|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **AYLAR/****BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR** | **YAPILACAK ÇALIŞMALAR** | **UYGULAYICI** |
| **EYLÜL****27 Eylül ‘Dünya Okul Sütü Günü’** | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinin oluşturulması | Müdür Yetkili ÖğretmenFunda Şenlik Akkan |
| Beslenme dostu okul yıllık çalışma planının hazırlanması/güncellenmesi |
| Sağlıklı beslenme ile öğrenme arasındaki ilişkinin öğrencilere anlatılarak farkındalık oluşturulması. |
| Öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yapılması. Fiziksel aktivite karnelerinin doldurulması. |
|  |
| Beslenme dostu bilgilendirme sınıf ve okul panolarının oluşturulması.

|  |
| --- |
| 27 Eylül ‘Dünya Okul Süt Günü’nün etkin olarak kutlanması ve yapılan çalışmaların sınıf ve okul panolarında sergilenmesi. |

Öğretmenler tarafından yapılan veli toplantılarında ‘Beslenme Dostu Okul Projesi’nin ayrı bir gündem maddesi olarak alınması, tüketilen hazır yiyecek ve içeceklerin zararları hakkında bilgilendirme yapılması ,bu konuda yapılan ve yapılacak çalışmalar hakkında velilere bilgi verilmesi.

|  |
| --- |
| Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. |

 |
| **EKİM****3-4 Ekim ‘Dünya Yürüyüş Günü’****15 Ekim ‘Dünya El Yıkama Günü’****16 Ekim ‘’Dünya Gıda Günü’’** | Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi | Müdür Yetkili ÖğretmenFunda ŞENLİK AKKAN |
| Dünya Yürüyüş Günü kapsamında öğrencilerimizle beraber köyümüzdeki çay boyunca yürüyüş yapıldı. |
| Okuldaki tüm öğrencilerin Aile Hekimi gözeteminde boy, kilo ölçümlerinin yapılarak beden kitle indekslerinin hesaplanması ve istatistiklerinin tutulması. Yapılan ölçümler sonucunda risk grubundaki (zayıf, şişman) öğrencilerin velileri ile görüşülerek hastaneye yönlendirilmelerin 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.

|  |
| --- |
| 15 Ekim Dünya El Yıkama Günü’nün de doğru el yıkama şekli öğretmenler tarafından uygulamalı olarak gösterildi ve çocuklarında doğru şekilde yıkamalarına önem verildi. Yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi. ‘Temiz Eller, Gülen Yüzler’ sloganıyla öğrencilere el hijyeni ve tuvalet alışkanlığı hakkında bilgilendirme yapılması. |

16 EkimDünya Gıda Günü sebebiyle Alo 174 hattının öğrencilere anlatılarak öğrencilerde farkındalık yaratılması.

|  |
| --- |
| Ekim ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması. ( Elma ve Karnabahar ) |
| Bahçemizdeki zeytin ağaçlarındaki zeytinler velilerimizin desteğiyle ağaçtan düşürüldü ve çocuklarında yardımıyla zeytinler seçildi ve toplandı. Yaklaşık iki kavanoz yemeklik zeytin seçildi. Seçilen zeytinler taşla kırılarak kavanozlara konuldu ve anasınıfındaki Fen ve Doğa Merkezine konuldu. Haftalık suyu süzülerek tatlandırma aşamaları çocuklar tarafından gözlendi. Kahvaltılarda tüketildi. |
| Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. |
|  |

 |
| **KASIM*****14 Kasım ‘’Dünya Diyabet Günü’’******18-24 Kasım ‘’Ağız ve Diş Sağlığı Haftası’’******Dünya KOAH*** ***Günü*** | 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. | Müdür Yetkili ÖğretmenFunda ŞENLİK AKKAN |
| Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi. |
| Okul velilerine **Sağlıklı Beslenme ,Güvenilir Gıda Ve Sağlıklı Pişirme Yöntemleri** ile ilgili eğitim verilmesi |
| Kasım ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.( Havuç ve Mandalina, Portakal ) |
| Bahçemizden portakalları çocuklarla birlikte toplanması ve yıkanması. Narenciye sıkacağı ile meyvelerin sularının çıkarılması ve taze olarak tüketilmesi. Etkinliğin sonunda çocuklarla yapılan etkinliğin değerlendirlmesi.

|  |
| --- |
| “14 K**asım Diyabet Günü “** nedeniyle abur cubur son etkinliğinin yapılması |

 Çocuklarda Şişmanlık ve Sağlıklı Beslenme’, ‘Çocuklarda Diyabet’ konularında eğitim videoları izletilerek, öğrencilerimizin bilinçlendirilmesi. |
| TBM (Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı ) ‘Yeşilcanla Sağlıkcakla ‘ kitabından ‘Abur Cubur ‘ hikayesi ve etkinliklerinin yapılması.

|  |
| --- |
| Sağlıklı Dişler, Mutlu Gülüşler‘ sloganıyla ‘Dişlerimi Fırçalıyorum ‘ etkinliğinin yapılması. |
| 18- 24 Kasım ‘Ağız ve Diş Sağlığı Haftası’nın etkin olarak kutlanması ve yapılan çalışmaların okul, sınıf panolarında sergilenmesi. |

Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. |
| **ARALIK*****12-18 Aralık Yerli Malı Haftası*** |  | Müdür Yetkili ÖğretmenFunda ŞENLİK AKKAN |
| 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. |
| Öğrencilerin yemek alışkanlıklarının değiştirilerek; çiğ sebze, meyve, kuru yemişe özendirilmesi için “Sağlıklı Beslenme “ köşesinin oluşturulması. |
|  |
| Obezite niteliğinde olabilecek öğrencilerin izlenmesi ve takibinin yapılması. |
| El Hijyeni hakkında sınıflarda bilgilendirme ve broşür asılması.

|  |
| --- |
| Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları. |

Aralık ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.( Pırasa ve Nar )

|  |
| --- |
| 12-18 Aralık ‘Tutum, Yatırım ve Türk Malları Haftası’nın okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması. |

Anasınıflarında "TURŞU kurulması" ve turşunun yararları hakkında bilgilendirme.

|  |
| --- |
| Mevsim meyvelerinden meyve salatası yapılması. |
| 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  | Müdür Yetkili Öğretmen Funda Şenlik Akkan |
| Ocak ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.( Ispanak ve Portakal )  |
| TBM (Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı) kapsamında sağlıklı beslenme ve zararlı alışkanlıklardan uzak durma konularında etkinlik ve bilgilendirme çalışmaları düzenlemek ve video izletmek.

|  |
| --- |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi’nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi. |
| Okul öncesi öğrencileri ekmeğin öyküsü için ekmeğin yapım aşamasını kendilerini yaparak gözlemlemesi. |

Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. |
|  | Beslenme dostu okul veli bilgilendirme anketi hazırlanması ve uygulanması |  |
| **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. |  Müdür Yetkili ÖğretmenFunda ŞENLİK AKKAN |
| Okul öncesi öğrencileriyle yoğurt mayalayıp, yoğurdun önemini anlatma kendi yaptıkları yoğurtları afiyetle yeme.

|  |
| --- |
| Velilerimizle birlikte “Sağlıklı Kahvaltı” etkinliğimizi okulumuzda gerçekleştirdik. Sağlıklı Beslenelim seminerini hem öğrencilerimize hem de velilerimize verdik. |

Şubat ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.( Kereviz ve Kivi ) |
| Bağımlılıkla Mücadele Konusunda “Sağlıklı beslenme ve zararlı alışkanlıklardan uzak durma” konularında okulumuzda öğrenciler arasında resimler yapılarak okul panosunda sergilenmesi.

|  |
| --- |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi’nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi. |

Okulöncesi öğrenci velileriyle aile katılım etkinliğinde kurabiye yapılması.

|  |
| --- |
| Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması |

 |
| **MART*****11-17 Mart******“Dünya Tuza Dikkat Haftası”******22 Mart Dünya Su Günü*** |  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.  | Müdür Yetkili ÖğretmenFunda Şenlik Akkan |
| “ Dünya Su Günü” ile ilgili farkındalık yaratmak için pano hazırlanması |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi’nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi. |
| “Hangi Yiyecek ve İçeceklerde Ne Kadar Tuz Var”konusu ile ilgili pano hazırlanması |
| Okul bahçesinde fiziksel aktivite ve spor yapmayı sağlayacak oyun çizgilerinin yenilenmesi, boyanması , parkın bakımının yaptırılması.

|  |
| --- |
| Sınıflarda saksılarda sebze yetiştirilmeye başlanması. ( Gözlem ve kontrollerin diğer aylarda da periyodik olarak devam etmesi. ) |

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*****7 Nisan "Dünya Sağlık Günü"******7-13 Nisan ‘Dünya Sağlık Haftası’******15 Nisan******‘Büyümenin İzlenmesi Günü’*** |  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. |  Müdür Yetkili ÖğretmenFunda Şenlik Akkan |
| Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması. |
| Doğada okul pikniğinin düzenlenmesi. |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin 2. Defa yapılarak elde edilen istatistik sonuçların bir önceki ile karşılaştırmasının 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.

|  |
| --- |
| Öğrencilerimizle Baharın Gelişini gözlemlemek için velilerimizle piknik yapılması. |
| Değerlendirme yapılarak faaliyet raporunun hazırlanması. |

 |
| **MAYIS*****10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü’’******22 Mayıs "Dünya Obezite Günü’’*** |  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. | Müdür Yetkili ÖğretmenFunda Şenlik Akkan  |
|  Mayıs ayı sebze ve meyvesinin tanıtılması.( Erik ve Bezelye) |
|  |
| Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi” nin etkinlik haberleri ve resimler eklenmek suretiyle güncellenmesi. |
|  |
| 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. |

Sağlıklı beslenme bilgilendirme afişlerinin asılması. Sağlıklı beslenmeyi konu alan sınıf panolarının düzenlenmesi. Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması.

|  |
| --- |
| 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, İstop, 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 Bağımlıkla Mücadele Eğitim Programı kapsamında ‘Yeşilcan’la Sağlıcakla’ etkinliklerinden son test (anket) uygulamasının okul bünyesinde bütün sınıflarda etkin bir şekilde etkileşimli olarak uygulanması.  |

Yıl içinde yapılan çalışmaların genel değerlendirilmesinin yapılması eksiklerinin tespit edilmesi ve buna göre gelecek yıl  yapılacak çalışmalarda bu eksiklilerin giderilmesi. | Müdür Yetkili ÖğretmenFunda Şenlik Akkan |

 U Y G U N D U R.

FUNDA ŞENLİK AKKAN

Okul Müdürü

|  |  |
| --- | --- |
| 27 Eylül | Dünya Okul Sütü Günü |
| 15 Ekim | Dünya El Yıkama Günü |
| 16 Ekim | Dünya Gıda Günü |
|  3 -4 Ekim  | Dünya Yürüyüş Günü |
| 14 Kasım | Dünya Diyabet Günü |
| 24 Kasım | Çocuk Hakları Günü ve Öğretmenler Günü |
|  18-24 Kasım  | Ağız ve Diş sağlığı Haftası |
|  12-18 Aralık  | Yerli Malı Haftası |
| 22 Mart | Dünya Su Günü |
| 11-17 Mart  | Dünya Tuza Dikkat Haftası |
| 7 Nisan | Dünya Sağlık Günü |
| 15 Nisan | Büyümenin İzlenmesi Günü |
|  7-13 Nisan  | Dünya Sağlık Haftası |
| 10 Mayıs | Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü |
| 22 Mayıs | Dünya Obezite Günü |
|  |  |

**HEDEFLERİMİZ**

1. "Beslenme Dostu Okul Projesi" ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik edilmesi,

 2-        Okullumuzda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin alınması.

 3-        Veliler ve öğrencilerde hareketli yaşam konusunda duyarlılığın arttırılması.

 4-         Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi

 5-         Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması.

Bu bağlamda okulumuzda 2019-2020 öğretim yılı için Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında belirtilen çalışma planı uygulanacaktır.

**AMAÇLARIMIZ**

Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağmak için;

 \*\* Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,

 \*\* Çocukluklarda şişmanlık,

 \*\* Sağlıklı okul dönemi,

 \*\* Sağlık risklerine göre ( Hiperlipidemi, troid hastalıkları , demir yetersizliği, kansızlık ) çocuk ve aile beslenmesi, programlarıyla genç nesillerin sağlıklı yetişmesine destek vermek. Aile bireylerinin sağlıklı çocuklar beslenme bilincini artırma, sağlık risklerini azaltma ve sağlıklı nesiller yetiştirme için gerekli beslenme eğitim hizmetini sağlamak.