

2019-2020 İHSAN ŞERİF İLKOKULU

BESLENME DOSTU OKUL PROGRAMI
YILLIK ÇALIŞMA PLANI



AYLAR	BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR	YAPILACAK ÇALIŞMALAR	UYGULAYICI
	10.Eyl.19	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinin oluşturulması	Okul idaresi
	11.Eyl.19	Beslenme dostu okul yıllık çalışma planının hazırlanması/güncellenmesi	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
	16.Eyl.19	Okul kantininin denetlenmesi	Okul denetleme ekibi
	26.Eyl.19	Sağlıklı beslenme ile öğrenme arasındaki ilişkinin öğrencilere anlatılarak farkındalık oluşturulması.	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi öğretmen Deniz KAYA
	27.Eyl.19	Öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yapılması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
EYLÜL	27 Eylül 'Dünya Okul Sütü Günü'	Dünya süt günü nedeniyle uht süt mü deş satılan süt mü yararlıdır konulu brifing yapılması.	Okul Aile Birliği Başkanı Hafize GÜL tarafından brifing uygulanması
	30.09.2019	Pazarresi günleri sınıflarda ilk dersin ilk 5 dakikası müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi , öğretmenler ve öğrenciler
	1.Eki.19	Veli bilgilendirme toplantılarının düzenlenmesi ve bu toplantılarda program kapsamında yürütülen çalışmalar hakkında bilgilendirme yapılması	Okul idaresi ve öğretmenler
	3-4 Ekim 'Dünya Yürüyüş Günü'	Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi ve resimler eklenmesi	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi, okul idaresi
	15 Ekim 'Dünya El Yıkama Günü'	Dünya yürüyüş günü münasebetiyle okulumuz bahçesinde yürüyüşler yapılarak çevre temizliği uygulanması.	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi, okul idaresi öğretmenler ve öğrenciler.
EKİM	15 Ekim 'Dünya El Yıkama Günü'	Doğru el yıkama yönteminin tüm sınıflara anlatılması.	Sağlıklı yaşam ekibi öğretmeni Mehmet DEVECİ
	16 Ekim "Dünya Gıda Günü"	Dünya gıda günü sebebiyle Ato 174 hatının öğrencilere anlatılarak öğrencilerde farkındalık yaratılması.	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi, okul idaresi
	22.Eki.19	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	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi,
	26.Eki.19	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi
		Pazarresi günleri sınıflarda ilk dersin ilk 5 dakikası müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler

BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR	YAPILACAK ÇALIŞMALAR	UYGULAYICI
	Pazartesi günleri sınıflarda ilk dersin ilk 5 dakikası müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
4.Kas.19	Her sınıfta Okul Sağlığı Beslenme Köşesinin oluşturulması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi, okul idaresi
14 Kasım ‘Dünya Diyabet Günü’	Belirli gün ve haftaların okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi	Öğretmen ve öğrenciler
21 Kasım Dünya Koah Günü	Koah panosu oluşturularak, hastalıktan korunmak için alınacak önlemler ve bu konunun kavratılması	Sağlıklı yaşam ekibi Üyesi Demet KÖSE
22.Kas.19	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi
18-24 Kasım ‘Ağız ve Diş Sağlığı Haftası’ (25-29 Kasım 2019)	Koruyucu Ağız ve Diş Sağlığı Programının Uygulanması	İstanbul İl Sağlık Müdürlüğü
12-18 Aralık Yeri Malı Haftası	12-18 Aralık Yeri Malı Haftasının okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
17.Ara.19	Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında öğrencilere yönelik bilgilendirme çalışmaları	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
20.Ara.19	Öğrencilerin yemek alışkanlıklarının değiştirilerek; çiğ sebze,meyve, kuru yemişe özendirilmesi.	Kantin denetim ekibi ve okul idaresi
24.Ara.19	Obez öğrencilerin izlenmesi ve takibinin yapılması.	Sınıf Öğretmenleri
	Pazartesi günleri sınıflarda ilk dersin ilk 5 dakikası müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
27.Ara.19	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi

ARALIK

AYLAR	BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR	YAPILACAK ÇALIŞMALAR	UYGULAYICI
OCAK	2.Oca.20	TBM (Türkiye Bağmılılıkla Mücadele Eğitim Programı) kapsamında sağlıklı beslenme ve zararlı alışkanlıklardan uzak durma konularında etkinlik ve bilgilendirme çalışmalarını düzenlemek	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi üyelerinden İsa YILMAZ
	16.Oca.20	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi
	4.Şub.20	Pazartesi günleri sınıflarda ilk dersin ilk 5 dakikası müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
ŞUBAT	10.Şub.20	Kanser hastalığı ile ilgili pano oluşturularak kanserle mücadelelenin kavratılması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinden Demet KÖŞE
	17.Şub.20	Beslenme dosyası okul veli bilgilendirme semineri hazırlanması ve uygulanması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinden Sibel GÜNEŞ
	28.Şub.20	Yiyecek ve içecek öğretilenleri tarafından Sağlıklı Beslenme Menüsi hazırlanarak dengeli beslenmenin önemini kavratma.	Sınıf Öğretmenleri
	4.Mar.20	Pazartesi günleri sınıflarda ilk dersin ilk 5 dakikası müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
MART	4.Mar.20	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi
	11.Mar.20	Hareketli yaşam ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi anlatan seminer verilmesi.	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi Seda ÜNVER
	18.Mar.20	Okul bahçesinde fiziksel aktivite ve spor yapmayı sağlayacak oyun çizgilerinin yenilenmesi, boyanması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
	22 Mart Dünya Su Günü (23 Mart 2020)	“Hangi Yiyecek ve İçeceklerde Ne Kadar Tuz Var”konusu ile ilgili pano hazırlanması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinden Demet KÖŞE
MART	30.Mar.20	Pazartesi günleri sınıflarda ilk dersin ilk 5 dakikası müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
	30.Mar.20	Okul kantininin denetlenmesi	Okul idaresi, öğretmenler ve öğrenciler
			Kantin denetleme ekibi

AYLAR	BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR	YAPILACAK ÇALIŞMALAR	UYGULAYICI
NİSAN	1.Nis.20	Okuldaki tüm öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin 2. Defa yapılarak elde edilen istatistik sonuçların bir önceki ile karşılaştırılmasının yapılması.	Sınıf Öğretmenleri
	7 Nisan Dünya Sağlık Günü (13 Nisan 2020)	Dünya Sağlık Günü Kutlama Programı	Sınıf Öğretmenleri ve Öğrenciler
	15-22 Nisan Turizm Haftası	Turizm haftası etkinlikleri kapsamında hareketli yaşam ve fiziksel aktiviteyi destekleme konusunda sportif aktivitelerin yapılması	Okul Öğrencileri
		Pazaritesi günleri sınıflarda ilk dersin ilk 5 dakikası müzik eşliğinde sağlıklı yaşam sporu yapılması	Okul idaresi, Öğretmenler ve öğrenciler
		29.Nis.20 Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi
		4.May.20 Sağlıklı beslenme bilgilendirme afişlerinin asılması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
		8.May.20 Sağlıklı beslenme konulu resim yarışması düzenleme	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
		10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü" (11Mayıs 2020)	Öğretmen ve öğrenciler
		18.May.20 Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi
		22 Mayıs "Dünya Obezite Günü"	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinden Demet KÖSE
MAYIS	27.May.20	Okul kantininin denetlenmesi	Kantin denetleme ekibi
		Belirli gün ve hanelerin okul bünyesinde etkin bir şekilde kutlanması ve bu kapsamdaki çalışmaların okul panosunda sergilenmesi	Öğretmen ve öğrenciler
HAZİRAN		Yıl içinde yapılan çalışmaların genel değerlendirilmesinin yapılması eksiklerinin tespit edilmesi ve buna göre gelecek yıl yapılacak çalışmalarda bu eksiklerin giderilmesi.	Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibi ve okul idaresi