

2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
FATSA ŞEHİT ZAFER ÖZDENİZ İLKOKULU
BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI

UYGULAMA ZAMANI	ETKİNLİKLER	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI ?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
EKİM	‘Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi’nin oluşturulması ve ilk toplantının gerçekleştirilmesi.	X		
	Beslenme Dostu Okul Projesi yıllık çalışma planının hazırlanması.	X		
	Beslenme Dostu Okul Projesi hakkında öğretmenlerin ve velilerin bilgilendirilmesi.	X		
	Beslenme Dostu Okul Projesi için sınıf öğrenci temsilcilerinin seçilmesi.	X		
	Beslenme dostu bilgilendirme sınıf ve okul panolarının oluşturulması.	X		
	Okulun internet sayfasında ‘Beslenme Köşesi ‘ oluşturulması ve bilgilendirme çalışmaları yapılması.	X		
	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.	X		
	‘Okul Çağı Çocukları için Sağlıklı Beslenme Önerileri’ konulu broşürün velilere ulaştırılması.			
	Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.			

KASIM

Okuldaki tüm öğrencilerin boy , kilo ölçümleri yapılarak beden kitle indekslerinin hesaplanması ve istatistiklerin tutulması. Yapılan ölçümler sonucunda risk grubundaki öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi.	X		
Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde (olumsuz hava şartlarında sınıflarda) 1. teneffüste yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.	X		
Her hafta Perşembe günü ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması.	X		
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.	X		
Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.	X		
14 Kasım Dünya Diyabet Günü’nün etkin olarak kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi.	X		
Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.	X		

ARALIK	Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları'nın (Sek Sek , Yedi Kiremit, İstöp, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb.) oynatılması.	X		
	Her hafta Salı günü 'Süt İç, Sağlıklı Kal' sloganıyla 'Süt Günü' yapılması.	X		
	Okulun internet sayfasında "Beslenme Köşesi"nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.			
	Vitamin Şenliğinin yapılması.	X		
	12-18 Aralık 'Tutum,Yatırım ve Türk Malları Haftası'nın okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması.	X		
	"Balık Yiyorum Sağlığımı Koruyorum" Etkinliğinin yapılması.	X		

OCAK	Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde (olumsuz hava şartlarında sınıflarda) 1. teneffüste yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.			
	Her hafta Perşembe günü ' Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ' sloganıyla 'Meyve Günü' yapılması.			
	Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları'nın (Sek Sek , Yedi Kiremit, İstöp, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb.) oynatılması.			
	Her hafta Salı günü 'Süt İç, Sağlıklı Kal' sloganıyla 'Süt Günü' yapılması.			
	Okulun internet sayfasında "Beslenme Köşesi"nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.			
	Ocak ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması. (Ispanak ve Portakal)			
	Okul bünyesinde sağlıklı ara öğün kapsamında 'Kuruyemiş Günü' yapılması.			

	‘Müzik Ruhun Gıdasıdır.’sloganıyla sağlıklı ve hareketli yaşamı destekleyen, okul şarkılarının teneffüslerde ay boyunca çalınması.			
	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.			
	Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.			
ŞUBAT	Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde (olumsuz hava şartlarında sınıflarda) 1. teneffüsde yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.			
	Her hafta Perşembe günü ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması.			
	Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları’nın (Sek Sek , Yedi Kiremit, İstöp, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb.) oynatılması.			
	Her hafta Salı günü ‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması.			
	Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.			
	Öğrencilere T.C. Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı’nın güvenilir gıda konusunda oluşturduğu ALO 174 GIDA HATTI’nın tanıtımının yapılması.			
	‘Güvenli Gıda Tüketiminde Dikkat Edilmesi Gereken Temel İlkeler ‘ broşürünün sınıflarda öğrencilerle incelenerek değerlendirilmesi ve velilere ulaştırılması.			
	‘Besinler ve Besin Öğeleri’ broşürünün sınıflarda incelenmesi ve velilere ulaştırılması.			
	Şubat ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması. (Kereviz ve Kivi)			
Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.				

MART

Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde (olumsuz hava şartlarında sınıflarda) 1. teneffüste yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.

Her hafta Perşembe günü ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması.

Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları’nın (Sek Sek , Yedi Kiremit, İstöp, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb.) oynatılması.

Her hafta Salı günü ‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması.

Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.

Mart ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması. (Limon ve Muz)

Okul bünyesinde sağlıklı beslenme kapsamında ‘Yoğurt Mayalıyoruz ve Yiyoruz’ etkinliğinin yapılması.

11-17 Mart ‘ Dünya Tuza Dikkat Haftası’nın okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi.

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.

Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.

NİSAN

Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde (olumsuz hava şartlarında sınıflarda) 1. teneffüste yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.

Her hafta Perşembe günü ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması.

<p>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.</p>			
<p>Her hafta Salı günü 'Süt İç, Sağlıklı Kal' sloganıyla 'Süt Günü' yapılması.</p>			
<p>Okulun internet sayfasında "Beslenme Köşesi"nin etkinlik haberleri ve resimler eklemek suretiyle güncellenmesi.</p>			
<p>Nisan ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması. (Patlıcan ve Erik)</p>			
<p>7-13 Nisan 'Dünya Sağlık Haftası'nın okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi.</p>			
<p>15 Nisan 'Büyümenin İzlenmesi Günü' kapsamında okuldaki tüm öğrencilerin boy , kilo ölçümleri yapılarak beden kitle indekslerinin hesaplanması ve istatistiklerin tutulması.</p>			
<p>'23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı' haftasında hareketli yaşamla ilgili etkinliklerin yapılması. Yarışmaların yapılması.</p>			

<p>'Dünya ve Türkiye Tarihinde Önemli Sporcuların Hayat Hikayelerini Öğreniyorum' konusunda öğrencilerin ödevlendirilmesi ve hazırlanan çalışmaların panolarda sergilenmesi.</p>			
<p>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.</p>			
<p>Öğrenci, öğretmen ve ailelerin katılımı ile sağlıklı beslenme ve hareketli hayatı teşvik edecek yarışma ve oyunlar içeren piknik organizasyonunun yapılması.</p>			
<p>Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.</p>			

MAYIS

Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde (olumsuz hava şartlarında sınıflarda) 1. teneffüste yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.

Her hafta Perşembe günü ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması.

Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları’nın (Sek Sek , Yedi Kiremit, İstöp, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb.) oynatılması.

Her hafta Salı günü ‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması.

Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.

Aralık ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması. (Kavun ve Taze Fasulye)

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.

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.

Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.

HAZİRAN

Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde (olumsuz hava şartlarında sınıflarda) 1. teneffüste yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.			
Her hafta Perşembe günü ‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terk et ‘ sloganıyla ‘Meyve Günü’ yapılması.			
Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırılması ve Geleneksel Çocuk Oyunları’nın (Sek Sek , Yedi Kiremit, İstöp, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb.) oynatılması.			
Her hafta Salı günü ‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması.			
Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.			
Haziran ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması. (Kabak ve Karpuz)			
Türkiye Bağımlıkla Mücadele Eğitim Programı kapsamında ‘Yeşilcan’la Sağlıcakla’ etkinliklerinden son test (anket) uygulamasının okul bünyesinde bütün sınıflarda etkin bir şekilde etkileşimli olarak uygulanması.			
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 ayrıçaları yapma etkinliğinin uygulanması.			
Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.			

Semra OLTULU
Okul Öncesi Öğretmeni

Göksu ÖZDEMİR
Sınıf Öğretmeni

Kadriye YARAN
Sınıf Öğretmeni

Mehmet Ali URULU
Sınıf Öğretmeni

Mercan B. SAĞLAM
Sınıf Öğretmeni

Kezban KÖSTEN
İngilizce Öğretmeni

Demet TIRPAN ONMUŞ
Rehber Öğretmen

Fatma DEMİRCAN
Sınıf Öğretmeni

İbrahim KARABULUT

Müdür Yardımcısı

Cemal ER

Okul Müdürü