5

1

0

2

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AY** | **HAFTA** | **TARİH** | **KAZANIMLAR** | **UYGULAMAYA YÖNELİK ÇALIŞMALAR** | **UYGULMA GRUPLARI** | **AÇIKLAMALAR** |
| KASIM | **1** |  | Ekip ruhunu oluşturmak ve ne olduğunu kavramak | -Beslenme Dostu Okul Projesine başvurusunun ya- pılması.  -Çekirdek Eylem Ekibinin oluşturulması ve bu ekibe  temsilci öğrenci seçilmesi. Beslen-  me Dostu Okul Projesi için sınıf öğrenci temsilcileri- nin seçilmesi. |  | Ekip başkanı başkanlığında ilk toplantı yapılacak ve başvuru gerçekleştirilecektir  Rehberlik öğretmeni başkanlığında öğrenci temsilcilerinin seçilmesi. |
| **2** |  | Çevre ile işbirliğinin önemini kavramak | “Lösemi ve beslenme” konulu seminer  -Okul yemekhane denetleme ekibinin oluşturulması.  -Beslenme Dostu Okul Projesi yıllık planının hazır- lanması.  -Gıda Tarım ve Hayvancılık İl Müdürlüğü ,Belediye İl Özel İdaresi ,İl Sağlık/Halk Sağlığı Müdürlükleri ile okul çevresinde hizmet veren kuruluşların desteği ile (diyetisyen ve gıda mühendislerinin) öğrenci ve velile- re seminer düzenlenmesi girişimlerinde bulunması. | Tüm sınıflar | “Lösemi ve beslenme” konulu seminer Rehber Öğretmeni tarafından organize edilecektir  Beslenme ve Hareketli yaşam ekibi tarafından hazırla- nacaktır.  Beden eğitimi öğretmeni tarafından resmi,özel kurum ve kuruluşlar ile koordinasyonun sağlanacaktır |
| **3** |  | Veliler ile işbirliğinin önemini kavramak | -Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilerek; beden kitle endekslerinin hesaplanması ; bu bilginin veliler ile paylaşılması.  -Obezite ve şişmanlık sınırında olan öğrencilerin velileri ile özel görüşme ve onlara özel hareket ve diyet programı verilmesi. | Tüm sınıflar  Risk grubu öğrenci- leri | Ölçümler beden eğitimi öğretmenleri tarafından yapıla- caktır.  Rehberlik öğretmeni tarafından risk grubunda olan  öğrenci velileri bilgilendirilecektir |
| **4** |  | Sağlıklı nesil yetiştirme bilinci oluşturmak | “Ebeveynlere Sağlıklı Nesiller Yetiştirme ve Çocuk  Beslenmesi “semineri  Okul yemekhanesinin denetlenmesi.  “Sağlık için hareket edelim” uygulamasının başlatıl- ması | Öğrenci Velileri | Biyoloji öğretmenleri tarafından organize edilecektir.  Beden eğitimi öğretmeni tarafından özel programlar verilecektir |
| ARALIK | **1** |  | Günlük hayatta hareketin önemini kavramak | -Okul ve sınıf içi “Beslenme Dostu Okul” panolarının oluşturulması.  -Okul girişlerinde sağlık için sporun ve aktif yaşamın öneminin anlatılması. |  | Edebiyat öğretmenleri gözetiminde öğrenciler tarafından yapılacaktır  Denetleme ekibi tarafından yapılacaktır  Beden eğitimi öğretmeni tarafından özel programlar verilecektir |
| **2** |  | Kitle iletişim araçlarının önemini kavramak | -Okulun internet sayfasında “Beslenme Köşesi” bölü- münün oluşturulması  Okul ve sınıf panolarının oluşturulması |  | Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından yapılacaktır. Bilgisayar öğretmeni tarafından yapılacaktır.  Çekirdek eylem grubu temsilci öğrencileri tarafından  organize edilecektir |
| **3** |  | Doğru hayat tarzının önemini kavramak | “Beslenme ve Hayat tarzı önerileri” konulu semineri- nin düzenlenmesi  Sağlıklı beslenme rehberinin oluşturulması ve öğrenci- lere dağıtılması. | Tüm sınıflar | TBV(Türk Böbrek Vakfı) yetkililerince verilecek Çekirdek Eylem Ekibi tarafından hazırlanacaktır  Biyoloji ve Edebiyat öğretmenleri tarafından organize  edilecektir.  . |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AY** | **HAFTA** | **TARİH** | **KAZANIMLAR** | **UYGULAMAYA YÖNELİK ÇALIŞMALAR** | **UYGULMA GRUPLARI** | **AÇIKLAMALAR** |
| ARALIK | **4** |  | Öğrencilerde sağlıklı beslenme ve aktif yaşam ile ilgili farkındalık oluşturmak.  Diyabette erken tanı sağlamak | -Türkçe ve Biyoloji dersinde sağlıklı beslenme, beden eğitimi derslerinde hareketli yaşam konularında tartışma ortamı yaratılarak bu konulara dikkat çekilmesi.  -“Okulda Diyabet Bakım Rehberi”ni çoğaltarak tüm öğret- menlere dağıtIması ve seminer çalışması | Tüm sınıflar Öğretmenle | Edebiyat öğretmenleri, Biyoloji öğretmenleri ve Beden eğitimi öğretmenleri tarfından gerçekleştirilecektir. |
| **5** |  | Fast food tüketiminin zararlarını kavratmak | -Tükettiğimiz hazır içecekler ve fast food hakkında  bilgilendirme.  -Okul yemekhanesinin denetlenmesi. | Tüm sınıflar | Tarım İl Müdürlüğü gıda mühendisleri ile biyoloji öğretmenleri bilgilendirme çalışmasını birlikte yapa- caklardır.  Denetleme ekibi tarafından yapılacaktır. |
| OCAK | **1** |  | Sağlıklı ve dengeli beslenmenin önemini kavramak | Beslenme Dostu Okul panolarının güncellenmesi.  .  -“Sağlıklı Beslenme” konulu seminer düzenlenmesi. | 9.sınıf öğrencileri | Edebiyat öğretmenleri gözetiminde öğrenciler tarafından yapılacaktır  Biyoloji öğretmenleri organize edeceklerdir |
| **2** |  | Kitle iletişim araçlarından yararlanmak | -Eğitim faaliyetlerini yürütmek üzere okulun uygun yerleri- ne afiş, poster, broşür gibi materyallerin asılması. |  | Biyoloji , Edebiyat ve Bilgisayar öğretmenleri tara- fından organize edilecektir |
| **3** |  | Sağlıklı beslenme konusunda okul kültürü oluştur- mak | -Rehberlik derslerinde Sağlıklı Beslenme konusuna yer  verilmesi.  -“Besinleri alırken etiket okuma” konulu seminer düzenlen- mesi. | Tüm sınıflar | Rehber Öğretmen tarafından organize edilecektir.  Denetleme ekibi tarafından yapılacaktır.  Tarım İlçe Müdürlüğü gıda mühendisleri ile biyoloji öğretmenleri bilgilendirme çalışmasını birlikte yapa- caklardır. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AY** | **HAFTA** | **TARİH** | **KAZANIMLAR** | **UYGULAMAYA YÖNELİK ÇALIŞMALAR** | **UYGULMA GRUPLARI** | **AÇIKLAMALAR** |
| ŞUBAT | **2** |  | Sağlıklı Beslenme konusunda bilgi ve tutum kazandırmak | -Beslenme Dostu Okul panolarının güncellenmesi.  -Sağlıklı beslenme ve spor konulu resim ve karikatür yarışmasının yapılması.  -Ergenlerde Sağlık ,Beslenme ve Hareketli Yaşam broşürlerinin hazırlanarak velilere ulaştırılması. | Tüm sınıflar | Edebiyat öğretmenleri gözetiminde öğrenciler tarafından yapılacaktır.  Resim öğretmeni tarafından  organize edilecektir  Biyoloji, beden eğitimi ve bilgisayar öğretmenleri tarfından hazırlanacaktır. |
| **3** |  | Sağlıklı Beslenme konusunda bilgi ve tutum  kazandırmak | -Yarışmaya katılan eserlerin değerlendirilmesi, dereceye  girenlere ödüllerinin verilmesi. Eserlerin sergilenmesi. |  | Çekirdek Eylem Ekibi tarafından yapılacaktır. |
| **4** |  | Kalp ve damar hastalıklarının önlenebileceği  bilincini vermek | -İnternet sayfasındaki Sağlıklı Beslenme bölümünün  güncellenmesi.  -“Kalp damar sağlığı ve beslenme ilişkisi” ile ilgili seminer verilmesi.  -Okul yemekhanesinin denetlenmesi. | Risk grubu öğrencileri | Bilgisayar Öğretmeni tarafından yapılacaktır  Türk Kalp Vakfı tarafından verilecek beden eğiti- mi öğretmenleri tarafından organize edilecektir. Kantin Denetleme ekibi Tarafından yapılacaktır |
| MART | **1** |  | Diyabetin beslenme ile ilişkisine dikkat çekmek | -Beslenme Dostu Okul panolarının güncellenmesi “Sağlık için hareket edelim” uygulamasının hatırlatması.  -Diyabet ve beslenme ilişkisi konulu seminer düzenlen- mesi. |  | Edebiyat öğretmenleri gözetiminde öğrenciler tarafından yapılacaktır.  Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından yapılacak- tır.  Türk Diyabet Vakfı tarafından verilecek beden eğitimi öğretmenleri tarafından organize edilecek- tir. |
| **2** |  | Sağlıklı Beslenme konusunda bilgi ve tutum kazandırmak | -“Okul Çağı Çocukları İçin Sağlıklı Beslenme Önerileri” adlı broşürün hazırlanması ve velilere ulaştırılması | Tüm sınıflar | Türk Diyabet Vakfı desteği ile Çekirdek eylem  grubu tarafından yapılacaktır. |
| **3** |  | Besinler ile ilgili bilinç oluşturmak | -“Besinlerin seçimi ve sağlıklı koşullarda saklanması “  Konulu seminerin verilmesi. | Tüm sınıflar | Tarım Müdürlüğü gıda mühendisleri tarafından verilecek beden eğitimi öğretmenleri tarafından organize edilecektir. |
| **4** |  | Sağlıklı beslenme ve obezite konusunda farkında- lığı arttırmak | -Obezite konulu seminer düzenlenmesi. | Tüm sınıflar | Beslenme uzmanı tarafından verilecek biyoloji öğretmenleri organize edeceklerdir. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AY** | **HAFTA** | **TARİH** | **KAZANIMLAR** | **UYGULAMAYA YÖNELİK ÇALIŞMALAR** | **UYGULMA GRUPLARI** | **AÇIKLAMALAR** |
| MART | **5** |  | Diğer dersler ile ilişkilendirerek öğretme | İnternet sayfasındaki Sağlıklı Beslenme bölümünün güncellen- mesi.  -Sınıflar arası şiir ve kompozisyon yarışması düzenleme, eserle- rin değerlendirilmesi ve kazananın eserlerinin ödüllendirilmesi. Okul yemekhanesinin denetlenmesi | Tüm sınıflar | Bilgisayar öğretmeni tarafından yapılacaktır  Türkçe öğretmenleri tarafından yapılacaktır.  Kantin Denetleme ekibi Tarafından yapılacaktır |
| NİSAN | **1** |  | Ölçme ve değerlendirme yolu ile kat edilen yolu  görmek | Beslenme Dostu Okul panolarının güncellenmesi.  -Öğrenciler beden kitle endekslerinin yeniden ölçülmesi, risk  grubu öğrencilerin velilerinin bilgilendirilmesi  -  Risk grubu öğrencilerinin diyet ve spor programlarında gerek- tirdiği takdirde değişiklik yaılması. | Tüm sınıflar | Türkçe öğretmenleri gözetiminde öğrenciler tarafından yapılacaktır.  Beden eğitimi öğretmenleri tarafından yapılacaktır Beslenme uzmanı tarafından  verilecektir |
| **2** |  | Bulaşıcı hastalıklar ile ilgili farkındalık yaratmak | -El hijyeni ile ilgili bilgilendirme çalışmasının yapılması. | Tüm sınıflar | Toplum Sağlığı merkezi tarafından verilecektir Beden Eğitimi Öğretmenleri organize edecektir. |
| **3** |  | Koruyucu sağlık davranışları kazandırmak | -Kadın sağlığı ve kişisel hijyen konulu seminer çalışması yapıl- ması | Kız öğrenciler | Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğü tarafından Beden Eğitimi öğretmenleri tarafından organize edilecektir |
| **4** |  | Sağlıklı yaşam alışkanlığı yaratmak | -Sağlık için halk yürüyüşüne okul olarak katılımın sağlanması  Okul yemekhanesinin denetlenmesi. | Tüm okul. | Beden Eğitimi öğretmenleri tarafından organize  edilecektir |
| MAYIS | **1** |  | Spor ve beslenme konusuna dikkat çekmek | Spor ve sporcu beslenmesi konulu seminerin verilmesi  Beslenme Dostu Okul panolarının güncellenmesi. | Tüm lisanslı  sporcular | Beden Eğitimi öğretmenleri tarafından organize  edilecektir |
| **2** |  | Diyabette erken tanının önemini kavratmak | Okullarda Diyabet Programı Sunum Çalışmasının yapılması.  -10 Mayıs Dünya Sağlık İçin Hareket Et gününde spor hareketle- ri ile aktif olarak kutlama. | Tüm sınıflar | Biyoloji öğretmenleri tarafından yapılacaktır. Beden Eğitimi öğretmenleri tarafından organize  edilecektir |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AY** | **HAFTA** | **TARİH** | **KAZANIMLAR** | **UYGULAMAYA YÖNELİK ÇALIŞMALAR** | **UYGULMA GRUPLARI** | **AÇIKLAMALAR** |
| MAYIS | **3** |  | Sağlıklı Yaşam için spor konusunda tutum  oluşturmak | -19 Mayıs Spor Gençlik ve Spor Bayramı etkinlği olarak yürüyüş ve stafet etkinliği düzenleme. |  | Beden Eğitimi öğretmenleri tarafından organize  edilecektir |
| **4** |  | Sağlıklı Yaşam için spor konusunda tutum  oluşturmak | -Sınıflar arası spor turnuvaları düzenlenmesi ve bu turnuvalarda başarı gösterenlerin ödüllendirilmesi.  -Okul yemekhanesinin denetlenmesi. | Tüm sınıflar | Beden Eğitimi öğretmenleri tarafından organize  edilecektir.  Denetleme Ekibi tarafından yapılacaktır. |
| HAZİRAN | **1** |  | Yaz aylarında beslenme konusunda bilinç  vermek ve tutum yaratmak | -Yaz aylarında sağlıklı beslenme konulu seminer  Yaz aylarında sağlıklı beslenme broşürlerinin hazırlanarak velile-  re ulaştırılması.  -Beslenme bilgi kontrolü testi tekrarı. | Tüm sınıflar | Beslenme uzmanı tarafından verilecek Beden Eğitimi öğretmenleri tarafından organize edilecektir  Biyoloji,Türkçe ve Bilgisayar öğretmenleri tara- fından yapılacaktır.  Biyoloji öğretmenleri tarafından yapılacaktır. |
| **2** |  | Sağlıklı Yaşam için spor ve beslenmenin önemini kavratmak. | -Sporun insan hayatındaki önemi ile ilgili bilgilendirme.  -Yaz aylarında yapılabilecek sporlar ile ilgili bilgilendirme  -Uygulanan testlerin sonuçlarının analiz edilerek raporlaştırılması.  -Yıl boyu yapılan tüm çalışmaların değerlendirilmesi. | Tüm sınıflar | Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından yapılacak- tır.  Çekirdek Eylem Grubu tarafından yapılacaktır. |