

T.C.
ABDURRAHİM KARAKOÇ İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi

İÇİNDEKİLER

- 1 [ANASAYFA](#)
- 2 [KAPAK](#)
- 3 [EKİP LİSTESİ](#)
- 4 [AMAÇ-HEDEFLER TABLOSU](#)
- 5 [EYLÜL](#)
- 6 [EKİM](#)
- 7 [KASIM](#)
- 8 [ARALIK](#)
- 9 [OCAK](#)
- 10 [ŞUBAT](#)
- 11 [MART](#)
- 12 [NİSAN](#)
- 13 [MAYIS](#)
- 14 [HAZİRAN](#)
- 15 [TEMMUZ](#)
- 16 [AĞUSTOS](#)

T.C.

ABDURRAHİM KARAKOÇ İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi



ABDURRAHİM KARAKOÇ
İLKOKULU
BESLENME DOSTU OKUL
PROJESİ YILLIK UYGULAMA
PLANI

2019/2020

T.C.
ABDURRAHİM KARAKOÇ İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi

Okul Sağlığı Yönetim Ekibi Listesi

S.N.	Adı Soyadı	Görevi	İmza
1	Ebru UYGUNOL	Müdür Yardımcısı	
2	Hacer Neslin SUZ	Rehberlik Öğretmeni	
3	Azime BAYDAR	Rehberlik Öğretmeni	
5	Aylin DEDE	Sınıf Öğretmeni	
6	Ayşe KÜÇÜK	Sınıf Öğretmeni	
7	Veysel ALTUN	Sınıf Öğretmeni	
8	Mehmet DENİZ	Sınıf Öğretmeni	
9	Hilal GÜLNAR	Bilişim Öğretmeni	
10	Aslıhan BAYRAKTAR	Okul A.B. Temsilci Velisi	
11	Yiğit Efe KOÇAK	Okul Öğr.Mec. Temsilci Öğrencisi	

UYGUNDUR.
/09/2019
Fikret Yalçın SELAMOĞLU
Okul Müdürü

AMAÇ-HEDEFLER TABLOSU

BÖLÜM 1 - AMAÇ:		
2019 / 2020	AMAÇ: Abdurrahim Karakoç İlkokulu olarak okulumuzda; "Beslenme Dostu Okul Projesi"nin yıl boyu uygulanabilir, sürekli devam ettirilebilir ve güncellenebilir duruma getirerek öğrencilerimizin, ailelerinin ve okulumuz çalışanlarının "Beslenme , Fiziksel Aktivite ve Hijyen" bilincini arttırarak sağlıklı nesiller yetiştirilmesini sağlamak.	
BÖLÜM 1 - HEDEFLER:		
EKİM	1- Okul Sağlığı Yönetim Ekibi Oluşturma	
	2- Beslenme dostu okul projesi planlaması yapmak.	
	3- Okul sağlığı hizmetleri konusunda tüm paydaşlarda farkındalık kazandırmak.	
	4-Okul sağlığı konusunda okulun tüm paydaşlarının projeye katılımını gerçekleştirmek.	
	KASIM	1- Beslenme dostu okul projesi kapsamında çeşitli faaliyetler düzenlemek.
		2-Dengeli ve düzenli beslenme konusunda örnek olmak; dengeli ve düzenli beslenmeyi sağlayan gıdaları belirlemek.
		3-Diyabetin önemini kavratmak.
		4- Sınıf dışında öğrencide yemek kültürü ve sofr kurallarını deneyimleyerek öğretme.
	ARALIK	1- Obezite konusunda farkındalık oluşturmak.
		2- Velileri okul sağlığı çalışmalarına etkin katmak.
		3- Öğrencilerimizin ve çalışanlarımızın Beden Kitle İndeksleri (BKİ) hesaplamak.
	OCAK	1- Öğrencilerin beslenme alışkanlıklarını düzenlemek.
2- 174 Alo gıda hattını tanıtmak.		
ŞUBAT	1- Öğrencilere Sınıf, Okul ve çevre temizliği kazandırmak.	
	2- Vücut Sağlığı ve temizliği için yapılması gerekenlerin farkına varmak.	
MART	3- Egzersiz yapmaya istekli olmak.	
	1- Düzenli uyumanın sağlığı için önemini farkederek.	
NİSAN	2- Suyun sağlık açısından önemini fark eder.	
	1- Sağlığının değerini bilir.	
MAYIS	2- Sağlıklı olmak için beslenme, uyku, spor .. Gibi faaliyetlerin önemini fark eder.	
	1- Sporsal etkinliklere katılmaya istekli olur.	
	2- Spor müsabakalarında oyun arkadaşlarına karşı saygılı davranışlar sergiler.	
	3- Atatürk'ün spora ve sporcuya verdiği değeri kavrar.	
HAZİRAN	4- Obezite konusunda farkındalık oluşturmak.	
	1- Beslenme dostu okul projesi yıllık planlamanın değerlendirmesi yapmak.	
TEMMUZ	1. Yıllık planlama kapsamında yapılan etkinliklerin son iki yıllık planlamasını karşılaştırmak.	
AĞUSTOS	1. Okulun ilgili alan ve bölümlerinin detaylı temizlik ve bakım çalışmalarının yapılması sağlamak.	
EYLÜL	Okul Sağlığı Yönetim Ekibi Oluşturma/Güncelleme Çalışmaları.	
	Beslenme Dostu Okul Yıllık Plan Güncelleme yapılacaktır.	
	27 Eylül Dünya Süt Günü konulu öğretmenlere broşür dağıtılacaktır.	

UYGUNDUR.

..../09/2019

Fikret Yalçın SELAMOĞLU

OKUL MÜDÜRÜ

T.C.
ABDURRAHİM KARAKOÇ İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi

EK-4 : BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: Abdurrahim Karakoç İlkokulu olarak okulumuzda; "Beslenme Dostu Okul Projesi"nin yıl boyu uygulanabilir, sürekli devam ettirilebilir ve güncellenebilir duruma getirerek öğrencilerimizin , ailelerinin ve okulumuz çalışanlarının "Beslenme , Fiziksel Aktivite ve Hijyen" bilincini arttırarak sağlıklı nesiller yetiştirilmesini sağlamak.

EYLÜL

HEDEFLER :

- 1- Okul Sağlığı Yönetim Ekibi oluşturmak.
- 2- Beslenme dostu okul projesini sürekli güncel tutmak.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME	UYGULAYICI
		EVET	HAYIR		
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi Oluşturma/Güncelleme Çalışmaları.	.EYLÜL 2019.				F. Yalçın SELAMOĞLU Ebru UYGUNOL
Beslenme Dostu Okul Yıllık Plan Güncellemesi	.EYLÜL 2019.				Hacer Neslin SUZ Azime BAYDAR
27 Eylül Dünya Süt Günü. Sınıf öğretmenlerine süt broşürünün veliler ile paylaşılması	.EYLÜL 2019.				Ebru UYGUNOL Sınıf Öğretmenleri

Ebru UYGUNOL
MDR YRD

Hacer Neslin SUZ
REHBER ÖĞRT

Aylin DEDE
SNF ÖĞRT

Azime BAYDAR
REHBER ÖĞRT

Mehmet DENİZ
SNF ÖĞRT

Ayşe KÜÇÜK
SNF ÖĞRT

Aslıhan BAYRAKTAR
OAB BAŞK

Veysel ALTUN
SNF ÖĞRT

Hilal GÜLNAR
FBT ÖĞRT

Yiğit Efe KOÇAK
ÖĞRENCİ

T.C.
ABDURRAHİM KARAKOÇ İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi

EK-4 : BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: Abdurrahim Karakoç İlkokulu olarak okulumuzda; "Beslenme Dostu Okul Projesi"nin yıl boyu uygulanabilir, sürekli devam ettirilebilir ve güncellenebilir duruma getirerek öğrencilerimizin , ailelerinin ve okulumuz çalışanlarının "Beslenme, Fiziksel Aktivite ve Hijyen" bilincini arttırarak sağlıklı nesiller yetiştirilmesini sağlamak.

EKİM

HEDEFLER :

- 1- Sağlıklı besinlere örnekler vermek.
- 2- Beslenme dostu okul projesi planlaması yapmak.
- 3- Okul sağlığı hizmetleri konusunda tüm paydaşlarda farkındalık kazandırmak.
- 4-Okul sağlığı konusunda okulun tüm paydaşlarının projeye katılımını gerçekleştirmek.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME	UYGULAYICI
		EVET	HAYIR		
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi Yıllık Plan Oluşturma/güncelleme yapılması	.Ekim 2019.				Neslin SUZ Azime BAYDAR
Okul Sağlığı Panosu hazırlanması/güncelleme çalışmalarını yapılması	.Ekim 2019.				Aylin DEDE
Okul WEB sitesinde sayfa açılması ve güncellenmesinin yapılması	.Ekim 2019.				Hilal GÜLNAR
Haftanın her günü 1.dersin ilk 5 dakikası öğrencilerin müzik eşliğinde Sınıf Öğretmeni rehberliğinde sağlıklı yaşam egzersizleri yapılacak.(Nefes, Gevşeme, Esneme)	.Ekim 2019.				Sınıf Öğretmenleri
Beslenme menüsünde meyve, kuruyemiş , sağlıklı atıştırmalık bulunması	.Ekim 2019.				Veliler
Sınıflarda sağlıklı beslenme, hareketli yaşam ve hijyen konulu etkinlik yapılması(ebadan video izlenmesi, afiş, broşür veya poster hazırlanarak panolara asılması)	.Ekim 2019.				Sınıf Öğretmenleri
3-4 Ekim Dünya Yürüyüş Günü etkinlikleri 15 Ekim Dünya El Yıkama Günü etkinlikleri Ekim Dünya Gıda Günü etkinlikleri	.Ekim 2019.				Sınıf Öğretmenleri, Öğrenciler ve Veliler

**Ebru UYGUNOL
MDR YRD**

**Hacer Neslin SUZ
REHBER ÖĞRT**

**Aylin DEDE
SNF ÖĞRT**

**Azime BAYDAR
REHBER ÖĞRT**

**Mehmet DENİZ
SNF ÖĞRT**

**Ayşe KÜÇÜK
SNF ÖĞRT**

**Aslıhan BAYRAKTAR
OAB BAŞK**

**Veysel ALTUN
SNF ÖĞRT**

**Hilal GÜLNAR
FBT ÖĞRT**

**Yiğit Efe KOÇAK
ÖĞRENCİ**

T.C.
ABDURRAHİM KARAKOÇ İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi

EK-4 : BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: Abdurrahim Karakoç İlkokulu olarak okulumuzda; "Beslenme Dostu Okul Projesi"nin yıl boyu uygulanabilir, sürekli devam ettirilebilir ve güncellenebilir duruma getirerek öğrencilerimizin , ailelerinin ve okulumuz çalışanlarının "Beslenme, Fiziksel Aktivite ve Hijyen" bilincini arttırarak sağlıklı nesiller yetiştirilmesini sağlamak.

KASIM

HEDEFLER :

- 1- Beslenme dostu okul projesi kapsamında çeşitli faaliyetler düzenlemek.
- 2-Dengeli ve düzenli beslenme konusunda örnek olmak; dengeli ve düzenli beslenmeyi sağlayan gıdaları belirlemek.
- 3-Diyabet konusunda farkındalık oluşturmak.
- 4- Sınıf dışında öğrencide yemek kültürü ve sofr kurallarını deneyimleyerek öğretme.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME	UYGULAYICI
		EVET	HAYIR		
Sınıf veli toplantısında gündem maddesi olarak "Sağlıklı beslenme" maddesinin eklenmesi	.Kasım 2019.				Sınıf Öğretmenleri
https://hsgm.saglik.gov.tr/beslenmehareket-anasayfa.html sayfasından "ÖĞRENCİLER İÇİN ÇOCUKLUK VE ERGENLİK ÇAĞI DİYABETİ"konulu sunu dosyasının Öğretmen ve Veliler tarafından öğrencilerimizle paylaşılması	.Kasım 2019.				Sınıf Öğretmenleri ve Veliler
Veli tarafından, öğrencimize "Ellerimizi Nasıl Yıkamalıyız" görselinin evde uygulanması (whatsapp grubundan el yıkama görselinin paylaşılması)	.Kasım 2019.				Veliler
Öğretmenlerimize Nefes Egzersizleri konusunda eğitim verilmesi (Nefes Farkındalık Semineri)	Kasım 2019.				Rehberlik Servisi
Haftanın her günü 1.dersin ilk 5 dakikası öğrencilerin müzik eşliğinde Sınıf Öğretmeni rehberliğinde sağlıklı yaşam egzersizleri yapılması.(Nefes, Gevşeme, Esneme)	.Kasım 2019.				Sınıf Öğretmenleri ve Öğrenciler
Ayın Beslenme Dostu Sınıf Etkinliğinin Yapılması: (Salata, sandviç, turşu, yoğurt yapımı v.b.)	.Kasım 2019.				Sınıf Öğretmenleri ve Öğrenciler
Beslenme menüsünde meyve, kuruyemiş , sağlıklı atıştırmalık bulunması	Kasım 2019.				Veliler
Fiziksel Etkinlikler derslerinde çember , top, sek sek oynama, halat çekme, ip atlama vb. oyunlara yer verilmesi,	Kasım 2019.				Sınıf Öğretmenleri ve Öğrenciler
Ay boyunca her hafta Veli Katılımlı etkinlik (Okula yürüyerek gelme, pazara gitme, asansör kullanmayıp merdiven çıkma v.b)	.Kasım 2019.				Sınıf Öğretmenleri, Öğrenciler ve Veliler
Okul WEB sitesinde sayfa güncellenmesinin yapılması	.Kasım 2019.				Hilal GÜLNAR
Okul kantininin denetlenmesi.	.Kasım 2019.				Kantin Denetim Ekibi
14 Kasım Dünya Diyabet Günü 18-24 Kasım Ağız ve Diş Sağlığı Haftası 24 Kasım Çocuk Hakları Günü ve Öğretmenler Günü	.Kasım 2019.				Ebru Uygunol Sınıf Öğretmenleri

Ebru UYGUNOL
MDR YRD

Hacer Neslin SUZ
REHBER ÖĞRT

Aylin DEDE
SNF ÖĞRT

Azime BAYDAR
REHBER ÖĞRT

Mehmet DENİZ
SNF ÖĞRT

Ayşe KÜÇÜK
SNF ÖĞRT

Aslıhan BAYRAKTAR
OAB BAŞK

Veysel ALTUN
SNF ÖĞRT

Hilal GÜLNAR
FBT ÖĞRT

Yiğit Efe KOÇAK
ÖĞRENCİ

T.C.
ABDURRAHİM KARAKOÇ İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi

EK-4 : BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: Abdurrahim Karakoç İlkokulu olarak okulumuzda; "Beslenme Dostu Okul Projesi"nin yıl boyu uygulanabilir, sürekli devam ettirilebilir ve güncellenebilir duruma getirerek öğrencilerimizin , ailelerinin ve okulumuz çalışanlarının "Beslenme, Fiziksel Aktivite ve Hijyen" bilincini arttırarak sağlıklı nesiller yetiştirilmesini sağlamak.

ARALIK

HEDEFLER :

- 1- Obezite konusunda farkındalık oluşturmak.
- 2- Velileri okul sağlığı çalışmalarına etkin katmak.
- 3.Öğrencilerin BKİ (Beden Kitle İndeksleri) hesaplanacaktır. Bu hesaplamalar sırasında alınan veriler e-Okul bilgi sistemine işlenecektir.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME	UYGULAYICI
		EVET	HAYIR		
Obezite konusunda okul panosu hazırlanması.	.Aralık 2019.				Aylin DEDE Mehmet DENİZ
https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/beslenmehareket-anasayfa.html sayfasından "OBEZİTE "konulu Öğrenci ve Öğretmen sunuların Öğretmen, Öğrenci ve Veliler tarafından izlenmesi	.Aralık 2019.				Sınıf Öğretmeni, Öğrenciler ve Veliler
"Bilinçli Gıda Tüketimi" adlı broşürün Veliler ile Paylaşılması	.Aralık 2019.				Sınıf Öğretmeni
Öğrencilerin BKİ (Beden Kitle İndeksleri) hesaplanacaktır.	.Aralık 2019.				Sınıf Öğretmeni Veliler
Haftanın her günü 1.dersin ilk 5 dakikası öğrencilerin müzik eşliğinde Sınıf Öğretmeni rehberliğinde sağlıklı yaşam egzersizleri yapılacak.(Nefes, Gevşeme, Esneme)	.Aralık 2019.				Sınıf Öğretmeni Öğrenciler
Okulumuzda hazırlanan Yemek Alanında beslenmenin yapılması (ilgili takvim doğrultusunda)	.Aralık 2019.				Ebru UYGUNOL Sınıf Öğretmeni Öğrenciler
<i>Ayın Beslenme Dostu Sınıf Etkinliğinin Yapılması: (Salata, sandviç, turşu, yoğurt yapımı v.b.)</i>	.Aralık 2019.				Sınıf Öğretmeni Öğrenciler
Ay boyunca her hafta Veli Katılımlı etkinlik (Okula yürüyerek gelme, pazara gitme, asansör kullanmayıp merdiven çıkma v.b)	.Aralık 2019.				Veliler Öğrenciler
Temiz okul, Temiz Sınıf kapsamında ayın temiz sınıfının seçilmesi (Seçilen Sınıfta bir hafta "Temiz Sınıf" sertifikası asılı kalacak.)	.Aralık 2019.				Ebru UYGUNOL Ayşe KÜÇÜK Veynel ALTUN Mehmet DENİZ
Okul kantininin denetlenmesi.	.Aralık 2019.				Kantin Denetim Ekibi
12-18 Aralık Tutum, Yatırım ve Yerli Malı Haftası	.Aralık 2019.				Sınıf Öğretmenleri

Ebru UYGUNOL
MDR YRD

Hacer Neslin SUZ
REHBER ÖĞRT

Aylin DEDE
SNF ÖĞRT

Azime BAYDAR
REHBER ÖĞRT

Mehmet DENİZ
SNF ÖĞRT

Ayşe KÜÇÜK
SNF ÖĞRT

Aslıhan BAYRAKTAR
OAB BAŞK

Veynel ALTUN
SNF ÖĞRT

Hilal GÜLNAR
FBT ÖĞRT

Yiğit Efe KOÇAK
ÖĞRENCİ

T.C.
ABDURRAHİM KARAKOÇ İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi

EK-4 : BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: Abdurrahim Karakoç İlkokulu olarak okulumuzda; "Beslenme Dostu Okul Projesi"nin yıl boyu uygulanabilir, sürekli devam ettirilebilir ve güncellenebilir duruma getirerek öğrencilerimizin , ailelerinin ve okulumuz çalışanlarının "Beslenme, Fiziksel Aktivite ve Hijyen" bilincini arttırarak sağlıklı nesiller yetiştirilmesini sağlamak.

OCAK

HEDEFLER :

- 1- Öğrencilerin beslenme alışkanlıklarını düzenlemek.
- 2- 174 Alo gıda hattını tanıtmak.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME	UYGULAYICI
		EVET	HAYIR		
www.alo174.gov.tr adresinden Alo Gıda hattının Amaç ve hedefleri tartışılarak; tanıtımı yapılacaktır.	.Ocak 2020.				Sınıf Öğretmenleri
Beslenme Dostu Okul Panosunun güncellenmesi	.Ocak 2020.				Aylin DEDE
Haftanın her günü 1.dersin ilk 5 dakikası öğrencilerin müzik eşliğinde Sınıf Öğretmeni rehberliğinde sağlıklı yaşam egzersizleri yapılacak.(Nefes, Gevşeme, Esneme)	.Ocak 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Ayın Beslenme Dostu Sınıf Etkinliğinin Yapılması: (Salata, sandviç, turşu, yoğurt yapımı v.b.)	.Ocak 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Okulumuzda hazırlanan Yemek Alanında beslenmenin yapılması (ilgili takvim doğrultusunda)	.Ocak 2020.				Ebru UYGUNOL Sınıf Öğretmeni Öğrenciler
Fiziksel Etkinlikler derslerinde çember , top, sek sek oynama, halat çekme, ip atlama vb. oyunlara yer verilmesi,	.Ocak 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Ay boyunca her hafta Veli Katımlı etkinlik (Okula yürüyerek gelme, pazara gitme, asansör kullanmayıp merdiven çıkma v.b)	.Ocak 2020.				Sınıf Öğretmeni Öğrenciler Veliler
Temiz okul, Temiz Sınıf kapsamında ayın temiz sınıfının seçilmesi (Seçilen Sınıfta bir hafta "Temiz Sınıf" sertifikası asılı kalacak.)	.Ocak 2020.				Ebru UYGUNOL Ayşe KÜÇÜK Veysel ALTUN Mehmet DENİZ
Okul WEB sitesinde sayfa güncellenmesinin yapılması	.Ocak 2020.				Hilal GÜLNAR
Okul kantininin denetlenmesi.	.Ocak 2020.				Kantin Denetim Ekibi

**Ebru UYGUNOL
MDR YRD**

**Hacer Neslin SUZ
REHBER ÖĞRT**

**Aylin DEDE
SNF ÖĞRT**

**Azime BAYDAR
REHBER ÖĞRT**

**Mehmet DENİZ
SNF ÖĞRT**

**Ayşe KÜÇÜK
SNF ÖĞRT**

**Aslıhan BAYRAKTAR
OAB BAŞK**

**Veysel ALTUN
SNF ÖĞRT**

**Hilal GÜLNAR
FBT ÖĞRT**

**Yiğit Efe KOÇAK
ÖĞRENCİ**

T.C.
ABDURRAHİM KARAKOÇ İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi

EK-4 : BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: Abdurrahim Karakoç İlkokulu olarak okulumuzda; "Beslenme Dostu Okul Projesi"nin yıl boyu uygulanabilir, sürekli devam ettirilebilir ve güncellenebilir duruma getirerek öğrencilerimizin , ailelerinin ve okulumuz çalışanlarının "Beslenme, Fiziksel Aktivite ve Hijyen" bilincini arttırarak sağlıklı nesiller yetiştirilmesini sağlamak.

ŞUBAT

HEDEFLER :

- 1- Öğrencilere Sınıf, Okul ve çevre temizliği kazandırmak.
- 2- Vücut Sağlığı ve temizliği için yapılması gerekenlerin farkına varmak.
- 3- Egzersiz yapmaya istekli olmak.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME	UYGULAYICI
		EVET	HAYIR		
"Ellerimizi Nasıl Yıkamalıyız" etkinliğinin yapılması	.Şubat 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler Veliler
Haftanın her günü 1.dersin ilk 5 dakikası öğrencilerin müzik eşliğinde Sınıf Öğretmeni rehberliğinde sağlıklı yaşam egzersizleri yapılacaktır.(Nefes, Gevşeme, Esneme) ÖRNEKLER EKTEDİR	.Şubat 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Ayın Beslenme Dostu Sınıf Etkinliğinin Yapılması: (Salata, sandviç, turşu, yoğurt yapımı v.b.)	.Şubat 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Okulumuzda hazırlanan Yemek Alanında beslenmenin yapılması (ilgili takvim doğrultusunda)	.Şubat 2020.				Ebru UYGUNOL Sınıf Öğretmeni Öğrenciler
Fiziksel Etkinlikler derslerinde çember , top, sek sek oynama, halat çekme, ip atlama vb. oyunlara yer verilmesi,	.Şubat 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Ay boyunca her hafta Veli Katımlı etkinlik (Okula yürüyerek gelme, pazara gitme, asansör kullanmayıp merdiven çıkma v.b)	.Şubat 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler Veliler
Temiz okul, Temiz Sınıf kapsamında ayın temiz sınıfının seçilmesi (Seçilen Sınıfta bir hafta "Temiz Sınıf" sertifikası asılı kalacak.)	.Şubat 2020.				Ebru UYGUNOL Ayşe KÜÇÜK Veyssel ALTUN Mehmet DENİZ
Okul WEB sitesinde sayfa güncellenmesini yapılması	.Şubat 2020.				Hilal GÜLNAR
Okul kantininin denetlenmesi.	.Şubat 2020.				Kantin Denetim Ekibi

**Ebru UYGUNOL
MDR YRD**

**Hacer Neslin SUZ
REHBER ÖĞRT**

**Aylin DEDE
SNF ÖĞRT**

**Azime BAYDAR
REHBER ÖĞRT**

**Mehmet DENİZ
SNF ÖĞRT**

**Ayşe KÜÇÜK
SNF ÖĞRT**

**Aslıhan BAYRAKTAR
OAB BAŞK**

**Veyssel ALTUN
SNF ÖĞRT**

**Hilal GÜLNAR
FBT ÖĞRT**

**Yiğit Efe KOÇAK
ÖĞRENCİ**

T.C.
ABDURRAHİM KARAKOÇ İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi

EK-4 : BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: Abdurrahim Karakoç İlkokulu olarak okulumuzda; "Beslenme Dostu Okul Projesi"nin yıl boyu uygulanabilir, sürekli devam ettirilebilir ve güncellenebilir duruma getirerek öğrencilerimizin , ailelerinin ve okulumuz çalışanlarının "Beslenme, Fiziksel Aktivite ve Hijyen" bilincini arttırarak sağlıklı nesiller yetiştirilmesini sağlamak.

MART

HEDEFLER :

- 2- Düzenli uyumanın sağlığı için önemini farkederek.
- 3- Suyun sağlık açısından önemini fark eder.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME	UYGULAYICI
		EVET	HAYIR		
Sınıflarda sağlıklı yaşam için yapılması gerekenler konulu (beslenme, uyku, egzersiz...) şiir, öykü, afiş ve slogan hazırlanması ve koridor panolarında sergilenmesi	.Mart 2020.				Sınıf Öğretmenleri Aylin DEDE Mehmet DENİZ
Su ve Tuz konulu bilgilendirme çalışmalarının yapılması	.Mart 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Haftanın her günü 1.dersin ilk 5 dakikası öğrencilerin müzik eşliğinde Sınıf Öğretmeni rehberliğinde sağlıklı yaşam egzersizleri yapılacak.(Nefes, Gevşeme, Esneme)	.Mart 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler Veliler
Ayın Beslenme Dostu Sınıf Etkinliğinin Yapılması: (Salata, sandviç, turşu, yoğurt yapımı v.b.)	.Mart 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler Veliler
Okulumuzda hazırlanan Yemek Alanında beslenmenin yapılması (ilgili takvim doğrultusunda)	.Mart 2020.				Ebru UYGUNOL Sınıf Öğretmeni Öğrenciler
Beslenme menüsünde meyve, kuruyemiş , sağlıklı atıştırmalık bulunması	.Mart 2020.				Veliler
Fiziksel Etkinlikler derslerinde çember , top, sek sek oynama, halat çekme, ip atlama vb. oyunlara yer verilmesi,	.Mart 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler Veliler
Ay boyunca her hafta Veli Katımlı etkinlik (Okula yürüyerek gelme, pazara gitme, asansör kullanmayıp merdiven çıkma v.b)	.Mart 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler Veliler
Temiz okul, Temiz Sınıf kapsamında ayın temiz sınıfının seçilmesi (Seçilen Sınıfta bir hafta "Temiz Sınıf" sertifikası aslı kalacak.)	.Mart 2020.				Ebru UYGUNOL Ayşe KÜÇÜK Veynel ALTUN Mehmet DENİZ
Okul kantininin denetlenmesi.	.Mart 2020.				Kantin Denetim Ekibi
11-17 Mart Dünya Tuza Dikkat Haftası 22 Mart Dünya Su Günü	.Mart 2020.				Ebru UYGUNOL Sınıf Öğretmenleri

Ebru UYGUNOL
MDR YRD

Hacer Neslin SUZ
REHBER ÖĞRT

Aylin DEDE
SNF ÖĞRT

Azime BAYDAR
REHBER ÖĞRT

Mehmet DENİZ
SNF ÖĞRT

Ayşe KÜÇÜK
SNF ÖĞRT

Aslıhan BAYRAKTAR
OAB BAŞK

Veynel ALTUN
SNF ÖĞRT

Hilal GÜLNAR
FBT ÖĞRT

Yiğit Efe KOÇAK
ÖĞRENCİ

T.C.
ABDURRAHİM KARAKOÇ İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi

EK-4 : BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: Abdurrahim Karakoç İlkokulu olarak okulumuzda; "Beslenme Dostu Okul Projesi"nin yıl boyu uygulanabilir, sürekli devam ettirilebilir ve güncellenebilir duruma getirerek öğrencilerimizin , ailelerinin ve okulumuz çalışanlarının "Beslenme, Fiziksel Aktivite ve Hijyen" bilincini arttırarak sağlıklı nesiller yetiştirilmesini sağlamak.

NISAN

HEDEFLER :

- 1- Sağlığının değerini bilir.
- 2- Sağlıklı olmak için beslenme, uyku, spor .. Gibi faaliyetlerin önemini fark eder.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME	UYGULAYICI
		EVET	HAYIR		
Sınıflarda Sağlıklı Beslenme , Fiziksel Aktivite ve Hijyen konulu oyun etkinliğinin yapılması	.Nisan 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Haftanın her günü 1.dersin ilk 5 dakikası öğrencilerin müzik eşliğinde Sınıf Öğretmeni rehberliğinde sağlıklı yaşam egzersizleri yapılacak.(Nefes, Gevşeme, Esneme)	.Nisan 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Ayın Beslenme Dostu Sınıf Etkinliğinin Yapılması: (Salata, sandviç, turşu, yoğurt yapımı v.b.)	.Nisan 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Okulumuzda hazırlanan Yemek Alanında beslenmenin yapılması (ilgili takvim doğrultusunda)	.Nisan 2020.				Ebru UYGUNOL Sınıf Öğretmeni Öğrenciler
Fiziksel Etkinlikler derslerinde çember , top, sek sek oynama, halat çekme, ip atlama vb. oyunlara yer verilmesi,	.Nisan 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Ay boyunca her hafta Veli Katımlı etkinlik (Okula yürüyerek gelme, pazara gitme, asansör kullanmayıp merdiven çıkma)	.Nisan 2020.				Sınıf Öğretmeni Öğrenciler Veliler
Temiz okul, Temiz Sınıf kapsamında ayın temiz sınıfının seçilmesi (Seçilen Sınıfta bir hafta "Temiz Sınıf" sertifikası asılı kalacak.)	.Nisan 2020.				Ebru UYGUNOL Ayşe KÜÇÜK Veysel ALTUN Mehmet DENİZ
Okul kantininin denetlenmesi.	.Nisan 2020.				Kantin Denetim Ekibi
7 Nisan Dünya Sağlık Günü 7-13 Dünya sağlık haftası 15 Nisan Büyümenin İzlenmesi Günü 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı	.Nisan 2020.				Ebru UYGUNOL Sınıf Öğretmenleri

Ebru UYGUNOL
MDR YRD

Hacer Neslin SUZ
REHBER ÖĞRT

Aylin DEDE
SNF ÖĞRT

Azime BAYDAR
REHBER ÖĞRT

Mehmet DENİZ
SNF ÖĞRT

Ayşe KÜÇÜK
SNF ÖĞRT

Aslıhan BAYRAKTAR
OAB BAŞK

Veysel ALTUN
SNF ÖĞRT

Hilal GÜLNAR
FBT ÖĞRT

Yiğit Efe KOÇAK
ÖĞRENCİ

T.C.
ABDURRAHİM KARAKOÇ İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi

EK-4 : BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: Abdurrahim Karakoç İlkokulu olarak okulumuzda; "Beslenme Dostu Okul Projesi"nin yıl boyu uygulanabilir, sürekli devam ettirilebilir ve güncellenebilir duruma getirerek öğrencilerimizin , ailelerinin ve okulumuz çalışanlarının "Beslenme, Fiziksel Aktivite ve Hijyen" bilincini arttırarak sağlıklı nesiller yetiştirilmesini sağlamak.

MAYIS

HEDEFLER :

- 1- Sporsal etkinliklere katılmaya istekli olur.
- 2- Spor müsabakalarında oyun arkadaşlarına karşı saygılı davranışlar sergiler.
- 3- Atatürk'ün spora ve sporcuya verdiği değeri kavrar.
- 4- Obezite konusunda farkındalık oluşturmak.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME	UYGULAYICI
		EVET	HAYIR		
Sınıflar arası sporsal faaliyetler (çeşitli oyunlar, yarışmalar)	.Mayıs 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Sınıflarda obezite konulu eba içerikten videolar izlenecektir.	.Mayıs 2020.				Veliler Öğrenciler
Atatürk'ün spora verdiği değeri anlatan söz, yazı ve anıları okul panosunda sergilenmesi	.Mayıs 2020.				Aylin DEDE Mehmet DENİZ
Haftanın her günü 1.dersin ilk 5 dakikası öğrencilerin müzik eşliğinde Sınıf Öğretmeni rehberliğinde sağlıklı yaşam egzersizleri yapılacaktır.(Nefes, Gevşeme, Esneme)	.Mayıs 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Beslenme Dostu gezi, piknik, açık alan vb.aktiviteleri	.Mayıs 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler Veliler
Okulumuzda hazırlanan Yemek Alanında beslenmenin yapılması (ilgili takvim doğrultusunda)	.Nisan 2020.				Ebru UYGUNOL Sınıf Öğretmeni Öğrenciler
Fiziksel Etkinlikler derslerinde çember , top, sek sek oynama, halat çekme, ip atlama vb. oyunlara yer verilmesi,	.Mayıs 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Temiz okul, Temiz Sınıf kapsamında ayın temiz sınıfının seçilmesi (Seçilen Sınıfta bir hafta "Temiz Sınıf" sertifikası asılı kalacak.)	.Mayıs 2020.				Ebru UYGUNOL Ayşe KÜÇÜK Veysel ALTUN Mehmet DENİZ
Okul kantininin denetlenmesi.	.Mayıs 2020.				Kantin Denetim Ekibi
10 Mayıs Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü 22 Mayıs Dünya Obezite Günü	.Mayıs 2020.				Ebru UYGUNOL Sınıf Öğretmenleri

Ebru UYGUNOL
MDR YRD

Hacer Neslin SUZ
REHBER ÖĞRT

Aylin DEDE
SNF ÖĞRT

Azime BAYDAR
REHBER ÖĞRT

Mehmet DENİZ
SNF ÖĞRT

Ayşe KÜÇÜK
SNF ÖĞRT

Aslıhan BAYRAKTAR
OAB BAŞK

Veysel ALTUN
SNF ÖĞRT

Hilal GÜLNAR
FBT ÖĞRT

Yiğit Efe KOÇAK
ÖĞRENCİ

T.C.
ABDURRAHİM KARAKOÇ İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ
Okul Sağlığı Yönetim Ekibi

EK-4 : BESLENME DOSTU OKUL PLANI

AMAÇ: Abdurrahim Karakoç İlkokulu olarak okulumuzda; "Beslenme Dostu Okul Projesi"nin yıl boyu uygulanabilir, sürekli devam ettirilebilir ve güncellenebilir duruma getirerek öğrencilerimizin , ailelerinin ve okulumuz çalışanlarının "Beslenme, Fiziksel Aktivite ve Hijyen" bilincini arttırarak sağlıklı nesiller yetiştirilmesini sağlamak.

HAZİRAN

HEDEFLER :

1- Beslenme dostu okul projesi yıllık planlamanın değerlendirmesi yapmak.

ETKİNLİKLER ve İZLEME-DEĞERLENDİRME

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME	UYGULAYICI
		EVET	HAYIR		
Haftanın her günü 1.dersin ilk 5 dakikası öğrencilerin müzik eşliğinde Sınıf Öğretmeni rehberliğinde sağlıklı yaşam egzersizleri yapılacak.(Nefes, Gevşeme, Esneme)	.Haziran 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Beslenme Dostu gezi, piknik, açık alan vb.aktiviteleri	.Haziran 2020.				Sınıf Öğretmeni Öğrenciler Veliler
Okulumuzda hazırlanan Yemek Alanında beslenmenin yapılması (ilgili takvim doğrultusunda)	.Haziran 2020.				Ebru UYGUNOL Sınıf Öğretmeni Öğrenciler
Beslenme menüsünde meyve, kuruyemiş , sağlıklı atıştırmalık bulunması	.Haziran 2020.				Veliler
Fiziksel Etkinlikler derslerinde çember , top, sek sek oynama, halat çekme, ip atlama vb. oyunlara yer verilmesi,	.Haziran 2020.				Sınıf Öğretmenleri Öğrenciler
Ay boyunca herhafta Veli Katımlı etkinlik (Okula yürüyerek gelme, pazara gitme, asansör kullanmayıp merdiven çıkma v.b)	.Haziran 2020.				Sınıf Öğretmeni Öğrenciler Veliler
Temiz okul, Temiz Sınıf kapsamında ayın temiz sınıfının seçilmesi (Seçilen Sınıfta bir hafta "Temiz Sınıf" sertifikası asılı kalacak.)	.Haziran 2020.				Ebru UYGUNOL Ayşe KÜÇÜK Veysel ALTUN Mehmet DENİZ
Okul WEB sitesinde sayfa güncellenmesini yapılması	.Haziran 2020.				Hilal GÜLNAR
Okul kantininin denetlenmesi.	.Haziran 2020.				Kantin Denetim Ekibi
Beslenme dostu okul projesi kapsamında okul yıllık planının değerlendirmesi.	.Haziran 2020.				Proje Ekibi

**Ebru UYGUNOL
MDR YRD**

**Hacer Neslin SUZ
REHBER ÖĞRT**

**Aylin DEDE
SNF ÖĞRT**

**Azime BAYDAR
REHBER ÖĞRT**

**Mehmet DENİZ
SNF ÖĞRT**

**Ayşe KÜÇÜK
SNF ÖĞRT**

**Aslıhan BAYRAKTAR
OAB BAŞK**

**Veysel ALTUN
SNF ÖĞRT**

**Hilal GÜLNAR
FBT ÖĞRT**

**Yiğit Efe KOÇAK
ÖĞRENCİ**