

**2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
KEÇİBORLU İMKB ORTAOKULU**

BESLENME DOSTU OKUL PROGRAMI YILLIK ÇALIŞMA PLANI

Amaç 1 : Isparta ili Keçiborlu İlçesi İMKB Ortaokulu'nda Beslenme Dostu Okul Programı'nın uygulamaları ile öğrencilerin ve okul çalışanlarının bir yıllık süre sonunda sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam alışkanlıklarını pekiştirerek yaklaşık %50 artırmak

HEDEFLER

- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında farkındalık kazandırmak
- Öğrencilerin boy ve kilo ölçüm sonuçlarını, ülkemiz ve dünya ortalamaları ile karşılaştırmak
- Velilere yönelik sağlıklı beslenme semineri ile yanlış beslenme alışkanlıklarını %50 oranında azaltmak
- Okul ortamını, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında resim, afiş ve güzel sözlerle donatma

Amaç 2 : Öğrenciler ve sınıflar arası sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında teşvik edici rekabete dayalı organizasyonlar gerçekleştirmek.

HEDEFLER

- Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında bilinç oluşturmak amacıyla resim yarışması düzenlemek
- Sınıf içi ve sınıflar arası rekabet ortamı oluşturmak için sportif faaliyetler düzenlemek

UYGULAMA ZAMANI	ETKİNLİKLER	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI ?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
EYLÜL	'Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi'nin oluşturulması ve ilk toplantının gerçekleştirilmesi.			
	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 sınıf ve 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.			
	27 Eylül 'Dünya Okul Süt Günü'nün etkin olarak kutlanması ve yapılan çalışmaların sınıf ve okul panolarında sergilenmesi.			
	Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması			
EKİM	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.			
	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 internet sayfasında "Beslenme Köşesi"nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.			
	Ekim ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması. (Elma ve Karnabahar)			
	15 Ekim Dünya El Yıkama Günü'nün etkin olarak kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi.			
	Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.			

KASIM	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.			
	Kasım ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması. (Havuç ve Mandalina)			
	14 Kasım Dünya Diyabet Günü'nün etkin olarak kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi.			
	'Çocuklarda Şişmanlık ve Sağlıklı Beslenme', 'Çocuklarda Diyabet'konularında eğitim videoları izletilerek, öğrencilerimizin bilinçlendirilmesi.			
	Öğrencilere 'Sağlıklı Hayat, Sağlıklı Beslenme' konusunda bilgilendirme yapılması.			
	TBM (Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı) 'Yeşilcanla Sağlıklıyla ' kitabından 'AburCubur ' hikayesi ve etkinliklerinin yapılması.			
	18- 24 Kasım 'Ağız ve Diş Sağlığı Haftası'nın etkin olarak kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi.			
'Sağlıklı Dişler, Mutlu Gülüşler' sloganıyla 'Dişlerimi Fırçalıyorum ' etkinliğinin yapılması.				
Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.				

ARALIK	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.			
	Okulun internet sayfasında "Beslenme Köşesi"nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi.			
	Aralık ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması. (Pırasa ve Nar)			
	Okul bünyesinde sağlıklı beslenme kapsamında kahvaltının yapılması.			
	12-18 Aralık 'Tutum, Yatırım ve Türk Malları Haftası'nın okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması.			
	Sağlıklı Beslenme konusunu içeren öğrenci mektuplarının öğrencilere dağıtılması ve sınıf ortamında okunarak değerlendirilmesi.			
Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.				

OCAK

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 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

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 internet sayfasında "Beslenme Köşesi"nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi			
'Güvenli Gıda Tüketiminde Dikkat Edilmesi Gereken Temel İlkeler ' broşürünün sınıflarda öğrencilerle incelenerek değerlendirilmesi ve velilere ulaştırılması.			
Şubat ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması. (Kereviz ve Kivi)			
Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.			

MART

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.			
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.			
' Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam ' konulu şiir yarışmasının yapılması. Eserlerin panolarda sergilenmesi.			
Sınıflarda saksılarda sebze yetiştirilmeye başlanması. (Gözlem ve kontrollerin diğer aylarda da periyodik olarak devam etmesi.)			
' Dengeli ve Düzenli Beslenmenin Akademik Başarıdaki Önemi ' ile ilgili şiir yarışmasının yapılması. Eserlerin panolarda sergilenmesi.			
Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.			

NİSAN

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.			
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.			
'Dünya ve Türkiye Tarihinde Önemli Sporcuların Hayat Hikayelerini Öğreniyorum' konusunda öğrencilerin ödevlendirilmesi ve hazırlanan çalışmaların panolarda sergilenmesi.			
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.			

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.

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

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

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.

Haziran ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması. (Kabak ve Karpuz)

Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı kapsamında ‘Yeşilcan’la Sağlıkla’ etkinliklerinden son test (anket) uygulamasının okul bünyesinde bütün sınıflarda etkin bir şekilde etkileşimli olarak uygulanması.

Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması.

Abdulkadir KOÇAK
Müdür Yardımcısı

Radiye BAYINDIR
Fen Bilimleri Öğretmeni

Tuba GÜLLÜ
Okul Aile Birliği Başkanı

Özden Sıla SAĞLAM
6/B Sınıfı Öğrencisi



(Handwritten signature)