RESMİYE MEHMET KARAÖZ İLKOKULU HARKETLİ YAŞAM VE

SPORTİF ETKİNLİKLER ÇALIŞMA PLANI

Okulumuzda aylık yapılması planlanan fiziksel aktivite sayıları ve sağlıklı Beslenme konularında ana başlıkların içeriği eğitim aktivitelerinde özgün olarak planlaması aşağıda verilmiştir.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Uygulama yapılacak Hafta** | **Sağlıklı Beslenme**  **( Ara öğün)** | **Mahalli Oyunlar** | **Akıl Zeka Oyunları** | **Sabah Egzersizleri** | **Açıklamalar** |
| 27.12.2023 – 03.01.2024 Tarihleri Arası | Yoğurt mayalama | “Tuz buz” oyunu  (Hava şartlarına göre yapılacak) | Mangala, Q-Bitz, Equlibrio, Küre, Pentago | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak. |  |
| 04.01.2024 – 11.01.2024 Tarihleri Arası | Kuru meyve ve kuru yemişler | Bocca  (Hava şartlarına göre yapılacak) | Mangala, Q-Bitz, Equlibrio, Küre, Pentago | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | Akıl ve Zeka Oyunları Okul yarışmaları yapılacak. |
| 12.01.2024 – 19.01.2024 Tarihleri Arası | Çorba Günü | “Vız (Kim vurdu) oyunu  (Hava şartlarına göre yapılacak) | Mangala, Q-Bitz, Equlibrio, Küre, Pentago | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | Akıl ve Zeka Oyunları Okul yarışmaları yapılacak. |
| 05.02.2024 – 11.02.2024 Tarihleri Arası | Doğal sıkma meyve suyu (Mevsimsel) | (Hava şartlarına göre yapılacak) | 23 Nisan Ulusal Egemenlik Bayramı Çalışmaları | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | İlçe programı hazırlıkları |
| 12.02.2024 – 16.02.2024 Tarihleri Arası | Doğal çorba | Dart | 23 Nisan Ulusal Egemenlik Bayramı Çalışmaları | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | İlçe programı hazırlıkları |
| 19.02.2024 – 23.02.2024 Tarihleri Arası | Kuru meyve ve kuru yemişler | “Dokuztaş” Oyunu | 23 Nisan Ulusal Egemenlik Bayramı Çalışmaları | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | İlçe programı hazırlıkları |
| 26.02.2024 – 01.03.2024 Tarihleri Arası | Meyve tabağı | “Kelime” Oyunu | 23 Nisan Ulusal Egemenlik Bayramı Çalışmaları | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | İlçe programı hazırlıkları |
| 04.03.2024 – 08.03.2024 Tarihleri Arası | Yoğurt | “İsim bitki hayvan” oyunu | 23 Nisan Ulusal Egemenlik Bayramı Çalışmaları | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | İlçe programı hazırlıkları |
| 11.03.2024 – 15.03.2024 Tarihleri Arası | Çorba | “Aç Kapıyı Bezirganbaşı” Oyunu | 23 Nisan Ulusal Egemenlik Bayramı Çalışmaları | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | İlçe programı hazırlıkları |
| 18.03.2024 – 23.03.2024 Tarihleri Arası | Meyve tabağı | “Beştaş” Oyunu | 23 Nisan Ulusal Egemenlik Bayramı Çalışmaları | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | İlçe programı hazırlıkları |
| 26.03.2024 – 30.03.2024 Tarihleri Arası | Süt | “İp Atlama” Oyunu | 23 Nisan Ulusal Egemenlik Bayramı Çalışmaları | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | İlçe programı hazırlıkları |
| 02.04.2024 – 06.04.2024 Tarihleri Arası | Meyve tabağı | “İstop” Oyunu | 23 Nisan Ulusal Egemenlik Bayramı Çalışmaları | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | İlçe programı hazırlıkları |
| 16.04.2024 – 20.04.2024 Tarihleri Arası | Kuru yemiş (Fındık, ceviz vs.) | “Kutu Kutu Pense” Oyunu | 23 Nisan Ulusal Egemenlik Bayramı Çalışmaları | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | İlçe programı hazırlıkları |
| 24.04.2024 – 29.04.2024 Tarihleri Arası | Yoğurt | “Mendil kapmaca” oyunu | Bahçe oyunları | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak |  |
| 02.05.2024 -06.05.2024 | Meyve tabağı | “Sek sek” oyunu | Bahçe oyunları | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak |  |
| 09.05.2024 -13.05.2024 | Ayran | “İlkbahar Yaz Sonbahar Kış” Oyunu | 19 Mayıs Atatürk’ü Anma, Gençlik ve Spor Bayramı etkinlikleri | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | Okul programı |
| 16.05.2024 -20.05.2024 | Çorba | “Yağ Satarım Bal Satarım” oyunu | 19 Mayıs Atatürk’ü Anma, Gençlik ve Spor Bayramı etkinlikleri | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | Okul programı |
| 23.05.2024 -27.05.2024 | Kısır Salatası | “Yakan Top” | Yakan Top turnuvası | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | Okul içi |
| 30.05.2024 -03.06.2024 | Ev yapımı kurabiye | “Yakan Top” | Yakan Top turnuvası | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | Okul içi |
| 06.06.2024 -10.06.2024 | Ev yapımı dondurma | “Slolom yarışmaları” oyunu | Bahçe oyunları | Her sınıf sabah ilk saatinde belirlenen egzersizleri öğrencileriyle birlikte yapacaklar.  Pazartesi Bayrak töreninden sonra hava durumuna göre okulca egzersiz yapılacak | Okul içi |

İşbu eylem planı 19.12.2023 Salı Günü imza altına alınmıştır. Bu eylem planın işleyişinden komisyon üyeleri sorumlu olup koordinasyonu Sinem Kızılkaya ERTİT tarafından yapılacaktır.

HARKETLİ YAŞAM VE

SPORTİF ETKİNLİKLER ÇALIŞMA KOMİSYONU

Perihan ŞEN Aysun ŞATROL Nihal ÇARPAR İlknur KIRCI Selim KİLİT Sinem KIZILKAYA ERTİT

Okulöncesi Öğrt. Sınıf Öğrt. Sınıf Öğrt. Sınıf Öğrt. Sınıf Öğrt. Pisoklojik Danışman (Koor)

Tacettin SÜER H.Ali ÖZDEN

Müdür Yardımcısı Okul Müdürü