**BESLENME DOSTU OKUL YILLIK ÇALIŞMA PLANI**

**2022-2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **AYLAR** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLULARI** | **TARİH** |
| **EKİM** | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin kurulması | **Okul Müdürü tarafından** | 10.10.2022 |
| Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin sene başı toplantısı, Yıllık çalışma planının hazırlanması ve internette yayınlanması | **Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından** | 18.10.2022 |
|  **KASIM** | Haftalık Beslenme tablosunun ve diş fırçalama takip çizelgesinin oluşturulması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 01.11.2022 |
| Beslenme Dostu Sınıf Temsilcilerinin seçimi | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 05.11.2022 |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tesbit edilmesi,**Vücut Kitle Endekslerinin hesaplanması** velilerin bilgilendirilmesi | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 09.11.2022 |
| Dünya El Yıkama Günü nedeniyle el yıkama etkinliğinin yapılmasıve sınıf panolarının hazırlanması  | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 12.11.2022 |
| Dünya Diyabet Günü nedeniyle Abur Cubura Son etkinliğinin yapılması( Drama,Resim,Sergi vb.) | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 14.11.2022 |
| Her gün 1. Dersin ilk 5 dakikasıegzersiz yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| Her gün ara öğün olarak kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **KASIM** | Dünya Gıda Günü nedeniyle çeşitli etkinliklerin yapılması ve sınıf panolarının hazırlanması | **Rehber Öğretmen tarafından** | 16.11.2022 |
| Sağlıklı Hayat Sağlıklı Beslenme konusunda velilere seminer verilmesi | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 20.11.2022 |
| Ağız ve Diş Sağlığı Haftası ile ilgili etkinliklerin yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 18-24.11.2022 |
| Hijyen Kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması | **Sınıf Öğretmenleri, Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından** |  |
| Her gün 1. Dersin ilk 5 dakikasıegzersiz yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| Her gün ara öğün olarak kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| **ARALIK** | El hijyeni hakkında sınıfları bilgilendirme | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 03-07.12.2022 |
| Yerli Malı Haftasının okul genelinde kutlanması ve panoların hazırlanması | **Sınıf Öğretmenleri, Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından** | 10-17.12.2022 |
| Beslenme programı kapsamında öğrencilerin yaptıkları etkinliklerin okul internet sayfasında sergilenmesi | **Okul Müdürü tarafndan** | 17-21.12.2022 |
| Her gün 1. Dersin ilk 5 dakikasıegzersiz yapılması  | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| Her gün ara öğün olarak kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| **OCAK** | Öğrencilerin boy kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması, **vücut kitle endeksinin hazırlanması**, yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velileriyle görüşülmesi | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 02.01.2023 |
| Her gün 1. Dersin ilk 5 dakikasıegzersiz yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| Her gün ara öğün olarak kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| Birinci Dönem yapılan çalışmaların değerlendirilmesi | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| **ŞUBAT** | Fast Food hakkında bilgilendirme | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 18-22.02.2023 |
| Sınıf içi beslenme panolarının güncellenmesi | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 18-22.02.2023 |
| Her gün 1. Dersin ilk 5 dakikasıegzersiz yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| Her gün ara öğün olarak kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından**  |  |
| **MART** | Öğrencilere doğru beslenme konusunda eğitici cd izletilmesi | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 05.03.2023 |
| Öğrencilere hareketli yaşam ile ilgili şarkı öğretilmesi | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 12.03.2023 |
| Dünya Tuza Dikkat Haftası kapsamında tuzun zararlarının anlatılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 11-17.03.2023 |
| Sınıf ve okul beslenme dostu panolarının düzenlenmesi | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 22.03.2023 |
| Her gün 1. Dersin ilk 5 dakikasıegzersiz yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| Her gün ara öğün olarak kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| **NİSAN** | Hazır içecekler hakkında bilgilendirme | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 01-05.04.2023 |
| Dünya Sağlık Haftası nedeniyle sınıflarda bilgilendirme çalışmalarının yapılması,okul panosunun düzenlenmesi | **Sınıf Öğretmenleri, Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından** | 08-14.04.2023 |
| Büyümenin İzlenmesi Günü nedeniyle öğrencilerin kilolarının ve boylarının ölçülmesi | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 15.04.2023 |
| Velilerle Sağlıklı hayat için nelerin yapılması gerektiği konulu anket çalışmasının yapılması | **Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından** | 24-26.04.2023 |
| Her gün 1. Dersin ilk 5 dakikasıegzersiz yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| Her gün ara öğün olarak kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| **MAYIS** | Okul çevresinde sağlıklı yaşam konusunda farkındalık yaratmak için mahalle sakinleri ile görüşülmesi | **Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından** | 06-10.05.2023 |
| Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü etkinliği kapsamında düzenlenecek olan okul pikniğinde velilerin katılımı ile spor yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 13.05.2023 |
| Dünya Obezite Günü ile ilgili okul genelinde farkındalık çalışmalarının yapılması | **Tüm Okul** | 22.05.2023 |
| Sağlık için yürüyüş yapılması | **Tüm Okul** | 28.05.2023 |
| Her gün 1. Dersin ilk 5 dakikasıegzersiz yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| Her gün ara öğün olarak kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| **HAZİRAN** | Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi, **Vücut Kitle Endekslerinin hesaplanması** velilerin bilgilendirilmesi | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 03.06.2023 |
| Her gün 1. Dersin ilk 5 dakikasıegzersiz yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| Her gün ara öğün olarak kuruyemiş ve meyve saati uygulamasının yapılması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** |  |
| Sene sonu değerlendirme raporlarının hazırlanması | **Sınıf Öğretmenleri tarafından** | 07.06.2023 |