

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
МБОУ «Полдарская СОШ»  
№ 92–ОД от «01» сентября 2022г.



**Программа**  
**«Культура здорового питания»**  
**МБОУ «Полдарская СОШ»**  
**2022– 2023 гг.**

**Пояснительная записка**

Сохранение здоровья и увеличение продолжительности жизни населения страны является приоритетной задачей государственной политики Российской Федерации. Здоровье подрастающего поколения катастрофически ухудшается. По свидетельству специалистов, при поступлении в школу имеет различные заболевания каждый десятый ребенок, при выпуске все совершенно наоборот – лишь каждый десятый не имеет отклонений по здоровью. И наряду с нарушениями костно-мышечной системы значительное место занимают заболевания органов пищеварения, эндокринной системы, болезни, связанные с нарушением обмена веществ.

Поэтому одна из главных задач школы сегодня – помочь детям осознать ценность здоровья и назначение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью. Для этого школьники должны знать и, главное, принять для себя основные принципы здорового образа жизни, а это возможно только в результате серьезной кропотливой совместной работы педагогов, родителей и самого ребенка.

Среди факторов, влияющих на здоровье детей в школе, отмечены следующие:

- 1.Уровень учебной нагрузки на организм учащихся.
- 2.Состояние лечебно – оздоровительной работы в школе.
- 3.Состояние внеурочной воспитательной работы в школе.
- 4.Уровень психологической помощи

Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального сбалансированного питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, способности к обучению, профилактике заболеваний, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов во все возрастные периоды.

Соблюдение принципов рационального, сбалансированного питания, оптимальное формирование рациона питания учащихся, правильное составление меню и приготовление пищи – важнейшие компоненты оздоровления детей с болезнями органов пищеварения и нарушениями обмена веществ. Организация хорошего питания в школе обуславливается и тем, что ребенок много времени находится в школе, поэтому главным образом на школе лежит функция организации правильного питания.

Поэтому в программе «Культура здорового питания» здоровье ребенка рассматривается не только как цель, содержание и результат образовательного процесса, но и как критерий оценки качества и эффективности педагогической деятельности.

В реализации программы «**Культура здорового питания**» задействованы все службы школы: администрация, педагоги, социальный педагог, медицинский работник и технический персонал.

**Цель программы:**

Создание условий, способствующих укреплению здоровья учащихся через формирование навыков правильного здорового питания.

**Задачи программы:**

1. Способствовать формированию здоровой личности.
2. Добиться увеличения охвата обучающихся горячим питанием.
3. Внедрить новые формы организации питания.
4. Обеспечить благоприятные условия для качественного образовательного процесса.
5. Сотрудничество системы образования с семьей, общественностью по формированию культуры здорового питания.
6. Взаимодействие всех участников образовательного процесса, делегирование полномочий и разделение ответственности за сохранение и укрепление здоровья школьников.

**Участники программы:**

***Родители обучающихся:***

- организация контроля за питанием: родительский комитет класса и школы.

***Администрация:***

- индивидуальные беседы;  
- пропаганда санитарно-гигиенических знаний среди участников образовательного процесса, основ здорового образа жизни.

***Педагогический коллектив:***

- совещания;  
- родительские собрания, классные часы, беседы о ЗОЖ, рациональном питании;  
- пропаганда здорового образа жизни.

***Медицинские работники:***

- индивидуальные беседы;  
- контроль за здоровьем обучающихся;  
- контроль за состоянием столовой и пищеблока.

***Социальный педагог:***

- выявление неблагополучных семей, посещение на дому;  
- помощь в выборе занятий по интересам;  
- санитарно-гигиеническое просвещение.

***Основные мероприятия программы:***

1. Предоставление школьникам качественного, сбалансированного и рационального питания, соответствующего физиологическим потребностям детей разных возрастных групп по энергетической ценности.
2. Соответствие ежедневного меню нормам СанПиН.
3. Соответствие обеденного зала нормам СанПиН.
4. Культура принятия пищи.
5. Максимальный контроль за качеством питания.

6. Максимальный охват школьников питанием.
7. Разъяснительная и профилактическая работа по вопросам здорового питания и пропаганда здорового питания как среди школьников, так и их родителей.
8. Оснащение пищеблока современным технологическим оборудованием, качественной посудой.
9. Работа комиссии по питанию согласно плану мероприятий.

#### **Реализация программы:**

Бюджетное финансирования: дотации на питание учащихся 1-4 классов, дотация на льготное питание учеников 5-11 класса, родительская оплата. Данная программа рассчитана на два года и предполагает постоянную работу по её дополнению и совершенствованию. В этом учебном году следует уделить особое внимание решению следующих задач:

- Обработка системы выявления уровня культуры здорового питания учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
- Создание условий для обеспечения культуры здорового питания учащихся и формирования здорового образа жизни.
- Просвещение родителей в вопросах культуры здорового питания детей с мониторингом оздоровительной работы в школе.

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включения педагогического коллектива в процесс реализации данной программы. Осознанного понимания каждым учителем значимости стоящих перед ним задач.

№ п\п	Основные мероприятия	Срок	Исполнители
<b>1. Организационно-аналитическая работа</b>			
1	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания с привлечением родительской общественности.	Сентябрь, май	Директор школы, Председатель управляющего совета, комиссия по контролю за организацией и качеством питания
2	Заседание родительского комитета школы совместно с классными руководителями:  по организации питания по вопросам:  - охвата учащихся горячим питанием;  - профилактики инфекционных заболеваний.  -обеспечение учащихся из малообеспеченных семей льготным	Октябрь, февраль	Родительский комитет

	питанием		
3	Совещание с классными руководителями: -обеспечение учащихся 1-4 кл, детей из малообеспеченных семей льготным питанием; -комплексный контроль за документацией, качеством питания, дежурством.	Сентябрь, январь	Администрация, комиссия по контролю за организацией и качеством питания
4	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	В течение года	Администрация, комиссия по контролю за организацией и качеством питания
<b>2. Методическое обеспечение</b>			
1	Организация консультаций для классных руководителей: - культура поведения учащихся во время приема пищи; - соблюдение санитарно-гигиенических требований; - организация горячего питания – залог сохранения здоровья	В течение года	Зам. директора по ВР, ответственный по питанию
2	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся.	В течение года	Администрация, комиссия по контролю за организацией и качеством питания
<b>3. Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся</b>			
	Проведение классных часов по темам: «Здоровое питание»; «Зажигаем витаминно, чисто, ярко и спортивно»»; «Здоровое питание- залог здоровья»;	В течение года	Классные руководители, соцпедагог

	<p>«Пища настоящего и будущего: что есть, а что не есть... вот в чем вопрос»</p> <p>(для учащихся основной и старшей школы)</p> <p>«Хлеб-драгоценность, им не сори»</p>		
	<p>Цикл бесед: «Азбука здорового питания» (для учащихся начальной и основной школы);</p> <p>«Берегите свою жизнь» (для учащихся 5-9кл.).</p>	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители, соцпедагог
3	<p>Анкетирование учащихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Школьное питание</li> <li>- По вопросам питания</li> </ul>	Октябрь, февраль, апрель	Администрация, классные руководители
4	<p>Работа по оздоровлению обучающихся в летний период</p>	Июнь	Зам. директора по ВР, начальник лагеря дневного пребывания детей
	<p>Проведение игр, конкурсов, викторин по проблеме формирования культуры питания школьников:</p> <p>«Полезные советы сказочных героев» (1-2 кл.);</p> <p>«В гостях у доктора Айболита» (3-4 кл.);</p> <p>«Что? Где? Когда?» (5-6 кл.);</p> <p>Викторина «Азбука здоровья» (7-8 кл.);</p>	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители
	<p>Игра – праздник для учащихся начальной и основной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов</p>	Октябрь	классные руководители
	<p>Конкурс рисунков среди учащихся 1 – 4 классов «О вкусной и здоровой</p>		

	<p>пище».</p> <p>Выпуск рекламных плакатов «Новое поколение выбирает правильное питание» (5-9 кл.)</p> <p>Конкурс «Витаминный день»</p>	Второе полугодие	Учитель ИЗО, Классные рук.
<b>4. Работа с родителями по вопросам организации школьного питания</b>			
1	<p>Проведение классных и общешкольных родительских собраний по темам:</p> <p>«Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни»,</p> <p>«Народные традиции и их роль в формировании семейной культуры здорового питания»,</p> <p>«Питание и здоровье ребенка».</p> <p>Итоги медицинских осмотров учащихся</p>	В течение года	медсестра, классные руководители
<b>5. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей</b>			
1	Работа по эстетическому оформлению обеденного зала столовой	Сентябрь - декабрь	Администрация
2	Разработка новых блюд, изделий, их внедрение в систему школьного питания	В течение года	Зав. Производством, комиссия по контролю за организацией и качеством питания
3	Апробирование новых форм организации школьного питания	В течение года	Зав. производством, администрация
4	Обеспечение столовой новым технологическим оборудованием, посудой, разделочным инструментом	В течение года	Администрация школы
<b>6. Информационно- просветительская работа</b>			
1	Создание информационных	Творческая группа	Сентябрь

	буклетов для учащихся и родителей		
2	Подбор презентаций для проведения лекториев по проблеме здорового питания	Учитель информатики	В течение года
3	Создание странички на сайте школы «Питание школьников»	Учитель информатики, Ильина И.А.,	2 раза в год
<b>7. Мониторинг организации здорового питания обучающихся в школе</b>			
1	Изучение уровня владения основами здорового питания	Мониторинговое исследование	Октябрь Март-май
2	Качество системы школьного питания	Мониторинговое исследование	Февраль-март Март-май
3	Мнение участников образовательного процесса о качестве школьного питания	Социологическое исследование	Сентябрь Декабрь
4	«Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	Анкетирование родителей	Апрель-май

Ожидаемые конечные результаты программы:

- обеспечение всех обучающихся полноценным горячим питанием;
- обеспечение льготным питанием детей из социально-незащищенных семей;
- повышение качества питания участников образовательного процесса;
- снижение доли школьников с заболеваниями ЖКТ.
- сохранение и укрепление здоровья при стабильных результатах обучения;
- повышение приоритета здорового питания;
- повышение мотивации к здоровому образу жизни;
- поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей;