**FARİS KOKULU İLKOKULU**

**EK-4: BESLENME DOSTU OKULLAR PLANI**

|  |
| --- |
| **AMAÇ: Mersin ili Mezitli İlçesindeki Faris Kokulu İlkokulunda beslenme dostu okul programı uygulamaları ile; aşağıda belirlenen hedeflere uygun etkinlikler yapılarak öğrencilerin ve okul çalışanlarının her eğitim-öğretim yılı sonunda sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam davranışı kazanmaları ve sağlıklı ürünler tüketim davranışını % 80 oranında arttırmak.** |
| **HEDEFLER: Obezite ve zararları konusunda farkındalık kazandırmak,**  **Sağlıklı ve sağlıksız besinlerin farklarını saptamak,**  **Doğru ve düzenli beslenme davranışı oluşturmak,**  **Beslenme ile ilgili etkinliklere katılmak,**  **Hazır gıda tüketimini 80 oranında azaltmak,**  **Beslenme konusunda akranlarına örnek olmak,**  **Verilen besinler arasından kendine uygun olanları seçmek,**  **Sağlıklı beslenme ile ilgili öğrendiklerini günlük yaşamında uygulamak,**  **Okul çalışanına ve öğrencilere düzenli fiziksel aktivite davranışı kazandırmak.**  **Hijyen kurallarına uygun davranışlar kazandırmak.**  **Bağımlılık yapan maddelerden korunmanın yollarını göstermek.**  **Sağlıklı menüler hazırlamak.** |

**ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME**

**2017-2018 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETKİNLİKLER** | **UYGULAMA ZAMANI** | **AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?** | | **İZLEME-DEĞERLENDİRME** |
| **Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması.** | **KASIM 2017** | **EVET**    **X** | **HAYIR** | **Beslenme ve hareketli Yaşam ekibi 1 müdür yardımcısı,1 rehber öğretmen, 2 sınıf öğretmeni,1,1 veli temsilcisi, 1 kantin çalışanı ve 1 öğrenci temsilcisi olmak üzere kurulmuştur. Ekip 7 üyeye sahiptir.** |
| **Yılık çalışma planının hazırlanması.** | **KASIM 2017** | **X** |  | **Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından yıllık çalışma planı oluşturulmuştur.** |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi** | **KASIM 2017** | **X** |  |  |
| **Fiziksel aktivite ve spor alanlarının yenilenip güncellenmesi** | **KASIM 2017** |  |  |  |
| **Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilo endekslerinin oluşturulması** | **KASIM 2017** |  |  |  |
| **Boy ve kilo endekslerine göre çok zayıf ve obezite riskli öğrencilerin velileri ile bireysel görüşmeler yapılarak tedaviye yönlendirilmesi.** | **KASIM 2017** |  |  |  |
| **4. sınıflarda yoğurt yapma ve yeme etkinliği.** | **KASIM 2017** |  |  |  |
| **Anasınıfında” Sağlıklı Besleniyorum” etkinliği yapılması.** | **ARALIK 2017** |  |  |  |
| **Okulumuzda geleneksel olarak uygulanan çocuk oyunları ve spor müsabakalarından oluşan çocuk şenliğine başlanması.** | **ARALIK 2017** |  |  |  |
| **Okul bahçesinde sağlıklı beslenme standı oluşturulup, stantta besinlerin vücudumuza olan yararlarının veli ve öğrenciler tarafından ziyaretçilere anlatılması.** | **ARALIK 2017** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **OCAK 2018** |  |  |  |
| **Beden Eğitimi öğretmeni öğrenci velileri tarafından öğrencilere “Neden Egzersiz Yaparız? Ailemiz ile birlikte ne tür egzersizler yapabiliriz?” konulu eğitim verilmesi.** | **ŞUBAT 2018** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **ŞUBAT 2018** |  |  |  |
| **Okulumuzda geleneksel olarak uygulanan çocuk oyunları ve spor müsabakalarından oluşan çocuk şenliğine başlanması.** | **ŞUBAT 2018** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **ŞUBAT 2018** |  |  |  |
| **“1-7 Mart Yeşilay Haftası sebebiyle, bağımlılık yapan zararlı maddelerden korunmanın yollarının anlatılması.** | **MART 2018** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **MART 2018** |  |  |  |
| **“Sağlıklı Beslenme” konulu resim yarışması düzenlenmesi.** | **MART 2018** |  |  |  |
| **Okulumuzda geleneksel olarak uygulanan çocuk oyunları ve spor müsabakalarından oluşan bir çocuk şenliği yapılması** | **MART 2018** |  |  |  |
| **Okul çalışanına yönelik olarak Suntras bölgesinde sağlıklı yaşam yürüyüşü ve gezisi düzenlenmesi.** | **MART 2018** |  |  |  |
| **Halk Sağlığı Ekiplerinin öğrencilere genel sağlık ile ilgili seminer vermesi.** | **MART 2018** |  |  |  |
| **Kum havuzunda uzun atlama müsabakalarının yapılması.** | **NİSAN 2018** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **NİSAN 2018** |  |  |  |
| **“23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı” nın okulumuzda etkin şekilde kutlanması.** | **NİSAN 2018** |  |  |  |
| **Okul dışında uygun bir alanda 200 öğrencinin katılımı ile Uçurtma şenliği yapılması.** | **MAYIS 2018** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **MAYIS 2018** |  |  |  |
| **“10 Mayıs Dünya Sağlık için Hareket Et” Günü kapsamında Erdemli ilçesinde okul çalışanına ve öğrencilere yönelik yürüyüş yapılması.** | **MAYIS 2018** |  |  |  |
| **Diyetisyen Evin YANANER’ in Boy ve kilo endekslerinde belirlenen obezite riskli ve çok zayıf riskli öğrencilerin velileri başta olmak üzere, tüm velilere “Sağlıklı Beslenme ve Obezite ile Mücadele” konulu seminer vermesi.** | **MAYIS 2018** |  |  |  |
| **22 Mayıs Dünya Obezite Günü ile ilgili öğrencilerin bilgilendirilmesi ve öğrencilere sağlıklı menü oluşturma etkinliklerinin yaptırılması.** | **MAYIS 2018** |  |  |  |
| **Oyun ve fiziki etkinlik derslerinde öğrencilerin yaşına ve fiziksel gelişimine uygun olarak fiziksel aktivite eğitimini etkin ve uygulamalı şekilde vermek.** | **HAZİRAN 2018** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi** | **HAZİRAN 2018** |  |  |  |
| **Forum AVM de yapılan halk oyunları festivaline katılma.** | **HAZİRAN 2018** |  |  |  |
| **Etkinlik alanları güncellenip yenilenmiştir.** |  |  |  |  |
| **2018-2019 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI** | | | | |
| **Bahçede bulunan oyun ve fiziki etkinlik alanlarının güncellenmesi, yenilenmesi, yeni eğitim-öğretim yılı için gerekli hazırlıkların tamamlanması.** | **EYLÜL 2018** |  |  |  |
| **Beslenme ve Hareketli yaşam ekibinin toplanması ve yeni eğitim-öğretim yılı için beslenme planının hazırlanması.** | **EYLÜL 2018** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun oluşturulması.** | **EYLÜL 2018** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **EYLÜL 2018** |  |  |  |
| **“15 Ekim Dünya El Yıkama Günü” kapsamında “Neden El Yıkamalıyız?”konusunun sınıflarda anlatılması ve hep birlikte doğru şekilde el yıkama etkinliğinin yapılması.** | **EKİM 2018** |  |  |  |
| **16 Ekim Dünya Gıda Günü etkinliklerinin yapılması.** | **EKİM 2018** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **EKİM 2018** |  |  |  |
| **Ağız ve diş Sağlığı Uzmanları tarafından okulda diş bakımı ve florür uygulaması yapılması, öğrencilere diş bakımı ve doğru fırçalama teknikleri hakkında bilgi verilmesi. Öğrencilere diş macunu, diş fırçası ve haftalık diş fırçalama grafiği dağıtılması.** | **EKİM 2018** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **Öğrencilere sağlıklı ara öğün listesi dağıtılması.** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **29 Ekim-4 Kasım Kızılay Haftası’nın kutlanması. Kızılay’ın kuruluşu ve amaçlarının anlatılması.** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **“14 Kasım Dünya Diyabet Günü” kapsamında rehber öğretmenler tarafından öğrencilere ve okul çalışanına “Diyabetin belirtileri, Diyabet olduğumuzu nasıl Anlarız?” konulu eğitim verilmesi.** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| 1. **Sınıf öğrencilerine aşı yapılması** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **“22-27 Kasım Ağız ve Diş Sağlığı Haftası” kapsamında resim yarışması düzenlenmesi,derece alan öğrencilere madalya verilmesi.** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilo endekslerinin oluşturulması** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **Halk Eğitim bünyesinde açılan kursla rehber öğretmenlerimiz tarafından 2. Sınıf öğrencilerine “Bağımlılıkla Mücadele” eğitimi yapılması.** | **KASIM 2018** |  |  |  |
| **Boy ve kilo endekslerine göre çok zayıf ve obezite riskli öğrencilerin velileri ile bireysel görüşmeler yapılarak tedaviye yönlendirilmesi.** | **ARALIK 2018** |  |  |  |
| **Halk sağlığı ekipleri tarafından okul çalışanına ve öğrencilere “Ben Yemek Seçmem,obezite ve diyabet” konulu eğitim verilmesi** | **ARALIK 2018** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **ARALIK 2018** |  |  |  |
| **Halk Eğitim bünyesinde açılan kursla rehber öğretmenlerimiz tarafından 2. Sınıf öğrencilerine “Bağımlılıkla Mücadele” eğitimi yapılması.** | **ARALIK 2018** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **ARALIK 2018** |  |  |  |
| **“12-18 Aralık Yerli Malı Haftası” haftası etkinlikleri kapsamında, doğal gıdalarla beslenmenin öneminin vurgulanması ve eğlenceli oyunlarla kutlama yapılması.** | **ARALIK 2018** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **OCAK 2019** |  |  |  |
| **Beden Eğitimi öğretmeni öğrenci velileri tarafından öğrencilere “Neden Egzersiz Yaparız? Ailemiz ile birlikte ne tür egzersizler yapabiliriz?” konulu eğitim verilmesi.** | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |
| **Okulumuzda geleneksel olarak uygulanan çocuk oyunları ve spor müsabakalarından oluşan çocuk şenliğine başlanması.** | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **ŞUBAT 2019** |  |  |  |
| **“1-7 Mart Yeşilay Haftası” sebebiyle bağımlılık yapan zararlı maddelerden korunmanın yollarının anlatılması, Yeşilay gönüllülerinin afişlerle yürüyüşü.** | **MART 2019** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **MART 2019** |  |  |  |
| **Okulumuzda geleneksel olarak uygulanan çocuk oyunları ve spor müsabakalarından oluşan çocuk şenliğinin yapılması.** | **MART 2019** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **MART 2019** |  |  |  |
| **“21-27 Mart Tuza Dikkat Haftası” sebebiyle Tuzun Zararlarının anlatılması** | **MART 2019** |  |  |  |
| **‘Dünya Su Günü’ kutlama programı yapılması,farkındalık yaratmak amacıyla herkesin aynı anada su içmesi.** | **MART 2019** |  |  |  |
| **Satranç turnuvası yapılması.** | **NİSAN 2019** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **NİSAN 2019** |  |  |  |
| ‘23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı’ kutlama programı yapılması. | **NİSAN 2019** |  |  |  |
| **‘Sütlaç Günü ’etkinliğinin yapılması** | **NİSAN 2019** |  |  |  |
| **“5 Mayıs Dünya El Hijyeni Günü” kapsamında doğru el yıkamanın öğrencilere uygulamalı olarak gösterilmesi,hep birlikte el yıkanması.** | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| **Tüm öğrencilerin katılımı ile küçük saksılara sebze ekim etkinliği yapılması** | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| **“10 Mayıs Dünya Sağlık için Hareket Et" günü kapsamında okul bahçesinde veli, öğretmen, öğrenci ve okul çalışanlarının katılımıyla fiziksel aktivite yapılması.** | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| **Aile Hekimi Bünyamin Çağlar tarafından okul çalışanına ve velilere yönelik “Yeterli ve Dengeli Beslenme ve Kahvaltının önemi” konulu seminer verilmesi.** | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| **“21 Mayıs Dünya Süt Günü” kapsamında sütün faydalarının anlatılması, tüm öğrenci ve çalışanların okula süt getirmesi ve öğrencilerle birlikte süt içilmesi, etkinliğe velilerin davet edilmesi** | **MAYIS 2019** |  |  |  |
| **Sınıflarda “Meyve Şöleni” etkinliği düzenlenmesi.** | **HAZİRAN 2019** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **HAZİRAN 2019** |  |  |  |
| **Rehberlik servisi tarafından okul çalışanına “Beslenme Sorunlarının Önlenmesi” konulu eğitim verilmesi, bu konu ile ilgili slaytların izlenmesi.** | **HAZİRAN 2019** |  |  |  |

**2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bahçede bulunan oyun ve fiziki etkinlik alanlarının güncellenmesi, yenilenmesi, yeni eğitim-öğretim yılı için gerekli hazırlıkların tamamlanması.** | **EYLÜL 2019** |  |  |  |
| **Beslenme ve Hareketli yaşam ekibinin toplanması ve yeni eğitim-öğretim yılı için beslenme planının hazırlanması.** | **EYLÜL 2019** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun oluşturulması.** | **EYLÜL 2019** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **EYLÜL 2019** |  |  |  |
| **“27 Eylül Dünya Süt Günü” etkinlikleri kapsamında sınıflarda sütün faydalarının anlatılması, bu etkinliğe velilerin de davet edilmesi ve hep birlikte süt içilmesi.** | **EYLÜL 2019** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **EKİM 2019** |  |  |  |
| **“15 Ekim Dünya El Yıkama Günü” etkinlikleri kapsamında öğrencilere hijyen kurallarının öğretilmesi ve panolarda bu kuralların sergilenmesi.** | **EKİM 2019**  **EKİM 2019** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **EKİM 2019** |  |  |  |
| **16 Ekim Dünya Gıda Günü etkinlikleri kapsamında sınıflarda kuruyemişin faydalarının anlatılması ve hep birlikte kuruyemiş tüketilmesi.** | **EKİM 2019** |  |  |  |
| **Beslenme ile ilgili slogan yarışması düzenlenmesi.** | **KASIM 2019** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **KASIM 2019** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **KASIM 2019** |  |  |  |
| **Sınıflarda öğrenciler ile birlikte yoğurt mayalanması.** | **KASIM 2019** |  |  |  |
| **29 Ekim-4 Kasım Kızılay Haftası’nın kutlanması. Kızılay’ın kuruluşu ve amaçlarının anlatılması.** | **KASIM 2019** |  |  |  |
| **“14 Kasım Dünya Diyabet Günü” kapsamında rehber öğretmenler tarafından öğrencilere ve okul çalışanına “Diyabetin belirtileri, Diyabet olduğumuzu nasıl Anlarız?” konulu eğitim verilmesi.** | **KASIM 2019** |  |  |  |
| **“22-27 Kasım Ağız ve Diş Sağlığı Haftası” kapsamında sınıf öğretmenleri tarafından öğrencilere doğru diş fırçalama yöntemleri konusunda eğitim verilmesi.** | **KASIM 2019** |  |  |  |
| **Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilo endekslerinin oluşturulması** | **KASIM 2019** |  |  |  |
| **Boy ve kilo endekslerine göre çok zayıf ve obezite riskli öğrencilerin velileri ile bireysel görüşmeler yapılarak tedaviye yönlendirilmesi.** | **ARALIK 2019** |  |  |  |
| **“Sağlıklı Büyümek İçin Neler Yemeliyiz?” konulu pankartların hazırlanıp okul bahçesinde sergilenmesi.** | **ARALIK 2019** |  |  |  |
| **12-18 Aralık Yerli Malı Haftası’nın sağlıklı yiyecekler tüketerek kutlanması.** | **ARALIK 2019** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **ARALIK 2019** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **ARALIK 2019** |  |  |  |
| **Halk sağlığı ekipleri tarafından öğrencilere “Sağlıklı Beslenme Önerileri ve Obezitenin önlenmesi” konulu eğitim verilmesi.** | **OCAK 2020** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **OCAK 2020** |  |  |  |
| **“Sütlaç Günü” Etkinliğinin yapılması ve öğrenci ve velilerle birlikte sütlaç tüketilmesi.** | **OCAK 2020** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **OCAK 2020** |  |  |  |
| **“Obezite ve Vücuda Zararları” konulu resim yarışması düzenlenmesi.** | **ŞUBAT 2020** |  |  |  |
| **Okulumuzda geleneksel olarak uygulanan çocuk oyunları ve spor müsabakalarından oluşan çocuk şenliğine başlanması.** | **ŞUBAT 2020** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **ŞUBAT 2020** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **ŞUBAT 2020** |  |  |  |
| **Okulumuzda geleneksel olarak uygulanan çocuk oyunları ve spor müsabakalarından oluşan çocuk şenliği yapılması.** | **MART 2020** |  |  |  |
| **Sınıflarda sağlıklı kahvaltı yapma etkinliğinin düzenlenmesi.** | **MART 2020** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **MART 2020** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **MART 2020** |  |  |  |
| **“1-7 Mart Yeşilay Haftası” sebebiyle bağımlılık yapan zararlı maddelerden korunmanın yollarının anlatılması, Yeşilay Haftası konulu resim yarışması düzenlenmesi.** | **MART 2020** |  |  |  |
| **“21-27 Mart Tuza Dikkat Haftası” sebebiyle Tuzun Zararlarının anlatılması** | **MART 2020** |  |  |  |
| **Rehber öğretmenler tarafından öğrencilere “Süt ve Beslenme” konulu eğitim verilmesi, konu ile ilgili broşürlerin dağıtılması.** | **MART 2020** |  |  |  |
| **22 Mart Dünya Su Günü Etkinlikleri kapsamında suyun önemini anlatan şiir yarışması düzenlenmesi.** | **MART 2020** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **NİSAN 2020** |  |  |  |
| **Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilo endekslerinin oluşturulması** | **NİSAN 2020** |  |  |  |
| **Boy ve kilo endekslerine göre çok zayıf ve obezite riskli öğrencilerin velileri ile bireysel görüşmeler yapılarak tedaviye yönlendirilmesi.** | **NİSAN 2020** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **NİSAN 2020** |  |  |  |
| **23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı’nın etkin şekilde kutlanması.** | **NİSAN 2020** |  |  |  |
| **Okulumuzda geleneksel olarak uygulanan çocuk oyunları ve spor müsabakalarından oluşan çocuk şenliğinin yapılması, etkinlik sonunda başarılı öğrencilerin ödüllendirilmesi** | **NİSAN 2020** |  |  |  |
| **10 Mayıs Dünya Sağlık İçin Hareket Et günü kapsamında okul bahçesinde koşu yarışları düzenlenmesi.** | **MAYIS 2020** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **MAYIS 2020** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **MAYIS 2020** |  |  |  |
| **Küçük saksılara sebze ekim etkinliği yapılması.** | **MAYIS 2020** |  |  |  |
| **Aile Hekimi tarafından okul çalışanına, öğrenci ve öğrenci velilerine “Kişisel Hijyen” konulu seminer düzenlenmesi.** | **MAYIS 2020** |  |  |  |
| **“21 Mayıs Dünya Süt Günü” kapsamında sütün faydalarının anlatılması, tüm öğrenci ve çalışanların okula süt getirmesi ve öğrencilerle birlikte süt içilmesi, etkinliğe velilerin davet**  **edilmesi.** | **MAYIS 2020** |  |  |  |
| **“En Güzeli Annemin Yemekleri” ana temalı bir piknik organizasyonu yapılması.** | **HAZİRAN 2020** |  |  |  |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **HAZİRAN 2020** |  |  |  |
| **Kantin denetimlerinin yapılması.** | **HAZİRAN 2020** |  |  |  |

**2020-2021 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bahçede bulunan oyun ve fiziki etkinlik alanlarının güncellenmesi, yenilenmesi, yeni eğitim-öğretim yılı için gerekli hazırlıkların tamamlanması.** | **EYLÜL 2020** |  |  |  |
| **Beslenme ve Hareketli yaşam ekibinin toplanması ve yeni eğitim-öğretim yılı için beslenme planının hazırlanması.** | **EYLÜL 2020** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun oluşturulması.** | **EYLÜL 2020** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **EYLÜL 2020** |  |  |  |
| **Rehber öğretmenler tarafından okul çalışanına “Sağlıklı beslenmede 12 adım” konulu eğitim verilmesi.** | **EYLÜL 2020** |  |  |  |
| **“27 Eylül Dünya Süt Günü” etkinlikleri kapsamında sınıflarda sütün faydalarının anlatılması veli ve öğrencilerle birlikte süt içilmesi.** | **EYLÜL 2020** |  |  |  |
| **3-4 Ekim Dünya Yürüyüş Günü kapsamında okul çalışanına ve öğrenci velilerine “Vücut Ağırlığı Kontrolü” broşürlerinin gönderilmesi.** | **EKİM 2020** |  |  |  |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **EKİM 2020** |  |  |  | |
| **“15 Ekim Dünya El Yıkama Günü” etkinlikleri kapsamında öğrencilere hijyen kurallarının öğretilmesi ve panolarda bu kuralların sergilenmesi.** | **EKİM 2020** |  |  |  | |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **EKİM 2020** |  |  |  | |
| **16 Ekim Dünya Gıda Günü etkinlikleri kapsamında işlenmiş gıdaların zararlarının anlatılması, sınıflara sağlıklı yiyecekler getirilerek öğrencilerle birlikte tüketilmesi.** | **EKİM 2020** |  |  |  | |
| **Okul ve sınıf panolarının öğrencilerle birlikte oluşturulması.** | **EKİM 2020** |  |  |  | |
| **29 Ekim-4 Kasım Kızılay Haftası’nın kutlanması. Kızılay’ın kuruluşu ve amaçlarının anlatılması.** | **EKİM 2020** |  |  |  | |
| **“14 Kasım Dünya Diyabet Günü” kapsamında okuldaki diyabetli öğrencilerin duygu ve düşüncelerini diğer öğrencilerle paylaşması, diyabet konusunda akranlarına bilgi vermeleri. Diyabet ile ilgili diğer film ve slaytların izlettirilmesi.** | **KASIM 2020** |  |  |  | |
| **“22-27 Kasım Ağız ve Diş Sağlığı Haftası” kapsamında sınıf öğretmenleri tarafından öğrencilere doğru diş fırçalama yöntemleri konusunda eğitim verilmesi.** | **KASIM 2020** |  |  |  | |
| **Beslenme ile ilgili resim yarışması düzenlenmesi.** | **KASIM 2020** |  |  |  | |
| **Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilo endekslerinin oluşturulması.** | **KASIM 2020** |  |  |  | |
| **Boy ve kilo endekslerine göre çok zayıf ve obezite riskli öğrencilerin velileri ile bireysel görüşmeler yapılarak tedaviye yönlendirilmesi.** | **KASIM 2020** |  |  |  | |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **KASIM 2020** |  |  |  | |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **KASIM 2020** |  |  |  | |
| **Sınıflarda öğrenciler ile birlikte meyve salatası yapılıp yenilmesi.** | **KASIM 2020** |  |  |  | |
| **“Sağlıklı Büyümek İçin Neler Yemeliyiz?” konulu pankartların hazırlanıp okul bahçesinde sergilenmesi.** | **ARALIK 2020** |  |  |  | |
| **12-18 Aralık Yerli Malı Haftası’nın sağlıklı yiyecekler tüketerek kutlanması.** | **ARALIK 2020** |  |  |  | |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **ARALIK 2020** |  |  |  | |
| **15-21 Aralık Hava Kirliliği ile Savaş Haftası kapsamında sınıflarda münazara ortamı yapılması, kirliliği azaltmak için görüş ve düşüncelerin açıklanması.** | **ARALIK 2020** |  |  |  | |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **ARALIK 2020** |  |  |  | |
| **Halk sağlığı ekipleri tarafından öğrencilere sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konusunda eğitimi verilmesi.** | **OCAK 2021** |  |  |  | |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **OCAK 2021** |  |  |  | |
| **Bitkilerden sağlanan oksijenin faydalarına dikkat çekilmesi ve öğrencilerin evlerinde saksıda bitki yetiştirmeleri, yetiştirdikleri bitkileri okula getirmeleri ve arkadaşları ile bu bitkilrin faydalarının tartışılması.** | **OCAK 2021** |  |  |  | |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **OCAK 2021** |  |  |  | |
| **“Fiziksel Aktivite ve Sağlık” konulu broşürlerin okul çalışanı ve velilere gönderilmesi.** | **OCAK 2021** |  |  |  | |
| **Tüm öğrenci ve velilerin katılımı ile “Müfide İlhan Bisiklet Sürüyor” etkinliğinin uygun görülen gün ve saatte yapılması.** | **ŞUBAT 2021** |  |  |  | |
| **Okulumuzda geleneksel olarak uygulanan çocuk oyunları ve spor müsabakalarından oluşan çocuk şenliğine başlanması.** | **ŞUBAT 2021** |  |  |  | |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **ŞUBAT 2021** |  |  |  | |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **ŞUBAT 2021** |  |  |  | |
| **“1-7 Mart Yeşilay Haftası” sebebiyle bağımlılık yapan zararlı maddelerden korunmanın yollarının anlatılması, Yeşilay Haftası konulu resim yarışması düzenlenmesi.** | **MART 2021** |  |  |  | |
| **“21-27 Mart Tuza Dikkat Haftası” sebebiyle Tuzun Zararlarının anlatan afişlerin öğrencilerle birlikte hazırlanması ve panolarda sergilenmesi.** | **MART 2021** |  |  |  | |
| **22 Mart Dünya Su Günü Etkinlikleri kapsamında sınıf öğretmenleri tarafından suyun önemi ile ilgili sınıflarda eğitim verilmesi.** | **MART 2021** |  |  |  | |
| **Beden Eğitimi öğretmeni veliler tarafından okul çalışanı, öğrenci ve velilere yönelik “Doğru Egzersiz Yapma Yöntemleri konulu eğitim verilmesi, egzersizlerin okul bahçesinde uygulamalı olarak yapılması.** | **MART 2021** |  |  |  | |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **MART 2021** |  |  |  | |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları.** | **MART 2021** |  |  |  | |
| **Okulumuzda geleneksel olarak uygulanan çocuk oyunları ve spor müsabakalarından oluşan çocuk şenliği yapılması.** | **MART 2021** |  |  |  | |
| **“Doğru Beslen Sağlıklı Yaşa” konulu resim yarışması düzenlenmesi, öğrencilerin madalya ile ödüllendirilmesi.** | **MART 2021** |  |  |  | |
| **Okulumuzda geleneksel olarak uygulanan çocuk oyunları ve spor müsabakalarından oluşan çocuk şenliğinin yapılması, etkinlik sonunda başarılı öğrencilerin ödüllendirilmesi** | **NİSAN 2021** |  |  |  | |
| **23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı’nın etkin şekilde kutlanması.** | **NİSAN 2021** |  |  |  | |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **NİSAN 2021** |  |  |  | |
| **Satranç turnuvası düzenlenmesi.** | **NİSAN 2021** |  |  |  | |
| **Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilo endekslerinin oluşturulması.** | **NİSAN 2021** |  |  |  | |
| **Boy ve kilo endekslerine göre çok zayıf ve obezite riskli öğrencilerin velileri ile bireysel görüşmeler yapılarak tedaviye yönlendirilmesi.** | **NİSAN 2021** |  |  |  | |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları** | **NİSAN 2021** |  |  |  | |
| **10 Mayıs Dünya Sağlık İçin Hareket Et günü kapsamında okul bahçesinde koşu yarışları düzenlenmesi.** | **MAYIS 2021** |  |  |  | |
| **10-16 Mayıs Engelliler Haftası konusunda öğrencilerin hazırladığı bilgilendirme etkinliklerinin sunulması, okul bahçesinde pankart açılması,bütün öğrencilerin engellilere karşı duyarlı olmaya davet edilmesi.** | **MAYIS 2021** |  |  |  | |
| **“beslenme.gov.tr” sitesinden öğrenciye mektup konulu bilgilendirmelerin bütün öğrencilere dağıtılması ve broşürlerdeki bilgilerin üzerinde tartışılması.** | **MAYIS 2021** |  |  |  | |
| **Rehber öğretmenler tarafından öğrencilere “Kahvaltının Önemi” konulu eğitim verilmesi.** | **MAYIS 2021** |  |  |  | |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi.** | **MAYIS 2021** |  |  |  | |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları** | **MAYIS 2021** |  |  |  | |
| **22 Mayıs Dünya Obezite Günü ile ilgili öğrencilerin bilgilendirilmesi ve öğrencilere sağlıklı menü oluşturma etkinliklerinin yaptırılması.** | **MAYIS 2021** |  |  |  | |
| **Sağlığa faydalı ürünlerin tüketildiği piknik organizasyonlarının yapılması ve pikniğe velilerin ve okul çalışanlarının davet edilmesi.** | **HAZİRAN 2021** |  |  |  | |
| **Kantin denetleme komisyonunun kantini denetlemesi** | **HAZİRAN 2021** |  |  |  | |
| **Okul çalışanı, öğrenci velilerin katılımı ile her ay**  **haftada 2 gün olmak üzere okul bahçesinde toplu fiziksel aktivite yapılması. Ayrıca her sınıfın Oyun ve Fiziki Etkinlik derslerine fiziksel aktivite ve egzersiz yaparak başlamaları** | **HAZİRAN 2021** |  |  |  | |