

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
№ 6 от «29» 12 2018г

Утверждаю
директор МБОУ СОШ №1 с. Измалково
Г.В. Кузнецова
Приказ № 361 от 29 12 2018г

Программа МБОУ СОШ №1 с. Измалково
**«Правильное питание-путь
к здоровью и успешному
обучению»**



2019

1. Паспорт программы

1. Наименование Программы	Программа «Правильное питание – путь к здоровью и успешному обучению» на период с 2019 по 2023 гг.
2. Основание для разработки Программы	<ul style="list-style-type: none">▪ Конвенция о правах ребенка.▪ Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка».▪ Закон Российской Федерации «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. N 273▪ СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»▪ СанПин 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в ОУ, учреждениях начального и среднего профессионального образования»▪ Постановление главного санитарного врача РФ от 31.09.2006 года №30 «Об организации питания учащихся в ОУ»
3. Разработчики Программы	Администрация
4. Основные исполнители Программы	Администрация, педагогический коллектив школы, работники школьной столовой, родители.
5. Цель Программы	Обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.
6. Основные задачи Программы	<ul style="list-style-type: none">• обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;• обеспечение доступности школьного питания;• гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;• профилактика среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;• пропаганда принципов здорового и полноценного питания.• организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания• формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на использование здорового питания, формирование знаний о негативных факторах риска здоровью;• осознание целостности окружающего мира, освоение норм здоровьесберегающего поведения, основ культуры питания, приобретение и совершенствование навыков самообслуживания.
7. Основные направления Программы	<ul style="list-style-type: none">• Организация рационального питания обучающихся;• Обеспечение высокого качества и безопасности питания;• Увеличение охвата горячим питанием, доведение до 100%;• Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового и полноценного питания.• Организация работы по улучшению материально-

	технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей
9. Этапы реализации Программы	2019-2023 гг.
10. Объемы и источники финансирования	<ul style="list-style-type: none"> • Средства Федерального бюджета • Средства бюджета муниципального образования • Другие источники
11. Ожидаемые результаты реализации Программы	<ul style="list-style-type: none"> • Наличие пакета документов по организации школьного питания; • обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; • обеспечение доступности школьного питания; • обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании; • отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; • сохранение и укрепление здоровья школьников; • увеличение охвата горячим питанием школьников доведение его до 100%; • улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой; • формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на использование здорового питания, формирование знаний о негативных факторах риска здоровью; • осознание целостности окружающего мира, освоение норм здоровьесберегающего поведения, основ культуры питания, приобретение и совершенствование навыков самообслуживания.
12. Организация контроля за исполнением Программы	<ul style="list-style-type: none"> • Общественный контроль за организацией и качеством питания школьников со стороны родительского комитета школы; • Информирование общественности о состоянии школьного питания через сайт школы; • Информирование родителей на родительских собраниях.
Содержание Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Паспорт Программы «Правильное питание – путь к здоровью и успешному обучению» 2. Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения. 3. Принципы здорового питания 4. Характеристика Программы: <ul style="list-style-type: none"> • Цель Программы; • Задачи; • Ожидаемые результаты реализации; • Направления Программы; • Характерные черты Программы 5. Характеристика ресурсов Программы:

	<ul style="list-style-type: none"> • Нормативно-правовые ресурсы; • Кадровое обеспечение <p>6. Механизм реализации Программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • контроль за организацией питания; • выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников. <p>7. Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы.</p>
--	--



Человеку нужно есть,
 Чтобы встать и чтобы сесть,
 Чтобы прыгать, кувыркаться,
 Песни петь дружить, смеяться.
 Чтоб расти и развиваться
 И при этом не болеть,
 Нужно правильно питаться
 С самых юных лет уметь.

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На современном этапе развития общества такие универсальные ценности, как жизнь и здоровье человека, приобретают особое значение. С одной стороны, потому, что они являются «структурообразующими факторами социальности», с другой - потому, что мы должны немедленно восстановить адекватное отношение к ним у подрастающего поколения.

Школьник должен расти здоровым, физически крепким, всесторонне развитым и выносливым. Среди разнообразных условий окружающей среды, постоянно воздействующих на молодой организм, одно из ведущих мест принадлежит фактору питания. Влияние питания на растущий организм многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может

повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников. Поэтому еще с раннего детства важно обеспечить полноценное и правильно организованное питание, являющееся залогом его здоровья. Всякое нарушение питания, как количественное, так, еще в большей мере, и качественное, отрицательно влияет на здоровье детей. Особенно вредны для организма нарушения питания в период наиболее интенсивного роста ребенка. Организм школьника постоянно расходует много энергии. Эта энергия необходима ему для деятельности сердца, легких и других внутренних органов, для поддержания постоянной температуры тела. Учебные занятия, чтение, просмотр телевизионных передач также требуют расхода определенного количества энергии. С особенно большими энергетическими затратами связана работа, сопровождаемая сокращением мышц: движения, игры, занятия спортом, различные трудовые процессы. Основным источником энергии служит пища. Наряду с этим пища является «строительным материалом», необходимым для роста и развития организма.

Очевидно, что процесс обучения в школе не должен строиться за счет ресурсов здоровья ребенка, а должен быть направлен на сохранение и устранение нарушений в состоянии здоровья детей.

Питание детей тесно связано со здоровьем. Начало заболевания желудочно – кишечного тракта в 70 из 100 случаев приходится на 5 – 6 летний возраст и достигает пика к 8 – 12 годам. По данным академика А. А. Баранова, распространенность хронических заболеваний органов пищеварения составляет 702,3 на 1000 детского населения и зависит от ряда факторов:

- нерегулярное питание с перерывами более 3 –4 часов;
- частое употребление острых блюд, консервированных продуктов, маринадов, копченостей, фаст-фудов;
- однообразное питание;
- еда в сухом виде;
- употребление некачественных продуктов;
- несоблюдение режима дня;
- малоподвижный образ жизни;
- вредные привычки

Их устранение снижает вероятность возникновения заболеваний пищеварительной системы в среднем на 15%.

Понимание школьниками важности правильного питания может стать эффективным способом профилактики и предупреждения неинфекционных заболеваний желудочно – кишечного тракта и других заболеваний.

Анализ существующей структуры питания в нашей стране показывает, традиционно высокое потребление зерновых продуктов (хлеба, каш и др. переработки зерна), а также картофеля (который обеспечивает одновременно существенный вклад в рацион россиян витамин С) никак не противоречит современным принципам здорового питания. Но в след за этими продуктами как по чистоте потребления, так и вкладу в калорийность рациона следует сахар и кондитерские изделия (а они должны обеспечить вершину «пирамиды» здорового питания, самую низкокалорийную ее часть).

Известно, что здоровье напрямую связано с традицией потребления овощей и фруктов. Призыв Всемирной организации здравоохранения о потреблении 400 гр. овощей и фруктов в день обошел весь мир, и в тех странах, где он реализован, показатели здоровья населения значительно лучше. У нас в стране, к сожалению, эти рекомендации не выполняются, и многие нарушения в питании напрямую связано с недостатком в нашем рационе овощей и фруктов.

Очень важно, чтобы школа стала началом распространения знаний и умений в построении здорового питания.

Связь между питанием и обучением убедительно доказана. Здоровое питание необходимо учащимся для того, чтобы они могли достичь высот своего потенциала знаний,

полноценно развиваться физически и умственно, обеспечить здоровье и благополучие на всю жизнь. Доказано, что здоровое питание напрямую связано с продлением жизни и понижением риска развития многих хронических болезней у взрослых. Школа несёт ответственность за содействие ученикам и персоналу в формировании и поддержании здорового режима питания на протяжении всей жизни.

Бесспорно, здоровье закладывается в детстве и формируется в юности. Соблюдение режима питания, витаминная обеспеченность, рациональное питание помогут школьникам избежать переутомления, повысить работоспособность и улучшить успеваемость.

Поэтому показателями здорового образа жизни школьника являются:

- оптимальный, соответствующий возрасту режим двигательной активности
- соблюдение рационального режима дня, учебного труда и отдыха
- правильно организованное питание: соблюдение научно обоснованного рациона, калорийности пищи и режима питания
- соблюдение требований психогигиены: адекватная реакция на стрессовые ситуации, отсутствие чувства напряжения, страха, тоски
- соблюдение правил личной гигиены: гигиена тела, одежды, питания, сна, умственного и физического труда
- отсутствие вредных привычек и пристрастий.

Состояние здоровья определяется различными факторами:

- наследственностью,

- внешней средой, а также одно из ведущих мест принадлежит фактору питания. Влияние питания на организм, в особенности на растущий, многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников.

В своей книге "Путь к Виганскому причалу" Джордж Оруэлл писал: *"Полагаю, можно доказать, что перемены в питании более важны, чем религиозные или семейные изменения"*. В самом деле, похоже, что значение хорошего питания для развития здоровья, защиты от инфекций и заболеваний приобретает понимание на государственном и международном уровне.

В 1998 году Правительство России приняло Концепцию государственной политики в области здорового питания населения России.

Государственная политика в области здорового питания населения основывается на следующих принципах:

- здоровье человека - важнейший приоритет государства
- пищевые продукты не должны причинять ущерб здоровью человека
- питание должно не только удовлетворять физиологические потребности организма человека в пищевых веществах и энергии, но и выполнять профилактические и лечебные задачи
- рациональное питание детей, как и состояние их здоровья, должны быть предметом особого внимания государства
- питание должно способствовать защите организма человека от неблагоприятных условий окружающей среды.

«Живем не для того, чтобы есть, но едим для того, чтобы жить», – часто цитируем мы, и формируем представление о питании как о процессе обеспечения «техническим топливом», на котором организм должен работать. Главное, организовать поставку топлива, а уж когда и как оно будет доставлено – это имеет второстепенное значение.

А между тем питание является важнейшим фактором здоровья человека. Это и послужило отправной точкой для создания программы **Школы здорового питания** «Правильное питание – путь к здоровью и успешному обучению», которая признана не только формировать у школьника рациональное отношение к собственному питанию, но и дать представление об основных принципах здорового образа жизни.

Анализ педагогической деятельности по организации питания в школе

Рацион питания учащихся соответствует примерному двухнедельному меню, которое составляется с учетом требований Роспотребнадзора и методических рекомендаций №0100/8604-07-34 «Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов питания детей 7-11 и 11-18 лет» и №0100/8606-07-34 «Рекомендуемый ассортимент пищевых продуктов для реализации в школьных буфетах». Методические рекомендации разработаны федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителя и благополучия человека 24.08.2007г.

Заметны изменения по организации в лучшую сторону: расширился ассортимент продуктов, добавились овощные и фруктовые салаты, соки. Постоянно проводится витаминизация блюд.

Питьевой режим в школе организован в следующих формах: стационарные питьевые фонтанчики;

Большую работу по сохранению здоровья учащихся проводит педагогический коллектив МБОУ СОШ №1 с. Измалково. В школе много делается по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни, что включает в себя ряд мероприятий, направленных на формирование навыков здорового образа жизни детей и подростков, вопросам культуры питания и его организации.

В начале каждого нового учебного года планируется работа по данному направлению среди педагогов (классных руководителей, педагога-психолога), учащихся школы, организовывается работа по улучшению материально-технической базы школьной столовой, расширению форм услуг для учащихся, а также проводится организационно-аналитическая работа.

На первых, в учебном году, родительских собраниях вопрос организации питания один из самых важных. Для родителей проводится анкетирование, с целью выяснения качества организации питания в школе, удовлетворенности санитарным состоянием столовой, качеством приготовления пищи.

В течение учебного года проводятся родительские собрания по воспитанию культуры питания, пропаганде ЗОЖ среди родителей, на которых выступают члены администрации школы, педиатр ГУЗ «Измалковская РБ». Вопросы работы школы по улучшению питания учащихся, рассматриваются на административных советах, совещаниях при директоре, совещаниях классных руководителей, классных часах и родительских собраниях.

Ежедневно проводятся оценка качества готовых блюд членами бракеражной комиссии, результат бракеража регистрируется в «Журнале бракеража готовой кулинарной продукции» в соответствии с рекомендуемой формой.

В течение учебного года в классах организуются классные часы по темам: «Режим дня и его значение», «Культура приема пищи», «Витамины – наши друзья», викторины «Питание и твое здоровье», беседы «Правила поведения за столом», конкурсы рисунков «О вкусной и здоровой пище», «Азбука здорового питания». В рамках программы предмета ОБЖ проводятся уроки о правильном и здоровом питании. В межсезонье с целью профилактики заболевания гриппом, ОРЗ и ОРВИ учащиеся получают витаминизированные третьи блюда. В течение всего времени работники столовой изготавливают салаты из свежих и варёных овощей.

Школа ведет на протяжении длительного времени целенаправленную работу по повышению охвата учащихся горячим питанием и средний показатель по школе ежегодно увеличивается, но из-за нехватки посадочных мест двухразовое питание получают не все обучающиеся школы

Анализ охвата горячим питанием показывает, что постоянная совместная работа педагогического коллектива, родителей, работников школьной столовой дает положительный результат.

В МБОУ СОШ №1 с. Измалково созданы следующие условия по организации питания учащихся.

Для общественного питания образовательного учреждения и для обслуживания учащихся в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.5.2409-08 в школе оборудована столовая, работающая на продовольственном сырье.

Помещения столовой размещаются на первом этаже здания образовательного учреждения и включают в себя производственные, бытовые помещения и складские помещения для пищевых продуктов.

Установлены раковины, моечные ванны с подводкой холодной и горячей воды. Холодная и горячая вода, используемая в технологических процессах обработки пищевых продуктах и приготовления блюд, мытье столовой и кухонной посуды, оборудования, инвентаря, санитарной обработке помещений, соблюдения правил личной гигиены отвечает требованиям, предъявляемым к питьевой воде.

Оборудование, инвентарь, посуда, тара, являющиеся предметами производственного окружения, соответствуют санитарно-эпидемиологическим требованиям, предъявляемым к организациям общественного питания, и выполнены из материалов, допущенных для контакта с пищевыми продуктами. Все установленное в производственных помещениях технологическое и холодильное оборудование находится в исправном состоянии.

Производственные столы, предназначенные для обработки пищевых продуктов, имеют покрытие, устойчивое к действию моющих и дезинфицирующих средств и отвечают требованиям безопасности для материалов, контактирующих с пищевыми продуктами.

Столовая школы обеспечена достаточным количеством столовой посуды и приборами. В столовой используется жестяная посуда (тарелки, кружки), отвечающая требованиям безопасности для материалов, контактирующих с пищевыми продуктами. Столовые приборы (ложки, вилки), посуда для приготовления и хранения готовых блюд изготовлены из нержавеющей стали. При столовой имеется 1 обеденный зал. Зал оснащен удобной мебелью. В столовой разработана нормативно-правовая документация, обеспечивающая деятельность столовой и ее работников: инструкции и рекомендации для сотрудников, журналы бракеража пищевых продуктов и продовольственного сырья, учета температурного режима холодильного оборудования и другие.

Помещения и оборудование столовой соответствуют нормам и требованиям СанПиНа, об этом свидетельствуют акты приемки школы к новому учебному году.

В школе обеспечиваются горячим питанием дети из малообеспеченных и многодетных семей, состоящих на учете в органах социальной защиты населения, также организовано горячее питание за счет родительских средств.

Учащиеся посещают столовую организованно в течение 5-и перемен, что позволяет обеспечить максимально комфортное питание.

Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты.

3.Общая характеристика программы

Программа курса по формированию культуры здорового питания обучающихся (далее - Программа) является подпрограммой основных программ, предусмотренных ФГОС:

программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни для обучающихся уровня начального общего образования;

программы воспитания и социализации обучающихся на уровне основного общего образования, включающую такие направления, как духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, их социализация и профессиональная ориентация, формирование экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни;

программы воспитания и социализации обучающихся на уровне среднего общего образования, которая должна содержать описание форм и методов формирования у

обучающихся экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни.

3.1. Участники программы:

Семья:

- организация общественного контроля питания через делегирование полномочий членам общешкольного Совета родителей.

Администрация:

- индивидуальные беседы;
- пропаганда санитарно-гигиенических знаний среди участников образовательного процесса.

Педагогический коллектив:

- совещания;
- семинары;
- пропаганда здорового образа жизни;
- разработка и внедрение PR-мероприятий и материалов по поддержке программы и пропаганде здорового питания как среди школьников.

3.2. Принципы формирования культуры здорового питания

- научная обоснованность и практическая целесообразность;
- возрастная адекватность;
- необходимость и достаточность информации;
- модульность структуры;
- системность и последовательность;
- вовлеченность семьи в реализацию программы.

3.3. Характеристика Программы:

Цель программы:

Обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний. Формирование культуры здорового питания.

Задачи Программы:

- обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- обеспечение доступности школьного питания;
- обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания и культуры питания;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на использование здорового питания, формирование знаний о негативных факторах риска здоровью;

- осознание целостности окружающего мира, освоение норм здоровьесберегающего поведения, основ культуры питания, приобретение и совершенствование навыков самообслуживания.

Сроки и этапы реализации программы

1 этап Базовый -2019-2020гг.

- анализ состояния сформированности культуры питания;
- планирование реализации основных направлений программы;
- создание условий реализации программы;
- начало реализации программы.

2 этап Основной -2020 -2022 гг.:

- поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами;
- промежуточный мониторинг результатов;
- корректировка планов в соответствии с целями и задачами и промежуточными результатами.

3 этап Заключительный - 2022-2023 гг.:

- завершение реализации программы;
- мониторинг результатов;
- анализ результатов.

Ожидаемые результаты реализации Программы

- наличие сформированного пакета документов по организации школьного питания;
- обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- обеспечение доступности школьного питания;
- отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- улучшение здоровья и повышение учебных успехов школьников благодаря совершенствованию качества школьного питания ;
- увеличение охвата горячим питанием, доведение его до 100%
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на использование здорового питания, формирование знаний о негативных факторах риска здоровью;
- осознание целостности окружающего мира, освоение норм здоровьесберегающего поведения, основ культуры питания, приобретение и совершенствование навыков самообслуживания.

4.ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Организационное совещание –оформление бесплатного питания; - график дежурств дежурных учителей в столовой	Сентябрь, январь	Председатель комиссии по контролю за качеством питания, заместитель директора по УВР
2. Организация работы школьной комиссии по контролю за качеством питания	В течение года	Комиссия по контролю за качеством питания
3. Совещание при директоре по вопросам	август	Директор школы

организации и развития школьного питания		
4. Заседание комиссии по питанию с приглашением классных руководителей 1 – 11-х классов по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение сан.гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний	Сентябрь, январь	Комиссия по контролю за качеством питания
5. Осуществление контроля за работой столовой администрацией школы, проведение целевых тематических проверок	В течение года	Администрация

Методическое обеспечение

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Организационное консультирование для классных руководителей 1-4, 5-11 классов; - культура поведения учащихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований - организация горячего питания – залог сохранения здоровья	В течение года	МО классных руководителей
Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся	В течение года	Комиссия по контролю за качеством питания

Работа по воспитанию культуры питания среди учащихся

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Проведение классных часов по темам: - Режим дня и его значение; - Культура приема пищи; - «Хлеб – всему голова» - Острые кишечные заболевания и их профилактика	Сентябрь	Классные руководители, мед. работник
2. Конкурс газет среди учащихся 5-9 классов «О вкусной и здоровой пище»	Ноябрь	ст. вожатая
3. Беседы с учащимися 11 кл. «Берегите свою жизнь»	Декабрь	классный руководитель,
4. Конкурс на лучший сценарий «День именинника»	январь	классный руководитель, ст. вожатая
5. Конкурс среди учащихся 5 – 9 классов «Хозяюшка»	март	Учитель «Домоводство»
6. Анкетирование учащихся: - Школьное питание - По вопросам питания	октябрь, февраль, апрель	Кл. руководители
7. Анкетирование родителей «Ваши предложения по развитию школьного питания»	май	Комиссия по контролю за качеством питания
9. Цикл бесед «Азбука здорового питания»	май	Кл. руководители

Работа по воспитанию культуры питания среди родителей учащихся

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Проведение родительских собраний по темам: <ul style="list-style-type: none"> • совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни дома, • правильное питание учащихся, профилактика желудочно-кишечных заболеваний и инфекционных, простудных заболеваний,. • итоги медицинских осмотров учащихся 	Октябрь, ноябрь, декабрь	медработник
2. Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»	февраль	медработник
3. Встреча с родителями <ul style="list-style-type: none"> - «Личная гигиена ребенка», - «Основы здорового питания» 	апрель-май	медработник классные руководители
4. Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	сентябрь	Классные руководители
5. Продолжение эстетического оформления зала столовой	август	Члены комиссии
6. Разработка новых блюд, изделий, их внедрение в систему школьного питания	в течение года	Комиссия по контролю за качеством питания, зав. производством

Основные мероприятия, обеспечивающие достижение программных целей

1. Совершенствование нормативно-правовой базы организации питания школьников

- Участие всех заинтересованных лиц в разработке проектов нормативно-правовых актов в части организации питания школьников.
- Формирования требований к качеству питания.
- Издание локальных актов об организации питания обучающихся, которым определяется порядок получения питания учащимися школы, в течение учебного года издаются приказы на получение бесплатного питания учащимися льготных категорий.

2. Формирование унифицированных подходов к применяемым схемам организации питания и требований к качеству и безопасности продукции.

- Создание комиссии по контролю за организацией и качеством питания учащихся (в состав комиссии входят представители администрации школы, члены Совета родителей, медицинская сестра, повар, учащиеся)
- Совместно с отделом образования разработаны квалификационные требования к организациям и индивидуальным предпринимателям, оказывающим услуги по поставке продукции.
- Разработка и утверждение единых требований к режиму питания.
- Разработка и утверждение типового **циклического меню** с учетом возрастных особенностей детей.

При разработке меню важно учитывать:

- соответствие калорийности пищевого рациона суточным энергозатратам;
- соответствие химического состава, калорийности и объема рациона возрастным потребностям и особенностям организма;

- сбалансированное соотношение пищевых веществ в рационе (белков, жиров и углеводов, а также белков и жиров растительного и животного происхождения);
- использование широкого ассортимента продуктов, в том числе овощей, фруктов, ягод и разнообразной зелени;
- правильная кулинарно-технологическая обработка продуктов с целью сохранения биологической и пищевой ценности, высоких органолептических свойств и усвояемости пищевых веществ;
- строгое соблюдение режима питания.

3. Развитие и укрепление материально-технической базы школьной столовой

- Проведение инвентаризации материально-технической базы школьной столовой и пищеблока;
- Разработка унифицированных требований к оснащению столовой технологическим оборудованием с учетом количества учащихся в школе, поточности и применяемой модели организации питания;
- Замена посуды;
- Частичная замена технологического оборудования;
- Приобретение нового технологического оборудования;
- Создание безопасных условий работы работников школьной столовой;
- Ремонт обеденного зала школьной столовой;
- Расширение обеденного зала школьной столовой до 200 посадочных мест
- Оформление обеденного зала школьной столовой.

4. Кадровое обеспечение организации школьного питания

Повышение профессионального уровня кадрового состава работников школьной столовой в части соответствия организации школьного питания предъявляемым требованиям

5. Осуществление мониторинга качества школьного питания

- Создание и развитие на объектах школьного питания системы эффективного производственного контроля
- Необходимо совершенствовать не только формы обслуживания учащихся, но и методы управления питанием школьников. Условно эти методы можно поделить на три группы.

I группа.

Методы непосредственного воздействия на формирование рационов питания школьников

- проведение мероприятий по контролю организации питания в школе;
- согласование рационов питания детей в школе.

II группа.

Методы опосредованного воздействия на организацию школьного питания:

- методическое обеспечение производственного контроля;

III группа.

Разъяснительная работа:

С должностными лицами, педагогами и родителями учащихся (обсуждение проблем на совещаниях, родительских собраниях и т. п.);

Важна просветительская работа в области здорового питания, как среди педагогического персонала школы и работников школьной столовой, так и среди учащихся, начиная с самых первых классов, а также их родителей. Необходимо сформировать у детей оптимальное пищевое поведение в соответствии с принципами здорового питания.

Поэтому разъяснительная работа с родителями и педагогами должна быть направлена на ликвидацию информационного дефицита в вопросах культуры питания,

обеспечение педагогов и родителей исчерпывающей информацией об организации школьного питания.

На собрания в школу нужно приглашать медицинских работников для того чтобы донести до родителей информацию о правильном питании детей и взрослых.

5. План деятельности по реализации Программы

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные	Планируемый результат и выполнение
1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение				
1.	Назначение ответственного за организацию питания в школе	сентябрь	директор школы	приказ
2	ШМО классных руководителей об организации горячего питания.	октябрь	зам. директора, руководитель ШМО классных руководителей	протокол
3	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	сентябрь, май, ежегодно	директор	протокол, план работы
4	Заседание Совета родителей по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение сан. гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний	октябрь, февраль, ежегодно	директор	протокол, план работы
5	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	в течение года		
6	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой	в течение года		

2.Работа с обучающимися.				
1	Проведение уроков–здоровья	ежегодно	классные руководители	планы уроков
	Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы) «Правильное питание» (5-6 классы)	январь	зам. директора	
2	Игра – праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	октябрь, ежегодно	зам. директора	информация для школьной газеты
3	«Масленица»	февраль, ежегодно	зам. директора	информация для школьного сайта
4.	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ежемесячно	Классные руководители	аналитическая информация
5	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ежегодно	Классные руководители	результаты анкетирования
6.	Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (каникулярное время)	ежегодно	Директор	план работы ДООЛ «Солнышко»
7	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	ежегодно	библиотекарь	список предложенной литературы
8	Проведение классных часов		классные руководители	планы классных часов
9	Викторина «О том, что вкусно и полезно» для младшего и среднего звена»	октябрь	Классные руководители	материалы викторины
10	Конкурс на самый интересный проект оформления школьной столовой	октябрь,	зам. директора	материалы конкурса
11	Конкурс «Хозяюшка»	март,	учитель технологии	информация для школьной газеты
12.	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	ежегодно, апрель	учителя - предметники	
15.	Проведение Дней здоровья	1 раз в четверть	учителя физкультуры	отчёт о проведении Дня здоровья,

				информация для школьной газеты
3.Работа с педагогическим коллективом				
1.	Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях, семинарах классных руководителей	ежегодно	директор школы	протоколы
2	Организация консультаций для классных руководителей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно-гигиенических требований - организация горячего питания – залог сохранения здоровья	ежегодно	зам. директора, руководитель ШМО	
3.	Организация бесплатного питания учащихся из малообеспеченных семей.	ежегодно	директор, заведующая столовой	приказ
4	Ведение пропаганды здорового питания	ежегодно	классные руководители	планы воспитательной работы
5	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	ежегодно	директор, ответственный за питание, классные руководители	
6	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся	ежегодно	зам. директора, классные руководители, заведующая столовой, завхоз	отчёт за год
4.Работа с родителями				
1	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном пита-	ежегодно	классные руководители, заместитель директора,	протоколы родительских собраний

	нии учащихся на родительских собраниях		медицинский работник	
2	Изучения отношения родителей к организации горячего питания в школе	ежегодно	классные руководители,	протоколы родительских собраний
3	Привлечение членов Совета родителей для содействия повышения качества работы школьной столовой.	ежегодно	директор школы	протоколы заседаний Совета Родителей
4.	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	ежегодно	классные руководители	протоколы родительских собраний
5	Индивидуальные консультации о правильном питании	ежегодно	Классные руководители, медработник	план воспитательной работы
6	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	май, ежегодно	Классные руководители	протоколы родительских собраний
5.Контроль за организацией горячего питания и работой школьной столовой				
1	Оформление стенда «Правильное питание-залог здоровья»	сентябрь, ежегодно	заведующая столовой	материалы стенда
2	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	ежемесячно	Заведующий столовой	отчёт
3	Проверка соответствия рациона питания утвержденному меню	ежемесячно	заведующая столовой	акты проверок
4.	Расширение ассортимента продуктов питания.	постоянно	заведующая столовой	меню
5	Соблюдение графика	ежедневно	заведующая столовой	

	питания учащихся			
6	Личная гигиена учащихся	ежедневно	Классные руководители	
6. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей				
1.	Продолжение эстетического оформления зала столовой	ежегодно	Завхоз	
2.	Апробирование новых форм организации школьного питания	ежегодно	администрация	
3.	Организация закупки технологического оборудования для столовой.	по мере поступления финансирования	директор, завхоз	материалы о закупках, сметы
4.	Организация закупки мебели для зала питания.	по мере поступления финансирования	директор, завхоз	материалы о закупках, сметы
5	Организация текущего и капитального ремонта школьной столовой	июль-август	директор, завхоз	сметы

6. Мониторинг эффективности реализации программы

Основная цель деятельности, связанной с формированием полезных привычек и навыков в области правильного питания, заключается в укреплении здоровья ребенка, эффективность работы в данном случае не может определяться по изменениям в состоянии здоровья школьников, изменениям уровня распространенности заболеваний.

Здоровье - сложное, многоаспектное явление, зависящее от множества причин и факторов, имеющих различную природу - биологических, экономических, культурных, политических и т.д.

В качестве основного параметра эффективности работы образовательного учреждения по воспитанию основ культуры питания предлагаем рассматривать создание комплекса условий, в которых происходит формирование социальных компетенций, связанных с рациональным питанием (система представлений, оценок, навыков). В свою очередь, в структуре комплекса выделяется две составляющих: организация целенаправленного воспитательного воздействия, обеспечивающего формирование социальных компетенций, и определенная организация среды социального развития школьника, в которой формируемые знания, оценки и навыки были бы востребованы.

Определение эффективности осуществляется в ходе специальной оценочной процедуры, которая должна являться обязательным этапом деятельности, связанной с формированием основ культуры питания. Оценка эффективности выполняет целый ряд важных задач:

- диагностики - определение сферы и характера изменений, вызванных воспитательными воздействиями;
- коррекции - изменения в содержании и структуре реализуемой программы, связанной с формированием основ культуры питания с целью ее оптимизации;
- прогноза - планирования новых этапов реализации с учетом достигнутого.

Общая оценка эффективности деятельности по формированию основ культуры здоровья, культуры здорового питания формируется из оценки организации процесса воспитания и оценки результатов профилактики.

При оценке характера организации деятельности по формированию основ культуры питания выявляется степень его соответствия основным принципам :

- системность педагогического воздействия,
- комплексность педагогического воздействия,
- возрастная и социокультурная адекватность (содержание, формы и методы педагогического воздействия учитывают особенности конкретной возрастной группы, формируемые знания и умения имеют актуальную значимость для ребенка или подростка, востребованы в его повседневной жизни),
- участие семьи.

При оценке результатов педагогического воздействия определяются изменения в социальных компетенциях, нормативных представлениях и установках школьников, способных влиять на их поведение, связанное с питанием, а также изменения характеристик ситуации социального развития школьников, связанных с питанием (изменение режима и рациона питания в семье, изменение отношения семьи к вопросам питания).

При оценке эффективности воспитательной работы по формированию основ культуры питания соблюдаются следующие условия:

- регулярность (процедура оценки проводится по завершении этапа работы, связанного с достижением определенных целей);
- целесообразность (организацию процедуры оценки следует планировать с учетом сроков, необходимых для достижения тех или иных конкретных результатов.);
- объективность (оцениваются характеристики и факторы, непосредственно формируемые или изменяемые в ходе воспитательной работы, - знания, оценки, навыки).

Оценка эффективности может быть внутренней и внешней. Внутренняя оценка осуществляется непосредственными участниками, реализующими программы формирования основ культуры питания в образовательном учреждении.

В качестве оценки эффективности деятельности по формированию основ культуры питания может быть приведено анкетирование

Календарный план реализации программы.

№	Мероприятие	Ответственные
сентябрь		
1	Назначение ответственного за организацию питания в школе	директор школы
2	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	директор школы
3	Организация питания учащихся из малообеспеченных и многодетных семей.	директор школы, заведующая столовой
4	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	заведующая столовой
5	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	заведующая столовой
6	Проведение уроков–здоровья: 1-2 класс: «Если хочешь быть здоров» 3-4 класс: «Из чего состоит наша пища» 5-6 класс: «Здоровье - это здорово»	классные руководители

7	Проведение классных часов: 2 класс: «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище) 3 класс: «Цена ломтика»	классные руководители
8	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	заведующая столовой
9	Анкетирование родителей «Питание наших детей»	классные руководители
10	Оформление стенда «Правильное питание – залог здоровья»	заведующая столовой
11	Родительские собрания: «Режим и гигиена питания младших школьников» «Организация рационального питания подростков» «Организация рационального питания старшеклассников»	классные руководители
октябрь		
1	ШМО классных руководителей: - об организации горячего питания. Презентация горячего питания.	Руководитель ШМО заведующая столовой
2	Заседание Совета родителей по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно – гигиенических требований	директор школы, заведующая столовой
3	Работа бракеражной комиссии по питанию	заведующая столовой
4	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	заведующая столовой
5	Проведение уроков-здоровья 1-2 класс: «Самые полезные продукты» 3-4 класс: «Что нужно есть в разное время года» 5-6 класс: «Продукты разные нужны, блюда разные важны»	классные руководители
6	Проведение классных часов 3 класс: «Правила поведения в столовой» (занятие – практикум) 5 класс: «Правильное питание – залог здоровья» 6 класс: «Здоровое питание»	классные руководители
7	Игра – праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	классные руководители
8	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	заведующая столовой
9	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	библиотекарь
ноябрь		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	заведующая столовой
2	Проведение уроков-здоровья 1-2 класс: «Как правильно есть» 3-4 класс: «Где и как готовят пищу» 5-6 класс: «Режим питания»	классные руководители
3	Проведение классных часов	классные

	3 класс: «Это удивительное молоко» (занятие – исследование) 4 класс: «Кулинарные обычаи» (игра – путешествие)	руководители
4	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	заведующая столовой
5	Конкурс: оформление обеденного зала столовой(7-8 классы)	классные руководители
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Заместитель директора
7	Родительские собрания: «Питание подростков вне дома»	классные руководители
декабрь		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	заведующая столовой
2	Проведение уроков–здоровья 1-2 класс: «Как сделать кашу вкусной» 3-4 класс: «Молоко и молочные продукты» 5-6 класс: «Энергия пищи»	классные руководители
3	Проведение классных часов 3 класс: «Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков»(игра) 4 класс: «Питание и красота (практикум) 6-7 класс: «Правильное питание – залог здоровья» 9 класс: «Правильное питание – залог здоровья»	классные руководители
4	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	заведующая столовой
5	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	заведующая столовой
7	Анкетирование учащихся по вопросам питания	заведующая столовой, классные руководители
8	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	библиотекарь
январь		
1	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	заведующая столовой
2	Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы) «Правильное питание» (5-6 классы)	Руководитель «школьного пресс-центра», классные руководители
3	Проведение уроков–здоровья 1 -2 класс: «Плох обед, если хлеба нет» 3-4 класс: «Блюда из зерна» 5-6 класс: «Где и как мы едим»	классные руководители
4	Проведение классных часов 3 класс: «Самые полезные продукты» 5 класс: «Составим кроссворд о здоровье «Весёлая минутка»	классные руководители
5	Работа бракеражной комиссии по питанию	заведующая столовой
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием	Заместитель

	учащихся	директора
7	Родительские собрания: «Значение витаминов и минеральных веществ в рационе питания младшего школьника. Профилактика витаминной недостаточности» «Продукты с особыми свойствами в рационе питания старшеклассников»	классные руководители
февраль		
1	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	заведующая столовой
2	Проведение уроков–здоровья 1-2 класс: «На вкус и цвет товарищей нет» 3-4 класс: « Дары моря» 5-6 класс: «Ты – покупатель»	классные руководители
3	Проведение классных часов 2 класс: «Кулинарное путешествие по Простоквашино» (инсценировка сказки) 3 класс: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» 4 класс: «Удивительные превращения колоска» 8 класс: «Правильное питание – залог здоровья»	классные руководители
4	«Масленица»	заместитель директора, классные руководители,
5	Заседание Совета родителей по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - профилактика инфекционных заболеваний	директор школы, Заместитель директора
6	Работа бракеражной комиссии по питанию	заведующая столовой
7	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Заместитель директора
март		
1	Проведение уроков–здоровья 1-2 класс: «Где найти витамины весной» 3 -4 класс: «Кулинарное путешествие» по России. 5-6 класс: «Как питались на Руси и в России»	классные руководители
2	Проведение классных часов 2 класс: «Поешь рыбки – будут ноги прытки» (игра – конкурс) 3 класс: «Где найти витамины весной» (игра – путешествие) 5 класс: «Что я – знаю о воде?»	классные руководители
3	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	заведующая столовой
4	Работа бракеражной комиссии по питанию	заведующая столовой
5	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Заместитель директора
6	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	библиотекарь
апрель		

1	Проведение уроков–здоровья 1 -2 класс: «Как утолить жажду» 3-4 класс: «Как правильно вести себя за столом» 5-6 класс: «Кухни разных народов»	классные руководители
2	Проведение классных часов 1 класс: «Умеем ли мы правильно питаться?» 3 класс: «День рождения Зелибобы» (герой улицы Сезам – о правильном питании)	классные руководители
3	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	классные руководители
4	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	заведующая столовой
5	Работы бракеражной комиссии по питанию	заведующая столовой
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Заместитель директора
7	Родительские собрания: «Формирование основ культуры питания и здорового образа жизни у младших школьников» «Воспитание культуры питания у подростков» «Особенности питания подростков во время экзаменов, при интенсивных учебных нагрузках»	классные руководители
май		
1	Анкетирование учащихся по вопросам питания	Заместитель директора, классные руководители
2	Проведение уроков–здоровья: 1 -2 класс: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» 3-4 класс: «Какую пищу можно найти в лесу» 5-6 класс: «Кулинарное путешествие»	классные руководители
3	Проведение классных часов 2 класс: «Кулинарные традиции моей семьи» (проект) 3 класс: «Секреты поварёнка» (круглый стол - о последствиях неправильного питания) 4 класс: Кафе «Здоровейка» (проекты)	классные руководители
4	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	заведующая столовой
5	Работа бракеражной комиссии по питанию	заведующая столовой
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Заместитель директора
7	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	Заместитель директора
июнь		
1	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	заведующая столовой

Заключение

Содержание программы позволяет осуществить связь со всеми предметами, изучаемыми в школе: русским языком (работа с текстами, затрагивающими тематику питания); математикой (эффективным средством формирования умений и навыков сохранения и укрепления здоровья являются задачи со здоровьесберегающим

содержанием); окружающим миром; литературным чтением, ИЗО (рисунки, роспись посуды), технологией (изготовление муляжей фруктов и овощей) и других. Формированию представлений об основах культуры питания способствует не только система воспитательной внеурочной работы, но и через образовательный процесс, включающий уроки русского языка, математики, окружающего мира, литературного чтения, ИЗО, технологии.

Всё это открывает дополнительные возможности для развития учащихся, позволяя применять в новых условиях знания, умения, навыки, приобретённые на других уроках. Интерес к проблеме правильного питания, отношение к ней в значительной степени обуславливается психологическим климатом семьи. Работа с родителями начинается с установления контакта с семьёй, выработки согласованных действий и единых требований.

Учитывая тот факт, что дети и подростки первую половину дня находятся в школе и питание в школе должно составлять 60% - 70% ежедневного рациона учащихся, качество и эффективность школьного питания становятся важными факторами сохранения интеллектуального капитала и здоровья подрастающего поколения.

Таким образом, такое содержание программы по формированию у детей основ культуры питания позволяет подвести детей к пониманию того, что составляющей здорового образа жизни является правильное питание. Проведённые беседы, экскурсии, занятия, конкурсы, праздники для детей, встречи с родителями, консультации и рекомендации для них, помогли в интересной и увлекательной форме окунуться к истории, сути и актуальности вопроса о правильном питании.