муниципальное общеобразовательное учреждение
«Центр образования имени Николая Константиновича Розова»

Принято решением
педагогического совета
(протокол от 23.08.2020 № 1),

УТВЕРЖДАЮ
(приказ от 23.08.2020 № 90)
Директор _____ (О.Н. Минасян)

Программа «Формирование культуры правильного питания» в МОУ «Центр образования им. Н.К. Розова»

2020 год

Пояснительная записка

В соответствии с Законом «Об образовании» забота о здоровье человека отнесена к приоритетным направлениям государственной политики в области образования. Проблема формирования здорового образа жизни, сбережение и укрепление здоровья школьников требует усилий врачей, учителей, а также родителей.

Главная цель всей работы по здоровьесбережению детей - воспитывать потребность вести здоровый образ жизни, выполнять правила сохранения и укрепления здоровья: отказаться от вредных привычек, сочетать труд и отдых, содержать в чистоте свое тело, одежду, жилище, правильно питаться.

Питание обеспечивает основные жизненные функции организма, особое значение это имеет в детском возрасте. Для растущего организма очень важно рациональное питание. Включение учащихся в процесс формирования здорового образа жизни помогает накопить необходимый опыт и знания по укреплению своего здоровья; быть внимательным к себе, своему самочувствию, настроению; развивать навыки общения, речь; расширять кругозор, познавательные интересы, творческие способности; обратить внимание родителей на связь состояния здоровья с гигиеной питания.

Цель программы:

- создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, увеличение охвата учащихся горячим питанием;
- формировать у детей основы культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

Реализация программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:

- формировать и развивать представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формировать готовность заботиться и укреплять собственное здоровье;
- формировать у школьников знания о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовность соблюдать эти правила;
- проводить профилактику поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием детей и подростков;
- освоить практические навыки рационального питания;
- информировать детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием, расширение знаний об истории и традициях питания своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- развивать творческие способности и кругозор у детей и подростков, их познавательную деятельность;
- повышать гигиеническую грамотность детей и родителей в вопросах питания;
- просвещать родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Программа «Формирование культуры здорового питания» рассчитана на 3 года. Ее поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2020 по 2023 годы.

Программа затрагивает всех участников образовательного процесса (обучающихся с 1-11 классы, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной (внеурочная деятельность, факультативы), так и воспитательной деятельности, в том числе и в летнем пришкольном оздоровительном лагере.

Основные задачи по организации питания:

1. Обеспечение бесплатным питанием категорий учащихся, установленных администрацией района;
2. Создание благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся с привлечением средств родителей (законных представителей);
3. Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока школы (при наличии финансирования)
4. Повышение культуры питания;
5. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;
6. Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.

1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Организационное совещание — порядок приема учащимися завтраков; оформление бесплатного питания	Сентябрь	Классные руководители, администрация ОО
2. Совещание классных руководителей: - О получении обучающимися завтраков	Октябрь	Школьная комиссия по питанию
3. Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	Ноябрь	Директор
4. Заседание школьной комиссии по питанию с приглашением классных руководителей 1-11-х классов по вопросам: - Охват учащихся горячим питанием - Соблюдение сан. гигиенических требований - Профилактика инфекционных заболеваний.	Ноябрь Февраль	Школьная комиссия по питанию
5. Организация работы школьной комиссии по питанию (педагоги, родители).	В течение года	Школьная комиссия по питанию
6. Осуществление ежедневного контроля над работой столовой администрацией ОО, проведение целевых тематических проверок.	В течение года	Администрация ОО, бракеражная комиссия

2. Методическое обеспечение

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Организация консультаций для классных руководителей 1-4, 5-8, 9-11 классов: - Культура поведения обучающихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических	В течение года	Медицинский работник БУЗ ВО «Шекснинская ЦРБ» Социальный педагог

требований; - Организация горячего питания - залог сохранения здоровья		
2. Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания обучающихся	В течение года	Администрация ОО, школьная комиссия по питанию
3. Выставка в библиотеке «Простые истины о здоровье и питании»,(представленная литература, связанная с вопросами правильного питания, рецепты блюд и напитков).	Декабрь – март	Заведующий библиотекой

3. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для обучающихся и их родителей

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Эстетическое оформление зала столовой	октябрь - ноябрь	Школьная комиссия по питанию, учащиеся 5 – 11 классов
2. Разработка нового меню	В течение года	Школьная комиссия по питанию, повар

4. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
Интегрирование уроков по правильному питанию и другим предметам (русский язык, математика, окружающий мир, литературное чтение, ИЗО). Проведение классных часов по темам: **«Красиво! Вкусно! Полезно!»** **«Правильное питание – залог здоровья»**, **«Здоровое питание - здоровая нация»**, **«Традиции чаепития»** Акция **«Мы за здоровое питание!»** - Беседы по темам: «**Режим дня и его значение»** **«Культура приема пищи»** **«Хлеб — всему голова»** **«Острые кишечные заболевания и их профилактика»**	в течение года	учителя – предметники, классные руководители,
Игра для обучающихся начальной школы «Золотая осень»	Октябрь	Учителя начальной школы
Конкурс газет среди обучающихся 5-9 кл. «**О вкусной и здоровой пище**» Конкурс рисунков и плакатов на тему правильного питания и здорового образа жизни.	Ноябрь	Учитель изо
Беседы с обучающимися 10-11 кл. «**Береги своё здоровье»**	Декабрь	Кл. рук.,
Уроки-практикумы «**Столовый этикет»** Конкурс четверостиший «**Правильное питание – залог здоровья!»,** Праздник «Широкая Масленица» Проекты: «**Гигиена питания», «Меню на каждый день»** **«Пища на любой вкус», «Что помогает нам расти».** Работа с книгой (чтение и обсуждение рассказов, сказок, стихов). Игры, соревнования.	Февраль Март	зам. дир. по ВР учитель ИЗО зам. дир. по ВР ответственный за питание библиотекарь учителя физкультуры

Выпуск газет	Март	Кл. руководители
Анкетирование обучающихся: - Школьное питание: качество и разнообразие обедов - За что скажем поварам: «Спасибо?»	Октябрь Февраль Апрель	социальный педагог, Кл. рук.
Создание альбома «**Интересное о полезном».**	Май	Кл. руководители

5. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди родителей обучающихся

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1 . Проведение родительских собраний по темам: - Совместная работа семьи и школы по «Здоровый ребёнок – ребёнок со здоровой психикой». - «Здоровая пища для всей семьи». - «Учите детей быть здоровыми». - «Полноценное питание ребёнка и обеспечение организма всем необходимым». - «Формирование здорового образа жизни младших школьников». - Профилактика желудочно-кишечных заболеваний, инфекционных, простудных заболеваний - Итоги медицинских осмотров обучающихся	В течение года	Классные руководители медработник, зам. дир. по УВР,
2. Индивидуальные консультации медицинского работника «Как кормить нуждающегося в диетпитании»	по необходимости	медработник
3. Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»	Февраль	Социальный педагог
4. Встреча медработника с родителями «Личная гигиена ребенка»	Апрель	Медработник, классные руководители
5. Анкетирование родителей «Ваши предложения на следующий учебный год по развитию школьного питания»	Май (ежегодно)	Классные руководители

6. Организация деятельности комиссии по контролю над организацией и качеством питания обучающихся

Школьная комиссия по контролю за организацией и качеством питания обучающихся существует с 2009 года. В своей деятельности комиссия руководствуется законодательными и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, приказами и распоряжениями органов управления образованием, уставом и локальными актами образовательной организации.

Состав школьной комиссии утверждается приказом директора на каждый учебный год. Работа комиссии осуществляется в соответствии с планом, согласованным с администрацией ОО.

Результаты проверок и меры, принятые по устранению недостатков оформляются актами и рассматриваются на заседаниях комиссии с приглашением заинтересованных лиц.

Основные направления деятельности комиссии:

- оказывает содействие администрации ОО в организации питания обучающихся.
- осуществляет контроль:

1. За рациональным использованием финансовых средств, выделенных на питание

обучающихся;
2. За целевым использованием продуктов питания и готовой продукции;
3. За соответствием рационов питания согласно утвержденному меню;
4. За качеством готовой продукции;
5. За санитарным состоянием пищеблока;
6. За выполнением графика поставок продуктов и готовой продукции, сроками их хранения и использования;
7. За организацией приема пищи обучающихся;

7. План работы школьной комиссии по контролю и качеством питания

Мероприятия	Сроки
1. Проверка двухнедельного меню.	Сентябрь
2. Проверка целевого использования продуктов питания и готовой продукции.	Ежемесячно
3. Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню.	Ежедневно
4. Использование финансовых средств на питание учащихся.	Октябрь, январь
5. Организация просветительской работы.	Октябрь, апрель
6. Анкетирование обучающихся и их родителей по питанию.	Ноябрь
7. Контроль над качеством питания.	Ежедневно
8. Проверка табелей питания.	Ежемесячно
9. Разработка буклетов по здоровому питанию	Февраль, март

8. Заключение

Содержание программы позволяет осуществить связь с другими предметами, изучаемыми в школе: русским языком (работа с текстами, затрагивающими тематику питания, использование тетради-помощницы «Учу слова из словаря»); 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). Формированию представлений об основах культуры питания способствует не только система воспитательной внеурочной работы, но и образовательный процесс, включающий уроки русского языка, математики, окружающего мира, литературного чтения, ИЗО, технологии.

Всё это открывает дополнительные возможности для развития обучающихся, 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.

Помимо организации горячего питания обучающихся одной из основных составляющих программы по совершенствованию питания является формирование культуры здорового питания детей и подростков и проведение информационно – просветительской работы с родителями по проблеме формирования потребности в здоровом питании.

Рациональное здоровое питание детей и подростков в организованных коллективах является необходимым условием обеспечения их здоровьем. Нарушение питания в школьном возрасте служит одной из важных причин возникновения алиментарно-зависимых заболеваний, распространенность которых значительно увеличилась за последние годы.