



AYŞE MİRİCİ ORTAOKULU

ERASMUS+ HOW HEALTHY ARE YOU? (NE KADAR SAĞLIK LISİNİZ?) KA229 PROJESİ



PROJE HAKKINDA

- "Ne kadar sağlıklısınız? isimli projemizde amacımız öğrencileri sağlığın her alanında duyarlı hale getirmek, ve okulda, velilerde veya ulaşabildiğimiz her yerde etkili olmaktır.
- Projemiz çocukların beslenme, fiziksel aktivite veya çevresel sorumlulukları geliştirme; daha sağlıklı yaşamalarını sağlamak, geri dönüşüm sistemini iyileştirmesi, yeşil alanlar yaratması, plastik kullanımını azaltması, öğrenciler ve ailelerde daha sağlıklı alışkanlıklar geliştirmesi konularını içeriyor.
- Proje koordinatörümüz İspanya. Ortaklarımız, İngiltere, Galler ve İtalya'dan 2 okul. Projemiz 2019 Ağustos'ta başladı ve 2021 Temmuz sonunda sona erecek.

HEDEFLER

- Sağlıklı beslenme hakkında bilgi sahibi olmak,
- Sağlık için iyi olan ve kötü olan nedir?
- Farklı kültürlerin yemekleri,
- Sağlık faaliyetleri için kulüpler oluřturmak,
- Zinde ve sağlıklı kalmaya yönelik etkinlikler yapmak,
- Ortakların sağlık faaliyetleri hakkında bilgi edinmek ve bunu tüm ortaklara yaymak.

ÇALIŞMA SÜRECİ

Her ortak, günlük diyetleriyle ilgili uzmanlıklarını ve faaliyetlerini paylaşacak. Benzerlikler ve farklılıklar hakkında bilgi edineceğiz. Spor faaliyetlerimizi paylaşacak ve ortaklarımızı kendi kurumlarında bu tür faaliyetler için teşvik edeceğiz. Bu süre zarfında kurumlarda faaliyetler için kulüpler oluşturulacak ve uygulanacaktır. Projemize 10-15 yaş arası öğrenciler dahil ve bu öğrenciler projemizde aktif olarak yer alacaklar.

ETKİNLİKLERİMİZ

LOGO ÇALIŞMALARI

Çok sayıda öğrencimiz logo çalışmasına katıldı. Tamamladıkları çalışmalarını Görsel Sanatlar öğretmenimiz topladı ve arasından 3 tanesini proje ortaklarımıza aday logo olarak gönderdik. Tüm ortakların logo çalışmaları arasından proje logosunu belirlemek için bir anket çalışması yaptık.

TEMİZ
DÜNYA



TEMİZ
YAŞAM



SAĞLIK ANKETİ

öğrencilerimizin evde uyguladıkları çevre dostu çalışmaları, aile ve okulla ilgili duygularını ve fiziksel durumlarını tespit etmek amacıyla bir anket çalışması yaptık ve ankete 164 öğrencimiz katıldı.

ANKET ÇALIŞMA BAĞLANTIMIZ:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc-cAuT6krkaTJI8bTUXGaltkcUKgNSO6AUX5bHk6hV5a6isg/viewanalytics>

GERİ DÖNÜŞÜM KULÜBÜ

Bir geri dönüşüm kulübü oluşturduk. Her sınıfımıza bir geri dönüşüm kutusu hazırladık ve geri dönüşüm kulübü öğrencilerimiz bu atıkları toplamakla sorumlu oldular.



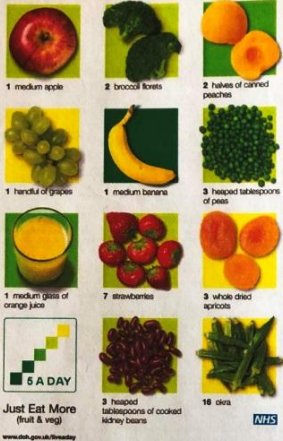
GELENEKSEL ÇOCUK OYUNLARI

Geleneksel çocuk oyunların oynanmasını teşvik etmek için öğrencilerimizi bu oyunları oynamaları için destek olduk.

ETKİNLİK VİDYOMUZ:

https://youtu.be/7SXTmFb_VDE

SAĞLIK KARNESİ



My Healthy Living PASSPORT

Logo for programme here

Name: _____

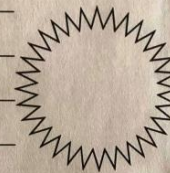
School: _____

Complete your Healthy Living Passport over 4 weeks. Show your Passport to your teacher every week so they can put a stamp or sticker in your Passport!

Have fun staying healthy and fit!

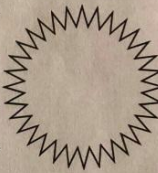
Week 1

Exercise for 30 minutes twice in the week
(write down what exercise you did).



Week 3

Use public transport or walk to school
(3 out of 5 days).



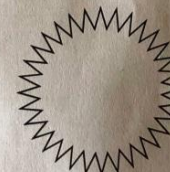
Week 2

Eat 5 portions of fruit and vegetables for at least 3 days in the week (tick each time a fruit or vegetable has been eaten).

Day 1

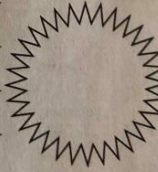
Day 2

Day 3



Week 4

Help to cook a healthy meal for your family
(write down what meal you made).



AÇLIĞA KARŞI MÜCADELE

Okulumuzda yardımlaşma bilinci kazandırmak ve ihtiyaç sahibi olanlara destek olabilmek için minik bir kermes düzenledik. Düzenlenen bu kermese tüm okulumuzun katılımı sağlandı. Sabah ilk derste hazırlıklar tamamlandı ve ikinci derste tüm personel ve öğrencilerin katılımıyla kermesimizi gerçekleştirdik. Kermesten elde edilen gelir, okulumuz Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Kulübü tarafından ihtiyaç sahiplerine ulaştırıldı.





ÇEVRE TEMİZLİĞİ

Proje süresince devam edecek bir etkinlikti. İlk olarak okumuz Çevre Koruma Kulübü öğrenci ve öğretmenlerimizle okul çevresinde temizlik yaptık. Ancak sonraki etkinliklerimizi salgın dolayısıyla gerçekleştiremedik.



AYŞE MİRİCİ ORTAOKULU





AKILLI BESLENME

Meyve bahçeleri gezileriyle öğrenciler yemeğin nereden geldiğini, tüm süreçleri farklı görevlerle öğrenecekler.

ETKİNLİK VİDEOSU:

https://youtu.be/2_jShhg4s1I

TÜRKİYE ZİYARETİ

22-24 EKİM 2019

22-24 Ekim 2019 tarihleri arasında 3 gün boyunca İspanya, İngiltere ve Galler'den toplan 6 öğretmeni ağırladık. Toplantı süresince hem okulumuzun sağlıkla ilgili etkinliklerini gösterme fırsatımız oldu hem de ortaklarımızın etkinliklerini öğrendik. Ayrıca ortaklarımıza bölgemizde bulunan tarihi ve turistik yerleri tanıttık.

http://aysemiriciortaokulu.meb.k12.tr/icerikler/erasmus-how-healthy-are-you-ilk-toplanti_8025797.html

1. GÜN 22 EKİM 2019 SALI:

Ziyaretçilerimizi öğrencilerimiz ve öğretmenlerimizle karşıladık. Sonra Koordinatörler toplantısı yaptık









Ardından Anasınıfı etkinliğine katıldık



Öğle yemeğinden sonra Tarsus İlçe Milli Eğitim Müdürümüz Mehmet Metin' i ziyaret ettik



Sonrasında Tarsus Borsa İstanbul İlkokulunu ziyaret ettik





Eldeli Toplama İşlemi

19	28	36	47	53	95
+	+	+	+	+	+
4	4	5	9	6	



Akşam yemeğinde öğretmenlerimizin katılımıyla
Türkçe Öğretmenlerimiz Nurcan ve İbrahim
Tatlises' in evinde bir akşam yemeği yedik



2. GÜN 23 EKİM ÇARŞAMBA

Önce bir koordinatörler toplantısı yaptık ardından da İlçe Sağlık Müdürlüğünden davet ettiğimiz doktorumuz bize sağlıkla ilgili bir sunu yaptı.







Sunudan sonra Tarsus'un tarihi ve turistik yerlerini gezdik. Bu gezide rehberliğimizi öğrencilerimiz yaptı







AYŞE MİRİÇİ ORTAOKULU

“HOW HEALTHY ARE YOU?”

Erasmus+ Turkey Spain Italy United Kingdom

3. GÜN 24 EKİM PERŞEMBE

Koordinatörler toplantısından sonra ziyaretçilerimiz sınıflarımızda derslere katıldılar. Daha sonra fide tesisleri, muz ve narenciye bahçelerini gezdik. Ardından da gün boyu süreceK Mersin turu yaptık.









PROJE İLE İLGİLİ SİTELER

Web sitesi:

<https://akbulutferhat.wixsite.com/howhealthyareyou>

Okul Sitesi:

http://aysemiriciortaokulu.meb.k12.tr/icerikler/erasmus-how-healthy-are-you-ilk-toplanti_8025797.html

YouTube :

<https://www.youtube.com/channel/UC6m1WO4jccBVjA02drvH-WA>

Blog:

<https://howhealthyareyou.school.blog/>