MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU

2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI “BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ” YILLIK ÇALIŞMA PLANI

HEDEFLERİMİZ

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

1. **Okullumuzda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin alınması.**
2. **Veliler ve öğrencilerde hareketli yaşam konusunda duyarlılığın arttırılması.**
3. **Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi**
4. **Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması.**

Bu bağlamda okulumuzda 2019-2020 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında aşağıda belirtilen çalışma planı uygulanacaktır.

AMAÇLARIMIZ

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

\*\* Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,

\*\* Çocukluklarda şişmanlık,

\*\* Sağlıklı okul dönemi,

\*\* Sağlık risklerine göre (Hiperlipidemi, troid hastalıkları, demir yetersizliği, kansızlık, diyabet ) 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.

**Sağlıklı sofraların paylaşıldıkça güzelleştiğini biliyoruz.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | **ETKİNLİKLER** | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** |
| **EYLÜL** | ‘Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi’nin oluşturulması ve ilk toplantının gerçekleştirilmesi. | Okul Müdürü tarafından  Beslenme ve Hareket Yaşam  Ekibi tarafından | \*Dünya Okul Sütü Günü  (27Eylül) |
| Beslenme Dostu Okul Projesi yıllık çalışma planının hazırlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Beslenme Dostu Okul Projesi hakkında öğretmenlerin ve velilerin bilgilendirilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Beslenme Dostu Okul Projesi için sınıf öğrenci temsilcilerinin seçilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Beslenme dostu bilgilendirme okul panolarının oluşturulması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Okulun internet sayfasında ‘Beslenme Köşesi ‘ oluşturulması ve bilgilendirme çalışmaları yapılması. | Okul Web Yayın Ekibi |
| Sınıf öğretmenleri tarafından yapılan veli toplantılarında ‘Beslenme Dostu Okul Projesi’nin ayrı bir gündem maddesi olarak alınması, bu konuda yapılan ve yapılacak çalışmalar hakkında velilere bilgi verilmesi. | Sınıf Öğretmenleri tarafından Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| 27 Eylül ‘Dünya Okul Süt Günü’nün okul panolarında sergilenmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| ‘Okul Çağı Çocukları için Sağlıklı Beslenme Önerileri’ konulu broşürün velilere ulaştırılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | **ETKİNLİKLER** | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** |
| **EKİM** | Okuldaki tüm öğrencilerin boy, kilo ölçümleri yapılarak beden kitle indekslerinin hesaplanması ve istatistiklerin tutulması. Yapılan ölçümler sonucunda risk grubundaki öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi. | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından | \* Dünya Yürüyüş Günü  (3-4 Ekim)  \* Dünya El Yıkama Günü  (15 Ekim)  \* Dünya Gıda Günü  (16 Ekim) |
| Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde ( olumsuz hava şartlarında sınıflarda ) 2. teneffüsde yaklaşık 15 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları’nın ( Sek Sek , Yedi Kiremit, İstop, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb. ) oynatılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi. | Okul Web Yayın Ekibi |
| ‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Ekim ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.( Elma ve Karnabahar ) | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| 15 Ekim Dünya El Yıkama Günü’nün etkin olarak kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi. ‘Temiz Eller, Gülen Yüzler’ sloganıyla öğrencilere el hijyeni ve tuvalet alışkanlığı hakkında bilgilendirme yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Okul bahçesinde fiziksel aktivite ve spor yapmayı sağlayacak oyun çizgilerinin yenilenmesi, boyanması | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından |
| Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | **ETKİNLİKLER** | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** |
| **KASIM** | Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde ( olumsuz hava şartlarında sınıflarda ) 2. teneffüsde yaklaşık1 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması. | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından | \*Dünya Diyabet Günü  (14 Kasım)  \* Ağız ve Diş sağlığı Haftası  (18-24 Kasım)  \* Çocuk Hakları Günü ve Öğretmenler Günü  (24 Kasım) |
| ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları’nın ( Sek Sek, Yedi Kiremit, İstop, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb. ) oynatılması. | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından |
| ‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi. | Okul Web Yayın Ekibi |
| Kasım ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.  ( Havuç ve Mandalina ) | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| 14 Kasım Dünya Diyabet Günü’nün etkin olarak kutlanması ve yapılan çalışmalaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| ‘Çocuklarda Şişmanlık ve Sağlıklı Beslenme’, ‘Çocuklarda Diyabet’ konularında eğitim videoları izletilerek, öğrencilerimizin bilinçlendirilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Öğrencilere ‘Sağlıklı Hayat, Sağlıklı Beslenme’ konusunda bilgilendirme yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| TBM (Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı ) | Okul un Psikolojik Danışman ve  Rehberlik Öğretmeni |
| Öğrenci, veli ve okul çalışanlarına yönelik sağlık, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında eğitim verilmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | **ETKİNLİKLER** | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** |
| **KASIM** | 18- 24 Kasım ‘Ağız ve Diş Sağlığı Haftası’nın etkin olarak kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |  |
| ‘Sağlıklı Dişler, Mutlu Gülüşler‘ sloganıyla ‘Dişlerimi Fırçalıyorum ‘ etkinliğinin yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | **ETKİNLİKLER** | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** |
| **ARALIK** | Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde ( olumsuz hava şartlarında sınıflarda ) 2. teneffüsde yaklaşık 15 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması. | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından | \* Yerli Malı Haftası  (12-18 Aralık) |
| ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları’nın ( Sek Sek Yedi Kiremit, İstop, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb. ) oynatılması. | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından |
| ‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi’nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi. | Okul Web Yayın Ekibi |
| Aralık ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.( Pırasa ve Nar ) | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Okul bünyesinde sağlıklı beslenme kapsamında kahvaltının yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| 12-18 Aralık ‘Tutum Yatırım ve Türk Malları Haftası’nın okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Sağlıklı Beslenme konusunu içeren öğrenci mektuplarının öğrencilere dağıtılması ve sınıf ortamında okunarak değerlendirilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | | **ETKİNLİKLER** | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** | |
| **OCAK** | | Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde ( olumsuz hava şartlarında sınıflarda ) 2. teneffüsde yaklaşık 15 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması. | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından | |  | |
| ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |
| Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları’nın ( Sek Sek, Yedi Kiremit, İstop, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb. ) oynatılması. | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından | |
| ‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi’nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi. | Okul Web Yayın Ekibi | |
| Ocak ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.  ( Ispanak ve Portakal ) | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |
| Okul bünyesinde sağlıklı ara öğün kapsamında ‘Kuruyemiş Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |
| ‘Müzik Ruhun Gıdasıdır.’sloganıyla sağlıklı ve hareketli yaşamı destekleyen, okul şarkılarının teneffüslerde ay boyunca çalınması. | Okulun Müzik Öğretmenleri tarafından | |
| Dönem boyunca yapılan çalışmalarla farkındalığın oluşumu desteklemek ve görmek adına ‘Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam ‘ ile ilgili slogan yarışmasının yapılması.  Sloganların sınıf ve okul panolarında sergilenmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |
| Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | **ETKİNLİKLER** | | | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** |
| **ŞUBAT** | Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde ( olumsuz hava şartlarında sınıflarda ) 2. teneffüsde yaklaşık 15 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması. | | | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından | |  |
| ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması. | | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |
| Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları’nın ( Sek Sek, Yedi Kiremit, İstop, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb. ) oynatılması. | | | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından | |
| ‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması. | | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi’nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi. | | | Okul Web Yayın Ekibi | |
| Öğrencilere T.C. Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı’nın güvenilir gıda konusunda oluşturduğu ALO 174 GIDA HATTI’nın tanıtımının yapılması. | | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |
| ‘Güvenli Gıda Tüketiminde Dikkat Edilmesi Gereken Temel İlkeler ‘ broşürünün sınıflarda öğrencilerle incelenerek değerlendirilmesi ve velilere ulaştırılması. | | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |
| ‘Besinler ve Besin Öğeleri’ broşürünün sınıflarda incelenmesi ve velilere ulaştırılması. | | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |
| Şubat ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.( Kereviz ve Kivi ) | | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |
| Ağız ve diş sağlığı konusunda bir sağlık ekibince seminer verilmesi | | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |
| Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. | | | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | **ETKİNLİKLER** | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** |
| **MART** | Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde ( olumsuz hava şartlarında sınıflarda ) 1. teneffüsde yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması. | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından | \* Dünya Tuza Dikkat Haftası  (11-17 Mart)  \* Dünya Su Günü  (22 Mart) |
| ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları’nın ( Sek Sek, Yedi Kiremit, İstop, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb. ) oynatılması. | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından |
| ‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi’nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi. | Okul Web Yayın Ekibi |
| Mart ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.  ( Limon ve Muz ) | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Okul bünyesinde sağlıklı beslenme kapsamında ‘Yoğurt Mayalıyoruz ve Yiyoruz‘ etkinliğinin yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| 11-17 Mart ‘ Dünya Tuza Dikkat Haftası’nın okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | **ETKİNLİKLER** | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** |
| **MART** | 22 Mart ‘Dünya Su Günü’nün okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi. ‘Su Hayattır.’ sloganıyla tüm okulun aynı anda su içerek farkındalık çalışması yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |  |
| ‘ Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam ‘ konulu şiir yarışmasının yapılması. Eserlerin panolarda sergilenmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Sınıflarda saksılarda sebze yetiştirilmeye başlanması.  ( Gözlem ve kontrollerin diğer aylarda da periyodik olarak devam etmesi. ) | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| ‘ Dengeli ve Düzenli Beslenmenin Akademik Başarıdaki Önemi ‘ ile ilgili şiir yarışmasının yapılması. Eserlerin panolarda sergilenmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Öğretmenlere, velilere ve öğrencilere; sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam bilgilendirme broşürlerinin dağıtılması | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | **ETKİNLİKLER** | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** |
| **NİSAN** | Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde ( olumsuz hava şartlarında sınıflarda ) 2. teneffüsde yaklaşık 15 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması. | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından | \*Dünya Sağlık Günü  (7 Nisan)  \* Dünya Sağlık Haftası  (7-13 Nisan)  \*Büyümenin İzlenmesi günü  (15 Nisan) |
| ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları’nın ( Sek Sek, Yedi Kiremit, İstop, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb. ) oynatılması. | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından |
| ‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi. | Okul Web Yayın Ekibi |
| Nisan ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.  ( Patlıcan ve Erik ) | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| 7-13 Nisan ‘Dünya Sağlık Haftası’nın okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| 15 Nisan ‘Büyümenin İzlenmesi Günü’ kapsamında okuldaki tüm öğrencilerin boy, kilo ölçümleri yapılarak beden kitle indekslerinin hesaplanması ve istatistiklerin tutulması. | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından |
| ‘23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı’ haftasında hareketli yaşamla ilgili etkinliklerin yapılması. Yarışmaların yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | **ETKİNLİKLER** | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** |
| **NİSAN** | ‘Dünya ve Türkiye Tarihinde Önemli Sporcuların Hayat Hikayelerini Öğreniyorum’ konusunda öğrencilerin ödevlendirilmesi ve hazırlanan çalışmaların panolarda sergilenmesi. | Okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından |  |
| Sağlıklı Beslenme, Hareketli Yaşam ve Temizlik konularında Sağlık Bakanlığı’nın ve Yeşilay’ın hazırlamış olduğu eğitici film, çizgi film ve şarkıların çok amaçlı salonumuzdaki bilgisayara aktarılarak okul bünyesinde tüm sınıflarda izletilmesinin sağlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Öğrenci, öğretmen ve ailelerin katılımı ile sağlıklı beslenme ve hareketli hayatı teşvik edecek yarışma ve oyunlar içeren piknik organizasyonun yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve okulun Beden Eğitimi Öğretmenleri |
| Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | **ETKİNLİKLER** | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** |
| **MAYIS** | Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde ( olumsuz hava şartlarında sınıflarda ) 2. teneffüsde yaklaşık 15 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından | \* Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü  (10 Mayıs)  \* Dünya Obezite Günü  (22 Mayıs) |
| ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları’nın ( Sek Sek, Yedi Kiremit, İstop, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb. ) oynatılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| ‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi. | Okul Web Yayın Ekibi |
| Mayıs ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.( Kavun ve Taze Fasulye ) | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| 10 Mayıs ‘ Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü’ nün okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi. Farkındalık yaratmak adına öğrencilerin günün anlam ve önemine uygun olarak hazırladıkları sloganlarla veli katılımı da sağlanarak ‘Yürüyüş Etkinliği ‘ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| 22 Mayıs ‘ Dünya Obezite Günü’ nün okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi. ‘Ben Yemek Seçmem, Abur Cubur Yemem’ sloganıyla öğrencilerin Görsel Sanatlar Dersinde ‘Abur Cubura Son’ konulu afişler hazırlaması ve hazırlanan afişlerin panolarda sergilenmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Öğrencilere yönelik obezite konulu seminerin düzenlenmesi | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | **ETKİNLİKLER** | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** |
| **HAZİRAN** | Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde ( olumsuz hava şartlarında sınıflarda ) 2. teneffüsde yaklaşık 15 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |  |
| ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları’nın ( Sek Sek, Yedi Kiremit, İstop, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb. ) oynatılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| ‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla Süt Günü’ yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi. | Okul Web Yayın Ekibi |
| Haziran ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.  ( Kabak ve Karpuz ) | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |
| Türkiye Bağımlıkla Mücadele Eğitim Programı kapsamında ‘Yeşilcan’la Sağlıcakla’ etkinliklerinden son test (anket) uygulamasının okul bünyesinde bütün sınıflarda etkin bir şekilde etkileşimli olarak uygulanması. | Okul un Psikolojik Danışman ve  Rehberlik Öğretmeni |
| Kitap okumayı seven çocuklar olarak ‘ Tatilde Hem Eğlenir Hem Dinlenir Hem de Kitap Okurum’ sloganıyla Görsel Sanatlar Dersinde sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamı konu alan kitap ayraçları yapma etkinliğinin uygulanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **MEHMET EMİN YURDAKUL ORTAOKULU**  **BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI** | | | |
| **UYGULAMA ZAMANI** | **ETKİNLİKLER** | **İZLEME**  **DEĞERLENDİRME** | **BELİRLİ GÜN VE HAFTA** |
| **HAZİRAN** | Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi Tarafından |  |

Hakan DEMİREZ Mustafa Furkan KALAFAT Nursen ARIGÜN Hatice BAYRAM

Matematik Öğretmeni Matematik Öğretmeni Fen Bilgisi Öğretmeni Fen Bilgisi Öğretmeni

Esra BİLEM Neşe ÇETİN Funda Kocabıyık Gülümser Uzunger

Bilişim Öğretmeni FP Rehber Öğretmeni Beden Eğitimi Rehber Öğretmen

Nazmiye AKPINAR

Rehber Öğretmen

Elçin COŞKUN

Müdür Yardımcısı

Mehmet MENTEŞE

Okul Müdürü