**MALGAÇEMİR İLKOKULU**

**BESLENME DOSTU OKUL**

**YILLIK ÇALIŞMA PLANI (2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **AYLAR/****BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR** | **YAPILACAK ÇALIŞMALAR** | **UYGULAYICI** |
| ***EKİM******3-4 Ekim ‘Dünya Yürüyüş Günü’***(Halil İbrahim YOLDAŞ)***15 Ekim ‘Dünya El Yıkama Günü’***(Ebru KAYMAK)***16 Ekim ‘’Dünya Gıda Günü’’*** (Ayşe Berna ÇETİK)***16 Ekim-4 Kasım ‘’Kızılay Haftası’’***(Halil İbrahim YOLDAŞ) | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinin oluşturulması | Okul idaresi  |
| Beslenme dostu okul yıllık çalışma planının hazırlanması/güncellenmesi | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi  |
| Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin oluşturulması ve resimler eklenmesi | Okul idaresi  |
| Fastfood ve abur cubur hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyelerinden  |
| Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi | Görevli Öğretmen ve öğrenciler |
| Haftanın üç günü okul bahçesinde/Sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 10 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler  |
| Veli bilgilendirme toplantılarının düzenlenmesi ve bu toplantılarda program kapsamında yürütülen çalışmalar hakkında bilgilendirme yapılması | Okul idaresi, öğretmenler |
| ‘En Önemli Öğünümüz Kahvaltı’ etkinliğinin düzenlenmesi. Okuldaki tüm öğrencilerle birlikte okul bahçesinde kahvaltı yapılması. Örnek ve sağlıklı kahvaltının nasıl olması gerektiğiyle ilgili çocukların bilgilendirilmesi | Okul idaresi, öğretmenler |
| 29 Ekim-4 Kasım Kızılay Haftasının kutlanması | Görevli Öğretmen ve öğrenciler |
| ***KASIM******14 Kasım ‘’Dünya Diyabet Günü’’***(Ebru KAYMAK)***18-24 Kasım ‘’Ağız ve Diş Sağlığı Haftası’’***(Halil İbrahim YOLDAŞ)***24 Kasım ‘’Çocuk Hakları Günü’’***(Ayşe Berna ÇETİK) | Çocuklarda diyabet konulu bilgilendirme çalışmalarının yapılması | Toplum Sağlığı Merkezi personelleri |
| Öğrencilere doğru beslenme için neler yapabileceklerini etkinliklerle anlatılması (cd, resim,hikaye,drama v.b) | Sınıf rehber öğretmenleri  |
| Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi | Görevli Öğretmen ve öğrenciler |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılarak beden kitle indekslerinin hesaplanması ve istatistiklerinin tutulması. Yapılan ölçümler sonucunda risk grubundaki (zayıf, şişman) öğrencilerin velileri ile görüşülerek aile hekimlerine yönlendirilmeleri  | Okul idaresi ve sınıf öğretmenleri |
| Besin pramidi hakkında çocukların bilgilendirilmesi | Sınıf rehber öğretmenleri |
| Haftanın üç günü okul bahçesinde/Sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 10 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler  |
| Anasınıfı beslenme listesine meyve ve kuruyemiş eklenmesi | Ana sınıfı öğretmeni  |
| El yıkama yönergelerinin güncellenmesi, çocuklarla birlikte afiş düzenlenmesi  | Öğretmenler ve Öğrenciler |
|  | 14 Kasım Dünya Diyabet günü nedeniyle Abur Cubura Son Etkinliğinin düzenlenmesi. Abur Cubur yerine çocukların tüketebileceği ceviz, üzüm, badem, incir, meyve gibi yiyeceklerin yenmesi | Öğretmenler ve Öğrenciler |
|  | Abur cubur yiyecekler ve sağlığımıza zararları hakkında pano çalışması yapılması | Öğretmenler ve Öğrenciler |
| ***ARALIK******12-18 Aralık Yerli Malı Haftası*** (Ebru KAYMAK) | 12-18 Aralık Yerli Malı Haftasının okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması  | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi |
| Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi | Görevli Öğretmen ve öğrenciler  |
| C Vitamini Şenliğinin yapılması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler  |
| Süt Projesinin uygulanması. Süt ve süt ürünlerinin tanıtılması | Görevli Öğretmen ve öğrenciler |
| Ağız ve Diş sağlığı seminerinin verilmesi  | Toplum Sağlığı Merkezi personelleri |
| Haftanın üç günü okul bahçesinde/Sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 10 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler  |
| **OCAK** | TBM (Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı) kapsamında sağlıklı beslenme ve zararlı alışkanlıklardan uzak durma konularında etkinlik ve bilgilendirme çalışmaları düzenlemek | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler |
| Sınıflar arasında sağlıklı beslenme ve hareketli yaşama teşvik edici slogan yarışması düzenlenmesi | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler |
| Beyni güçlendiren odaklanmayı arttıran besinler hakkında Beslenme panosunun güncellenmesi | Öğretmenler ve öğrenciler |
| Haftanın üç günü okul bahçesinde/Sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 10 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Öğretmenler ve öğrenciler |
| Birinci dönemin değerlendirilmesinin yapılması | Okul idaresi ve öğretmenler  |
| **ŞUBAT** | Ocak ayında yapılan yarışma sonucunun değerlendirilmesi ve başarı elde eden öğrencilerin ödüllendirilmesi | Okul İdaresi |
| Beslenme panosunun vitaminler ve bulunduğu besinler ile ilgili güncellenmesi | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler |
| Çocuklarla birlikte Sağlıklı ve Sağlıksız Çocuk afişinin düzenlenmesi | Öğretmen ve öğrenciler |
| Haftanın üç günü okul bahçesinde/Sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 10 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler  |
| ***MART******11-17 Mart ‘’ Dünya Tuza Dikkat Haftası’’***(Ayşe Berna ÇETİK)***22 Mart ‘’Dünya Su Günü’’***(Ebru KAYMAK) | 11-17 Mart Tuza Dikkat Haftası ile ilgili fiziksel etkinlikler düzenlenmesi | Öğretmen ve öğrenciler  |
| 22 Mart Dünya Su Günüyle ilgili farkındalık yaratmak için pano düzenlemesinin yapılması | Öğretmen ve öğrenciler |
| Suyun yeterli kullanımının önemi ile ilgili video izlenmesi | Öğretmen ve öğrenciler |
| Haftanın üç günü okul bahçesinde/Sınıflarda 1. teneffüslerde yaklaşık 10 dk. müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması | Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler  |
| **NİSAN*****7 Nisan "Dünya Sağlık Günü"***(Ayşe Berna ÇETİK)***7-13 Nisan ‘Dünya Sağlık Haftası’***(Halil İbrahim YOLDAŞ)  | Hijyen kurallarının okul beslenme panosunda duyurulması | Öğretmenler ve öğrenciler |
| Kuruyemiş ve meyve günlerinin düzenlenmesi. | Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi, okul idaresi |
| Sağlıklı ve dengeli beslenme konusunda öğrencilere cd izletilmesi, seminer verilmesi | Öğretmen ve öğrenciler |
| Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi | Öğretmen ve öğrenciler  |
| ***MAYIS******10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü’’***(Ayşe Berna ÇETİK)***22 Mayıs "Dünya Obezite Günü’’***(Ebru KAYMAK) | Dünya Sağlık için Hareket Et Gününün kutlanması | Öğretmenler ve öğrenciler |
| Dünya Süt Günü nedeniyle süt içme etkinliği düzenlenmesi | Öğretmenler ve öğrenciler |
| Dünya Obezite günü ile ilgili etkinlikler hazırlanması ve panonun düzenlenmesi | Öğretmen ve öğrenciler  |
| Okul Dışarıda Günü etkinliği kapsamında velilerle birlikte okul bahçesinde fiziksel aktiviteler düzenlenmesi | Öğretmenler, öğrenciler ve veliler |
| Meyve Şenliği düzenlenmesi | Öğretmen ve öğrenciler  |

MALGAÇEMİR İLKOKULU

SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ ÜYELERİ

Ayşe Berna ÇETİK Ebru KAYMAK Süleyman CANTÜRK

 Sınıf Öğretmeni Okul Öncesi Öğretmeni Okul-Aile Birliği Başkanı

24/09/2019

Halil İbrahim YOLDAŞ

Müdür Yetkili Öğretmen