

ПРИНЯТО
На педагогическом совете
МОБУ «СОШ № 17 «Родник»
Протокол от 29.08.2024
№ 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОБУ «СОШ № 17 «Родник»
О.В.Владимирова
«02» сентября 2024г.



ПРОГРАММА

Формирование культуры здорового питания на 2024-2027 гг

МОБУ «СОШ № 17 «Родник»

Введение

Согласно методическим рекомендациям "Формирование культуры здорового питания обучающихся, воспитанников", разработанным Институтом возрастной физиологии РАО в рамках реализации мероприятия "Организационно-аналитическое сопровождение мероприятий приоритетного национального проекта "Образование", администрацией МОБУ «СОШ № 17 «Родник» была разработана программа по формированию культуры здорового питания.

Работа по формированию культуры здорового питания проводится по трем направлениям.

Первое - рациональная организация питания в школе, в школьной столовой, где все, от внешнего вида школьной столовой до состава продуктов в школьном буфете, должно соответствовать принципам здорового питания и способствовать формированию здорового образа жизни. Структура, режим и организация питания в образовательных учреждениях должны не только соответствовать всем гигиеническим требованиям, но и служить примером здорового питания.

Второе - реализация образовательных программ по формированию культуры здорового питания. При формировании культуры здорового питания наиболее эффективна комплексная и системная работа, когда постепенно формируются основы гигиены и режима питания, дается представление о полезных продуктах и полезной пище, о необходимых питательных веществах, о рациональной структуре питания, о культуре питания разных народов и т.п.

При реализации образовательных программ необходимо соблюдать принципы формирования культуры здорового питания, важнейшим из которых являются:

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

Третье направление - просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье. Специальные исследования, проведенные Институтом возрастной физиологии РАО, показывают, что питание детей в семье, как правило, нерационально и не сбалансировано, нарушен режим питания. Во многих семьях в питании мало овощей, фруктов, молочных продуктов, а предпочтение отдается колбасным и кондитерским изделиям и т.п. Только 20% родителей знакомы с общими принципами организации здорового питания.

Цели и задачи

Цели:

- Создать условия, способствующие укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, увеличение охвата учащихся горячим питанием.
- Сформировать у детей основы культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

- Реализация программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:
- Формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
- Формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- Профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием детей и подростков;
- Освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания;
- Информирование 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;
- Развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности;
- Повышение гигиенической грамотности детей и родителей в вопросах питания;
- Просвещение 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 2024 по 2027 год.

Программа затрагивает участников образовательного процесса (обучающиеся 1-4 классов, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной (уроки), так и воспитательной деятельности.

Ожидаемые результаты:

- Улучшение качества питания школьников и обеспечение его безопасности.
- Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.
- Разработана и действует система мониторинга состояния здоровья учащихся.
- Постоянно оказывается социальная поддержка отдельным категориям учащихся.
- Повышена эффективность системы организации питания за счёт:
 - 100% охвата обучающихся 1-4 классов школы горячим питанием;
 - укрепления материально-технической базы школьной столовой;
 - внедрения новых форм организации питания учащихся школы.

Отлажена просветительская работа по формированию культуры школьного питания за счёт:

- реализации комплекса мероприятий образовательных программ по формированию культуры питания школьников;
- привлечения к профилактической работе формированию культуры питания родительской общественности, работников здравоохранения, средств массовой информации.

Механизм реализации программы

Производственный и общественный контроль за организацией питания:

№	Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
1.	Контроль за формированием рациона питания	Директор школы, заведующий структурного подразделения
2.	Входной производственный контроль	Директор школы, заведующий структурного подразделения
3.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Заведующий структурного подразделения
4.	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Бракеражная комиссия
5.	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Бракеражная комиссия
6.	Контроль за приемом пищи	классные руководители

Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников

Задачи администрации школы:

Составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;
Контроль качества питания;
Контроль обеспечения порядка в столовой;
Контроль культуры принятия пищи;
Контроль проведения воспитательной работы со школьниками по привитию навыков культуры приема пищи;

Обязанности работников столовой:

Составление рационального питания на день и перспективного меню;
Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;
Обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи;
Использование современных технологий приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

Обязанности классных руководителей:

Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма; организация конкурсов и викторин на тему правильного питания
Воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;
Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;

Обязанности родителей:

Прививать навыки культуры питания в семье;
Выполнять рекомендации классных руководителей и медицинских работников по питанию в семье.

Обязанности обучающихся:

Соблюдать правила культуры приема пищи;
Принимать участие в мероприятиях по пропаганде здорового питания.

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 ежегодно	директор школы, заведующий	приказ
2	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	в течение года	Заведующий структурного подразделения	план работы, акты проверок
3	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	Заведующий структурного подразделения	материалы отчётов
2. Работа с обучающимися.				
1	Проведение уроков – здоровья	ежегодно	классные руководители	планы уроков
2	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ежемесячно	Заведующий структурного подразделения	аналитическая информация
3.	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ежегодно	зам. директора по ВР	результаты анкетирования
4	Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (каникулярное время)	ежегодно	Директор	план работы ДОЛ
5	Проведение классных часов		классные руководители	планы классных часов
3. Работа с педагогическим коллективом				
1.	Ведение пропаганды здорового питания	ежегодно	классные руководители	планы воспитательной работы
2.	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания	ежегодно	директор, заведующий структурного подразделения классные руководители	
4. Работа с родителями				
1.	Привлечение членов школьной комиссии для содействия повышения качества работы школьной столовой	ежемесячно		
5. Контроль за организацией горячего питания и работой школьной столовой				
1	Оформление стенда «Питание-залог здоровья»	сентябрь, ежегодно	Заведующий структурного подразделения	материалы стенда

2	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	ежемесячно	Заведующий структурного подразделения	отчёт
3	Соблюдение графика питания учащихся	ежедневно	Классные руководители	
6. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей				
1.	Организация закупки технологического оборудования для столовой.	по мере поступления финансирования	Заведующий структурного подразделения	материалы о закупках, сметы
2.	Организация закупки мебели для зала питания.	по мере поступления финансирования	Заведующий структурного подразделения	материалы о закупках, сметы
3	Организация текущего и капитального ремонта школьной столовой	июль-август	Заведующий структурного подразделения	сметы

ПРОГРАММА

по формированию культуры здорового питания имеет подпрограмму:
«Разговор о правильном питании».

Целью подпрограммы является формирование у детей и подростков основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Она рассчитана на школьников в возрасте от 6,6 до 14 лет и состоит из трех частей:
«Разговор о правильном питании» - для дошкольников и младших школьников 6-8

лет;

«Организация летних оздоровительных лагерей» - для школьников 7-15 лет;

«Формула правильного питания» - для школьников 12-14 лет.

Реализация программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:

- формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье, как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
- формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания;
- формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
- информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности;
- развитие коммуникативных навыков у детей и подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
- просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Содержание программы "Разговор о правильном питании" отвечает следующим принципам:

- возрастная адекватность - соответствие используемых форм и методов обучения возрастным физиологическим и психологическим особенностям детей и подростков;
- научная обоснованность и достоверность - содержание комплекта базируется на данных научных исследований в области питания детей и подростков;
- практическая целесообразность - содержание комплекта отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с организацией питания детей и подростков;
- динамическое развитие и системность - содержание каждого из последующих модулей программы, цели и задачи обучения определялись с учетом тех сведений, оценочных суждений и поведенческих навыков, которые были сформированы у детей и подростков в результате изучения предыдущих модулей;
- вовлеченность в реализацию программы родителей учащихся;
- культурологическая сообразность - в содержании программы отражены исторически сложившиеся традиции питания, являющиеся частью культуры народов России и других стран.

Тематика программы охватывает различные аспекты рационального питания:

разнообразии питания:

- «Самые полезные продукты»,
- «Что надо есть, если хочешь стать сильнее»,
- «Где найти витамины весной»,
- «Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные продукты»,
- «Каждому овощу свое время»
- «Что нужно есть в разное время года»,

гигиена и режим питания:

- «Как правильно есть»
- «Из чего состоит наша пища»,
- «Как правильно питаться, если занимаешься спортом»;

рацион питания:

- «Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной»,
- «Плох обед, если хлеба нет»,
- «Полдник. Время есть булочки»,
- «Пора ужинать»,
- «Если хочется пить»
- «Молоко и молочные продукты»,
- «Блюда из зерна»,
- «Какую пищу можно найти в лесу»,
- «Что и как приготовить из рыбы»,
- «Дары моря»;

культура питания:

- «На вкус и цвет товарищей нет»,
- «Режим питания»
- «Энергия пищи»

гигиена питания и приготовление пищи:

- «Где и как мы едим»,
- «Ты готовишь себе и друзьям»
- «Где и как готовят пищу»,
- «Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен»;

этикет:

1. «Как правильно накрыть стол»,
2. «Как правильно вести себя за столом»;

традиции и культура питания:

- «Кухни разных народов»,
- «Кулинарное путешествие. Как питались на Руси и в России»,
- «Необычное кулинарное путешествие».

Реализация подпрограммы осуществляется в течение учебного периода и летней оздоровительной компании, а также часть вопросов программы рассматривается в рамках внеклассной работы (система внеклассных часов и внеклассных мероприятий согласно планов воспитательной работы 1-9 классов), при изучении отдельных тем по предметам естественного цикла, в рамках факультативной и кружковой работы, в рамках реализации регионального компонента учебного плана, направленного на формирование у школьников здорового образа жизни.

В ходе реализации Программы, используются разнообразные формы и методы, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающий непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующий их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности,

распространенными при этом являются игровые методики, ситуационные, образно-ролевые игры, а также элементы проектной деятельности, дискуссионные формы.

Календарный план реализации программы на 2024/2025 учебный год

№	мероприятие	ответственные
сентябрь		
1	Назначение ответственного за организацию питания в школе	Заведующий структурного подразделения
2	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	директор школы
3	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	Заведующий структурного подразделения
4	Акт проверки бесплатного школьного питания льготных категорий обучающихся	Заведующий структурного подразделения,
5	Оформление стенда «Питание-залог здоровья»	Заведующий структурного подразделения
6	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	Заведующий структурного подразделения
октябрь		
1	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно – гигиенических требований	директор школы, заведующий структурного подразделения, заместитель директора по ВР
2	Работа бракеражной комиссии по питанию	Заведующий структурного подразделения
3	Акт проверки бесплатного школьного питания льготных категорий обучающихся	Заведующий структурного подразделения,
4	Оформление стенда «Питание-залог здоровья»	Заведующий структурного подразделения
5	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	Заведующий структурного подразделения
ноябрь		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	Заведующий структурного подразделения
2	Акт проверки бесплатного школьного питания льготных категорий обучающихся	Заведующий структурного подразделения,
3	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	Заведующий структурного подразделения
4	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно – гигиенических требований	директор школы, заведующий структурного подразделения, заместитель директора по ВР
декабрь		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	Заведующий структурного подразделения
2	Акт проверки бесплатного школьного питания льготных категорий обучающихся	Заведующий структурного подразделения,

3	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	Заведующий структурного подразделения
4	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно – гигиенических требований	директор школы, заведующий структурного подразделения, заместитель директора по ВР
2 январь		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	Заведующий структурного подразделения
2	Акт проверки бесплатного школьного питания льготных категорий обучающихся	Заведующий структурного подразделения,
3	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	Заведующий структурного подразделения
4	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно – гигиенических требований	директор школы, заведующий структурного подразделения, заместитель директора по ВР
1 февраль		
1	Акт проверки бесплатного школьного питания льготных категорий обучающихся	Заведующий структурного подразделения,
2	Работа бракеражной комиссии по питанию	Заведующий структурного подразделения
3	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	Заведующий структурного подразделения
4	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно – гигиенических требований	директор школы, заведующий структурного подразделения, заместитель директора по ВР
март		
1	Акт проверки бесплатного школьного питания льготных категорий обучающихся	Заведующий структурного подразделения,
2	Работа бракеражной комиссии по питанию	Заведующий структурного подразделения
3	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	Заведующий структурного подразделения
4	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно – гигиенических требований	директор школы, заведующий структурного подразделения, заместитель директора по ВР
апрель		
1	Акт проверки бесплатного школьного питания льготных категорий обучающихся	Заведующий структурного подразделения,
2	Работа бракеражной комиссии по питанию	Заведующий структурного подразделения
3	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	Заведующий структурного подразделения
4	Заседание школьной комиссии по организации питания	директор школы,

	по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно – гигиенических требований	заведующий структурного подразделения, заместитель директора по ВР
май		
1	Акт проверки бесплатного школьного питания льготных категорий обучающихся	Заведующий структурного подразделения,
2	Работа бракеражной комиссии по питанию	Заведующий структурного подразделения
3	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	Заведующий структурного подразделения
4	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно – гигиенических требований	директор школы, заведующий структурного подразделения, заместитель директора по ВР
июнь		
1	Отчет об организации питания	Заведующий структурного подразделения