

2024-2025 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI
GÜL KIZ MESLEKİ VE TEKNİK 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 öğretmenlerin 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 artırılması
- * 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;

- * kız öğrencilerimizde ve ailelerde sağlıklı beslenme,
- * kız öğrencilerimizde obezite,
- * Sağlıklı okul dönemi,
- * Sağlık risklerine göre (Hiperlipidemi, tiroit hastalıkları, demir yetersizliği, regl düzensizlikleri ve ağrıları kansızlık, diyabet obezite vb.) öğrenci 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

Aşağıdaki isimlerden oluşmuştur.

S.N	GÖREVİ/BRANŞI	ADI SOYADI
1	Müdür Yardımcısı	Gülsüm KILINÇ
2	Müdür Yardımcısı	Cihangir ÜNLÜ
3	Rehber Öğretmen	Naciye YETKİN
4	Beden Eğitimi öğretmeni	Rahmi KARAHAN
5	Beden Eğitimi öğretmeni	Halim TÜRK
6	Meslek Dersleri öğretmeni	Leyla ŞANLI
7	Meslek Dersleri öğretmeni	Hesna Seval ÖZGÜR
8	Hemşire	Esra ŞAHİN

ETKİNLİK TARİHİ	ETKİNLİK ADI
27 Eylül	Dünya Okul Sütü Günü
15 Ekim	Dünya El Yıkama Günü
16 Ekim	Dünya Gıda Günü
3 -4 Ekim	Dünya Yürüyüş Günü
14 Kasım	Dünya Diyabet Günü
24 Kasım	Çocuk Hakları Günü ve Öğretmenler Günü
18-24 Kasım	Ağız ve Diş sağlığı Haftası
12-18 Aralık	Yerli Malı Haftası
22 Mart	Dünya Su Günü
11-17 Mart	Dünya Tuza Dikkat Haftası
7 Nisan	Dünya Sağlık Günü
15 Nisan	Büyümenin İzlenmesi günü
7-13 Nisan	Dünya Sağlık Haftası
10 Mayıs	Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü
22 Mayıs	Dünya Obezite Günü

GÜL KIZ MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ OKULDA SAĞLIKLI BESLENİYORUM PROGRAMI YILLIK PLANI

AY	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLULARI
EYLÜL	Hijyen kurallarının panolara asılması	Gülsüm KILINÇ-Esra ŞAHİN
	Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması	Halim TÜRK-Rahmi KARAHAN
	'En Temiz Sınıf 'seçilmesi	Gülsüm KILINÇ-Gönül ÖZDAMAR-Ders öğretmenleri
	Sağlık için yürüyorum etkinliği(9.10.11.12 Sınıflar)	Rahmi KARAHAN Halim TÜRK
	Beslenme eğitimi ve gıda okuryazarlığı seminer	Hesna Seval ÖZGÜR Leyla ŞANLI
	Eylül ayı raporunun hazırlanması.	Gülsüm KILINÇ-Esra ŞAHİN
EKİM	"Sağlık için yürüyüş" yapılması.(9.10.11.12 Sınıflar)	Tüm Öğretmenler
	Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması	Rahmi KARAHAN Halim TÜRK
	Mevsiminde meyveler ve sebzeler konulu pano	Esra ŞAHİN
	'En Temiz Sınıf 'seçilmesi	Gülsüm KILINÇ-Gönül ÖZDAMAR-Ders öğretmenleri
	Sağlıklı beslenme semineri (uzman kişi (diyetisyen) daveti)	Sağlıklı Yaşam Merkezi
	Ekim ayı raporlarının hazırlanması.	Gülsüm KILINÇ-Esra ŞAHİN
KASIM	Çeşitli dallarda sınıflar arası spor karşılaşmalarının yapılması.(dart Bocce vb.)	Rahmi KARAHAN Halim TÜRK
	'En Temiz Sınıf 'seçilmesi	Gülsüm KILINÇ-Gönül ÖZDAMAR-Ders öğretmenleri
	"Sağlık için yürüyüş" yapılması.(11. Sınıflar)	Rahmi KARAHAN-Halim TÜRK
	14 Kasım Diyabet Günü için seminer	Diyetisyen: Asena Sude GÜNAYDIN
	Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması	Halim TÜRK –Rahmi KARAHAN
	Kasım ayı rapor hazırlanması.	Gülsüm KILINÇ-Esra ŞAHİN
ARALIK	Ağız ve diş sağlığı panosunun hazırlanması	Esra ŞAHİN –Gülsüm KILINÇ
	'En Temiz Sınıf 'seçilmesi	Gülsüm KILINÇ-Gönül ÖZDAMAR-Ders öğretmenleri
	Yerli Malı Etkinlik Panosu	Esra ŞAHİN –Leyla ŞAHİN Hesna Seval ÖZGÜR.
	Aralık ayı değerlendirme raporları	Gülsüm KILINÇ –Esra ŞAHİN
OCAK	Beslenme eğitimi ve gıda okuryazarlığı konusunda bilgilendirme(Video-seminer)	Leyla ŞANLI –Hesna Seval ÖZGÜR.
	Beslenme eğitimi ve gıda okuryazarlığı konusunda pano	Leyla ŞANLI –Hesna Seval ÖZGÜR.
	'En Temiz Sınıf 'seçilmesi	Gülsüm KILINÇ-Gönül ÖZDAMAR-Ders öğretmenleri
	Öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi.	Rahmi karahan-Halim TÜRK
	Dengeli beslenme panosunun hazırlanması	YükseL EREN-Hesna Seval ÖZGÜR Leyla ŞANLI
	Ocak Ayı Raporu hazırlanması	Gülsüm KILINÇ-Esra ŞAHİN

AY	YAPILACAK ETKİNLİKLER	ETKİNLİK SORUMLULARI
ŞUBAT	Okulun web sayfasında sağlıklı beslenme köşesinin oluşturulması	Cihangir ÜNLÜ Gülsüm KILINÇ-Esra ŞAHİN Yüksel EREN Abdullah ÖZTÜRK
	Fiziksel aktivite eğitiminin verilmesi	Gençlik ve Spor İl Müdürlüğünden bir Uzman Kişi
	Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması	Rahmi KARAHAN-Halim TÜRK
	Sporla sağlıklı yaşam panosunun oluşturulması	Gülsüm KILINÇ-Esra ŞAHİN
	Ağız ve diş sağlığı farkındalığı oluşturmak için alanında uzman kişilerin davet edilmesi.	Gülsüm KILINÇ Esra ŞAHİN UZMAN kişi
	'En Temiz Sınıf 'seçilmesi	Gülsüm KILINÇ-Gönül ÖZDAMAR-Ders öğretmenleri
	Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi	Esra ŞAHİN
	Şubat ayı raporunun hazırlanması	Gülsüm KILINÇ- Esra ŞAHİN
MART	Sağlıklı besleniyorum temalı kompozisyon yarışması	Salih OGÜL Esra BALUN
	"Tuza Dikkat!" konulu pano çalışması.(11-17 MART)	Esra ŞAHİN –Gülsüm KILINÇ
	Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması	Rahmi KARAHAN-Halim TÜRK
	Sağlık için yürüyorum etkinliği(9. Sınıflar)	Rahmi KARAHAN-Halim TÜRK
	'En Temiz Sınıf 'seçilmesi	Gülsüm KILINÇ-Gönül ÖZDAMAR-Ders öğretmenleri
	Mart ayı raporunun hazırlanması	Esra ŞAHİN –Gülsüm KILINÇ
NİSAN	Okul bahçesinde Çiçek Ekimi	Hüseyin ALA İbrahim GÜNTEŞ
	Fastfoodlar hakkında bilgi verilmesi (video/pano)	Esra ŞAHİN –YÜKSEL EREN-Yaşar TOPKARA ADIGÜZEL
	'En Temiz Sınıf 'seçilmesi	Gülsüm KILINÇ-Esra ŞAHİN
	Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması	Rahmi KARAHAN-Halim TÜRK
	Sağlık için yürüyorum etkinliği(10. Sınıflar)	Rahmi KARAHAN-Halim TÜRK
	Fastfood hakkında bilgilendirme. Abur cuburlar hakkında bilgilendirme (seminer)	Esra ŞAHİN
	El hijyeni hakkında bilgilendirici video ve Nisan ayı raporu hazırlanması	Esra ŞAHİN

MAYIS	Okul bahçesinde sağlıklı besleniyorum temalı pikniğin düzenlenmesi	Gülsüm KILINÇ YÜKSEL EREN
	Sınıflar arası voleybol turnuvası	Rahmi KARAHAN-Halim TÜRK
	'En Temiz Sınıf 'seçilmesi	Gülsüm KILINÇ-Gönül ÖZDAMAR-Ders öğretmenleri
	Her pazartesi ve cuma günleri okul bahçesinde spor yapıyorum etkinliklerinin yapılması	Rahmi KARAHAN-Halim TÜRK
	Sağlık için yürüyorum etkinliği(12. Sınıflar) Mayıs Ayı raporu hazırlanması	Rahmi KARAHAN-Halim TÜRK
HAZİRAN	Tüm Okul Öğrenciler -öğretmenler -tüm personel (Gölcük Milas Pikniği)	Rahmi KARAHAN-Halim TÜRK Gülsüm KILINÇ-Esra ŞAHİN-Ali GÜNAYDIN-Cihangir ÜNLÜ
	Haziran ayı raporunun hazırlanması.	Gülsüm KILINÇ-Esra ŞAHİN

Mustafa KÜPELİ

Okul Müdürü