÖZEL |
| Ekim ayı rapor larının hazırlanması. | Komisyon |
| **KASIM** | Çeşitli dallarda sınıflar arası spor karşılaşmalarının yapılması.(Masa tenisi) | Cihan AYDAN |
| ‘En Temiz Sınıf ‘seçilmesi | Tüm Öğretmenler |
| “Sağlık için yürüyüş” yapılması.(11. Sınıflar) | Komisyon |
| 14 Kasım Diyabet Günü için seminer | Cihan AYDAN |
| Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması | Komisyon |
| Kasım ayı rapor hazırlanması. | Komisyon  |
| **ARALIK** | Ağız ve diş sağlığı panosunun hazırlanması‘En Temiz Sınıf ‘seçilmesiHer pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılmasıYerli malı haftası etkinlikleri ve panosuAralık ayı değerlendirme raporları | Tüm ÖğretmenlerEda AKYOLCihan AYDANTüm komisyon |
|  |  |  |

 Fikret YÜREKTÜRK

 Okul Müdürü