

Рассмотрено и принято  
на заседании Совета школы  
протокол №1 от 31.08.2018г

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ «Каменская СОШ»  
\_\_\_\_\_ Л.П.Черных  
приказ от 19.09.2018г. №221-од

Программа по совершенствованию организации питания  
и формированию культуры здорового питания  
обучающихся

**«Правильное питание здорового поколения»**

2018-2019 учебный год

## Актуальность программы

- ❖ **В Конвенции о правах ребенка подчеркивается, что современное образование должно стать здоровьесберегающим.**
- ❖ **В законе РФ «Об образовании в Российской Федерации» сохранение и укрепление здоровья детей выделено в приоритетную задачу.**

На современном этапе развития человеческого общества такие универсальные ценности, как жизнь и здоровье человека, приобретают особое значение. Школьник должен расти здоровым, физически крепким, всесторонне развитым и выносливым. Из всех факторов внешней среды, оказывающих влияние на его физическое и нервно-психическое развитие, питание занимает ведущее место. 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.

**Культура питания – важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, что нашло отражение в федеральных государственных образовательных стандартах нового поколения (ФГОС).**

Формирование культуры здорового питания должно начинаться с самых первых этапов обучения ребёнка в школе и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учетом возрастного подхода.

Системная работа по формированию культуры здорового питания включает три направления:

- рациональная организация питания в образовательном учреждении;
- включение в учебный процесс образовательных программ формирования культуры здорового питания;

- просветительская работа с детьми, их родителями (законными представителями), педагогами и специалистами образовательных учреждений.

Только сочетание всех направлений работы поможет создать в школе и дома такую среду, в которой возможно формирование культуры здорового питания и здорового образа жизни.

### **Обоснование необходимости реализации Программы.**

Программа «Правильное питание здорового поколения» разработана в соответствии со следующими документами: Конституцией РФ от 12 декабря 1993 года; Конвенцией ООН о правах ребенка утверждённой резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года; Законом РСФСР «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 19 апреля 1991 года №1034 - 1; Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка Российской Федерации» № 124 – ФЗ от 24 июля 1998 года; Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 21 декабря 2012 года; Основами законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан и другими актами.

Программа «Правильное питание здорового поколения» представляет собой объединённый замысел и целью комплекс нормативно-правовых, организационных и методических мероприятий, призванных обеспечить решение основных задач в области сохранения физического здоровья учащихся.

Положив в основу своей деятельности фразу **«Компетентный учитель – здоровый ученик»**, мы можем использовать разнообразные приемы здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе для сохранения и укрепления здоровья детей, формирования у них устойчивой мотивации к здоровому и безопасному образу жизни, учет возрастных особенностей обучающихся.

Программа призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка. Программа подтверждает особый статус детства как периода, не зависящего от социальных, политических, национальных и других отличий. Программа находится в числе приоритетных направлений деятельности органов образования и здравоохранения и служит основой сотрудничества и консолидации общественности школы и родителей.

Для реализации программы требуется объединение усилий социальных институтов: семья, школа, учреждения здравоохранения, консультативно-профилактические центры

Формирование и сбережение здоровья – социальная потребность сохранения здоровья и здорового образа жизни человека сегодня одно из стратегических направлений деятельности. Для его реализации требуется взаимодействие всех субъектов образовательного процесса в выборе путей, способов, средств индивидуальной и творческой деятельности. Необходимо создать условия для осуществления этой деятельности, поиска стимулов для утверждения здорового питания, расширения круга лиц, организаций, различных социальных структур, вовлеченных в позитивный процесс созидания здоровья, развития личности и повышения эффективности образования, воспитания личности, обладающей твердыми установками на создание и сохранение здоровья, формирования и соблюдения принципов здорового образа жизни.

Ответственное отношение к здоровому питанию – это достаточно сильное психическое «новообразование», которое включает:

отношение всех участников образования к здоровому питанию как ценности;

формирование представлений о себе как о здоровом человеке;

способность использовать в поведении всю информацию, которая служит сохранению и укреплению здоровья, причем энергия опасения должна преобразоваться в энергию действия;

конкретные привычки здорового питания;

установка образовательного процесса на здоровое питание осуществляется через деятельность всех участников образовательного процесса.

Программа затрагивает всех участников образовательного процесса (учащихся с 1-11 классы, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной (уроки, факультативы), так и воспитательной деятельности (кружки, внеурочная деятельность).

Темы раздела программы «Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся» обеспечивают интегрированную последовательную работу по привитию навыков здорового образа жизни, как на уроках, так и во внеурочной деятельности.

Ребята получают знания:

- о здоровом питании,

- сведения о необходимых питательных веществах, дефиците питательных веществ,

- о принципах управления весом для здоровья,

- о правильном и неправильном употреблении диетических добавок,

- о безопасном приготовлении, обработке и хранении еды;

-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 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.

Школьный преподавательский состав должен сотрудничать с учреждениями и группами, осуществляющими обучение здоровому питанию среди населения, чтобы давать единообразные сведения ученикам и их семьям. Специалистов, приглашённых для бесед с учащимися, необходимо ориентировать на соответствующую программу школы.

В течение каждого учебного дня школьная программа питания должна обеспечивать завтрак и обед в соответствии с организованной урочной и внеурочной деятельностью.

Информация об ингредиентах, используемых при приготовлении школьного питания, должна предоставляться родителям по их просьбе. Родители должны быть осведомлены о такой возможности.

Всё оборудование и помещения по предоставлению пищи должны соответствовать действующим стандартам в отношении здоровья, безопасного приготовления еды, ее обработки и хранения; стандартам питьевой воды, санитарных условий и технике безопасности на рабочем месте. Для реализации вышеназванных задач в школе и разработана программа «Правильное питание здорового поколения»

**2. Ресурсы, которыми располагает общеобразовательное учреждение для эффективного решения поставленных задач: кадровые, методические, материально-технические, информационные, другие.**

**2.1 Нормативно-правовые:**

- локальные акты, регламентирующие деятельность школы по организации обеспечения здорового питания;

**2.2. Кадровые:**

- наличие профессиональных кадров;  
- создание условий для повышения квалификации, подготовки и переподготовки специалистов, участвующих в реализации новой модели.

**2.3. Информационные:**

- мероприятия по широкому информированию общественности о результатах деятельности школы по организации и развитию школьного питания.

### **2.5. Материально-технические:**

- пищеблок соответствует требованиям;
- приобретено новое оборудование (электрическая плита, электромясорубка, холодильник);
- имеется обеденный зал на 30 посадочных мест;

### **3. ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:**

**Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, увеличение охвата учащихся горячим питанием.**

#### **4. Основные задачи по организации питания:**

1. Обеспечение горячим питанием всех категорий учащихся.
2. Создание благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся с привлечением средств родителей (законных представителей);
3. Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока школы;
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.

Основные принципы политики школы в области здорового питания: рациональное питание детей, здоровье ученика - важнейшие приоритеты школы;

питание должно способствовать защите организма от неблагоприятных условий окружающей среды.

Организация питания в школе, с нашей точки зрения, предполагает следующие **аспекты:**

- организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение;
- методическое обеспечение;
- работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся;
- организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и их родителей.

## **5. Сроки реализации Программы: 2018-2019 учебный год**

### **6. Перечень и описание программных мероприятий (виды мероприятий) по совершенствованию организации питания.**

Выполнение поставленных в рамках Программы задач предусматривает проведение комплекса программных мероприятий.

В систему программных мероприятий входят следующие направления:

#### **6.1. Развитие материально-технической базы школьной столовой:**

- анализ состояния организации питания в образовательном учреждении, выявление потребности в оборудовании школьного пищеблока в соответствии с их назначением, площадью, проектной мощностью;

- последовательная работа по оснащению технологическим оборудованием школьной столовой;

- создание условий для организации школьного питания в соответствии с санитарными и санитарно-противоэпидемиологическими (профилактическими) правилами.

#### **6.2. Обеспечение качественного школьного питания:**

- выполнение требований к школьному рациону: он должен состоять из горячего завтрака и обеда для учащихся начальных, средних, старших классов. В рацион школьного питания должны входить только продукты с высокой пищевой и биологической ценностью, он должен быть дифференцирован по своей энергетической ценности и содержанию белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных солей и микроэлементов солей и микроэлементов в зависимости от возраста (группа 7-10 и 11-17 лет);

- восполнение дефицита витаминов и других микроэлементов в школьном питании учащихся за счет корректировки рецептуры и технологии приготовления пищи, обеспечение всех учащихся одноразовым сбалансированным горячим питанием по рационам, обогащенным витаминами и другими микроэлементами;

- изыскание источников снижения затрат на производство и реализацию продуктов школьного питания, позволяющих расширить охват горячим питанием всех учащихся.

#### **6.3. Формирование культуры школьного питания:**

- систематизация работы по просвещению школьников по вопросам здорового образа жизни, культуры питания и ответственности за свое здоровье;

- обобщение и распространение опыта организации качественного и сбалансированного питания.

## **7. Ожидаемые конечные результаты реализации Программы.**

Реализация мероприятий Программы позволит осуществить:

- Создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровья детей.
- Улучшение качества школьного питания, обеспечение его безопасности, сбалансированности.
- Приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными требованиями технологии пищевого производства и организации обслуживания учащихся школы.
- Повышение доступности сбалансированного питания для более широкого контингента учащихся.
- Внедрение новых технологий производства продукции школьного питания и методов обслуживания учащихся.
- Объединение всех участников образовательного процесса в их активной деятельности по формированию здорового питания, отношению к здоровью и здоровому образу жизни как ценности, формирование культуры здоровья и чувства ответственности за своё здоровье.
- Взаимосвязь и взаимодополнение деятельности школы, специалистов здравоохранения по сохранению здоровья и формированию здорового образа жизни.

## **8. Система организации контроля за исполнением Программы.**

Контроль за ходом реализации Программы осуществляется администрацией школы, Советом школы, бракеражной комиссией.

## **9. Критерии оценки достижения результатов по каждому направлению: качественные, количественные.**

Оценка результативности реализации Программы осуществляется на основе использования системы объективных критериев, которые выступают в качестве обобщенных оценочных показателей (индикаторов):

### **1. Количественные показатели:**

- ✓ количество учеников, получающих горячее питание в школе;
- ✓ степень включенности всех субъектов образовательного процесса в реализацию программы;
- ✓ степень оснащения пищеблока технологическим оборудованием;
- ✓ показатели здоровья учащихся.

### **2. Качественные показатели:**

- ✓ наличие в школе программы по воспитанию культуры питания;

- ✓ отсутствие замечаний со стороны Роспотребнадзора к качеству организации питания в школе;
- ✓ увеличение процента охвата питанием школьников;
- ✓ условия для предоставления качественного питания каждому участнику образовательного процесса;
- ✓ уровень культуры питания учащихся;
- ✓ степень удовлетворенности всех участников образовательного процесса организацией питания;
- ✓ педагогическое и управленческое творчество;
- ✓ наличие современной базы для организации здорового питания.

### **План мероприятий программы.**

#### **1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение.**

<b>Основные мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Исполнители</b>
1. Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания.	Август	Директор школы
2. Организационное совещание – порядок приёма учащимися завтраков; график дежурств и обязанности дежурного учителя и учащихся в столовой.	Сентябрь	Директор школы
3. Совещание классных руководителей: – о получении учащимися завтраков, обедов	Октябрь	Заместитель директора по ВР
Совещание классных руководителей по вопросам: - охват учащихся горячим питанием; - соблюдение санитарно-гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний.	Ноябрь Февраль	Заместитель директора по ВР
Осуществление ежедневного контроля за работой столовой администрацией школы.	В течение года	Администрация школы

## 2.Методическое обеспечение.

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
<p>Организация консультаций для классных руководителей 1 – 4-х, 5 – 9-х, 10-11-х классов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Культура поведения учащихся во время приёма пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований»;</li> <li>- «Организация горячего питания – залог сохранения здоровья».</li> </ul>	В течение года	Заместитель директора по УВР
Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания	В течение года	Администрация

## 3.Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся.

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
<p>Проведение классных часов по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Режим дня и его значение»;</li> <li>- «Культура приёма пищи»;</li> <li>- «Хлеб – всему голова»;</li> <li>- «Острые кишечные заболевания и их профилактика»</li> </ul>	Сентябрь Октябрь Ноябрь Декабрь	Классные руководители
Игра для учащихся начальной школы «Золотая осень»	Октябрь	Классные руководители, вожатая
Веселый урок здоровья 5 -8 классы	Октябрь	Заместитель директора по УВР
Витамины – это сила! Выступление агитбригады	Ноябрь	Заместитель директора по УВР
Конкурс газет среди учащихся 5 – 11-х классов «О вкусной и здоровой пище»	Ноябрь	Заместитель директора по УВР
Беседы с учащимися 1-11-х классов «Береги своё здоровье»	Декабрь	Кл. руководители

Конкурс среди учащихся 5 – 8-х классов «Хозяюшка»	Март	Учителя технологии
Анкетирование учащихся: Школьное питание: качество и разнообразие обедов; за что скажем поварам спасибо?	Октябрь Февраль Апрель	Зам. директора по ВР Кл. руководители
Анкетирование родителей «Ваши предложения на год по развитию школьного питания»	Май	Администрация школы

**4. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди родителей учащихся.**

<b>Основные мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Исполнители</b>
Проведение родительских собраний по темам: - совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни дома. Питание учащихся. - профилактика желудочно-кишечных заболеваний, инфекционных, простудных заболеваний; - итоги медицинских осмотров учащихся.	Сентябрь  Октябрь  Май	Зам. директора по УВР Кл. руководители
Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	Май	Классные руководители

**5. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и их родителей.**

<b>Основные мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Исполнители</b>
Эстетическое оформление зала столовой.	Август	Администрация

Разработка новых блюд, их внедрение в систему школьного питания.	В течение года	Администрация
--	----------------	---------------

### 7. План работы по контролю над организацией и качеством питания.

Мероприятия	Сроки
Проверка десятидневного меню.	Сентябрь
Проверка целевого использования продуктов питания и готовой продукции.	Ежемесячно
Проверка соответствия рациона питания согласно утверждённому меню.	Ежедневно
Организация просветительской работы	Октябрь Апрель
Анкетирование учащихся и их родителей по питанию.	Ноябрь
Контроль над качеством питания.	Ежедневно

### 8. Работа с родителями

Общешкольное родительское собрание	сентябрь	Администрация
Классные родительские собрания «Здоровое питание в вашей семье»	сентябрь- октябрь	классные руководители
Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях.	в течение года	классные руководители
Изучение отношения родителей к организации горячего питания в школе.	в течение года	классные руководители

Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗО, школьных конкурсов о правильном питании.	в течение год	классные руководители
--	---------------	-----------------------

## **9. Мониторинг реализации программы.**

Направление мониторинга	Диагностика	Сроки	Ответственный
Охват учащихся горячим питанием	Анализ результатов посещаемости	ежедневно ежемесячно ежегодно	классные руководители
Сохранение и укрепление здоровья учащихся	Анализ состояния здоровья школьников по результатам медицинских осмотров Анализ заболеваемости детей	ежегодно	директор ОУ учитель физкультуры кл. руководители
Уровень удовлетворенности учащихся, родителей, педагогов организацией питания в школе	Анкетирование,	ежегодно	заместитель директора по УВР
Материально-техническая база столовой	Смотр помещения (оборудование, оснащение) Анализ результатов приёмки столовой к началу нового учебного года Оснащение пищеблока необходимым оборудованием	ежегодно	директор ОУ, зам. директора по УВР
Формирование у школьников	Собеседование Наблюдение	ежегодно	заместитель директора по УВР

навыков здорового питания			
Качество организации питания	Наблюдение, Анкетирование, опросы, посещение столовой, Анализ приготовления пищи и норм раскладки, санитарно-гигиенического состояния обеденного зала	ежедневно	Директор ОУ, заместитель директора по УВР
Формирование нового имиджа школьной столовой	Опрос, анкетирование и другие практики по выявлению общественного мнения	ежегодно	директор ОУ заместитель директора по УВР

## **ПРИЛОЖЕНИЕ**

### **1. Нормативно-правовая база по организации питания.**

- 1) Приказ об организации питания в школе на учебный год.
- 2) Приказ о создании бракеражной комиссии на учебный год.

### **2. Организация работы школьной столовой.**

- 1) Режим работы столовой
- 2) Дежурство учащихся и преподавателей в перемену.

### **3. Организация работы ответственного по питанию.**

- 1) Отчеты по организации питания (ежемесячно).
- 1) Мониторинг охвата учащихся питанием.
- 2) Акты проверки работы столовой.