

Программа
по формированию культуры здорового питания в МБОУ СОШ с. Октябрьское

I. Обоснование актуальности программы

Необходимость серьезно заниматься формированием культуры здоровья в системе общего образования обусловлена рядом объективных причин:

фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, а, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно начать развивать именно в этот период;

в этом же возрасте закладываются и основы здорового образа жизни, как система норм и правил, усваиваемых ребенком в специально проектируемой деятельности;

школьный период в развитии наиболее интенсивен в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

Вопросы организации школьного питания в последние годы вызывают повышенный интерес. Их решению посвящена программа по формированию культуры здорового питания. Основу предполагаемых подходов составляет внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня. Поэтому в МБОУ СОШ с. Октябрьское (Далее-Школа) сегодня уделяет большое внимание вопросам жизни и здоровья детей и подростков. Особенно сейчас остро встал вопрос об организации правильного школьного питания. Питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени дети проводят в школе, то и полноценно питаться они должны здесь же.

Сейчас особенно остро встал вопрос об организации правильного школьного питания. Питание должно быть сбалансированным. Чтобы полноценно развиваться, в течение дня ребенок должен получать необходимый минимум пищевых и минеральных веществ.

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 организовывать питание обучающихся, выделять помещение для питания детей, предусматривать перерыв достаточной продолжительности (статья 51).

Для решения этой задачи была разработана Комплексно-целевая программа Школы, которая предполагает, что правильно организованное питание поможет сохранять здоровье школьников.

Значительное число современных проблем в системе общего образования связано с негативной динамикой здоровья детей и подростков. Особую тревогу вызывает сам характер нарушений, которые часто являются следствием перенапряжения детского организма в процессе адаптации к качеству образовательной среды. Такие нарушения получили название «школьной патологии». Специалисты отмечают, что «школьные патологии» проявляются в развитии опорно-двигательной, пищеварительной, сердечно – сосудистой систем, росте нервно – психических заболеваний, болезней органов дыхания, зрения. Совершенствование системы школьного питания возможно только при условии комплексного решения в этой сфере, учитывающее здоровьесберегающие, медицинские, воспитательные, правовые, социальные, финансовые, технологические аспекты.

II. Цели, задачи и сроки реализации Программы

Цель:

1. Обеспечение качественным питанием обучающихся в школе.

Задачи:

1. Обеспечение обучающихся качественным, сбалансированным питанием.
2. Разработка и внедрение новых форм организации горячего питания.
3. Внедрение современных методов мониторинга состояния питания.
4. Укрепление и обновление материально-технического оборудования столовой.
5. Обеспечение бесплатным и льготным питанием категорий учащихся, установленных Управлением адресной социальной помощи.
6. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания.
7. Формирование культуры питания и навыков самообслуживания.
8. Пропаганда здорового питания (проведение конкурсов, лекториев, праздников).
9. Формирование у детей и родителей (законных представителей) потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья.

Срок реализации Программы: 2020 -2023 годы.

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

III. Индикаторы оценки эффективности реализации Программы

Доля учащихся, получающих горячее питание – 100 %

IV. Ожидаемые результаты реализации Программы.

Реализация мероприятий Программы позволит увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой, улучшить качество питания школьников и обеспечение его безопасности, внедрить новые схемы питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня.

V. Основные направления реализации Программы.

1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение.
2. Укрепление материально-технической базы столовой, расширение сферы услуг для учащихся и родителей.
3. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся.
4. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди родителей учащихся.

VI. Обучение правильному питанию.

Темы по питанию следует интегрировать в последовательную, общеобразовательную программу обучения здоровому образу жизни. В центре программы обучения здоровому питанию - обучение здоровому образу жизни. Программа обучения правильному питанию разрабатывается для содействия учащимся в усвоении: знаний о питании, включая, но не ограничиваясь преимуществами здорового питания, сведений о необходимых питательных веществах, дефиците питательных веществ, принципах управления весом для здоровья, правильном и неправильном употреблении диетических добавок, безопасном приготовлении, обработке и хранении еды;

умений, связанных с питанием, включая, но, не ограничиваясь, планирование здоровых завтраков, обедов и ужинов, понимание и использование ярлыков на продуктах, критическую оценку информации о питании, несоответствующих действительности сведений, рекламы пищевых продуктов; а также умения оценивать личные привычки в еде, ставить цели для их улучшения и достигать их.

Обучающие мероприятия программы обучения правильному питанию должны подчеркивать привлекательные черты здорового питания, привлекать к участию всех учащихся, соответствовать развитию и быть увлекательными. Программа должна привлекать семьи в качестве партнёров в образовательном процессе их детей. Специалистов, приглашённых для бесед с учащимися, необходимо ориентировать на соответствующую программу школы. Школа должна предоставлять программы здорового образа жизни, включающего в себя индивидуальное обучение здоровому питанию и физической активности.

VII. Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы.

| № | Наименование мероприятия | Сроки | Ответственные |
|--|---|----------|---------------|
| I. I. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение. | | | |
| 1 | Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания. | Август | Директор |
| 2 | Создание бракеражной комиссии. | Сентябрь | Директор |

| | | | |
|--|--|--------------------------|--|
| 3 | Составление графика дежурства учащихся в школьной столовой. | Сентябрь | Заместитель директора по ВР |
| 4 | Составление графика питания. | Сентябрь | Заместитель директора по УВР |
| 5 | Составление отчета по организации горячего питания в школе. | Раз в четверть | Ответственный за организацию питания |
| 6 | Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню. | Ежедневно | Члены бракеражной комиссии |
| 7 | Осуществление постоянного контроля за работой столовой, состоянием питания, соблюдением санитарно-эпидемиологических норм питания. | В течение года | Директор, Бракеражная комиссия |
| 8 | Создание банка данных учащихся с желудочно-кишечным заболеваниями. | Сентябрь | Медицинский работник закрепленный за Школой |
| 9 | Совершенствование практики и системы профилактического осмотра детей, посещающих школу. | Ежегодно | Медицинский работник закрепленный за Школой |
| 10 | Ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям. | В течение года | Медицинский работник закрепленный за Школой |
| 11 | Информирование родителей о возможности получения льготного и бесплатного питания. | Сентябрь, в течение года | Заместитель директора по ВР, классные руководители |
| 12 | Согласование перспективного меню. | В течение года | Директор |
| 13 | Обеспечение продуктами питания, обогащенными витаминами и микроэлементами. | В течение года | Зав. столовой |
| 14 | Производственные совещания по вопросам: - «Охват учащихся горячим питанием»; - «Соблюдение санитарно-гигиенических требований»; -«Профилактика инфекционных заболеваний». | 1 раз в четверть | Директор |
| II. Укрепление материально-технической базы столовой, расширение сферы услуг для учащихся и родителей. | | | |
| 1 | Улучшение материально-технологического оборудования школьной столовой. Обновление и ремонт технологического и | Ежегодно | Директор, завхоз, ответственный за питание |

| | | | |
|--|---|----------------|--|
| | холодильного оборудования, обеспечение инвентарем. | | |
| 2 | Разработка проектов и сметной документации по ремонту помещений и переоснащению новым современным технологическим оборудованием школьной столовой. | 2020-2023 | Директор |
| 3 | Ремонт помещений школьной столовой. | Ежегодно | Директор |
| 4 | Ремонт канализаций и водоснабжения. | Ежегодно | Директор |
| 5 | Ремонт электрооборудования. | Ежегодно | Директор |
| 6 | Ремонт вентиляций. | Ежегодно | Директор |
| 7 | Обновление кухонного инвентаря, кухонной посуды. | 2020-2023 | Директор |
| 8 | Обновление столовой посуды, столовых приборов. | 2020-2023 | Директор |
| 9 | Реализация в практической деятельности школы требований СанПиНа в вопросах организации горячего питания. | постоянно | Директор, заместитель директора по УВР, бракеражная комиссия |
| 10 | Проведение педагогических и социально-просветительских мероприятий по профилактике алкоголизма, наркомании, табакокурения среди детей и подростков. | В течение года | Заместитель директора по ВР |
| 11 | Формирование методической библиотеки, видеотеки по вопросам здорового питания, здорового образа жизни. | В течение года | Зав. библиотекой |
| 12 | Продолжение эстетического оформления зала столовой. | В течение года | Заместитель директора по ВР |
| 13 | Разработка новых блюд, изделий и внедрение в систему школьного питания. | В течение года | Ответственный за питание |
| III. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся | | | |
| 1 | Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся. Ежемесячный мониторинг охвата питанием | Ежедневно | Классные руководители, заместитель директора по ВР |
| 2 | Проведение мониторинга отношения учащихся к организации горячего питания в школе. | Май | Классные руководители, заместитель директора по ВР |
| 3 | Проведение классных часов по темам: - «Культура здорового питания» | В течение года | Заместитель директора по ВР |

| | | | |
|---|---|------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - «Режим дня и его значение», - «Культура приема пищи», - «Хлеб – всему голова», - «Острые кишечные заболевания и их профилактика» -«Твоё здоровье в твоих руках»; -«Как следует питаться»; - «О чём может рассказать упаковка»; -«Основы правильного питания»; - Лекция «Культура питания» | | Классные руководители Медицинский работник поликлиники |
| 4 | Конкурс рисунков о полезных продуктах. | Апрель | Заместитель директора по ВР |
| 5 | Конкурс газет, плакатов на тему правильного питания | Апрель | Заместитель директора по ВР Учитель ИЗО |
| 6 | Знакомство со школьной столовой | сентябрь | учителя начальных классов |
| 7 | Встреча весны | Март | Заместитель директора по ВР |
| 8 | Создание и работа экспозиции в школьном музее «Традиции питания», «Посуда прошлого века» | 2021-2023 | Зав. школьным музеем |
| 9 | Всемирный день здоровья | Апрель | Заместитель директора по ВР |
| IV. Работа по воспитанию культуры питания, здорового образа жизни среди родителей учащихся. | | | |
| 1 | Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях «Основы формирования у ребенка навыков здорового образа жизни. Атмосфера жизни семьи как фактор физического и психического здоровья ребенка. Профилактика вредных привычек и социально обусловленных заболеваний у детей». Общешкольные и классные родительские собрания. | 1 раз в четверть | Заместитель директора по УВР, Классные руководители |
| 2 | Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ. | В течение года | Классные руководители |

| | | | |
|---|---|----------------|---|
| 3 | Родительский лекторий «Правильное и полноценное питание – залог здоровья каждого ребенка». | апрель | Заместитель директора по УВР, классные руководители |
| 4 | Проведение мониторинга отношения родителей к организации горячего питания в школе. | Май | Заместитель директора по УВР, классные руководители |
| 5 | Организация бесплатного, льготного питания для учащихся. | В течение года | Заместитель директора по УВР |
| 6 | День пожилого человека. Концерт, праздничный обед. Праздник для ветеранов. Концерт, праздничный обед. | Сентябрь, май | Заместитель директора по УВР, зав. производством, совет ветеранов |
| 7 | Контроль родительской общественности за качеством питания. | постоянно | Члены родительских комитетов |