

**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA TARİHİ	AÇIKLAMA	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME VE DEĞERLENDİRME
			EVET	HAYIR	
Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması	Ekim 2019	Okul İdaresi ve Öğretmenler tarafından	X		Ekip Başkanı Müdür Yardımcısı Mustafa AKYOL tarafından 'Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Çekirdek Eylem Grubu' oluşturuldu ve bilgilendirme toplantısı yapıldı.
Beslenme Dostu Okul Yıllık Planının hazırlanması	Ekim 2019	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	X		Öğrencilerin, ailelerin ve okul çalışanlarının beslenme ve fiziksel aktivite durumlarının geliştirilmesine odaklı amacı olan yıllık çalışma planı hazırlandı.
15 Ekim "Dünya El Yıkama Günü" nedeniyle Okul tuvaletlerinde ve sınıflarda çocukların görebilecekleri yerlere "Doğru El Yıkama Teknikleri"ni gösteren şemaların yenilenmesi.	Ekim 2019	Okul İdaresi tarafından	X		Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında belirli gün ve haftalar etkin olarak kutlanmaktadır. Bilgilendirici okul ve sınıf panoları hazırlanmaktadır.  '15 Ekim Dünya El Yıkama Günü' kapsamında okul tuvaletlerinde ve sınıflarda çocukların görebilecekleri yerlere 'Doğru El Yıkama Teknikleri' ni gösteren broşürler asıldı.  Sınıf rehber öğretmenleri tarafından 'El Hijyeni' konusunda öğrenciler bilgilendirildi.
15 Ekim "Dünya El Yıkama Günü" kapsamında "El Hijyeni" Konulu Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun oluşturulması.	Ekim 2019	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	X		15 Ekim "Dünya El Yıkama Günü" kapsamında "El Hijyeni" Konulu Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosu oluşturuldu.
16 Ekim "Dünya Gıda Günü"nü de içeren haftada Okul Öğretmenlerinin ve Okul Aile Birliği Üyelerinin katılımı ile okulda "Aşure Günü" nün kutlanması.	Ekim 2019	Tüm öğrencilerin katılımıyla Okul Aile Birliği ve okul öğretmenleri tarafından	X		16 Ekim "Dünya Gıda Günü"nü içeren haftada okulumuzda öğretmenlerimiz ve velilerimizin katılımıyla Aşure Günü kutlandı ve tahılların beslenmemizdeki önemi çocuklara aktarıldı.
Öğrencilerimizin tablet, pc, internet, telefon vb. bağımlılık yaratan sanal oyunlar yerine, zeka oyunlarına ve geleneksel Türk oyunlarına yönelmelerinin teşvik edilmesi.	Ekim 2019	Sınıf Öğretmenleri tarafından	X		Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde sınıf rehber öğretmenleri eşliğinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırıldı ve Geleneksel Çocuk Oyunları( Sek Sek , Yedi Kiremit, İstöp, Mendil

**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

					Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb. ) oynatıldı. Serbest Etkinlikler derslerinde öğrencilerimiz zeka oyunları oynayarak sanal oyunlardan uzaklaştırıldı.
Okulumuzda hareketli yaşamı teşvik için " <b>SPOR GÜNÜ</b> " çalışmalarının yapılması	<b>Ekim 2019</b>	Okul İdaresi ve sınıf öğretmenleri	X		Her hafta Çarşamba günü okul bahçesinde 1. teneffüste yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılarak öğrencilere fiziksel aktivitenin yararı benimsetilmeye çalışıldı. "Spor Günü" çalışmalarında öğrenciler hem eğlenmekte hem de spor alışkanlığı kazanmaktadırlar.
Şiddeti Önleme Eylem Ekibinin kurulması ve plan doğrultusunda etkin çalışılması.	<b>Ekim 2019</b>	Okul İdaresi, sınıf öğretmenleri ve Rehberlik Servisi tarafından	X		Şiddeti Önleme Eylem Ekibi kuruldu ve yaptıkları plan doğrultusunda çalışmaya başlandı.
Sağlıklı Beslenme, Hareketli Yaşam ve Temizlik konularında Sağlık Bakanlığı'nın ve Yeşilay'ın hazırlamış olduğu eğitici film, çizgi film ve şarkıların okul öğretmenlerine dağıtılarak sınıflarda okul öğrencilerine izletilmesinin sağlanması.	<b>Ekim 2019</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	X		Sınıf Rehber Öğretmenleri tarafından tüm öğrencilere 'Çocuklarda Şişmanlık ve Sağlıklı Beslenme', 'Çocuklarda Diyabet' konuları ile ilgili eğitim videoları ve eğitici filmler izletildi.
Sınıf Rehber öğretmenleri tarafından öğrencilere yönelik olarak hazırlanan " <b>Haftalık Ders Çalışma Programı</b> "nda, dengeli beslenme, hareketli yaşam ve kişisel hijyen konularını içeren zaman dilimlerinin ayrılması.	<b>Ekim 2019</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	X		Sınıf rehber öğretmenleri Haftalık Ders Çalışma Programlarında "ara öğün", "egzersiz" ve "kişisel hijyen" için ayrı zaman dilimleri ayırarak tüm okul öğrencilerinin programı uygulamasına olanak sağladılar.
<b>Ekim Ayı</b> çalışmalarının değerlendirilerek raporlaştırılması.	<b>Ekim 2019</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	X		Ekim ayı çalışmaları değerlendirilerek yapılan etkinliklere ait fotoğraflar raporlaştırıldı.
<b>18-24 Kasım "Ağız ve Diş Sağlığı Haftası"</b> nda Toplum Sağlığı Merkezi aracılığıyla ulaşılabilecek olan diş fırçası ve diş macunu setlerinin öğrencilere dağıtılarak doğru diş fırçalama tekniklerinin diş hekimi tarafından sınıflarda gösterilmesi.	<b>Kasım 2019</b>	Toplum Sağlığı Merkezi tarafından	X		<b>18-24 Kasım "Ağız ve Diş Sağlığı Haftası"</b> nda Toplum Sağlığı Merkezi aracılığıyla ulaşılan diş fırçaları ve macunları öğrencilere dağıtıldı ve diş hekimi tarafından diş kontrolü yapılan öğrencilerin doğru diş fırçalama tekniklerini kavraması sağlandı.

**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

18-24 Kasım "Ağız ve Diş Sağlığı Haftası" etkinlikleri kapsamında öğrencilere diş fırçalamanın önemini kavratmak ve veli takibi ile diş fırçalama davranışının kalıcı olarak yerleşmesini sağlamak amacıyla sınıf öğretmenlerince "Dişlerimi Fırçalıyorum" etkinliğinin dağıtılması.	Kasım 2019	Sınıf Öğretmenleri tarafından	X		18-24 Kasım "Ağız ve Diş Sağlığı Haftası"nda öğrencilere diş fırçalamanın önemine dikkat çekmek için "Dişlerimi Fırçalıyorum" etkinliği dağıtılarak takibi sınıf öğretmenleri tarafından yapıldı.
18-24 Kasım "Ağız ve Diş Sağlığı Haftası" kapsamında "Ağız ve Diş Sağlığı" konulu Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun güncellenmesi.	Kasım 2019	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	X		"Ağız ve Diş Sağlığı" konulu Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosu öğrencilerin hazırladığı etkinliklerle güncellendi.
1.Sınıf ve okula nakil gelen öğrencilere "Snellen Göz Tarama Testi" için Aile Hekimlerine yönlendirme yapılması	Kasım 2019	Toplum Sağlığı Merkezi tarafından	X		Rehberlik servisi tarafından hazırlanan göz tarama formları sınıf öğretmenlerinin yaptıkları tarama ile dolduruldu, tarama testinde sorun yaşayan öğrencilerin velileri ile görüşülerek aile hekimlerine başvurmaları istendi.
Okulun internet sayfasında "Beslenme Dostu Okul Köşesi"nin oluşturulması ve sürekli güncellenmesi.	Kasım 2019	Müdür Yardımcısı tarafından	X		Okul internet sayfasında BESLENME DOSTU OKUL KÖŞESİ oluşturuldu.
Beslenme Dostu Okul Projesi için sınıf öğrenci temsilcilerinin seçilmesi. Rozet dağıtılması.	Kasım 2019	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	X		Sınıf rehber öğretmenleri tarafından 'Beslenme Timi' öğrencilerimiz belirlenerek rozetleri dağıtıldı.
Haftanın bir gününün(Perşembe) meyve günü olarak belirlenmesi ve mevsimine uygun meyvelerin tenefüs saatinde ara öğün olarak yenmesi.	Kasım 2019	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	X		Her hafta Perşembe günü 'Meyve Günü' yapıldı. Öğrenciler evlerinden getirdikleri mevsim meyvelerini hep beraber yiyerek sağlıklı ara öğün tüketme alışkanlığı kazandırılmaya çalışıldı.
Öğrenci, okul çalışanları ve velilere yönelik sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamı destekleyen mesajlar içeren poster, afiş, broşürler vb. materyallerin okul içi uygun yerlerde sergilenmesi.	Kasım 2019	Okul İdaresi tarafından	X		Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam mesajları içeren afiş ve poster gibi görseller öğretmen ve öğrenciler tarafından hazırlanarak okul içi uygun yerlerde sergilendi.

**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

Bütün sınıflarda öğrencilerin boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ölçümlerinin taşınabilir dijital/elektronik tartı ve ayakta boy ölçer ile öğretmenlerce yapılıp, sonuçların kaydedilmesi ve BKİ hesaplamalarının yapılarak öğrenci ve veliler ile paylaşılması, risk oluşturan gruptakilere önlem alınması.	Kasım 2019	Sınıf Öğretmenleri ve Rehberlik Servisi tarafından	X		Kasım ayı içerisinde okulumuzda bulunan tüm öğrencinin boy ve kiloları sınıf öğretmenleri tarafından ölçüldü ve okul idaresi tarafından BKİ hesaplamaları yapıldı. Sonuçlar sınıf öğretmenleri ile paylaşıldı. Risk grubundaki öğrencilerin velileri bilgilendirildi.
Anasınıfı şubelerinde yapılacak olan etkinliklerde meyve ve sebzelerin kullanılarak öğrencilerin meyve sebze tüketmeye teşvik edilmesi.	Kasım 2019	Anasınıfı öğretmenleri tarafından	X		Anasınıfı şubelerinde öğrencileri meyve sebze yemeye teşvik etmek için renklerin öğretiminde meyve ve sebze baskısı yapılarak konunun kavratılması sağlandı. Öğrenciler kendi meyve salatalarını hazırlayarak ara öğün saatlerinde sağlıklı meyveler tüketmenin önemi hakkında bilgilendirildi.
Sağlıklı Beslenme ve hijyen konularında farkındalığı artırmak amacıyla, " <b>Vitamin Amca Mikroplara Karşı</b> " adlı drama gösterisinin hazırlıklarına başlanması.	Kasım 2019	4/A ve 4/B Sınıf öğretmenleri tarafından	X		, " <b>Vitamin Amca Mikroplara Karşı</b> " adlı drama gösterisinin hazırlıklarına 4/A ve 4/B ortak çalışmasıyla başlandı.
" <b>24 Kasım Çocuk Hakları</b> " gününde tüm sınıflarda sınıf öğretmenleri tarafından öğrencilerin hakları konusunda bilgilendirilmesi.	Kasım 2019	Sınıf öğretmenleri tarafından	X		Okulumuz tüm sınıflarında sınıf öğretmenleri tarafından öğrencilere Çocuk Hakları hakkında sunum yapılarak öğrencilere hakları hakkında bilgi verildi.
Sınıf Öğretmenleri tarafından yapılan Veli Toplantılarında Beslenme Dostu Okul Projesinin ayrı bir gündem maddesi olarak alınarak, bu konuda yapılan ve yapılacak çalışmalar hakkında velilere bilgi verilmesi.	Kasım 2019	Sınıf Öğretmenleri tarafından	X		Sınıf öğretmenleri tarafından yapılan veli toplantılarında 'Beslenme Dostu Okul Projesi' konusunda yapılan ve yapılacak çalışmalar hakkında velilere bilgi verildi.
Okul genelinde öğrencilerimizi ara öğüne teşvik ederek, 2.tenefüs saatinin ara öğün olarak belirlenmesi, Sağlık Bakanlığı tarafından hazırlanan örnek beslenme programının sınıflara dağıtılması ve ara öğünlerde uygulanması.	Kasım 2019	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	X		Sağlık Bakanlığı tarafından hazırlanan örnek beslenme programının sınıflara dağıtılması ve ara öğünlerde uygulanması sağlandı. Öğrencilerin her gün 2.tenefüs ara öğün saatinde evlerinden getirdikleri mevsim meyvelerini hep beraber yiyerek sağlıklı ara öğün tüketme alışkanlığı kazandırılmaya çalışıldı.

**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

Hareketli yaşamın teşviki ve okul bahçesinin öğrencilerin oyun ihtiyacına cevap vermesini sağlaması için okul bahçesinde oyun alanlarına yenilerinin eklenmesi.	<b>Kasım 2019</b>	Okul idaresi tarafından	X		Okul bahçesine öğrencilerin oyunlarında kullanacakları çeşitli oyunlara ait çizimler yapılarak aktif kullanımı sağlandı.
Beden Eğitimi ve Oyun dersinde oynamak üzere, Geleneksel Çocuk Oyunlarının kurallarının çocuklara öğretilerek oynatılması.	<b>Kasım 2019</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	X		Beden Eğitimi ve Oyun derslerinde sınıf rehber öğretmenleri eşliğinde öğrencilere yaş özellikleri ve hava şartları dikkate alınarak egzersizler yaptırıldı ve Geleneksel Çocuk Oyunları( Sek Sek , Yedi Kiremit, İstöp, Mendil Kapmaca, Yakan Top, Körebe vb. ) oynatıldı.
Okulda öğrencilerin oyun ve fiziki etkinlikler derslerinde kullanacakları spor malzemelerinin temin edilmesi.	<b>Kasım 2019</b>	Okul idaresi tarafından	X		Okulda öğrencilerin oyun ve fiziki etkinlikler derslerinde kullanacakları spor malzemeleri okul idaresi tarafından temin edildi.
Dünya diyabet günü nedeniyle Okulda Diyabet Programı Eğitim Platformu içeriğinin tüm sınıflarda izletilmesi ve 14 Kasım Dünya Diyabet Günü ile ilgili farkındalık oluşturmak için okul panosu hazırlanması.	<b>Kasım 2019</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	X		14 Kasım Dünya Diyabet Günü kutlama programına okulumuzun tüm öğrencileri katıldı , diyabet ile ilgili bilgilendirilme yapıldı ve diyabet günü ile ilgili okul panosu hazırlandı.
Okulda hareketli yaşamı destekleyecek, çocukların yaşlarına uygun fiziksel aktiviteleri yapabileceği futbol takımının kurularak, antrenmanların yapılması, maçların düzenlenmesi.	<b>Kasım 2019</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	X		Okulda hareketli yaşamı destekleyecek, çocukların yaşlarına uygun fiziksel aktiviteleri yapabileceği futbol takımının kurularak antrenmanlara başlandı.
Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi.	<b>Kasım 2019</b>	Müdür Yardımcısı tarafından	X		Beslenme Dostu Okul köşesi raporlama bölümüne yaptığımız etkinlik fotoğrafları eklendi.
Kasım Ayı çalışmalarının değerlendirilerek raporlaştırılması.	<b>Kasım 2019</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	X		"Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi" tarafından ay boyunca yapılan faaliyetleri içeren değerlendirme raporuna etkinlik fotoğrafları eklendi.
Sağlıklı Beslenme için süt ve süt ürünlerinin yararları konusunda öğrencilerin dikkatini çekmek ve bilgilencmelerini sağlamak için Ev Yoğurdu etkinliğinin	<b>Aralık 2019</b>	Anasınıfı Öğretmenleri tarafından	X		"Sağlıklı Beslenme" kapsamında süt içme alışkanlığının kazandırılması amacıyla ana sınıfı şubelerinde süt günü etkinliği yapılarak çocuklar süt içmeye özendirildi. Veli katılımı ile ev yoğurdu yapılarak öğrenciler süt

**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

düzenlenmesi.					ve süt ürünlerinin yararlarını öğrenmeleri sağlandı.
Okulumuzun bütün sınıflarında Yerli Malı haftasının sağlıklı besinlerle kutlanması ve ŞAMÖ pazarının kurulması.	<b>Aralık 2019</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	X		Tutum Yatırım ve Yerli Malı Haftası kutlamalarında okulumuza kurulan pazarda öğrencilerimizin ve velilerimizin etkin katılımı sağlanarak sağlıklı yiyeceklerin tanıtımı yapıldı. Meyve ve sebze tüketiminin önemi sınıf öğretmenleri tarafından hafta boyunca yapılan çeşitli etkinliklerle öğrencilere benimsetilmeye çalışıldı.
Okulumuz öğretmen, öğrenci ve velilerine Sağlık Bakanlığı tarafından hazırlanan Sağlıklı büyüme ve gelişme ve yeterli ve dengeli beslenme konularını içeren mektupların dağıtılması.	<b>Aralık 2019</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	X		Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından Sağlık Bakanlığı tarafından hazırlanan Sağlıklı büyüme ve gelişme ve yeterli ve dengeli beslenme konularını içeren mektuplar öğretmen, öğrenci ve velilere dağıtılarak Sağlıklı Beslenme ve Sağlıklı Yaşam hakkında bilinçlendirme çalışmaları yapıldı.
Anasınıfı ve 1.Sınıflarda Görsel Sanatlar dersinde meyve ve sebze baskısı yapılarak öğrencilere bu meyve ve sebzelerin vücudumuz için yararlarının anlatılması.	<b>Aralık 2019</b>	Anasınıfı ve 1.Sınıf Öğretmenleri tarafından	X		Anasınıfı ve 1.Sınıf öğrencileri Görsel Sanatlar dersinde meyve ve sebze baskısı yapılarak öğrencilere bu meyve ve sebzelerin vücudumuz için yararları kavratıldı.
Toplum Sağlığı Merkezi aracılığı ile okulumuz personel, öğrenci ve velilerine yönelik Sağlıklı Beslenme ve Sağlıklı Hareket konularında eğitim verilmesinin sağlanması.	<b>Aralık 2019</b>	Toplum Sağlığı Merkezi tarafından	X		Toplum Sağlığı Merkezi tarafından okulumuzda öğretmen, okul personeli, veli ve öğrencilere Sağlıklı Beslenme ve Sağlıklı Hareket konularında eğitim verilmesi sağlandı.
Ara öğünlerde öğrencilerin getirmiş olduğu beslenme çantalarının öğretmenler tarafından kontrol edilmesi.	<b>Aralık 2019</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	X		Ara öğünlerde öğrencilerin beslenmeleri kontrol edilerek doğru beslenme çantası sunumları öğrencilere gösterildi.
Sınıflarda çocukların yaşlarına uygun Sağlıklı Beslenme, Hareketli Yaşam ve Temizlik konulu çizgi filmlerin izletilmesi.	<b>Aralık 2019</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	X		Sınıf Rehber Öğretmenleri tarafından tüm öğrencilere 'Çocuklarda Şişmanlık ve Sağlıklı Beslenme', 'Çocuklarda Diyabet' konuları ile ilgili eğitim videoları ve çizgi filmler izletildi.

**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

Teneffüs saatlerinde sağlıklı beslenme, kişisel hijyen ve hareketli yaşam konularında çocuk şarkılarının yayınlanarak, öğrencilerin hem şarkıları öğrenmeleri hem de dans etmelerinin sağlanması.	<b>Aralık 2019</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	X		Okul bahçesinde 1. teneffüste yaklaşık 5 dakika müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılarak öğrencilere fiziksel aktivitenin yararı benimsetilmeye çalışıldı. Öğrenciler hem eğlenmekte hem de spor alışkanlığı kazanmaktadırlar.
Okul aile birliği üyelerimizce, öğretmen ve velilerimize yönelik sağlıklı beslenme etkinlikleri kapsamında açık büfe kahvaltı organizasyonunun düzenlenmesi.	<b>Aralık 2019</b>	Okul Aile Birliği tarafından	X		Sağlıklı beslenme etkinlikleri kapsamında veli ve öğretmenlerimizin katılımıyla açık büfe kahvaltı organizasyonu düzenlendi ve sağlıklı kahvaltıda neler olmalıdır sergilendi.
Sınıfta öğrenci velilerinin yardımı ile taze sıkılmış meyve sularının öğrencilere dağıtılması ve öğrencilerin portakalın yararları konusunda bilgilendirilmesi.	<b>Aralık 2019</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	X		Sınıflarımızda velilerimizin de katılımıyla taze sıkılmış meyve sularına pekmez katılarak hazırlanan meyve suyu ile kantinden alınan Beslenme Dostu Sandviçlerimizle "Vitamin Şenliği" düzenlendi ve portakalın faydaları konusunda tüm öğrenciler bilgilendirildi.
Okulun internet sayfasında beslenme köşesi güncellenmesi.	<b>Aralık 2019</b>	Müdür Yardımcısı tarafından			Beslenme Dostu Okul köşesine eklemeler yapıldı.
Sağlıklı Beslenme ve hijyen konularında farkındalığı artırmak amacıyla çocuklar tarafından sınıfta sunum yapılması.	<b>Aralık 2019</b>	2/A- 3/B sınıfı tarafından	X		Sağlıklı Beslenme ve hijyen konularında farkındalığı artırmak amacıyla çocuklar tarafından hazırlanan afiş ve görsellerle sunum etkinlikleri düzenlenerek öğrencilerin sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularını içselleştirmesi sağlandı.
Aralık Ayı çalışmalarının değerlendirilerek raporlaştırılması.	<b>Aralık 2019</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	X		"Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi" tarafından ay boyunca yapılan faaliyetleri içeren değerlendirme raporuna etkinlik fotoğrafları eklendi.
Beslenme dostu okul projesine başvurunun yapılması.	<b>Aralık 2019</b>	Okul İdaresi ve Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından			
Sağlıklı sebzeleri çimlendiriyoruz etkinliğinin yapılarak, öğrencilerin yedikleri sebze ve tahılların nasıl yetiştiğini bizzat görmelerinin sağlanması.	<b>Ocak 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	X		Öğrencilerin evlerinden getirdikleri çeşitli sebze tohumları ve bakliyatların tohumları pet bardaklara pamuk ile yerleştirilerek çimlenmesinin gözlenmesi sağlandı.

**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

Dengeli Beslenme ve kahvaltının önemi konusunda öğrencilere bilgi verilmesi.	<b>Ocak 2020</b>	Sınıf Rehber Öğretmenleri	<b>X</b>		Dengeli beslenme ve kahvaltının önemi sınıfta yapılan sunumlarla öğrencilere aktarıldı.
Okulumuz öğretmenleri tarafından , sağlıklı yaşam tarzını ve düzenli fiziksel aktivite yapmayı teşvik edecek şekilde model olmak amacıyla,teneffüslerde eğitsel oyunların düzenlenmesi.	<b>Ocak 2020</b>	Okul idarecileri ve sınıf öğretmenleri tarafından	<b>X</b>		Sağlıklı yaşam tarzını ve düzenli fiziksel aktivite yapmayı teşvik edecek şekilde model olmak amacıyla ,teneffüslerde eğitsel oyunlar düzenlendi ve oyunlarla fiziksel aktivite yapılmış oldu..
Tüm sınıflarda fiziksel aktivitenin öğrenciler için yararının benimsenmesinden sonra sabah egzersizlerinin müzik eşliğinde yapılması.	<b>Ocak 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	<b>X</b>		Tüm sınıf akıllı tahtalarına sağlıklı yaşam ve spor konularını içeren çocuk şarkıları yüklenerek sabah egzersizlerinde müzik eşliğinde spor yapıldı.
Öğrencilere T.C. Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı'nın güvenilir gıda konusunda oluşturduğu ALO 174 GIDA HATTI ve <a href="http://www.alo174.gov.tr/">www.alo174.gov.tr/</a> internet sitesinin tanıtımının yapılması.	<b>Ocak 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	<b>X</b>		ALO 174 GIDA HATTI ve <a href="http://www.alo174.gov.tr/">www.alo174.gov.tr</a> internet sitesi öğrencilerin hazırladığı görsellerle sunum yapılarak tüm sınıf öğrencilerine tanıtıldı. Hazırlanan sunu görsel materyalleri okul panosunda sergilendi.
Sınıflarda Kişisel hijyeni sağlama konusunda tırnak kontrollerinin yapılarak el hijyenin sağlanmasına katkı sağlanması ve hijyen eğitiminin verilmesi.	<b>Ocak 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	<b>X</b>		Her haftanın ilk günü öğretmenler tarafından öğrenci tırnakları kontrol edilerek el hijyeninin öneminden bahsedildi. Tüm sınıf akıllı tahtalarına KİŞİSEL HİJYEN sunuları yüklenerek öğretmenler tarafından tüm öğrencilere hijyen eğitimi verildi.
Öğrencilerin bakliyat ürünlerini tanıması amacıyla PAZARCI AMCA çalışmasının yapılması.	<b>Ocak 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	<b>X</b>		PAZARCI AMCA etkinliği boyama ve bakliyatları yapıştırma yaparak tamamlandı. Öğrencilere bakliyatlar tek tek tanıtarak yararları konusunda öğretmenleri tarafından bilgi verildi.Tahıl ve bakliyatlarla iç içe geçen etkinlikten öğrenciler büyük keyif aldı.
Fast Food'un zararlarının sınıflarda anlatılmasından sonra, Bireyin sağlığı açısından Sağlıklı ve Sağlıksız Besinlerin öğrenciler tarafından tanınması için öğrencilerin görsel hazırlamaları ve okulda sergilenmesi..	<b>Ocak 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	<b>X</b>		Sağlıklı ve sağlıksız besinler öğrenciler tarafından araştırıldı ve hazırladıkları görsellerle sunum yapıldı. Tüm sınıflarda fast foodun zararlarına dikkat çekilerek hazırlanan görsel materyaller panoda sergilendi.
Sağlık Bakanlığına ait <a href="http://www.beslenme.gov.tr">www.beslenme.gov.tr</a> sitesinde bulunan BESLENME,OBEZİTE,OKUL SAĞLIĞI vb köşelerin	<b>Ocak 2020</b>	Rehberlik Servisi tarafından	<b>X</b>		<a href="http://www.beslenme.gov.tr">www.beslenme.gov.tr</a> internet sitesi öğrencilere tanıtılarak öğrencileri bu sitedeki bilgilere nasıl ulaşacaklarını öğrenmeleri sağlandı.



**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

öğrencilere tanıtılması.					
Anasınıfı şubelerinde Sağlıklı Beslenme konusunda abur cubur yerine meyvelerin önemine dikkati çekmek ve çocukların meyvelere karşı önyargısını kırmak için, sınıf içi oyunların düzenlenmesi.	<b>Ocak 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından			
<b>1-7 Ocak "Verem Savaş Haftası"</b> kapsamında okulumuz öğrencilerine Verem hastalığı hakkında bilgi verilmesi.	<b>Ocak 2020</b>	Okul öğrencileri tarafından	<b>X</b>		<b>1-7 Ocak "Verem Savaş Haftasında"</b> öğrencilerin hazırlamış olduğu etkinliklerle diğer tüm öğrencilerin verem hastalığı hakkında bilgilendirilmesi sağlandı.
Sağlıklı yaşam tarzını ve sağlıklı beslenmeyi teşvik edecek şekilde model olmak amacıyla, öğretmenler tarafından öğlen yemeğinde Sağlıklı Besleniyoruz sloganıyla yemek organizasyonunun düzenlenmesi.	<b>Ocak 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	<b>X</b>		Öğretmenler tarafından öğle yemeğinde Sağlıklı Besleniyoruz sloganıyla yemek organizasyonu düzenlendi.
Öğretmenler tarafından hazırlanan Sağlıklı Beslenme ve Sağlıklı Hareket ile ilgili bulmacaların öğrencilere dağıtılarak, öğrenciler arasında Sağlıklı Beslenme ve Sağlıklı Hareket konularında öğretici oyun oynamalarının sağlanması.	<b>Ocak 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından	<b>X</b>		Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından hazırlanan Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam konularını içeren bulmacalar tüm sınıflarda büyük bir ilgiyle çözüldü.
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi. <b>(Sebze ve meyveleri tanıyoruz)</b>	<b>Ocak 2020</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	<b>X</b>		SEBZE VE MEYVELER etkinliği tüm sınıflarda çalışıldı ve okul panosunda MEYVE VE SEBZELER EVİ görseli sergilenmeye başlandı.
<b>Ocak Ayı</b> çalışmalarının değerlendirilerek raporlaştırılması.	<b>Ocak 2020</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından	<b>X</b>		<b>Ocak Ayı</b> çalışmalarının değerlendirilerek raporlaştırıldı.
Okul genelinde " <b>Sağlıklı Besleniyorum, Sağlıklı Büyüyorum</b> " konulu resim yarışmasının düzenlenerek, yarışma şartnamesinin öğrencilere duyurulması.	<b>Ocak 2020</b>	Tüm öğrencileri katılımıyla Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Yarışmalara Seçilecek Eserleri Belirleme Komisyonu tarafından	<b>X</b>		Okulumuz Görsel Sanatlar Kulübü tarafından " <b>Sağlıklı Besleniyorum, Sağlıklı Büyüyorum</b> " konulu resim yarışmasının düzenlenerek, yarışma şartnamesi öğrencilere duyuruldu.

**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

Tüm sınıflarda fiziksel aktivitenin öğrenciler için yararının benimsenmesinden sonra sabah egzersizlerinin müzik eşliğinde yapılması.	<b>Şubat 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından			
Sağlık Bakanlığına ait <a href="http://www.beslenme.gov.tr">www.beslenme.gov.tr</a> sitesinde çocuk köşesindeki, meyve ve sebzelerden oluşan <b>hafıza kartlarının</b> hazırlanarak, Anasınıfı, 1.ve 2.sınıf öğrencilerinin meyve ve sebzeleri tanımalarına katkı sağlayacak oyunların oynanması.	<b>Şubat 2020</b>	Anasınıfı, 1. Ve 2.Sınıf öğrencilerinin katılımıyla Sınıf Öğretmenlerinin tarafından			
Anasınıfı öğrencileri arasında “ <b>en sağlıklı tabak yarışması</b> ” düzenleyerek, öğrencilerin farkındalık düzeyinin artırılması.	<b>Şubat 2020</b>	Anasınıfı öğrencilerinin katılımıyla Anasınıfı öğretmenleri tarafından			
Sınıf Öğretmenleri tarafından yapılan Veli Toplantılarında Beslenme Dostu Okul Projesinin ayrı bir gündem maddesi olarak alınarak, bu konuda yapılan ve yapılacak çalışmalar hakkında velilere bilgi verilmesi.	<b>Şubat 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından			
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi. <b>(Sebze ve meyveleri tanıyoruz)</b>	<b>Şubat 2020</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından			
Okulun internet sayfasında beslenme köşesi güncellenmesi.	<b>Şubat 2020</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından			
<b>Şubat Ayı</b> çalışmalarının değerlendirilerek raporlaştırılması.	<b>Şubat 2020</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından			
Teknoloji Bağımlılığının önlenmesi, çocukların hareketli yaşama teşviki amacıyla Yeşilay-TMB programı çerçevesinde yayınlanan <b>Teknoloji Testinin</b> 3. ve 4. Sınıf öğrencilerine uygulanması.	<b>Mart 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından			

**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

<b>11-17 Mart "Dünya Tuza Dikkat Haftası</b> kapsamında okulumuz öğretmen, öğrenci ve velilerine bilgilendirme çalışmasının yapılması.	<b>Mart 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından			
<b>22 Mart Dünya Su Günü</b> kapsamında okulumuzda Suyun hayatımızdaki önemi konusunda öğrenciler arasında <b>slogan ve resim yarışması</b> düzenlenerek, yarışma şartnamesinin öğrencilere duyurulması.	<b>Mart 2020</b>	Tüm öğrencileri katılımıyla Yarışmalara Seçilecek Eserleri Belirleme Komisyonu tarafından			
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi. <b>(Hareketli Yaşam)</b>	<b>Mart 2020</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından			
Okulun internet sayfasında beslenme köşesi güncellenmesi.	<b>Mart 2020</b>	Md. Yard. tarafından			
Tüm sınıflarda sabah egzersizlerinin müzik eşliğinde yapılması.	<b>Mart 2020</b>	Tüm öğrencilerin katılımıyla Sınıf Öğretmenleri tarafından			
<b>Mart Ayı</b> çalışmalarının değerlendirilerek raporlaştırılması.	<b>Mart 2020</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından			
Okulumuz öğretmenlerinin, sağlıklı yaşam tarzını ve sağlıklı beslenmeyi teşvik edecek şekilde model olmak amacıyla, öğretmenler odasında öğlen yemeğinde fast food tan uzak kalarak sağlıklı bir şekilde kendi yemeğimizi kendimiz yapıyoruz sloganıyla yemek (kısır) organizasyonunun düzenlenmesi.	<b>Nisan 2020</b>	Tüm öğretmenlerin katılımıyla			
<b>"7 Nisan Dünya Sağlık Günü"</b> ve <b>"7/13 Dünya Sağlık Haftası"</b> etkinlikleri çerçevesinde dans ederek sporun ve sağlıklı yaşamın önemine dikkat çekmek amacıyla okul bahçesinde şarkılar eşliğinde etkinlik düzenlenmesi.	<b>Nisan 2020</b>	Tüm öğrencilerin katılımıyla Sınıf Öğretmenleri tarafından			

**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı haftasında hareketli yaşam ile ilgili etkinliklerin düzenlenmesi ve yarışmaların düzenlenmesi.	<b>Nisan 2020</b>	Tüm öğrencilerin katılımıyla Sınıf Öğretmenleri tarafından			
Yetenek tarama testlerinin uygulanması ve çocukların hareketli yaşam için futbola özendirilmesi.	<b>Nisan 2020</b>	Tüm öğrencilerin katılımıyla Okul İdaresi tarafından			
Sağlıklı Beslenme ve hijyen konularında farkındalığı artırmak amacıyla, " <b>Vitamin Amca Mikroplara Karşı</b> " adlı tiyatro gösterisinin sergilenmesi.	<b>Nisan 2020</b>	4/A- 4/B Sınıf Öğretmenleri tarafından			
Okulda hareketli yaşamı desteklenmesi, çocukların yaşlarına uygun fiziksel aktiviteleri yapabilmesi için spor müsabakalarının(Basket atma, penaltı atma, ip atlama, mendil kapmaca, top sektirme) düzenlenmesi ve dereceye giren öğrencilerin ödüllendirilmesi.	<b>Nisan 2020</b>	Öğrencilerin katılımıyla Okul İdaresi ve Sınıf Öğretmenleri tarafından			
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi.( <b>23 Nisan</b> )	<b>Nisan 2020</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından			
Okulun internet sayfasında beslenme köşesi güncellenmesi.	<b>Nisan 2020</b>	Md. Yard. tarafından			
Tüm sınıflarda sabah egzersizlerinin müzik eşliğinde yapılması.	<b>Nisan 2020</b>	Bütün öğrencilerin katılımıyla Sınıf Öğretmenleri tarafından			
<b>Nisan Ayı</b> çalışmalarının değerlendirilerek raporlaştırılması.	<b>Nisan 2020</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından			
<b>22 Mayıs Dünya Obezite Günü</b> etkinlikleri çerçevesinde, Obezitenin önlenmesi ve dengeli beslenmeye teşvik için Yeşilay-TMB programı çerçevesinde yayınlanan Dört Yapraklı Yonca ile	<b>Mayıs 2020</b>	2. , 3. Ve 4. Sınıf öğrencilerinin katılımıyla Sınıf Öğretmenleri tarafından			

**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

sınıflandırılan besinlerin, öğrencilerin günlük yaşamında ne kadar yer aldığının tespiti amacıyla " <b>Beslenmeni Tart</b> " etkinliğinin sınıflarda uygulanması.					
" <b>Dünya Sağlık için Hareket Et</b> " gününde öğrenci ve velilerle doğa yürüyüşü düzenlenmesi.	<b>Mayıs 2020</b>	Okul idaresi, sınıf öğretmenleri ve veliler tarafından			
Okulumuz 3. ve 4.Sınıf öğrencilerine yönelik, Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam konularında sınıf içinde öğrencilerin akranlarıyla birbirlerini eğitmeleri için <b>bilgi yarışmalarının</b> düzenlenmesi.	<b>Mayıs 2020</b>	3. ve 4. Sınıf Öğretmenleri ve Rehberlik Servisi tarafından			
Öğrenci, okul çalışanları ve ailelerin katılımı ile sağlıklı beslenme ve hareketli hayatı teşvik edecek yarışmalar, oyunlar, spor müsabakaları vb. etkinlikler içeren bir <b>piknik organizasyonunun</b> yapılması.	<b>Mayıs 2020</b>	Bütün öğrencilerin katılımıyla Sınıf Öğretmenleri tarafından			
Okulda hareketli yaşamın desteklenmesi, çocukların yaşlarına uygun fiziksel aktiviteleri yapabilmesi için kurulan futbol takımları arasında <b>futbol turnuvası</b> düzenlenmesi ve 1. olan takımın ödüllendirilmesi.	<b>Mayıs 2020</b>	Futbol çalışmalarına katılan öğrencilerin katılımıyla Md. Yardımcısı ve tüm öğretmenler tarafından			
' Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam ' konulu şiir yarışmasının yapılması. Eserlerin panolarda sergilenmesi	<b>Mayıs 2020</b>	Bütün öğrencilerin katılımıyla Okul İdaresi ve tüm öğretmenler tarafından			
'Dünya ve Türkiye Tarihinde Önemli Sporcuların Hayat Hikayelerini Öğreniyorum' konusunda öğrencilerin ödevlendirilmesi ve hazırlanan çalışmaların panolarda sergilenmesi.	<b>Mayıs 2020</b>	Sınıf Öğretmenleri tarafından			
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi.( <b>Obezitenin zararları-Dengeli Beslenme</b> )	<b>Mayıs 2020</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından			

**ŞEHİT AVUKAT MEHMET ÖZEL İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**  
**2019-2020 ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**(ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME)**

Okulun internet sayfasında beslenme köşesi güncellenmesi.	<b>Mayıs 2020</b>	Md. Yard. tarafından			
Tüm sınıflarda sabah egzersizlerinin müzik eşliğinde yapılması.	<b>Mayıs 2020</b>	Bütün öğrencilerin katılımıyla Sınıf Öğretmenleri tarafından			
<b>Mayıs Ayı</b> çalışmalarının değerlendirilerek raporlaştırılması.	<b>Mayıs 2020</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından			
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi.( <b>Yaz Aylarında Beslenme</b> )	<b>Mayıs 2020</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından			
Okulun internet sayfasında beslenme köşesi güncellenmesi.	<b>Haziran 2020</b>	Md. Yard. tarafından			
Tüm sınıflarda sabah egzersizlerinin müzik eşliğinde yapılması.	<b>Haziran 2020</b>	Bütün öğrencilerin katılımıyla Sınıf Öğretmenleri tarafından			
<b>Yıl sonu çalışmalarının</b> değerlendirilerek raporlaştırılması.	<b>Haziran 2020</b>	Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi tarafından			

Okul Öncesi Öğretmeni    Sınıf Öğretmeni    Sınıf Öğretmeni    Sınıf Öğretmeni    Sınıf Öğretmeni

Sınıf Öğretmeni    Sınıf Öğretmeni    Sınıf Öğretmeni    Rehber Öğretmeni    İngilizce Öğretmeni

Müdür Yardımcısı

Okul Müdürü