

T.C.  
BURSA VALİLİĞİ  
İL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ

İLİMİZDE UYGULANAN BAKANLIK PROJELERİ



Sağlıklı Adımlar

SAĞLIKLI ADIMLAR  
PROJESİ





# 1

## PROJE HAKKINDA

### Proje Hakkında

3. sınıf öğretmen, öğrenci ve velilerine yönelik olarak uygulanan Sağlıklı Adımlar, yeni nesillerin yeterli ve dengeli beslenme bilincine sahip olması ve fiziksel olarak daha aktif olmalarına destek olmak amacıyla geliştirilen bir kurumsal sosyal sorumluluk projesidir. Sağlıklı Adımlar, Nestlé'nin dünya çapında 70'e yakın ülkede yürüttüğü ve 6 milyona yakın çocuğa ulaştığı Nestlé Healthy Kids (Nestlé Sağlıklı Çocuklar) programının bir parçasıdır.

Proje, Hayat Bilgisi dersinin "Okul Heyecanım" teması ve Beden Eğitimi dersinin "Etkin Katılım ve Sağlıklı Yaşam" öğrenme alanındaki "Düzenli Fiziksel Etkinlik" alt öğrenme alanının ilgili kazanımlarıyla örtüşecek şekilde bu ders saatlerinde uygulanmak üzere programlanmıştır.

### Projenin Ortakları

- Millî Eğitim Bakanlığı Temel Eğitim Genel Müdürlüğü
- Nestlé Türkiye Gıda Sanayi A. Ş.

### Projenin Hedef Kitlesi

Proje kapsamında belirlenen okulların,

- 3. sınıf öğretmenleri,
- 3. sınıf öğrencileri,
- 3. sınıf öğrencilerinin velileri.





## 2

### PROJE

### HEDEFLERİ

#### Projenin Hedefleri

- Öğretmenlerin kendi kurumlarındaki diğer öğretmenlerle bilgi paylaşımında bulunarak yeterli ve dengeli beslenme konusunda okul çapında bir farkındalık yaratmasını sağlamak.
- Öğretmenlerin, öğrencilerine yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı kazandırmak için ihtiyaç duyabilecekleri kaynak bilgiyi, destek öğretim materyalleriyle sağlamak.
- Zincirleme bir davranış ve tutum değişikliği yaratabilmek için öğretmenlerin öğrencilerini, öğrencilerin de ebeveynlerini etkilemesi için araç ve yöntemler sunmak.
- Çocukların okul dışında buldukları zamanlarda da yeterli ve dengeli beslenme alışkanlıklarını korumalarının öneminden hareketle, velilere yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı ve bilinci kazandırarak veli ve öğrencilerin birlikte gelişimini teşvik etmek.
- Fiziksel aktivite ile sağlıklı yaşam arasındaki ilişkiyi aktaracak materyaller sunmak ve çocukların günlük fiziksel aktivitede bulunmalarını teşvik etmek.
- Web sitesi aracılığıyla, proje kapsamındaki tüm öğretmen, öğrenci ve velilerin, Sağlıklı Adımlar araç ve yöntemlerine kolay erişimini sağlamak.
- Yeterli ve dengeli beslenmenin gerekliliğini ve önemini sürekli gündemde tutmak, böylece gündelik yaşamın bir parçası haline gelmesine katkıda bulunmak.



## 3

### PROJE

### YARARLARI

#### Projenin Yararları

- Gelişimin erken döneminde kazandırılacak yeterli ve dengeli beslenme bilinci, sağlıklı nesillerin yetişmesine ve çeşitli hastalıklardan korunmaya katkıda bulunacaktır.
- Sağlıklı Adımlar'ın Millî Eğitim Bakanlığı ve Nestlé Türkiye iş birliği ile hayata geçiriliyor olması, projenin hedeflerine yaygın ve sürdürülebilir bir şekilde ulaşmasını sağlayacaktır.
- Tüm hedef gruplar için özel olarak hazırlanan proje materyalleri, eğitimin ilgili tüm hedef grupları kapsayan bir yaklaşımla yürütülmesini sağlayacaktır.
- Ölçme-değerlendirme araçları, Veli Bilgilendirme Mektubu, Veli Bilgilendirme Sunumu, Sağlıklı Adımlar Çarkları gibi materyaller, eğitimin bütünsel ve ilgili tüm hedef grupları kapsayan bir yaklaşımla yürütülmesini sağlayacaktır.
- Öğrenci, veli ve öğretmen etkileşiminin, öğrencinin yeterli ve dengeli beslenmesi konusunda da işleme sağlanacaktır.
- Projeye öğrenciler, yakın çevrelerinde yeterli ve dengeli beslenmeye ilişkin eksik ve yanlış bilgileri fark edecek, özellikle ebeveynlerinin ya da kendileri için rol model olabilecek kişilerin davranışlarını gözlemleyerek onları yönlendirebileceklerdir.
- Çocukların ailelerini olumlu yönde etkilemelerini sağlamak amacıyla geliştirilen proje araçları sayesinde, yetişkinlerin de bu konuda farkındalık kazanmasına katkıda bulunulacaktır.
- Ailelerin, çocuklarının yeterli ve dengeli beslenmesi için yeme-içme alışkanlıklarını takip etme konusunda girişimci olmaları gerektiğiyle ilgili farkındalıkları artacaktır.

# SAĞLIKLI ADIMLAR PROJESİ



## UYGULAMA

Sağlıklı Adımlar kapsamında, her dönemin başında, seçilen okullardan birer ilkokul 3. sınıf öğretmeni, eğitim seminerine katılıyor. Beslenme ve fiziksel aktivite konusunda kapsamlı bir eğitim alan bu öğretmenler bilgilerini güncelleme ve kendilerini geliştirme fırsatı buluyor. Bu öğretmenler, okullarına döndüğünde diğer 3. sınıf öğretmenlerine eğitim veriyorlar. 3. sınıf öğretmenleri, dönem başında velilere yönelik bir toplantı düzenleyerek, hem onlara eğitim veriyorlar, hem de proje uygulamaları hakkında onları bilgilendiriyorlar; yeterli ve dengeli beslenme konusunda çocuklarını desteklemeleri ve teşvik etmeleri konusunda onları cesaretlendiriyorlar. Bu sayede, çok sayıda veli, öğretmenlerle iş birliği içinde tamamen kendi girişimleriyle yepyeni uygulamaları hayata geçirebiliyorlar. Projeye, okulun sadece çocuklar için değil, veliler için de bir öğrenme ve öğretme ortamına dönüşmesi sağlanıyor.



Sağlıklı Adımlar Resim Yarışması çocukların beslenme ve fiziksel aktivite konusundaki kazanımlarını resim yoluyla ifade etmelerine, böylece çevrelerinde farkındalığın gelişmesine olanak tanıyor.

Öğretmenlere yönelik, ödüllü İyi Uygulamalar Paylaşımı yarışması, projenin sınıflarda uygulanması sırasında öğretmenler tarafından geliştirilen yöntem ve uygulamaların yaygınlaştırılması ve örnek teşkil etmesi amacıyla düzenlenmektedir. Bu örnek uygulamaların gerek diğer sınıf öğretmenlerine, gerekse projeye ilerleyen yıllarda dâhil olacak sınıf öğretmenlere yol göstermesi ve onlara ilham vermesi hedeflenmektedir.

# SAĞLIKLI ADIMLAR PROJESİ

Proje, 2012-2013 eğitim öğretim yılında, 50 okulda uygulanmaya başladı ve 9 bin öğrenci ile 18 bin veli yeterli ve dengeli beslenme konusunda bilinçlendi.

2013-2014 eğitim öğretim yılında, 42 okulda uygulanan projeye, yine 9 bin öğrenci ve 18 bin veliye erişildi.

2014-2015 eğitim öğretim yılında, 58 okulda, 508 öğretmen 30 bin veliye ulaştı, 15 bin öğrenci, bir yıl boyunca Sağlıklı Adımlar eğitim programını işledi.

2015-2016 eğitim öğretim yılında proje 65 okulda uygulandı. 515 sınıf öğretmeni, 13 bin 500 öğrenciye ve 27 bin veliye beslenme ve fiziksel aktivite eğitimleriyle ulaştı.



Projenin hedef gruplarından biri olan velilere yönelik eğitimler ve öğretmenlerin aileleri dâhil ettiği etkinliklerden elde edilen geribildirimler, öğretmen-öğrenci-aile etkileşimini artırma hedefine ulaşıldığını göstermektedir. Okul-öğrenci-aile etkileşiminin kurulması ve sürdürülmesinde velilerin göstermiş olduğu heves mutluluk verici olmuştur. Veliler, çocuklarıyla birlikte bir öğrenme sürecinden geçmiş, yeterli ve dengeli beslenme konusunda bilgi birikimlerini artırmış, bu yolla çocuklarıyla etkileşimleri de güçlenmiştir.



## 5

### ETKİNLİKLER

#### Sınıf İçi Uygulamalar

Sağlıklı Adımlar kapsamındaki pilot okullarda, 3. sınıf öğretmenleri, proje materyallerini beslenme konulu derslerde kullanıyorlar. Öykü şeklinde hazırlanan içeriklerle, öğrenciler eğlenerek öğrenme fırsatı buluyor.

#### Sağlıklı Adımlar Atölyesi

Sağlıklı Adımlar Atölyesi, öğrencileri kendi yiyeceklerini hazırlamaya teşvik ediyor. Evlerinden yoğurt, meyve, kuruyemiş, pekmez ve benzeri besinleri getiren öğrenciler, sınıfta hep birlikte meyveli yoğurt yapıyor.

Sağlıklı Adımlar Atölyesi sayesinde, öğrenciler hem eğleniyor, hem de beslenmenin nasıl eğlenceli hâle getirilebileceğini keşfediyorlar.

#### Resim Yarışması

Ödüllü resim yarışması eğitim-öğretim döneminin ikinci döneminde yapılıyor. Yarışmanın temel amacı, yeterli ve dengeli beslenme ile fiziksel aktivite konusunda öğrenilenlerin pekiştirilmesi.

Öğrenciler resimleriyle yarışmaya katılarak güzel ödüller kazanabiliyorlar. Böylece, resim yeteneklerini beslenme ve fiziksel aktivite konusundaki bilgileriyle birleştirebiliyorlar.

#### Nestlé Gönüllüleri Okulda

Projenin uygulandığı pilot okullarda, Nestlé çalışanlarının da katılımıyla, özel etkinlikler düzenleniyor.

# SAĞLIKLI ADIMLAR PROJESİ

