

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Харовская средняя общеобразовательная школа №

**ПРИНЯТА**

на заседании

педагогического совета

протокол №1 от 29.08.2024 года

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом директора

МБОУ «Харовская СОШ №2»

№ 140 от 30.08.2024 года

## **ПРОГРАММА**

по формированию культуры здорового питания

**«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ - ЗДОРОВАЯ УЧЕБА»**

Срок реализации программы – 3 года

возраст 7-15 лет

Составитель:

Борисенкова И.Н.

социальный педагог

Кузьмина Н.С.

шеф-повар

**Паспорт программы формирования культуры здорового питания  
«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ - ОТЛИЧНАЯ УЧЕБА»**

Наименование	«Здоровое питание-отличная учеба!»
Кадровое обеспечение Программы	Директор школы, заместитель директора по воспитательной работе, заместитель директора по учебно-воспитательной работе, классные руководители, учителя-предметники, работники школьной столовой, заведующий хозяйством.
Цели, задачи	<p align="center">Цель Программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сохранение и укрепление здоровья обучающихся, обеспечение обучающихся качественным сбалансированным питанием;</li> <li>- Совершенствование системы организации питания в образовательном учреждении, способствующей формированию у школьников здорового образа жизни и навыков рационального здорового питания;</li> <li>- Формирование общей культуры правильного питания.</li> </ul> <p align="center">Задачи Программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Обеспечить всех обучающихся школы полноценным, сбалансированным горячим питанием.</li> <li>- Проводить пропаганду здорового питания (проведение классных часов, конкурсов, лекций, дискуссий).</li> <li>- Формировать у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья.</li> <li>- Формировать навыки здорового питания через систему воспитательной работы школы и работу с родителями.</li> <li>- Внедрить современные методы мониторинга состояния питания.</li> </ul>
Важнейшие целевые показатели и ожидаемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 100% охват детей, питающихся в школьной столовой.</li> <li>- Обеспечение полноценным, сбалансированным питанием детей и подростков с учетом их возрастных особенностей.</li> <li>- 100% охват отдельных категорий обучающихся, имеющих право на социальную поддержку.</li> <li>- Получение обучающимися качественного рациона питания и ассортимента продуктов.</li> <li>- Знание и применение основных навыков здорового питания обучающимися и их родителями.</li> <li>- Улучшение качества питания обучающихся и обеспечение его безопасности.</li> <li>- Укрепление и оснащение материально-технической</li> </ul>

	базы школьной столовой.
Сроки и этапы реализации	<p><u>1 этап - Базовый - 2024 год:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирование реализации основных направлений Программы;</li> <li>- создание условий для реализации Программы;</li> <li>- начало реализации Программы.</li> </ul> <p><u>2 этап - Основной - 2024-2026 годы:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поэтапная реализация Программы в соответствии с целями и задачами;</li> <li>- промежуточный мониторинг результатов;</li> <li>- корректировка планов в соответствии с целями, задачами и промежуточными результатами.</li> </ul> <p><u>3 этап - Заключительный - 2026 год:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- завершение реализации Программы;</li> <li>- мониторинг результатов;</li> <li>- анализ результатов.</li> </ul>
Формы представления результатов программы	Ежегодный доклад – анализ заместителя директора по ВР о результатах деятельности школы по реализации Программы.
Управление программой	Управление осуществляется администрацией школы.

## Пояснительная записка

Одной из важных задач школы сегодня является формирование у детей ответственного отношения к своему здоровью. Школьники должны узнать и принять для себя основные принципы здорового образа жизни. Здоровье и развитие обучающихся во многом зависят от полноценного сбалансированного питания и эффективности его организации в школе, так как именно в школьном возрасте, когда активно формируются привычки, наибольшее значение имеет воспитание навыков рационального питания.

Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в школе, снижения отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования. Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии. В законе Российской Федерации «Об образовании» сохранена обязанность образовательного учреждения организовать питание обучающихся, выделять помещение для питания детей, предусматривать перерыв достаточной продолжительности.

Школа представляет собой жизненно важную среду, используя которую можно оказывать влияние на процесс правильного питания и формировать у школьников верные навыки и стереотипы в данном вопросе. В школе существуют эффективные возможности, для проведения работы по охране здоровья и здоровому питанию. Именно школьный возраст является тем периодом, когда происходит основное развитие ребенка и формируется образ жизни, включая тип питания.

Организованное школьное питание регламентируется санитарными правилами и нормами и поэтому в значительной степени удовлетворяет принципам рационального питания.

Многие обучающиеся имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. Основные проблемы питания школьников связаны с нарушением режима питания вне стен школы. Обычно это связано с недостаточной информированностью и/или попустительством со стороны родителей.

Нужно объяснить ребенку, как питание важно для него и его организма. Чтобы учиться хорошо, надо хорошо кушать. А организация полноценного питания во всех школах должна стать приоритетным направлением деятельности школы.

Остается актуальной задача улучшения качества, разнообразия блюд и безопасности питания детей школьного возраста.

## Цели, задачи и сроки реализации Программы

Цели программы:

- Сохранение и укрепление здоровья обучающихся;
- Обеспечение обучающихся полноценным, сбалансированным питанием;
- Совершенствование системы организации питания в образовательном учреждении, способствующей формированию у школьников здорового образа жизни и навыков рационального здорового питания;
- Формирование общей культуры правильного питания.

Для реализации поставленных целей необходимо решить следующие **задачи**:

- Обеспечить всех обучающихся школы полноценным, сбалансированным горячим питанием.
- Проводить пропаганду здорового питания (проведение классных часов, конкурсов, лекций, дискуссий).
- Формировать у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья.
- Формировать навыки здорового питания через систему воспитательной работы школы и работу с родителями.
- Внедрить современные методы мониторинга состояния питания.

## Основные направления реализации программы

### 1. Организация и регулирование школьного питания:

- развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся, обеспечения их необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
- развитие механизмов координации и контроля в системе школьного питания;
- организация правильного, сбалансированного питания детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;
- обеспечение доступности, безопасности и эффективности школьного питания;
- оказание социальной поддержки отдельным категориям обучающихся;
- использование разных форм и методик организации питания.

### 2. Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей.

- Пропаганда здорового питания (проведение игр, конкурсов, лекций, акций, классных часов).
- Пропаганда здорового питания на родительских собраниях.

- Единый классный час один раз в четверть посвятить вопросам горячего питания, охране здоровья, активному образу жизни.

- В фойе школы оформить выставку по вопросам здорового питания, здорового образа жизни.

- Проводить дни родительского контроля за организацией питания.

- Создать систему поэтапного формирования компетентностей учащихся по вопросам здорового питания.

### 3.Повышение квалификации персонала предусматривает:

- проведение бесед, классных часов, конкурсов, выставок, презентаций школьных обедов для родителей и обучающихся

- повышение профессионального уровня работников школьной столовой через систему повышения квалификации,

- участие в профессиональных смотрах и конкурсах кулинарного мастерства.

## **Содержание программы**

### 1. Организация и регулирование школьного питания

Мероприятия	Срок	Ответственный
Проверка готовности школьной столовой к новому учебному году	июль-август, ежегодно	Директор, заведующий хозяйством
Консультация «Ознакомление классных руководителей, работников школьной столовой с нормативными документами, регуливающими школьное питание»	Сентябрь, ежегодно	Зам. директора по ВР
Составление графика дежурства по столовой, формирование списка обучающихся на льготное питание, ведение базы данных льготных категорий обучающихся	август-сентябрь, ежегодно	Зам. директора по ВР, социальный педагог
Создание бракеражной комиссии	Август ежегодно	Директор школы
Формирование нормативно-правовой базы по организации питания в школе	постоянно	Зам. директора по ВР, социальный педагог
Проверка должностных обязанностей работников пищеблока	ежегодно	Заведующий хозяйством
Согласование меню в соответствии с санитарными нормами	ежедневно	Шеф-повар, директор
Контроль за наличием инструкции по эксплуатации технологического	В течение года	Заведующий хозяйством

оборудования на пищеблоке, по технике безопасности		
Организация контроля за ведением документации (журнал бракеража готовой продукции; журнал бракеража продуктов и производственного сырья, поступающего на пищеблок; журнал витаминизации третьих блюд; журнал контроля температурного режима холодильного оборудования, журнал здоровья)	В течение года	Социальный педагог, администрация, бракеражная комиссия
Контроль за организацией питания в школе, выполнение мероприятий по его улучшению	В течение года	социальный педагог, комиссия по родительскому контролю
Контроль за выполнением требований СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»	В течение года	Шеф-повар, директор Социальный педагог
Контроль за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемиологических мероприятий	В течение года	Директор, социальный педагог, шеф-повар

## 2.Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей

Название мероприятия	Сроки	Ответственный
Планирование работы по охвату горячим питанием обучающихся школы, по формированию навыков здорового питания	Сентябрь ежегодно	Директор, зам. директора ВР, социальный педагог
Проведение акции «Здоровое питание»	декабрь-январь ежегодно	Зам. директора по ВР
Размещение информации об организации питания на школьном сайте	в течение года	Ответственный за сайт
Организация консультаций для классных руководителей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно-гигиенических требований, - организация горячего питания – залог	в течение года	социальный педагог

сохранения здоровья.		
<b>Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся</b>		
Проведение классных часов, уроков здоровья, внеклассных мероприятий по воспитанию культуры питания среди обучающихся: - «Культура здорового питания» - «Режим дня и его значение», - «Культура приема пищи», - «Острые кишечные заболевания и их профилактика» -«Твоё здоровье в твоих руках»; -«Как следует питаться»; - «О чём может рассказать упаковка»; -«Основы правильного питания»; и др.	в течение отчетного периода  5 класс 1-4 классы 6 класс 1-9 классы  7 класс 8 класс 9 классы 1-9 классы	Ответственный за организацию питания, классные руководители
Проведение и участие обучающихся в «Неделе здоровья»	Апрель, ежегодно	Учитель физкультуры, заместитель директора по ВР
«Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков» (игра)	1-4 классы	Классный руководитель
Беседа «Как утолить жажду»	5-8 классы	Классный руководитель
Участие в областном конкурсе «Лучшая столовая»	5-9 классы	Ответственный за организацию питания
Проведение уроков–здоровья «Где найти витамины весной» «Кулинарное путешествие» по России. «Как питались на Руси и в России»	1-2 класс  3 -4 класс  5-6 класс:	Классный руководитель
Конкурс рисунков среди учащихся начальной школы «Умные продукты», «Правила правильного питания»	Ежегодно в ноябре	Зам. директора по ВР
Разработка и ведение программы внеурочной деятельности «Школа безопасности, в которую включен блок «Разговор о правильном питании» в 2 классе	Сентябрь, в течении 2024-2026 учебных годов	Зам. директора по УВР, учителя начальных классов
<b>Работа по воспитанию культуры питания среди родителей обучающихся</b>		
Проведение классных и общешкольных родительских собраний	По плану работы образовательного	Зам. директора по ВР, классные



	учреждения	руководители, социальный педагог
Праздничные огоньки, конкурсы с привлечением родителей и общественности	ежегодно	Зам. директора по ВР, классные руководители
Проведение заседаний общешкольного Совета родителей по вопросу организации питания в школе	декабрь, апрель, ежегодно	Зам. директора по ВР

### 3. Укрепление материально-технической базы школьной столовой

Своевременное приобретение посуды и столовых приборов	В течение года	Заведующий хозяйством
Поддержание эстетического состояния зала столовой	август	Работники столовой и
Приобретение и эксплуатация нового технологического оборудования	В течение года	Заведующий хозяйством

### 4. Повышение квалификации работников столовой

Участие в профессиональных кулинарных конкурсах	В течение года	Заведующий хозяйством
Проведение бесед, конкурсов, дегустаций, презентаций готовой продукции среди обучающихся и родителей	В течение года	Социальный педагог

### 5. Мониторинг реализации программы

Направление мониторинга	Диагностика	Сроки	Ответственный
Охват учащихся горячим питанием	Анализ результатов посещаемости	ежедневно, ежемесячно	Социальный педагог, классные руководители
Сохранение и укрепление здоровья учащихся	Анализ состояния здоровья школьников по результатам медицинских осмотров. Анализ заболеваемости детей	ежегодно	Мед. работник, учитель физкультуры, кл. руководители
Уровень удовлетворенности учащихся,	Анкетирование	ежегодно	Социальный педагог

родителей, организацией питания в школе			
Материально- техническая база столовой	Анализ результатов приёмки столовой к началу нового учебного года	ежегодно	Директор школы, Заведующий хозяйством
Формирование у школьников навыков здорового питания	Собеседование. Наблюдение.	ежегодно	Социальный педагог, кл. руководители
Качество организации питания	Анкетирование, опросы, посещение столовой, анализ приготовления пищи и норм раскладки, санитарно- гигиенического состояния обеденного зала	ежедневно	Социальный педагог, зам. директора по УВР