

**YUKARISOKU ORTAOKULU 2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması	Ekim 2019			
Beslenme Dostu Okul Yıllık Planının hazırlanması	Ekim 2019			
15 Ekim "Dünya El Yıkama Günü" nedeniyle Okul tuvaletlerinde ve sınıflarda çocukların görebilecekleri yerlere "Doğru El Yıkama Teknikleri" ni gösteren şemaların asılması.	Ekim 2019			
15 Ekim "Dünya El Yıkama Günü" kapsamında "El Hijyeni" Konulu Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun oluşturulması.	Ekim 2019			
Okul Kantinini Ekim Ayı "Okul Kantini Denetim Formu" kullanılarak Kantin Denetleme Komisyonu tarafından denetlenmesi.	Ekim 2019			

**YUKARISOKU ORTAOKULU 2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Okulumuzda hareketli yaşamı teşvik için " <b>Futbol Kurs</b> " larının açılmasının ve okul öğrencilerinin bu kurslara katılımının sağlanması.	<b>Ekim 2019</b>			
Beslenme Dostu Okul Projesi hakkında öğrenci ve velilerin bilgilendirilmesi.	<b>Kasım 2019</b>			
<b>18-24 Kasım "Ağız ve Diş Sağlığı Haftası"</b> kapsamında " <b>Ağız ve Diş Sağlığı</b> " konulu Beslenme Dostu Bilgilendirme Panosunun güncellenmesi.	<b>Kasım 2019</b>			
Okulun internet sayfasında " <b>Beslenme Köşesi</b> " nin oluşturulması ve sürekli güncellenmesi.	<b>Kasım 2019</b>			
Öğrenci, okul çalışanları ve velilere yönelik sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamı destekleyen mesajlar içeren poster, afiş, broşürler vb. materyallerin okul içi uygun yerlerde sergilenmesi.	<b>Kasım 2019</b>			

**YUKARISOKU ORTAOKULU 2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
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.	Kasım 2019			
"20 Kasım Çocuk Hakları" gününde tüm sınıflarda sınıf öğretmenleri tarafından öğrencilerin hakları konusunda bilgilendirilmesi.	Kasım 2019			
Ara tatilde fiziksel aktiviteler yapmaları konusunda öğrencilere yönlendirme çalışmaları yapılması	Kasım 2019			
Okulda öğrencilerin oyun ve fiziki etkinlikler derslerinde kullanacakları spor malzemelerinin temin edilmesi	Kasım 2019			
Dünya diyabet günü nedeniyle Okulda Diyabet Programı Eğitim Platformu CD içeriğinin tüm sınıflarda izletilmesi ve 14 Kasım Dünya Diyabet Günü ile ilgili farkındalık oluşturmak için okul panosu hazırlanması.	Kasım 2019			
Okul Kantininin -Kasım Ayı- "Okul Kantini Denetim Formu" kullanılarak Kantin Denetleme komisyonu tarafından denetlenmesi.	Kasım 2019			

**YUKARISOKU ORTAOKULU 2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Okulun internet sayfasında beslenme köşesinin güncellenmesi.	Kasım 2019			
Okulumuzun bütün sınıflarında <b>Yerli Malı Haftasının</b> Sağlıklı Besinlerle kutlanması.	Aralık 2019			
Okulumuz öğretmen, öğrenci ve velilerine Sağlık Bakanlığı tarafından hazırlanan <b>Sağlıklı büyüme ve gelişme ve yeterli ve dengeli beslenme konularını içeren mektupların</b> dağıtılması.	Aralık 2019			
Teneffüs saatlerinde sağlıklı beslenme, kişisel hijyen ve hareketli yaşam konularında çocuk şarkılarının yayınlanarak, öğrencilerin hem şarkıları öğrenmeleri hem de dans etmelerinin sağlanması.	Aralık 2019			
Okul Kantininin -Aralık- " <b>Okul Kantini Denetim Formu</b> " kullanılarak Kantin Denetleme komisyonu tarafından denetlenmesi.	Aralık 2019			
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi.( <b>Sebze ve meyveleri tanıyoruz</b> )	Aralık 2019			

**YUKARISOKU ORTAOKULU 2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Refika Baysal Toplum Sağlığı Merkezi tarafından “Bilinçli İnternet Kullanımı” konulu eğitim verilmesi.	Aralık 2019			
12-18 Aralık Tutum, Yatırım ve Yerli Malı Haftası Panosunun hazırlanması.	Aralık 2019			
12-18 Aralık Tutum, Yatırım ve Yerli Malı Haftası münasebetiyle “Meyve Dağıtım Günü” etkinliğinin başlatılması. Etkinlik kapsamında mevsim meyvesi dağıtımı. (Mandalina)	Aralık 2019			
Refika Baysal Toplum Sağlığı Merkezi tarafından “Sağlıklı Beslenme ve Obezite” konulu eğitim verilmesi.	Ocak 2020			
Hareketli yaşamın teşviki ve okul bahçesinin öğrencilerin oyun ihtiyacına cevap vermesini sağlaması için okul bahçesinde <b>oyun alanlarının oluşturulması</b> .(Sek sek, voleybol, basketbol, futbol, köşe kapmaca, mendil kapmaca, 9 taş alanlarının çizilmesi)	Ocak 2020			

**YUKARISOKU ORTAOKULU 2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Sağlıklı sebzeleri çimlendiriyoruz etkinliğinin yapılarak, öğrencilerin yedikleri sebze ve tahılların nasıl yetiştiğini bizzat görmelerinin sağlanması.	Ocak 2020			
Çocuk ve gençlerin zararlı alışkanlıklara karşı bilinçli bir şekilde yetişmelerini; sigara, alkol, uyuşturucu, kumar ve teknoloji bağımlılığının olumsuz ve yıkıcı etkilerini kavramalarını sağlayarak daha güvenli ve sağlıklı bir hayat sürmelerine katkıda bulunmak ve yeni neslin bağımlılıklarla ilgili bilinç düzeylerini arttırmak amacıyla İl Milli Eğitim Müdürlüğü tarafından düzenlenen Sağlıklı Nesil Sağlıklı Gelecek Resim Yarışmasının şartnamesinin öğrencilere duyurularak katılımın teşvik edilmesi.	Ocak 2020			
Tüm sınıflarda fiziksel aktivitenin öğrenciler için yararının benimsenmesinden sonra sabah egzersizlerinin müzik eşliğinde yapılması.	Ocak 2020			
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.	Ocak 2020			
Sağlık Bakanlığına ait <a href="http://www.beslenme.gov.tr">www.beslenme.gov.tr</a> sitesinde bulunan çocuk köşesinin öğrencilere tanıtılması.	Ocak 2020			

**YUKARISOKU ORTAOKULU 2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi.(Sebze ve meyveleri tanıyoruz)	Ocak 2020			
Okul Kantininin -Ocak- "Okul Kantini Denetim Formu" kullanılarak Kantin Denetleme komisyonu tarafından denetlenmesi.	Ocak 2020			
Okulun internet sayfasında beslenme köşesi güncellenmesi.	Ocak 2020			
"Meyve Dağıtım Günü" kapsamında mevsim meyvesi dağıtımı.	Ocak 2020			
Okul genelinde "Sağlıklı Besleniyorum, Sağlıklı Büyüyorum" konulu resim yarışmasının düzenlenerek, yarışma şartnamesinin öğrencilere duyurulması.	Şubat 2020			

**YUKARISOKU ORTAOKULU 2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Tüm sınıflarda fiziksel aktivitenin öğrenciler için yararının benimsenmesinden sonra sabah egzersizlerinin müzik eşliğinde yapılması.	Şubat 2020			
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi.(Sebze ve meyveleri tanıyoruz)	Şubat 2020			
Okul Kantininin -Şubat- "Okul Kantini Denetim Formu" kullanılarak Kantin Denetleme komisyonu tarafından denetlenmesi.	Şubat 2020			
Okulun internet sayfasında beslenme köşesi güncellenmesi.	Şubat 2020			
"Meyve Dağıtım Günü" kapsamında mevsim meyvesi dağıtımı.	Şubat 2020			
"Meyve Dağıtım Günü" kapsamında mevsim meyvesi dağıtımı.	Mart 2020			



**YUKARISOKU ORTAOKULU 2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
22 Mart Dünya Su Günü kapsamında okulumuzda Suyun hayatımızdaki önemi konusunda öğrenciler arasında <b>slogan ve resim yarışması</b> düzenlenerek, yarışma şartnamesinin öğrencilere duyurulması.	Mart 2020			
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi.( <b>Hareketli Yaşam</b> )	Mart 2020			
Okul Kantininin -Mart- " <b>Okul Kantini Denetim Formu</b> " kullanılarak Kantin Denetleme komisyonu tarafından denetlenmesi.	Mart 2020			
Okulun internet sayfasında beslenme köşesi güncellenmesi.	Mart 2020			
Tüm sınıflarda sabah egzersizlerinin müzik eşliğinde yapılması.	Mart 2020			
"7 Nisan Dünya Sağlık Günü" ve "7/13 Dünya Sağlık Haftası" etkinlikleri çerçevesinde dans ederek sporun ve sağlıklı yaşamın önemine dikkat çekmek amacıyla okul bahçesinde şarkılar eşliğinde etkinlik düzenlenmesi.	Nisan 2020			

**YUKARISOKU ORTAOKULU 2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı haftasında hareketli yaşam ile ilgili etkinliklerin düzenlenmesi ve yarışmaların düzenlenmesi.	Nisan 2020			
Spor Kulüplerinin ilimizde çocuklar için açmış olduğu kursların yetkililerince tanıtımının yapılması ve çocukların hareketli yaşam için spora özendirilmesi.	Nisan 2020			
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.	Nisan 2020			
“Meyve Dağıtım Günü” kapsamında mevsim meyvesi dağıtımı.	Nisan 2020			
Okul Kantininin -Nisan- "Okul Kantini Denetim Formu" kullanılarak Kantin Denetleme komisyonu tarafından denetlenmesi.	Nisan 2020			

**YUKARISOKU ORTAOKULU 2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi.(23 Nisan-Sütün yararları)	Nisan 2020			
Okulun internet sayfasında beslenme köşesi güncellenmesi.	Nisan 2020			
Tüm sınıflarda sabah egzersizlerinin müzik eşliğinde yapılması.	Nisan 2020			
10 Mayıs "Dünya Sağlık İçin Hareket Et" gününde öğrenci ve istekli velilerle doğa yürüyüşü düzenlenmesi.	Mayıs 2020			
22 Mayıs Dünya Obezite Günü etkinlikleri çerçevesinde, Obezitenin önlenmesi ve dengeli beslenmeye teşvik için Yeşilay-TMB programı çerçevesinde yayınlanan Dört Yapraklı Yonca ile sınıflandırılan besinlerin, öğrencilerin günlük yaşamında ne kadar yer aldığının tespiti amacıyla "Beslenmeni Tart" etkinliğinin sınıflarda uygulanması.	Mayıs 2020			

**YUKARISOKU ORTAOKULU 2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
“Meyve Dağıtım Günü” kapsamında mevsim meyvesi dağıtımı.	Mayıs 2020			
Öğrenci, okul çalışanları ve ailelerin katılımı ile sağlıklı beslenme ve hareketli hayatı teşvik edecek yarışmalar, oyunlar, spor müsabakaları vb. etkinlikler içeren bir <b>kermes organizasyonunun</b> yapılması.	Mayıs 2020			
Refika Baysal Toplum Sağlığı Merkezi tarafından “Kişisel Hijyen ve Ağız Sağlığı” eğitimi verilmesi.	Mayıs 2020			
Okul Kantininin -Mayıs- " <b>Okul Kantini Denetim Formu</b> " kullanılarak Kantin Denetleme komisyonu tarafından denetlenmesi.	Mayıs 2020			
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi. ( <b>Obezitenin zararları-Dengeli Beslenme</b> )	Mayıs 2020			
Okulun internet sayfasında beslenme köşesi güncellenmesi.	Mayıs 2020			

**YUKARISOKU ORTAOKULU 2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKUL PLANI**  
**ETKİNLİKLER ve İZLEME DEĞERLENDİRME**

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME-DEĞERLENDİRME
		EVET	HAYIR	
Tüm sınıflarda sabah egzersizlerinin müzik eşliğinde yapılması.	<b>Mayıs 2020</b>			
Beslenme dostu bilgilendirme panosunun güncellenmesi.( <b>Yaz Aylarında Beslenme</b> )	<b>Haziran 2020</b>			
Okulun internet sayfasında beslenme köşesi güncellenmesi.	<b>Haziran 2020</b>			
Tüm sınıflarda sabah egzersizlerinin müzik eşliğinde yapılması.	<b>Haziran 2020</b>			
Okul Kantininin - <b>Haziran-</b> " <b>Okul Kantini Denetim Formu</b> " kullanılarak Kantin Denetleme komisyonu tarafından denetlenmesi.	<b>Haziran 2020</b>			
<b>Yıl sonu çalışmalarının</b> değerlendirilerek raporlaştırılması.	<b>Haziran 2020</b>			