**AMASYA ABDURRAHMAN KAMİL ORTAOKULU**

**2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**  **BESLENME DOSTU OKULLAR PROJESİ**

Öğrencilerin kişiliği özellikle okul çağlarında şekillenmekte ve yetişkin çağdaki davranışları üzerinde etkili olacak alışkanlıkların edinilmesi yine bu yıllara dayanmaktadır. Bu nedenle, okul içinde sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamın teşvik edilmesi amacıyla bu konuda yapılan uygulama ve faaliyetler ile eğitmenlerin sergilediği örnek davranışlar, çocuk ve gençlerimizin sağlıklı yaşam alışkanlıklarını kazanmalarında temel rol oynamaktadır.

Koruyucu sağlık hizmetleri kapsamında, okullarda sağlıklı beslenme, obezitenin önlenmesi ve hareketli yaşam konularında duyarlılığın arttırılması ve bu konuda yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi amacıyla, Milli Eğitim Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığının işbirliği içerisinde yürüttüğü **"Beslenme Dostu Okul"** projesine okulumuz da katılmış bulunmaktadır.

"Beslenme Dostu Okul Projesi" Milli Eğitim Bakanlığı ile işbirliği içerisinde okulların, belirlenen kriterler doğrultusunda "Beslenme Dostu Okullar Değerlendirme Formu" ile denetlenmesi, 100 puan üzerinden 75 ve üzeri puan alan okulların "Beslenme Dostu Okul" sertifikası ile ödüllendirilmesi aşamalarını içermektedir.

Proje kapsamında Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Beslenme Dostu Okul Projesi Yıllık Planı oluşturularak çalışmalara başlanmıştır.

**AMAÇ**

**Amasya** ili, Merkez İlçesi, Abdurrahman Kamil Ortaokulu’nda, Beslenme Dostu Okul Programının, Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programında belirtilen amaç, hedef ve stratejiler kapsamında yapılacak uygulamalarla öğrencilerimizin, velilerimizin okulumuz personelinin **3 yıl** sonunda “***Sağlıklı okul dönemi ile beraber ailelerde ve çocuklarımızda beslenme bilincini artırma, sağlık risklerini azaltma ve sağlıklı nesiller yetiştirmek için gerekli; hareketli, sportif, dengeli beslenme eğitim hizmetini sağlamak.”*** ***’***dır.

**HEDEFLERİMİZ**

* Beslenme Dostu Okul Programı uygulama kılavuzu doğrultusunda Okulumuzda Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam ekibinin kurularak, Beslenme Dostu Okul Planının hazırlanması ve uygulamaya geçirilerek öğrenci ve çevremizde farkındalık yaratmak,
* "Beslenme Dostu Okul Projesi" ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik etmek,
* Okullumuzda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin alınmasını sağlamak,
* Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaları desteklenmek,
* Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapmak,
* 2022 yılına kadar okul ve çevre genelinde obezite ve oluşturduğu sağlık riskleri konusunda farkındalık oluşturmak,
* Sağlıklı beslenme ve sportif faaliyetlerin önemini kavratmak,
* Okul Çalışanlarının beslenme, fiziksel aktivite konusunda düzenlenen ders, etkinlik ve davranışlarda öğrencilerimize rol model olmasını sağlanmak,
* Okul kantinimizde, besleyici değeri yüksek sağlıklı gıdalarla beslenme bilgisinin oluşturulmasını sağlamak,
* Okulumuzda bulunan ve özel beslenme gerektiren Diyabet, Çölyak, Besin alerjisi vb. hastalıkları taşıyan çocukların beslenmelerine uygun yiyecek ve içeceklerin okul kantinlerinde bulundurulması ve bu konularda kantin / yemekhane çalışanlarının bilgilendirilmesini sağlamak,
* Sağlıklı Okul Çevresinin geliştirilmesi amacıyla sağlıklı beslenme ve düzenli fiziksel aktivitelerle ilgili olumlu mesaj içeren afiş, poster vb. asılmasının sağlanmak,

**ABDURRAHMAN KAMİL ORTAOKULU**

**2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI BESLENME DOSTU OKULLAR PROJESİ EYLEM PLANI**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **SIRA** | **AY** | **PLANLANAN ÇALIŞMALAR** | **UYGULAYICI BİLGİLERİ**  **ve**  **AÇIKLAMALAR** |
| **1** | EYLÜL 2019 | “Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekip” üye listesinin oluşturulması ve ilk toplantısının gerçekleştirilmesi.    Beslenme dostu okul projesi eylem planının oluşturulması | Okul müdürü Alpaslan KANAR başkanlığında;  1-Tuncay BİLİR (Beden Eğitimi Öğrt)  2-Tuba AKIN (Beden Eğitimi Öğrt)  3-Emine YÜKSEL (Türkçe Öğrt)  4-Tuğba ACABEY (Türkçe Öğrt)  5-Fatma ALDEMİR (Bilişim Tek. Öğrt)  6-Emel UYANIK (İngilizce Öğrt)  7-Kemal ÖZDEMİRCİOĞLU (Fen Bil. Öğrt)  8-Zuhal KAYMAKLI (Fen Bil. Öğrt)  9-Merve TEKİN (Matematik Öğrt)  10-Hamide KÖKSAL GÜMÜŞ(Tek. Tas. Öğrt.)  11-Ferhat GÜNEŞ (Müdür Yardımcısı)  Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi oluşturulmuş ve Eylem Planı hazırlanmıştır. |
| Okulun web sayfasında proje içeriğinin duyurulması ve Okul sağlığı ile ilgili köşe oluşturulması  EBA dan yapılabilecek etkinliklere yönelik tartışma açılması | Basın-Yayın Ekibi tarafından;  Fatma ALDEMİR - Ferhat GÜNEŞ |
| Beslenme Dostu Okul Projesi için sınıf öğrenci temsilcilerinin seçilmesi ve bilgilendirme toplantısı. | Sınıf Şube Rehber Öğretmenleri ile İşbirliği içerisinde;  (Tuğba ACABEY - Emine YÜKSEL - Emel UYANIK - Ferhat GÜNEŞ)  tarafından. |
| Beslenme dostu bilgilendirme panosunun oluşturulması. | Tuğba ACABEY - Emine YÜKSEL - Emel UYANIK organize ederek;  Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından |
| Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğrencilere verilmesi ve uygulanması. | Fen Bilimleri öğretmenleri tarafından;  Kemal ÖZDEMİRCİOĞLU - Zuhal KAYMAKLI - Merve TEKİN - Hamide KÖKSAL GÜMÜŞ  Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından;  Tuba AKIN - Tuncay BİLİR |
| Aylık çalışmaların değerlendirilmesi. | Ekip Başkanı Alpaslan KANAR başkanlığında;  Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi |
| **2** | EKİM 2019 | Beslenme bilgilendirme afiş, poster ve broşürlerin hazırlanması ve asılması.Fotoğraflanması | Tuğba ACABEY - Emine YÜKSEL - Emel UYANIK tarafından organize edilerek;  Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından; |
| Sağlıklı Beslenme ile ilgili bilgilendirme (sunum hazırlanması ve yapılması) | Zuhal KAYMAKLI ve Fatma ALDEMİR tarafından organize edilerek;  Fen Bilimleri ve Bilişim Teknolojisi ve Yazılım Dersi öğretmenleri tarafından. Tüm sınıflara; |
| Okul kantininin denetlenmesi  Aylık sağlıklı beslenme listesinin hazırlanarak kantine asılması | Kantin denetleme ekibi;  Fen Bilgisi Öğretmenleri ve iki sınıf öğrenci temsilcisi tarafından |
| EBA üzerinden sağlıklı beslenmeye dikkat çekmek amacıyla anket düzenlenmesi | Fatma ALDEMİR tarafından organize edilerek;  Tüm sınıflara |
| Aylık çalışmaların değerlendirilmesi. | Ekip Başkanı Alpaslan KANAR başkanlığında;  Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi |
| **3** | KASIM 2019 | Okul içi Beslenme Dostu Okul Panosunun Yenilenmesi | Tuğba ACABEY - Emine YÜKSEL - Emel UYANIK tarafından organize edilerek;  Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından; |
| Okuldaki öğrencilerin boy ve kilo ölçümlerinin yapılması, istatistiklerinin tutulması, velilerle görüşülerek problemli öğrencilerin sağlık kuruluşuna yönlendirilmesi | Beden Eğitimi Dersi öğretmenleri  Tuba AKIN - Tuncay BİLİR tarafından |
| Sağlıklı beslenme konusunda farkındalığın arttırılması amacıyla 6. Sınıf öğrencilerinin Bakraç Süt Fabrikasına götürülmesi | Ferhat GÜNEŞ tarafından organize edilerek;  İlgili şube öğretmenleri tarafından |
| Okul kantininin denetlenmesi  Aylık sağlıklı beslenme listesinin hazırlanarak kantine asılması | Kantin denetleme ekibi;  Fen Bilgisi Öğretmenleri ve iki sınıf öğrenci temsilcisi tarafından |
| Aylık çalışmaların değerlendirilmesi. | Ekip Başkanı Alpaslan KANAR başkanlığında;  Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi |
| **4**  **5** | ARALIK 2019 | Sağlık ve Hareketli Yaşam için Yürüyüş Etkinliği | Beden Eğitimi Dersi öğretmenleri  Tuba AKIN - Tuncay BİLİR tarafından  6. sınıf öğrencilerine |
| Veli bilgilendirmeye yönelik Sağlıklı Beslenme, Obezite ,Diyabet ve Sağlık Bilgisi konularının yer aldığı broşür hazırlayarak velilere dağıtılması | Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi tarafından;  Tüm sınıflara |
|  | Ağız ve diş sağlığı konusunda bir sağlık ekibince seminer verilmesi | Ferhat GÜNEŞ tarafından organize edilerek;  İlgili sınıflara |
| Sınıf ortamında beslenmeyi konu alan tartışma ortamının yaratılması için sınıf öğretmenlerine bilgilendirme yapmak. | Tuğba ACABEY - Emine YÜKSEL - Emel UYANIK tarafından;  Türkçe öğretmenleri ve Şube Rehber Öğretmenlerine |
| Okul kantininin denetlenmesi  Aylık sağlıklı beslenme listesinin hazırlanarak kantine asılması | Kantin denetleme ekibi;  Fen Bilgisi Öğretmenleri ve iki sınıf öğrenci temsilcisi tarafından |
| Yerli Malı Haftası etkinlikleri  ***12-18 Aralık Yerli Malı Haftası*** | Sınıf Şube Rehber Öğretmenleri tarafından;  Tüm sınıflara |
| Aylık çalışmaların değerlendirilmesi | Ekip Başkanı Alpaslan KANAR başkanlığında;  Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi |
| 5 | OCAK 2020 | Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcilerinin yapılacak faaliyetler hakkında bilgilendirilmesi | Ferhat GÜNEŞ - Tuğba ACABEY - Emine YÜKSEL - Emel UYANIK tarafından; |
| Okul kantininin denetlenmesi  Aylık sağlıklı beslenme listesinin hazırlanarak kantine asılması | Kantin denetleme ekibi;  Fen Bilgisi Öğretmenleri ve iki sınıf öğrenci temsilcisi tarafından |
| Öğrencilere sağlıklı yaşam ve fiziksel aktiviteyi destekleyici doğru beslenmeyle ilgili video izletilmesi. | Beden Eğitimi Dersi öğretmenleri  Tuba AKIN - Tuncay BİLİR tarafından  Tüm Sınıflara |
| Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğrencilere hatırlatılması. | Beden Eğitimi Dersi öğretmenleri  Tuba AKIN - Tuncay BİLİR tarafından |
| Besinler ve kalori içerikleri hakkında poster ve afiş hazırlanıp panoda sergilenilmesi. | Fen Bilimleri öğretmenleri ve Bilişim Teknolojileri Öğretmeni; Kemal ÖZDEMİRCİOĞLU - Zuhal KAYMAKLI - Merve TEKİN - Hamide KÖKSAL GÜMÜŞ – Fatma ALDEMİR tarafından |
| Dönem Sonu Yapılan Çalışmaların Değerlendirilmesi ve Raporlandırma | Ekip Başkanı Alpaslan KANAR başkanlığında;  Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi |
| **6** | ŞUBAT 2020 | Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğrencilere hatırlatılması. | Beden Eğitimi Dersi öğretmenleri  Tuba AKIN - Tuncay BİLİR tarafından  Tüm Sınıflara |
| Sağlıklı Beslenme konulu sınıflarda slogan çalışmalarının yapılması ve yapılan çalışmaların panoda sergilenmesi. | Tuğba ACABEY - Emine YÜKSEL - Emel UYANIK tarafından organize edilerek ;  Türkçe, Görsel Sanatlar, Teknoloji ve Tasarım Öğretmenleri rehberliğinde tüm sınıflar |
| El hijyeni hakkında öğrencilerin bilgilendirilmesi. | Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi organizesinde aynı gün  Tüm sınıflara |
| Teneffüslerde öğrencilerin bahçede hareketli oyunlar oynamasının sağlanması | Beden Eğitimi Dersi öğretmenleri  Tuba AKIN - Tuncay BİLİR tarafından Tüm Sınıflara |
| Okul kantininin denetlenmesi  Aylık sağlıklı beslenme listesinin hazırlanarak kantine asılması | Kantin denetleme ekibi;  Fen Bilgisi Öğretmenleri ve iki sınıf öğrenci temsilcisi tarafından |
| Aylık çalışmaların değerlendirilmesi. | Ekip Başkanı Alpaslan KANAR başkanlığında;  Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi |
| **7** | MART 2020 | Sağlık ve Hareketli Yaşam için Yürüyüş Etkinliği | Beden Eğitimi Dersi öğretmenleri  Tuba AKIN - Tuncay BİLİR tarafından  7. sınıf öğrencilerine |
| Teknolojinin Zararları ile ilgili Seminer | Ferhat GÜNEŞ – Fatma ALDEMİR – Okul Rehberlik Servisi tarafından organize edilerek  Tüm sınıflara |
| Sağlıklı beslenme konulu resim yarışması düzenleme | Tuğba ACABEY - Emine YÜKSEL - Emel UYANIK – Zehra Ebru BAHŞİ organize ederek;  6. sınıflar |
| Okul kantininin denetlenmesi  Aylık sağlıklı beslenme listesinin hazırlanarak kantine asılması | Kantin denetleme ekibi;  Fen Bilgisi Öğretmenleri ve iki sınıf öğrenci temsilcisi tarafından |
| Aylık çalışmaların değerlendirilmesi. | Ekip Başkanı Alpaslan KANAR başkanlığında;  Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi |
| **8** | NİSAN 2020 | Sağlık ve Hareketli Yaşam için Yürüyüş Etkinliği | Beden Eğitimi Dersi öğretmenleri  Tuba AKIN - Tuncay BİLİR tarafından  5. sınıf öğrencilerine |
| Tükettiğimiz hazır içecekler ve yiyecekler hakkında okul panosunu düzenleme  ***7-13 Nisan ‘Dünya Sağlık Haftası’*** | Tuğba ACABEY - Emine YÜKSEL - Emel UYANIK tarafından organize edilerek ;  Beslenme Dostu Okul Projesi sınıf öğrenci temsilcileri tarafından; |
| Okul kantininin denetlenmesi  Aylık sağlıklı beslenme listesinin hazırlanarak kantine asılması | Kantin denetleme ekibi;  Fen Bilgisi Öğretmenleri ve iki sınıf öğrenci temsilcisi tarafından |
| Aylık çalışmaların değerlendirilmesi. | Ekip Başkanı Alpaslan KANAR başkanlığında;  Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi |
| **9** | MAYIS 2020 | Sağlık ve Hareketli Yaşam için Yürüyüş Etkinliği  ***22 Mayıs "Dünya Obezite Günü’’*** | Beden Eğitimi Dersi öğretmenleri  Tuba AKIN - Tuncay BİLİR tarafından  8. sınıf öğrencilerine |
| Her gün sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğrencilere hatırlatılması. | Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi tarafından  Tüm Öğrencilere |
| Okul kantininin denetlenmesi  Aylık sağlıklı beslenme listesinin hazırlanarak kantine asılması | Kantin denetleme ekibi;  Fen Bilgisi Öğretmenleri ve iki sınıf öğrenci temsilcisi tarafından |
| Aylık çalışmaların değerlendirilmesi. | Ekip Başkanı Alpaslan KANAR başkanlığında;  Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi |
| **10** | HAZİRAN 2020 | Yıl Boyu yapılan çalışmaların değerlendirilmesi ve dosyalanması. | Ekip Başkanı Alpaslan KANAR başkanlığında;  Sağlıklı Beslenme ve Yaşam Ekibi |

Müdür Yardımcısı

Ferhat GÜNEŞ

Okul Müdürü

Alpaslan KANAR

HAZIRLAYAN:

ABDURRAHMAN KAMİL ORTAOKULU

SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ ÜYELERİ

AĞUSTOS-2019

Alpaslan KANAR

Okul Müdürü

**NOT: Bu plan 1 yıllık olarak hazırlanmış olup her eğitim öğretim yılı başında tekrar revize edilip 3 yıl süreyle uygulanacaktır.**