

2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
YALINCAK İLK/ORTAOKULU
BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI

UYGULAMA ZAMANI	ETKİNLİKLER	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI ?		İZLEME DEĞERLENDİRME	BELİRLİ GÜN VE HAFTA
		EVET	HAYIR		
ARALIK	'Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi'nin oluşturulması ve ilk toplantının gerçekleştirilmesi.				* Yerli Malı Haftası (12-18 Aralık)
	Beslenme Dostu Okul Projesi yıllık çalışma planının hazırlanması.				
	Beslenme Dostu Okul Projesi hakkında öğretmenlerin ve velilerin bilgilendirilmesi.				
	Beslenme Dostu Okul Projesi için sınıf öğrenci temsilcilerinin seçilmesi.				
	Beslenme dostu bilgilendirme okul panolarının oluşturulması.				
	Okulun internet sayfasında 'Beslenme Köşesi ' oluşturulması ve bilgilendirme çalışmaları yapılması.				
	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.				
	12-18 Aralık 'Tutum, Yatırım ve Türk Malları Haftası'nın okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması.				
	'Okul Çağı Çocukları için Sağlıklı Beslenme Önerileri' konulu broşürün velilere ulaştırılması.				
	Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.				

2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
YALINCAK İLK/ORTAOKULU
BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI

UYGULAMA ZAMANI	ETKİNLİKLER	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI ?		İZLEME DEĞERLENDİRME	BELİRLİ GÜN VE HAFTA
		EVET	HAYIR		
OCAK	Okuldaki tüm öğrencilerin boy , kilo ölçümleri yapılarak beden kitle indekslerinin hesaplanması ve istatistiklerin tutulması. Yapılan ölçümler sonucunda risk grubundaki öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi.				
	Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde (olumsuz hava şartlarında sınıflarda) 1. teneffüste yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.				
	‘ 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.				
	Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.				
	‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması.				
	Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.				

2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
YALINCAK İLK/ORTAOKULU
BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI

UYGULAMA ZAMANI	ETKİNLİKLER	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI ?		İZLEME DEĞERLENDİRME	BELİRLİ GÜN VE HAFTA
		EVET	HAYIR		
ŞUBAT	Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde (olumsuz hava şartlarında sınıflarda) 1. teneffüde yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.				
	‘ 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.				
	‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması.				
	Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.				
	‘Çocuklarda Şişmanlık ve Sağlıklı Beslenme’, ‘Çocuklarda Diyabet’ konularında eğitim videoları izletilerek, öğrencilerimizin bilinçlendirilmesi.				
	Öğrencilere ‘Sağlıklı Hayat, Sağlıklı Beslenme’ konusunda bilgilendirme yapılması.				
	Öğrenci, veli ve okul çalışanlarına yönelik sağlık, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında eğitim verilmesi				
	Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.				

2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
YALINCAK İLK/ORTAOKULU
BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI

UYGULAMA ZAMANI	ETKİNLİKLER	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI ?		İZLEME DEĞERLENDİRME	BELİRLİ GÜN VE HAFTA
		EVET	HAYIR		
MART	Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde (olumsuz hava şartlarında sınıflarda) 1. teneffüste yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.				
	‘ 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.				* Dünya Tuza Dikkat Haftası (11-17 Mart)
	‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması.				
	Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.				* Dünya Su Günü (22 Mart)
	Okul bahçesinde fiziksel aktivite ve spor yapmayı sağlayacak oyun çizgilerinin yenilenmesi, boyanması				
	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.				

2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
YALINCAK İLK/ORTAOKULU
BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI

UYGULAMA ZAMANI	ETKİNLİKLER	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI ?		İZLEME DEĞERLENDİRME	BELİRLİ GÜN VE HAFTA
		EVET	HAYIR		
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.				
	‘ Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam ‘ konulu şiir yarışmasının yapılması. Eserlerin panolarda sergilenmesi.				
	‘ Dengeli ve Düzenli Beslenmenin Akademik Başarıdaki Önemi ‘ ile ilgili şiir yarışmasının yapılması. Eserlerin panolarda sergilenmesi.				
	Öğretmenlere, velilere ve öğrencilere; sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam bilgilendirme broşürlerinin dağıtılması				
	Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.				

2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
YALINCAK İLK/ORTAOKULU
BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI

UYGULAMA ZAMANI	ETKİNLİKLER	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI ?		İZLEME DEĞERLENDİRME	BELİRLİ GÜN VE HAFTA
		EVET	HAYIR		
NİSAN	Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde (olumsuz hava şartlarında sınıflarda) 1. teneffüste yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.				<p>*Dünya Sağlık Günü (7 Nisan)</p> <p>* Dünya Sağlık Haftası (7-13 Nisan)</p> <p>*Büyümenin İzlenmesi günü (15 Nisan)</p>
	‘ Meyveleri Tüket, Hastalığı Terket ‘ 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.				
	‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması.				
	Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.				
	Nisan ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması. (Patlıcan ve Erik)				
	7-13 Nisan ‘Dünya Sağlık Haftası’nın okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi.				
	15 Nisan ‘Büyümenin İzlenmesi Günü’ kapsamında okuldaki tüm öğrencilerin boy , kilo ölçümleri yapılarak beden kitle indekslerinin hesaplanması ve istatistiklerin tutulması.				
	‘23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı’ haftasında hareketli yaşamla ilgili etkinliklerin yapılması. Yarışmaların yapılması.				

2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
YALINCAK İLK/ORTAOKULU
BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI

UYGULAMA ZAMANI	ETKİNLİKLER	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI ?		İZLEME DEĞERLENDİRME	BELİRLİ GÜN VE HAFTA
		EVET	HAYIR		
	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.				
	Öğrenci, öğretmen ve ailelerin katılımı ile sağlıklı beslenme ve hareketli hayatı teşvik edecek yarışma ve oyunlar içeren piknik organizasyonunun yapılması.				
	Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.				

2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
YALINCAK İLK/ORTAOKULU
BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI

UYGULAMA ZAMANI	ETKİNLİKLER	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI ?		İZLEME DEĞERLENDİRME	BELİRLİ GÜN VE HAFTA
		EVET	HAYIR		
MAYIS	Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde (olumsuz hava şartlarında sınıflarda) 1. teneffüste yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.				* Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü (10 Mayıs) * Dünya Obezite Günü (22 Mayıs)
	‘ 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.				
	‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması.				
	Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.				
	Mayıs 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.				
	Öğrencilere yönelik obezite konulu seminerin düzenlenmesi				
	Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.				

2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
YALINCAK İLK/ORTAOKULU
BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ YILLIK ÇALIŞMA PLANI

UYGULAMA ZAMANI	ETKİNLİKLER	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI ?		İZLEME DEĞERLENDİRME	BELİRLİ GÜN VE HAFTA
		EVET	HAYIR		
HAZİRAN	Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde (olumsuz hava şartlarında sınıflarda) 1. teneffüste yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması.				
	‘ 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.				
	‘Süt İç, Sağlıklı Kal’ sloganıyla ‘Süt Günü’ yapılması.				
	Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi”nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.				
	Türkiye Bağımlıkla Mücadele Eğitim Programı kapsamında ‘Yeşilcan’la Sağlıkla’ 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 ayraçları yapma etkinliğinin uygulanması.				
	Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.				

YALINCAK İLKOKULU BESLENME DOSTU VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

1	Okul Müdürü	Hülya Nur ERYİĞİT İLYAS	
2	Müdür Yardımcısı	İlhami YILDIZ	
3	Öğretmen	Fulden HAYIRLIOĞLU	
4	OAB üyesi	Nilüfer BOZ	
5	Öğrenci	Berra YILDIZ	

AMAÇ: Trabzon ili, Yalınca İlk/Orta okulunda Beslenme Dostu Okul Programının,2019/2020 uygulamaları ile öğrencilerin ve okul çalışanlarının 9 aylık süre sonunda "Doğru Beslenme ve Hareketli Yaşam" davranışları kazanmaları, ve doğru beslenme davranışını % 50 arttırmak.

HEDEFLER:

- 1-Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında öğrenci, veli ve okul personeline farkındalık kazandırmak
- 2-Beslenme Dostu Okul Projesiyle sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam davranışını oluşturmak
- 3-Uygun fiziksel aktiviteleri ders planlarına katmak
- 4-Sağlıksız beslenmeyi %50 oranında azaltmak
- 5-Okulumuzu sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamı teşvik eden bir okul yapmak
- 6-Okul personeli olarak sağlıklı beslenerek öğrencilere örnek olmak
- 7-Okul bahçesini ,spor salonunu ve çok amaçlı salonu hareketli yaşamı teşvik edecek şekilde kullanmak
- 8-Beslenme kurallarına uygun davranış gösteren öğrencileri desteklemek
- 9-Okul kantinini sağlıklı beslenmeyi destekleyecek şekilde düzenlemek

YALINCAK ORTAOKULU BESLENME DOSTU VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

1	Okul Müdürü	Hülya Nur ERYİĞİT İLYAS	
2	Müdür Yardımcısı	Mehmet HAYAL	
3	Öğretmen	Yalçın KÖROĞLU	
4	OAB üyesi	Nuray SAĞLAM	
5	Öğrenci	Ceren SAĞLAM	

AMAÇ: Trabzon ili, Yalınca İlk/Orta okulunda Beslenme Dostu Okul Programının,2019/2020 uygulamaları ile öğrencilerin ve okul çalışanlarının 9 aylık süre sonunda "Doğru Beslenme ve Hareketli Yaşam" davranışları kazanmaları, ve doğru beslenme davranışını % 50 arttırmak.

HEDEFLER:

- 1-Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında öğrenci, veli ve okul personeline farkındalık kazandırmak
- 2-Beslenme Dostu Okul Projesiyle sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam davranışını oluşturmak
- 3-Uygun fiziksel aktiviteleri ders planlarına katmak
- 4-Sağlıksız beslenmeyi %50 oranında azaltmak
- 5-Okulumuzu sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamı teşvik eden bir okul yapmak
- 6-Okul personeli olarak sağlıklı beslenerek öğrencilere örnek olmak
- 7-Okul bahçesini ,spor salonunu ve çok amaçlı salonu hareketli yaşamı teşvik edecek şekilde kullanmak
- 8-Beslenme kurallarına uygun davranış gösteren öğrencileri desteklemek
- 9-Okul kantinini sağlıklı beslenmeyi destekleyecek şekilde düzenlemek