|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DEMİRCİ CUMHURİYET İLKOKULU BESLENME DOSTU OKUL ÇALIŞMA PLANI** | | | | | |
| **AYLAR** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLULARI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |
| **KASIM** | * Beslenme ve hareketli yaşam ekibinin kurulması. | Ekip Başkanı Müdür Yardımcısı Orhan KARA |  |  |  |
| * Yıllık çalışma planının hazırlanması ve internet ortamında yayımlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * Okul internet sayfasında beslenme dostu okullar programı sayfasının oluşturulması ve yapılan etkinliklerin düzenli olarak paylaşımının sağlanması. | Müdür Yardımcısı  Orhan KARA |  |  |  |
| * Sağlıklı ve dengeli beslenme faaliyet planının okul personeli ve veliye tanıtımının yapılması ve yapılacak çalışmalar hakkında bilgi verilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * Sağlıklı ve sakıncalı besinler hakkında farkındalık kazandırmak ve gelişimini takip için “Besin Tercihi” anketinin velilere uygulanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * Sınıflarda mevsim sebzeleri konusu hakkında bilgi verilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Gerekli durumlarda ellerinin uygun şekilde yıkama davranışı oluşturmak için el yıkama aşamalarını çocuklara gösterip, lavaboların üstüne sıralama şeklinde görsellerinin asılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Velilere diyabet-obezite ve çocuk beslenmesi konusunda ekip tarafından eğitim verilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * Okul içi ve sınıf içi beslenme dostu okul bilgilendirme panolarının oluşturulması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Çocukların seviyesine uygun sportif hareketlerin “Sağlıklı Yaşam ve Spor” etkinliği olarak her gün güne başlama saatinde yapılması gerektiğinin öğrencilere aktarılması ve uygulatılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Aralık ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yapılması, tabloya işlenmesi. Yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrenci velileri ile görüşülüp sağlık kurumuna yönlendirilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Sınıflarda günü değerlendirme saatlerinde kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının düzenli yapılmasına devam edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Öğretmenler tarafından beslenme çantalarının içeriklerinin ve sulukların her gün kontrol edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
|  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AYLAR** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLULARI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |
| **ARALIK** | * Vitamin şenliğinin düzenlenmesi ve “Sağlık İçin Taze Meyve Suyu İçin” etkinliği düzenlenmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Tutum, Yatırım ve Türk Malları (Yerli Malı) Haftasının kutlanması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * “Okul öncesi ve İlkokul çocuklarda beslenme” broşürünün velilere gönderilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * Okul içi hareketli oyun seçimi sınıflar arası yarışmalar yapılması. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * “Sağlıklı Yaşam Ve Spor” etkinliğinin her gün güne başlama saatinde yapılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Ocak ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Öğretmenler tarafından beslenme çantalarının içeriklerinin ve sulukların her gün kontrol edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * “BESLENME DOSTU OKUL” okul ve sınıf panolarının güncellenmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Sınıflarda günü değerlendirme saatlerinde kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının düzenli yapılmasına devam edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yapılması, tabloya işlenmesi. Yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrenci velileri ile görüşülüp sağlık kurumuna yönlendirilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
|  | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AYLAR** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLULARI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |
| **OCAK** | * Sağlıklı beslenme konulu resim yarışması yapılması ve çalışmaların değerlendirilip dereceye girenlere sertifika verilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * Diş bakımı ve sağlığı ile ilgili etkinliklerin yapılması ve evlere diş fırçalama davranış çizelgelerinin gönderilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Spor var Hem de Çeşit Çeşit” etkinliği kapsamında Basketbol Spor dalının tanıtılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * “Sağlıklı Yaşam Ve Spor” etkinliğinin her gün güne başlama saatinde yapılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Şubat ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Öğretmenler tarafından beslenme çantalarının içeriklerinin ve sulukların her gün kontrol edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * “BESLENME DOSTU OKUL” okul ve sınıf panolarının güncellenmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Sınıflarda günü değerlendirme saatlerinde kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının düzenli yapılmasına devam edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yapılması, tabloya işlenmesi. Yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrenci velileri ile görüşülüp sağlık kurumuna yönlendirilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AYLAR** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLULARI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |
| **ŞUBAT** | * Spor Var Hemde Çeşit Çeşit”etkinliği kapsamında Voleybol Spor dalının tanıtılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * “Sağlıklı Yaşam Ve Spor” etkinliğinin her gün güne başlama saatinde yapılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Mart ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Öğretmenler tarafından beslenme çantalarının içeriklerinin ve sulukların her gün kontrol edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * “BESLENME DOSTU OKUL” okul ve sınıf panolarının güncellenmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Sınıflarda günü değerlendirme saatlerinde kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının düzenli yapılmasına devam edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yapılması, tabloya işlenmesi. Yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrenci velileri ile görüşülüp sağlık kurumuna yönlendirilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AYLAR** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLULARI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |
| **MART** | * Spor Var Hemde Çeşit Çeşit” etkinliği kapsamında Futbol Spor dalının tanıtılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * 22 Mart Dünya Su Günü haftasında “Sağlık İçin Su İçin” etkinliği düzenlemek ve suyun sağlığımız için önemini vurgulamak. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * 11 – 17 Mart Tuza Dikkat Haftası ile ilgili Tuzun az kullanımını teşvik edici etkinlik planlanması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * 16 Mart Dünya Gıda Günü kapsamında Süslü Kahvaltı Tabağı etkinliği. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * “İyi Bir Kahvaltı Güzel Bir Gündür” broşürünün velilere gönderilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * “Sağlıklı Yaşam Ve Spor” etkinliğinin her gün güne başlama saatinde yapılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Nisan ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Öğretmenler tarafından beslenme çantalarının içeriklerinin ve sulukların her gün kontrol edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * “BESLENME DOSTU OKUL” okul ve sınıf panolarının güncellenmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Sınıflarda günü değerlendirme saatlerinde kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının düzenli yapılmasına devam edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yapılması, tabloya işlenmesi. Yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrenci velileri ile görüşülüp sağlık kurumuna yönlendirilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AYLAR** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLULARI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |
| **NİSAN** | * Okul bahçesine organik beslenme için çocuklarla beraber çeşitli sebzelerin (soğan, sarımsak, ıspanak, maydanoz, marul gibi ) ekilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * “Sağlık İçin Ayran İçin” etkinliği düzenlemek. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Okul bahçesinde sek sek etkinliklerinin düzenlenmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Sağlıklı beslenme ve hareketi teşvik edici bilgi yarışması yapılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Spor Var Hemde Çeşit Çeşit” etkinliği kapsamında Karate Spor dalının tanıtılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Tükettiğimiz hazır yiyecek ve içecekler ve fastfood hakkında farkındalık oluşturacak etkinliklerin yapılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * “Hareketli yaşıyorum sağlığımı koruyorum” broşürünün velilere gönderilmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * “Sağlıklı Yaşam Ve Spor” etkinliğinin her gün güne başlama saatinde yapılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Mayıs ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Öğretmenler tarafından beslenme çantalarının içeriklerinin ve sulukların her gün kontrol edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * “BESLENME DOSTU OKUL” okul ve sınıf panolarının güncellenmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Sınıflarda günü değerlendirme saatlerinde kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının düzenli yapılmasına devam edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yapılması, tabloya işlenmesi. Yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrenci velileri ile görüşülüp sağlık kurumuna yönlendirilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AYLAR** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLULARI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME DEĞERLENDİRME** |
| **EVET** | **HAYIR** |
| **MAYIS** | * Beslenme ile ilgili slogan yarışması düzenlenmesi, dereceye girenlerin ödüllendirilip; sloganların sergilenmesi. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * 10 Mayıs Sağlık İçin Hareket Et Günü ile ilgili bahçede ip atlama etkinliği düzenlemek. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * “Sağlık İçin Süt İçin” etkinliği düzenlemek. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * 22 Mayıs Dünya Obezite Günü kapsamında çeşitli etkinlikler ile obezite ile ilgili farkındalık oluşturmak. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * 19 Mayıs Gençlik ve Spor Bayramı haftasında Sağlıklı Yaşam Şenliği ( piknik, yarışmalar, uçurtma uçurma) etkinliği düzenlenme. | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi |  |  |  |
| * “Sağlıklı Yaşam Ve Spor” etkinliğinin her gün güne başlama saatinde yapılması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Haziran ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Öğretmenler tarafından beslenme çantalarının içeriklerinin ve sulukların her gün kontrol edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * “BESLENME DOSTU OKUL” okul ve sınıf panolarının güncellenmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Sınıflarda günü değerlendirme saatlerinde kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının düzenli yapılmasına devam edilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |
| * Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yapılması, tabloya işlenmesi. Yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrenci velileri ile görüşülüp sağlık kurumuna yönlendirilmesi. | Tüm Öğretmenler |  |  |  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
| **SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ İMZA SİRKÜSÜ** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Orhan KARA |  | Ali Galip İŞİSAĞ |  | Emine AKAR |  | Filiz BİLGİÇ |
| Müdür Yardımcısı |  | Öğretmen |  | Öğretmen |  | Öğretmen |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Elif ÖZDEMİR |  | Fatma ACAR |  | Şerife Özlem BİTİGEN |  | Selvinaz KARAKUZU |
| Öğretmen |  | Öğretmen |  | Öğretmen |  | Öğretmen |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Murat MAKAL |  | Derviş OMAY |  | Osman US |  | Uğur TOZAN |
| Okul Aile Birliği Başkanı |  | Veli |  | Veli |  | Hizmetli |

08 / 10 /2019

Ahmet BAŞARAN

Okul Müdürü