|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | FAALİYET ZAMANI | UYGULAMA ALANI | UYGULANACAK HAREKETLİ YAŞAM VE SPORTİF FAALİYETLER | HEDEFLER VE KAZANIMLAR | SORUMLU KİŞİLER VE İŞBİRLİĞİ YAPILACAKKURUMLAR |
|  |  |  | \*Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı ‘’Sağlıklı | \*Fiziksel aktivite, fiziksel uygunluk, spor ve sağlık kavramlarını bilir ve açıklar.\*Yeterli ve dengeli beslenmenin sağlıklı büyüme ve gelişmeye etkisini fark eder.\*Yanlış beslenmenin doğuracağı sorunların farkında olarak zayıf ve şişman kişilerde beslenme ilkelerini ayırt eder.\*Egzersiz yapmanın sağlıklı yaşama katkısını açıklar.\*Okul içi ve okul dışı zamanlarını verimli kullanarak zararlı alışkanlıklardan ve teknolojik bağımlılıktanuzaklaşabilmeleri için yaşlarına uygun fiziksel aktivitelere dayalı kazanımlar elde eder.\*Fiziksel aktivitelere katılım öncesinde, esnasında ve sonrasında bilinçli beslenme ve sıvı tüketiminin gerekliliğini kavrar.\*Fiziksel olarak aktif bir yaşamın sağlığa etkilerini bilir.\*Engelli bireylerin hareketli yaşam ve FizikselAktivitelerden bireysel özelikleri dikkate alınarak, tüm aktivitelerin bireysel özellikleri kapsamındagerçekleştirilmesi, normal bireyler ile aynı kazanımlarda bulunmalarını sağlamak.\*Uygulama konularına katılmalarında sağlığı açısından, varsa problemini veya eksiğini bilir ve öğrenir (önemli).\*\*Uzun süreli oturuşlardan kaynaklanan vücut postürünün bozulmasını önlemek. |  |
| -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İlçe Milli Eğitim | Beslenme’’ ve ‘’Fiziksel Aktivite’’ alt başlıkları ile ilgiliÖğrencilerin; Fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal yönden sağlıklı bir gelişim gösterebilmeleri | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İl İSGB Birimi |
| Müdürlükleri-Okul Müdürlükleri | \*Okul içi ve okul dışı zamanlarını verimli kullanarak zararlı alışkanlıklardan ve teknoloji bağımlılığından uzaklaşabilmeleri için yaşlarına uygun fiziksel aktivitelere dayalı kazanımlar elde edilmesi için planlamaların yapılması | -İSGB Diyetisyenleri-İl Fiziksel Aktivite sorumlu BedenEğitimi Öğretmeni |
|  | \*Uygulanacak Fiziksel Aktivite Etkinliklerinin Belirlenmesi | -Okul Müdürleri |
|  | \*Okullardaki diğer branş öğretmenlerine ders saati sırasında yapılacak 1-2 dakikalık jimnastik ile ilgili bilgilendirme yapılması ve gerekiyorsa cimnastiği yaptıracak öğrencilerin tespit edilmesi\**Fiziksel Uygunluk testlerinin okullarda Beden Eğitimi**Öğretmenlerince 15 Eylül-15 Ekim tarihlerinde yaprak e- okul bilgi sistemine kaydetmeleri*\*Sağlıklı ve bilinçli beslenme ile ilgili öğrencilerin,öğretmenlerin, okulun diğer çalışanlarının, velilerin görsel ve yazılı olarak bilgilendirmesi | -Okul Beden Eğitimi Öğretmenleri-Sınıf Öğretmenleri-Özel eğitim Öğretmenleri-Diğer branş Öğretmenleri- Şırnak Ünv. Beden Eğitimi ve Spor bölümünün ilgili birimleri |
|  | \*İlimizde bulunan Beden Eğitimi ve Sor Bölümü ile iletişim planlaması yaparak Hareketli Yaşam ve Fiziksel Aktivite |  |
|  | Programımız ile ilgili bilgi alışverişinde bulunmak |  |
|  | \*İl ve ilçelerde Fiziksel Aktivite Programının içeriği ve |  |
|  | amacının Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından doğru |  |
|  | algılanması. İlkokullarda GELENEKSEL ÇOCUK OYUNLARI yapılması. |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | FAALİYET ZAMANI | UYGULAMA ALANI | UYGULANACAK HAREKETLİ YAŞAM VE SPORTİF FAALİYETLER | HEDEFLER VE KAZANIMLAR | SORUMLU KİŞİLER VE İŞBİRLİĞİ YAPILACAKKURUMLAR |
|  |  | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İlçe Milli Eğitim Müdürlükleri-Okul bahçeleri-Sınıflarda ders saatinde - Okullarda bulunan açık ve kapalı spor alanları--Okul binası içerisinde ve okul bahçesinde bulunan her türlü zemin ve alanda-Okulun yakın çevresinde bulunan Belediyelere ve Genlik ve Spor Bakanlığına ait spor tesisleri | \*Okul çağı çocuklarında fiziksel aktivitenin önemi.\*Sınıflarda uygun olan egzersiz hareketleri.-Esneklik Egzersizleri-Denge Egzersizleri-Basit Egzersizler\*Çocuklarda hareketli yaşamı artırmak.\*Okullarda birinci ders saati öncesi programınamacına ve öğrencilerin yaş gurubuna uygun tüm öğrenci, öğretmen ve çalışanların katıldığı sabah egzersizleri\*Diğer branş öğretmenlerini ders saati sırasında yapılacak 1-2 dk.lık egzersiz ile ilgili bilgilendirme\*Geleneksel oyunlardan bulunduğumuz il ve ilçeye özgü oyunların tespit edilmesi\*Engelli bireylerin fiziksel aktivitelere katılımınınsağlanması, ortak Fiziksel Aktiviteler düzenlenmesi\*3-4 Ekim Dünya yürüyüş günü etkinliği\*Okullarda rahatça görülecek konumlara yürüyüş ile ilgili resim, slogan ve kısa bilgilerin yazılması.\*Ulusal bayram ve kutlamalarında spor, dans ve halkoyunları gibi etkinliklerde öğrencilerin çoğunluğunun katılımı ve rol almaları\* Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (fındık, ceviz, badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması.\**Uluslararası düzeyde başarı sağlamış sporcularımızın öğrencilerle buluşması etkinliği,* | * Fiziksel aktivite, fiziksel uygunluk, spor ve sağlık kavramlarını bilir ve açıklar.

\*Fiziksel aktivitelerin önemini kavrar.* Yanlış beslenmenin doğuracağı sorunların farkında olarak zayıf ve şişman kişilerde

beslenme ilkelerini ayırt eder.\*Uzun süreli oturuşlardan kaynaklanan vücut postülünün bozulma sebeplerini bilir.Besin gruplarının sağlıklı beslenmedeki öneminin bilincinde olarak besin gruplarını ayırt eder.* Yeterli ve dengeli beslenme ilkeleri doğrultusunda beslenme yetersizliğine bağlı sorunları ayırt eder.

\*Fiziksel aktivitelere katılım öncesinde,esnasında ve sonrasında bilinçli beslenme ve sıvı tüketiminin gerekliliğini kavrar.\*Cumhuriyet bilinci ve sevgisini oluşturulmak\*Bireysel ve grupla beraber değişik vücut bölümlerini kullanarak bir nesneyi ulaştırmanın, yakalamanın ve nesneyi korumanın farklıyollarını bulur.\*Kazansa da kaybetse de önemli olanın fiziksel aktivitelere katılmak olduğunu kabul eder.* Başarma ve kaybetme duygularını centilmence yaşar.

\*Uygulama konularına katılmalarında sağlığıaçısından, varsa problemini veya eksiğini bilir ve öğrenir (önemli). | --İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İl İSGB Birimi-İSGB Diyetisyenleri-İl Fiziksel Aktivite sorumlu BedenEğitimi Öğretmeni-Okul Müdürleri-Okul Beden Eğitimi Öğretmenleri-Sınıf Öğretmenleri-Özel eğitim Öğretmenleri-Diğer branş Öğretmenleri- Şırnak Ünv. Beden Eğitimi ve Spor bölümünün ilgili birimleri |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | FAALİYET ZAMANI | UYGULAMA ALANI | UYGULANACAK HAREKETLİ YAŞAM VE SPORTİF FAALİYETLER | HEDEFLER VE KAZANIMLAR | SORUMLU KİŞİLER VE İŞBİRLİĞİ YAPILACAKKURUMLAR |
|  |  | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü | \*“Obezite” ile ilgili broşür ve duvar gazetesi oluşturma.\*Okul çağı çocuklarında fiziksel aktivitenin önemi.\*Sınıflarda uygun olan egzersiz hareketleri.-Esneklik Egzersizleri-Denge Egzersizleri-Basit Egzersizler\*Çocuklarda hareketli yaşamı artırmak.\**Bölgeye özgü geleneksel oyunlardan mevsim ve**hava şartlarına uygun olanların öğretilip oynatılması*\*Okulun imkanları ve öğrencilerin yaş veseviyelerine göre spor branşlarının belirlenerek ilgili kurum ve kişilerle işbirliği yapılaraköğrencilerimizin belirlenen spor branşlarını istekli olarak yapması.\*Tükettiğimiz hazır yiyecek ve içecekler hakkında pano hazırlanması.\*Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (fındık, ceviz, badem vb.)tüketimi etkinliğinin yapılması.\*Ata sporlarımızdan GÜREŞ sporunun tanıtılması\**Dünya çocuk hakları gününde GSİM Spor Tesislerinde Branşların stantlarının olduğu bir ÇOCUK ŞENLİĞİ yapılması*. | \* Fiziksel aktivite, fiziksel uygunluk, spor ve sağlık kavramlarını bilir ve açıklar. | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü |
| -İlçe Milli Eğitim Müdürlükleri-Okul bahçeleri-Sınıflarda ders saatinde - Okullarda bulunan açık ve | \*Fiziksel aktivite ve sporlara hazırlayıcı oyun veetkinliklerde bireysel farklılığı olanlarla çalışmaya gönüllü olur. (Bireysel farklılıkları olanlarlaçalışmaya isteklilik) | -İl İSGB Birimi-İSGB Diyetisyenleri-İl Fiziksel Aktivite sorumlu Beden Eğitimi |
| kapalı spor alanları | \*Fiziksel aktivitelerin önemini kavrar. | Öğretmeni |
| --Okul binası içerisinde ve okul bahçesinde bulunan her türlüzemin ve alanda | \* Yanlış beslenmenin doğuracağı sorunlarınfarkında olarak zayıf ve şişman kişilerde beslenme ilkelerini ayırt eder. | -Okul Müdürleri-Okul Beden Eğitimi Öğretmenleri |
| -Okulun yakın çevresinde bulunan Belediyelere ve Genlik ve Spor Bakanlığına ait spor tesisleri | \*Uzun süreli oturuşlardan kaynaklanan vücutpostürünün bozulma sebeplerini bilir.\*Besin gruplarının sağlıklı beslenmedeki öneminin bilincinde olarak besin gruplarını ayırt eder.\* Yeterli ve dengeli beslenme ilkeleri doğrultusunda beslenme yetersizliğine bağlı sorunları ayırt eder.\*Fiziksel aktivitelere katılım öncesinde,esnasında ve sonrasında bilinçli beslenme ve sıvıtüketiminin gerekliliğini kavrar. | --Sınıf Öğretmenleri-Özel Eğitim Öğretmenleri Diğer branş öğretmenleri-Halk Eğitim Merkezleri-Gençlik ve Spor bakanlığı İl ve İlçe Müdürlükleri-Belediyelerin Spor Daire Başkanlıklar -- Şırnak Ünv. Beden Eğitimi ve Spor bölümünün ilgili birimleri |
|  | \*Bireysel ve grupla beraber değişik vücut bölümlerini kullanarak bir nesneyi ulaştırmanın, yakalamanın ve nesneyi korumanın farklıyollarını bulur. |  |
|  | \*Kazansa da kaybetse de önemli olanın fiziksel aktivitelere katılmak olduğunu kabul eder. |  |
|  | \* Başarma ve kaybetme duygularını centilmence yaşar. |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | FAALİYET ZAMANI | UYGULAMA ALANI | UYGULANACAK HAREKETLİ YAŞAM VE SPORTİF FAALİYETLER | HEDEFLER VE KAZANIMLAR | SORUMLU KİŞİLER VE İŞBİRLİĞİ YAPILACAKKURUMLAR |
|  |  | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü | \*“Obezite” ile ilgili broşür ve duvar gazetesi oluşturma. | \*Fiziksel aktivite ve sporlara hazırlayıcı oyun veetkinliklerde bireysel farklılığı olanlarla çalışmaya gönüllü olur. (Bireysel farklılıkları olanlarlaçalışmaya isteklilik)\*Vücudumuzun fiziksel ve psikolojik olarak güne hazır başlamasının ön koşul şartlarını oluşturur.* Fiziksel aktivite, fiziksel uygunluk, spor ve sağlık kavramlarını bilir ve açıklar.

\*Fiziksel aktivitelerin önemini kavrar.* Yanlış beslenmenin doğuracağı sorunların farkında olarak zayıf ve şişman kişilerde beslenme ilkelerini ayırt eder.

\*Uzun süreli oturuşlardan kaynaklanan vücut postürünün bozulma sebeplerini bilir.Besin gruplarının sağlıklı beslenmedeki öneminin bilincinde olarak besin gruplarını ayırt eder.* Yeterli ve dengeli beslenme ilkeleri doğrultusunda beslenme yetersizliğine bağlı sorunları ayırt eder.

\*Fiziksel aktivitelere katılım öncesinde, esnasında ve sonrasında bilinçli beslenme ve sıvıtüketiminin gerekliliğini kavrar.\*Bireysel ve grupla beraber değişik vücut bölümlerini kullanarak bir nesneyi ulaştırmanın, yakalamanın ve nesneyi korumanın farklı yollarını bulur.\*Kazansa da kaybetse de önemli olanın fiziksel aktivitelere katılmak olduğunu kabul eder.* Başarma ve kaybetme duygularını centilmence yaşar.
 | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü |
| -İlçe Milli Eğitim Müdürlükleri | \* Sınıflarda uygun olan egzersiz hareketleri | -İl İSGB Birimi |
| -Okul bahçeleri | -Dayanıklılık egzersizleri | -İSGB Diyetisyenleri |
| -Sınıflarda ders saatinde - Okullarda bulunan açık ve | -Kuvvet Egzersizleri-Esneklik Egzersizleri | -İl Fiziksel Aktivite sorumlu Beden Eğitimi |
| kapalı spor alanları | -Denge Egzersizleri | Öğretmeni |
| --Okul binası içerisinde ve okul bahçesinde bulunan her türlü zemin ve alanda-Okulun yakın çevresinde bulunan Belediyelere ve Genlik ve Spor Bakanlığına ait spor tesisleri | -Basit Egzersizler\* Bölgeye özgü geleneksel oyunlardan mevsim ve hava şartlarına uygun olanların öğretilipoynatılması\*Okulun imkanları ve öğrencilerin yaş veseviyelerine göre spor branşlarının belirlenerek ilgili kurum ve kişilerle işbirliği yapılaraköğrencilerimizin belirlenen spor branşlarını istekli olarak yapması.\*Hava şartlarının uygun olduğu günlerde bahçesi uygun olan okullarda veya okul yakın çevresinde, doğa yürüyüşleri düzenlemek\*3 Aralık Dünya engelliler günü etkinliklerinekatılım sağlanması; engelli bireylerimiz ile ortak fiziksel aktiviteler düzenlenmesi\*Yetenekli öğrencilerin tespit edilerek , yetenek tarama programlarına yönlendirilmesi, Spor Lisesi ve Spor Bilimleri Fakültelerine yönlendirilmesi | -Okul Müdürleri-Okul Beden Eğitimi Öğretmenleri-Sınıf Öğretmenleri-Özel Eğitim Öğretmenleri Diğer branş öğretmenleri-Halk Eğitim Merkezleri-Gençlik ve Spor Bakanlığı İl ve İlçe Müdürlükleri-Belediyelerin Spor Daire Başkanlıkları-- Şırnak Ünv. Beden Eğitimi ve Spor bölümünün İlgili birimleri |
|  | \* Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (fındık, ceviz, badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması. |  |
|  | \*Tükettiğimiz hazır yiyecek ve içecekler hakkında pano hazırlanması ve içeriğinin yenilenmesi.*\*Ata sporlarından OKÇULUK sporunun tanıtılması* |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | FAALİYET ZAMANI | UYGULAMA ALANI | UYGULANACAK HAREKETLİ YAŞAM VE SPORTİF FAALİYETLER | HEDEFLER VE KAZANIMLAR | SORUMLU KİŞİLER VE İŞBİRLİĞİ YAPILACAK KURUMLAR |
|  |  | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İlçe Milli Eğitim Müdürlükleri-Okul bahçeleri-Sınıflarda ders saatinde - Okullarda bulunan açık ve kapalı spor alanları--Okul binası içerisinde ve okul bahçesinde bulunan her türlü zemin ve alanda-Okulun yakın çevresinde bulunan Belediyelere, Genlik ve Spor Bakanlığına ait spor tesisleri-Okul yakın çevresindeki yollar ve toplu yürüyüşe uygun araziler | \*Sınıflarda uygun olan egzersiz hareketleri-Esneklik Egzersizleri-Denge Egzersizleri-Basit Egzersizler\*Bölgeye özgü geleneksel oyunlardan mevsim ve hava şartlarına uygun olanların öğretilipoynatılması\*Okulun imkanları ve öğrencilerin yaş veseviyelerine göre spor branşlarının belirlenerek ilgili kurum ve kişilerle işbirliği yapılaraköğrencilerimizin belirlenen spor branşlarını istekli olarak yapması.\*Hava şartlarının uygun olduğu günlerde bahçesi uygun olan okullarda veya okul yakın çevresinde, doğa yürüyüşleri düzenlenmesi\*7-14 Ocak Görme Engelliler haftası kapsamında etkinlikler düzenleyip farkındalık oluşturma\* Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (fındık, ceviz, badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması.\*Tükettiğimiz hazır yiyecek ve içecekler hakkında pano hazırlanması ve içeriğinin yenilenmesi.\**BOCCE sporunun tanıtılması**\*Akıl Zeka Oyunlarının tanıtımı yapılarak. Müsabakalara katılacak takımların oluşturulması.**\*Mini Egzersiz yarışmaları yapılması.* | * Alan ve mücadele sporlarına düzenli ve istekli olarak katılımı sağlanır.

\*Vücudumuzun fiziksel ve psikolojik olarak güne hazır başlamasının ön koşul şartlarını oluşturmak* Fiziksel aktivite, fiziksel uygunluk, spor ve sağlık kavramlarını bilir ve açıklar.

\*Fiziksel aktivitelerin önemini kavrar.* Yanlış beslenmenin doğuracağı sorunların farkında olarak zayıf ve şişman kişilerde

beslenme ilkelerini ayırt eder.\*Uzun süreli oturuşlardan kaynaklanan vücut postürünün bozulma sebeplerini bilir.Besin gruplarının sağlıklı beslenmedeki öneminin bilincinde olarak besin gruplarını ayırt eder.* Yeterli ve dengeli beslenme ilkeleri doğrultusunda beslenme yetersizliğine bağlı sorunları ayırt eder.

\*Fiziksel aktivitelere katılım öncesinde,esnasında ve sonrasında bilinçli beslenme ve sıvı tüketiminin gerekliliğini kavrar.\*Bireysel ve grupla beraber değişik vücut bölümlerini kullanarak bir nesneyi ulaştırmanın, yakalamanın ve nesneyi korumanın farklıyollarını bulur.\*Kazansa da kaybetse de önemli olanın fiziksel aktivitelere katılmak olduğunu kabul eder.* Başarma ve kaybetme duygularını centilmence yaşar.
 | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İl İSGB Birimi-İSGB Diyetisyenleri-İl Fiziksel Aktivite sorumlu Beden Eğitimi Öğretmeni-Okul Müdürleri-Okul Beden Eğitimi Öğretmenleri-Sınıf Öğretmenleri-Özel Eğitim ÖğretmenleriDiğer branş öğretmenleri-Halk Eğitim Merkezleri-Gençlik ve Spor Bakanlığı İl ve İlçe Müdürlükleri-Belediyelerin Spor Daire Başkanlıkları-- Şırnak Ünv. Beden Eğitimi ve Spor bölümünün İlgili birimleri |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | FAALİYET ZAMANI | UYGULAMA ALANI | UYGULANACAK HAREKETLİ YAŞAM VE SPORTİF FAALİYETLER | HEDEFLER VE KAZANIMLAR | SORUMLU KİŞİLER VE İŞBİRLİĞİ YAPILACAKKURUMLAR |
|  |  | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İlçe Milli Eğitim Müdürlükleri-Okul bahçeleri-Sınıflarda ders saatinde - Okullarda bulunan açık ve kapalı spor alanları--Okul binası içerisinde ve okul bahçesinde bulunan her türlü zemin ve alanda-Okulun yakın çevresinde bulunan Belediyelere ve Genlik ve Spor Bakanlığına ait spor tesisleri-Okul yakın çevresindeki yollar ve toplu yürüyüşe uygun araziler | \*Sınıflarda uygun olan egzersiz hareketleri-Esneklik Egzersizleri-Denge Egzersizleri-Basit Egzersizler\*Bölgeye özgü geleneksel oyunlardan mevsim ve hava şartlarına uygun olanların öğretilipoynatılması*\*Okulun imkanları ve öğrencilerin yaş ve**seviyelerine göre spor branşlarının belirlenerek ilgili kurum ve kişilerle işbirliği yapılarak**öğrencilerimizin belirlenen spor branşlarını istekli olarak yapması.*\* Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (fındık, ceviz, badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması.\*Tükettiğimiz hazır yiyecek ve içecekler hakkında pano hazırlanması ve içeriğinin yenilenmesi.\*YÜZME Sporunun tanıtılması. GSİM Yüzme Bilmeyen Kalmasın Projesi yönlendirme yapılmasıUluslararası düzeyde başarı sağlamış sporcularımızın öğrencilerle buluşması etkinliği, | \*Vücudumuzun fiziksel ve psikolojik olarak güne hazır başlamasının ön koşul şartlarını oluşturmak* Fiziksel aktivite, fiziksel uygunluk, spor ve sağlık kavramlarını bilir ve açıklar.

\*Fiziksel aktivitelerin önemini kavrar.\*Uzun süreli oturuşlardan kaynaklanan vücut postürünün bozulma sebeplerini bilir.Besin gruplarının sağlıklı beslenmedeki öneminin bilincinde olarak besin gruplarını ayırt eder.* Yeterli ve dengeli beslenme ilkeleri doğrultusunda beslenme yetersizliğine bağlı sorunları ayırt eder.

\*Fiziksel aktivitelere katılım öncesinde, esnasında ve sonrasında bilinçli beslenme ve sıvı tüketiminin gerekliliğini kavrar.\*Bireysel ve grupla beraber değişik vücut bölümlerini kullanarak bir nesneyi ulaştırmanın, yakalamanın ve nesneyi korumanın farklı yollarını bulur.\*Kazansa da kaybetse de önemli olanın fiziksel aktivitelere katılmak olduğunu kabul eder.\*Başarma ve kaybetme duygularını centilmence yaşar.\*Uygulama konularına katılmalarında sağlığıaçısından, varsa problemini veya eksiğini bilir ve öğrenir (önemli).\*Teknolojik bağımlılıktan uzaklaşmak\*Sağlıklı beslenme için büyüme ve gelişme çağında baklagillere vücudumuzun ihtiyacı olduğunu bilir gerektiği kadar tüketir. | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İl İSGB Birimi-İSGB Diyetisyenleri-İl Fiziksel Aktivite sorumlu Beden Eğitimi Öğretmeni-Okul Müdürleri-Okul Beden Eğitimi Öğretmenleri-Sınıf Öğretmenleri-Özel Eğitim ÖğretmenleriDiğer branş öğretmenleri-Halk Eğitim Merkezleri-Gençlik ve Spor Bakanlığı İl ve İlçe Müdürlükleri-Belediyelerin Spor Daire Başkanlıkları-- Şırnak Ünv. Beden Eğitimi ve Spor bölümünün İlgili birimleri |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | FAALİYET ZAMANI | UYGULAMA ALANI | UYGULANACAK HAREKETLİ YAŞAM VE SPORTİF FAALİYETLER | HEDEFLER VE KAZANIMLAR | SORUMLU KİŞİLER VE İŞBİRLİĞİ YAPILACAKKURUMLAR |
|  |  | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İlçe Milli Eğitim Müdürlükleri-Okul bahçeleri-Sınıflarda ders saatinde - Okullarda bulunan açık ve kapalı spor alanları--Okul binası içerisinde ve okul bahçesinde bulunan her türlü zemin ve alanda-Okulun yakın çevresinde bulunan Belediyelere ve Genlik ve Spor Bakanlığına ait spor tesisleri-Okul yakın çevresindeki yollar ve toplu yürüyüşe uygun araziler | \*Sınıflarda uygun olan egzersiz hareketleri-Esneklik Egzersizleri-Denge Egzersizleri-Basit Egzersizler\*Bölgeye özgü geleneksel oyunlardan mevsim ve hava şartlarına uygun olanların öğretilipoynatılması\*Okulun imkanları ve öğrencilerin yaş veseviyelerine göre spor branşlarının belirlenerek ilgili kurum ve kişilerle işbirliği yapılaraköğrencilerimizin belirlenen spor branşlarını istekli olarak yapması.\*3-4 Mart Dünya İşitme Engelliler Günü\*21 Mart Down Sendromlular Günü\* Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (fındık, ceviz, badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması.\*Tükettiğimiz hazır yiyecek ve içecekler hakkında pano hazırlanması ve içeriğinin yenilenmesi.\*DART Sporunun tanıtılması | \*Fiziksel aktivite ve sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde bireysel farklılığı olanlarla çalışmaya gönüllü olur. (Bireysel farklılıkları olanlarlaçalışmaya isteklilik)\*Uzun süreli oturuşlardan kaynaklanan vücut postürünün bozulma sebeplerini bilir.Besin gruplarının sağlıklı beslenmedeki öneminin bilincinde olarak besin gruplarını ayırt eder.* Yeterli ve dengeli beslenme ilkeleri doğrultusunda beslenme yetersizliğine bağlı sorunları ayırt eder.

\*Fiziksel aktivitelere katılım öncesinde,esnasında ve sonrasında bilinçli beslenme ve sıvı tüketiminin gerekliliğini kavrar.\*Bireysel ve grupla beraber değişik vücut bölümlerini kullanarak bir nesneyi ulaştırmanın, yakalamanın ve nesneyi korumanın farklıyollarını bulur.\*Kazansa da kaybetse de önemli olanın fiziksel aktivitelere katılmak olduğunu kabul eder.* Başarma ve kaybetme duygularını centilmence yaşar.

\*Uygulama konularına katılmalarında sağlığıaçısından, varsa problemini veya eksiğini bilir ve öğrenir (önemli). | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İl İSGB Birimi-İSGB Diyetisyenleri-İl Fiziksel Aktivite sorumlu Beden Eğitimi Öğretmeni-Okul Müdürleri-Okul Beden Eğitimi Öğretmenleri-Sınıf Öğretmenleri-Özel Eğitim ÖğretmenleriDiğer branş öğretmenleri-Halk Eğitim Merkezleri-Gençlik ve Spor Bakanlığı İl ve İlçe Müdürlükleri-Belediyelerin Spor Daire Başkanlıkları - Şırnak Ünv. Beden Eğitimi ve Spor bölümünün İlgili birimleri |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | FAALİYET ZAMANI | UYGULAMA ALANI | UYGULANACAK HAREKETLİ YAŞAM VE SPORTİF FAALİYETLER | HEDEFLER VE KAZANIMLAR | SORUMLU KİŞİLER VE İŞBİRLİĞİ YAPILACAKKURUMLAR |
|  |  | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İlçe Milli Eğitim Müdürlükleri-Okul bahçeleri-Sınıflarda ders saatinde - Okullarda bulunan açık ve kapalı spor alanları--Okul binası içerisinde ve okul bahçesinde bulunan her türlü zemin ve alanda-Okulun yakın çevresinde bulunan Belediyelere ve Genlik ve Spor Bakanlığına ait spor tesisleri-Okul yakın çevresindeki yollar ve toplu yürüyüşe uygun araziler | \*Sınıflarda uygun olan egzersiz hareketleri-Esneklik Egzersizleri-Denge Egzersizleri-Basit Egzersizler\*Bölgeye özgü geleneksel oyunlardan mevsim ve hava şartlarına uygun olanların öğretilipoynatılması\*Okulun imkanları ve öğrencilerin yaş veseviyelerine göre spor branşlarının belirlenerek ilgili kurum ve kişilerle işbirliği yapılaraköğrencilerimizin belirlenen spor branşlarını istekli olarak yapması.\*Hava şartlarının uygun olduğu günlerde bahçesi uygun olan okullarda veya okul yakın çevresinde, doğa yürüyüşleri düzenlenmesi\*2 Nisan Dünya Otizm Farkındalık Günü\*Ulusal bayram kutlamalarında spor, dans ve halkoyunları gibi etkinliklerde rol alır.\* Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (fındık, ceviz, badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması.\*Tükettiğimiz hazır yiyecek ve içecekler hakkında pano hazırlanması ve içeriğinin yenilenmesi.\*ORYANTRİK sporunun tanıtılması. Okulların Oryantrik haritasının çizilmesi,\*Mini Egzersiz yarışmalarının yapılması, | * Fiziksel aktivite, fiziksel uygunluk, spor ve sağlık kavramlarını bilir ve açıklar.

\*Fiziksel aktivitelerin önemini kavrar.\*Fiziksel aktivite ve sporlara hazırlayıcı oyun veetkinliklerde bireysel farklılığı olanlarla çalışmaya gönüllü olur. (Bireysel farklılıkları olanlarlaçalışmaya isteklilik)\*Uzun süreli oturuşlardan kaynaklanan vücut postürünün bozulma sebeplerini bilir.Besin gruplarının sağlıklı beslenmedeki öneminin bilincinde olarak besin gruplarını ayırt eder.* Yeterli ve dengeli beslenme ilkeleri doğrultusunda beslenme yetersizliğine bağlı sorunları ayırt eder.

\*Fiziksel aktivitelere katılım öncesinde,esnasında ve sonrasında bilinçli beslenme ve sıvı tüketiminin gerekliliğini kavrar.\*Bireysel ve grupla beraber değişik vücut bölümlerini kullanarak bir nesneyi ulaştırmanın, yakalamanın ve nesneyi korumanın farklıyollarını bulur.\*Kazansa da kaybetse de önemli olanın fiziksel aktivitelere katılmak olduğunu kabul eder.\*Uygulama konularına katılmalarında sağlığıaçısından, varsa problemini veya eksiğini bilir ve öğrenir (önemli). | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İl İSGB Birimi-İSGB Diyetisyenleri-İl Fiziksel Aktivite sorumlu Beden Eğitimi Öğretmeni-Okul Müdürleri-Okul Beden Eğitimi Öğretmenleri-Sınıf Öğretmenleri-Özel Eğitim ÖğretmenleriDiğer branş öğretmenleri-Halk Eğitim Merkezleri-Gençlik ve Spor Bakanlığı İl ve İlçe Müdürlükleri-Belediyelerin Spor Daire Başkanlıkları- Şırnak Ünv. Beden Eğitimi ve Spor bölümünün İlgili birimleri |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AY** | FAALİYET ZAMANI | UYGULAMA ALANI | UYGULANACAK HAREKETLİ YAŞAM VE SPORTİF FAALİYETLER | HEDEFLER VE KAZANIMLAR | SORUMLU KİŞİLER VE İŞBİRLİĞİ YAPILACAKKURUMLAR |
|  |  | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İlçe Milli Eğitim Müdürlükleri-Okul bahçeleri-Sınıflarda ders saatinde - Okullarda bulunan açık ve kapalı spor alanları--Okul binası içerisinde ve okul bahçesinde bulunan her türlü zemin ve alanda-Okulun yakın çevresinde bulunan Belediyelere ve Genlik ve Spor Bakanlığına ait spor tesisleri-Okul yakın çevresindeki yollar ve toplu yürüyüşe uygun araziler | * Sınıflarda uygun olan egzersiz hareketleri

-Esneklik Egzersizleri-Denge Egzersizleri-Basit Egzersizler\*Bölgeye özgü geleneksel oyunlardan mevsim ve hava şartlarına uygun olanların öğretilipoynatılması\*“Obezite” ile ilgili broşür ve duvar gazetesi oluşturma.\*“22 Mayıs Dünya Obezite Günü” ile ilgili etkinlikler yapmak.\*10-16 Mayıs Dünya Engelliler Haftası Etkinlikleri\*15-21 Mayıs Gençlik Haftası Kutlama Etkinlikleri\*19 Mayıs Atatürk’ü Anma Gençlik ve Spor Bayramı Etkinlikleri\*Ulusal bayram kutlamalarında spor, dans ve halkoyunları gibi etkinliklerde rol alır.* Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (fındık, ceviz, badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması.
* *BİSİKLET sporunun tanıtılması .Okullarda Bisiklet etkinliği yapılması.*
 | * Fiziksel aktivite, fiziksel uygunluk, spor ve sağlık kavramlarını bilir ve açıklar.

\*Fiziksel aktivitelerin önemini kavrar.* Yanlış beslenmenin doğuracağı sorunların farkında olarak zayıf ve şişman kişilerde

beslenme ilkelerini ayırt eder.\*Uzun süreli oturuşlardan kaynaklanan vücut postürünün bozulma sebeplerini bilir.Besin gruplarının sağlıklı beslenmedeki öneminin bilincinde olarak besin gruplarını ayırt eder.* Yeterli ve dengeli beslenme ilkeleri doğrultusunda beslenme yetersizliğine bağlı sorunları ayırt eder.

\*Fiziksel aktivitelere katılım öncesinde,esnasında ve sonrasında bilinçli beslenme ve sıvı tüketiminin gerekliliğini kavrar.\*Bireysel ve grupla beraber değişik vücut bölümlerini kullanarak bir nesneyi ulaştırmanın, yakalamanın ve nesneyi korumanın farklıyollarını bulur.\*Kazansa da kaybetse de önemli olanın fiziksel aktivitelere katılmak olduğunu kabul eder.\*Başarma ve kaybetme duygularını centilmence yaşar.\*Uygulama konularına katılmalarında sağlığıaçısından, varsa problemini veya eksiğini bilir ve öğrenir (önemli). | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İl İSGB Birimi-İSGB Diyetisyenleri-İl Fiziksel Aktivite sorumlu Beden Eğitimi Öğretmeni-Okul Müdürleri-Okul Beden Eğitimi Öğretmenleri-Sınıf Öğretmenleri-Özel Eğitim ÖğretmenleriDiğer branş öğretmenleri-Halk Eğitim Merkezleri-Gençlik ve Spor Bakanlığı İl ve İlçe Müdürlükleri-Belediyelerin Spor Daire Başkanlıkları- Şırnak Ünv. Beden Eğitimi ve Spor bölümünün İlgili birimleri |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AY** | FAALİYET ZAMANI | UYGULAMA ALANI | UYGULANACAK HAREKETLİ YAŞAM VE SPORTİF FAALİYETLER | HEDEFLER VE KAZANIMLAR | SORUMLU KİŞİLER VE İŞBİRLİĞİ YAPILACAK KURUMLAR |
| **HAZİRAN** |  | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İlçe Milli Eğitim Müdürlükleri-Okul bahçeleri-Sınıflarda ders saatinde - Okullarda bulunan açık ve kapalı spor alanları--Okul binası içerisinde ve okul bahçesinde bulunan her türlü zemin ve alanda-Okulun yakın çevresinde bulunan Belediyelere veGençlik ve Spor Bakanlığına ait spor tesisleri-Okul yakın çevresindeki yollar ve toplu yürüyüşe uygun araziler | \*Sınıflarda uygun olan egzersiz hareketleri-Dayanıklılık egzersizleri-Esneklik Egzersizleri-Denge Egzersizleri-Basit Egzersizler\**Bölgeye özgü geleneksel oyunlardan mevsim ve hava şartlarına uygun olanların öğretilip**oynatılması*\*Okulun imkanları ve öğrencilerin yaş veseviyelerine göre spor branşlarının belirlenerek ilgili kurum ve kişilerle işbirliği yapılaraköğrencilerimizin belirlenen spor branşlarını istekli olarak yapması.\*Hava şartlarının uygun olduğu günlerde bahçesi uygun olan okullarda veya okul yakınÇevresinde ,doğa yürüyüşleri düzenlenmesi*\*2 Haziran Dünya Koşu Günü*\* Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (fındık, ceviz, badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması.\*Veli Öğrenci Şenliği. Veli ve öğrencilerin birlikte takım oluşturduğu turnuva yapılması. | * Fiziksel aktivite, fiziksel uygunluk, spor ve sağlık kavramlarını bilir ve açıklar.

\*Fiziksel aktivitelerin önemini kavrar.* Yanlış beslenmenin doğuracağı sorunların farkında olarak zayıf ve şişman kişilerde beslenme ilkelerini ayırt eder.

\*Uzun süreli oturuşlardan kaynaklanan vücut postürünün bozulma sebeplerini bilir.Besin gruplarının sağlıklı beslenmedeki öneminin bilincinde olarak besin gruplarını ayırt eder.* Yeterli ve dengeli beslenme ilkeleri doğrultusunda beslenme yetersizliğine bağlı sorunları ayırt eder.

\*Fiziksel aktivitelere katılım öncesinde, esnasında ve sonrasında bilinçli beslenme ve sıvı tüketiminin gerekliliğini kavrar.\*Bireysel ve grupla beraber değişik vücut bölümlerini kullanarak bir nesneyi ulaştırmanın, yakalamanın ve nesneyi korumanın farklı yollarını bulur.\*Kazansa da kaybetse de önemli olanın fiziksel aktivitelere katılmak olduğunu kabul eder.* Başarma ve kaybetme duygularını centilmence yaşar.

\*Uygulama konularına katılmalarında sağlığı açısından, varsa problemini veya eksiğini bilir ve öğrenir (önemli). | -İl Milli Eğitim Müdürlüğü-İl İSGB Birimi-İSGB Diyetisyenleri-İl Fiziksel Aktivite sorumlu Beden Eğitimi Öğretmeni-Okul Müdürleri-Okul Beden Eğitimi Öğretmenleri-Sınıf Öğretmenleri-Özel Eğitim ÖğretmenleriDiğer branş öğretmenleri-Halk Eğitim Merkezleri-Gençlik ve Spor Bakanlığı İl ve İlçe Müdürlükleri-Belediyelerin Spor Daire Başkanlıkları-- Şırnak Ünv. Beden Eğitimi ve Spor bölümünün İlgili birimleri |

YILLIK PLANIN UYGULAMASINDA DİKKAT EDİLECEK HUSUSLAR

1. Yıllık planlama da her ay için yapılan planlamadaki Fiziksel Aktiviteler o ilin bulunduğu coğrafya, hava şartları ve sosyolojik yapısına göre farklılıklar göstereceği için, uygulamada İllerin Hareketli Yaşam ve Sportif aktivite sorumluları tarafından aktivitelerin yapılma zamanında belirli gün ve haftalar dışında değişiklikler yapılabilir.
2. Fiziksel aktivite sayıları, birinci maddede belirtilen sebeplerden dolayı, her ay için sayı olarak fazladır. Uygulamada aynı sebeplerden dolayı iller sadece belirledikleri aktiviteyi uygularlar.
3. Sağlıklı Beslenme konularında ana başlıkların içeriği eğitim aktivitelerinde özgün olarak geliştirilebilir.
4. Aktivitelerin uygulanması sırasında Fiziksel ve zihinsel engeli bulunan bireylerin durumu dikkate alınarak aktivitenin amacına ulaşması için doğabilecek aksaklıklara önlem alınmalıdır.
5. Aktivitelerin uygulanması sırasında kronik sağlık sorunu olan bireyler tespit edilmeli, aktivite o bireyler için gurup içinde ama yapabilecekleri kadar uygulanmalı, gerekirse aktivite dışında tutulmalıdır.
6. İllerin Özel günleri ve kurtuluş günleri yıllık plana ilgili il sorumluları tarafından eklenerek planlama uygulanabilir.
7. Hava şartlarından dolayı ilk ders saatinden önce yapılamayan sabah jimnastiği 1.ders saati içerisinde sınıflarda uygulanabilir
8. Öğrencilerin Fiziksel Etkinlik Karneleri veri girişleri zamanında yapılmalıdır. Öğrencilerden Obez ya da Zayıf olanlara yönelik Toplum Sağlığı Merkezlerinden Diyetisyen ve Fizyoterapist koordinesine çalışmalar yapılmalıdır.
9. Şırnak İl Milli Eğitim Müdürlüğü koordinesinde HAREKETLİ YAŞAM VE SPORTİF ETKİNLİKLER ÇALIŞTAY RAPORU DOĞRULTUSUNDA ALINAN KARARLAR Çerçeve Plana alınmıştır.