

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 2 имени Героев Евпаторийского десанта
города Евпатории Республики Крым»
(МБОУ «СШ № 2 им. Героев Евпаторийского десанта»)

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказ № 597 от 12.09.2024 г.

Директор МБОУ «СШ № 2 им. Героев
Евпаторийского десанта»

С.А.Головкин

ПРОГРАММА
по формированию культуры
здорового питания
на 2024-2027 год

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 МБОУ «СШ № 2 им.Героев Евпаторийского десанта» 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, важнейшими 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.

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

Ожидаемые результаты:

- Улучшено качество питания школьников и обеспечена его безопасность.
- Сформированы 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:
 - увеличения охвата учащихся школы горячим питанием до 100%;
 - укрепления материально-технической базы школьной столовой;
 - внедрения новых форм организации питания учащихся школы.

- Улучшено состояние здоровья учащихся школы за счёт:
 - организации качественного и сбалансированного питания школьников с учетом их возрастных особенностей;
 - осуществления витаминизации питания, использования в рационе питания продуктов, обогащённых микронутриентами.
- 7. 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, ответственный за горячее питание Школьная комиссия
2.	Входной производственный контроль	Директор школы, медсестра школы
3.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Заместитель директора по АХР
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	Дежурный администратор; 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 технологии 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	директор школы	приказ
2	Совещание классных руководителей об организации горячего питания. Презентация горячего питания.	октябрь	зам. директора по ВР	протокол совещания
3	Совещание при директоре по вопросам	сентябрь, май, ежегодно	директор	протокол, план работы

	организации и развития школьного питания			
4	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение сан. гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний	октябрь, февраль, ежегодно	директор	протокол, план работы
5	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	в течение года	зам. директора по ВР	план работы, акты проверок
6	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	зам. директора по ВР	материалы отчётов
2. Работа с обучающимися.				
1	Проведение уроков—здоровья	ежегодно	классные руководители	планы уроков
2.	Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы) - оформление обеденного зала	январь сентябрь	классные руководители	материалы конкурсов

3	Игра – праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	октябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	отчёт о проведении праздника
4	«Масленица»	февраль, ежегодно	зам. директора по ВР	отчёт о проведении праздника
5.	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ежемесячно	зам. директора по ВР	аналитическая информация
6	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ежегодно	зам. директора по ВР	результаты анкетирования
7.	Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (каникулярное время)	ежегодно	Директор	план работы ДОЛ
8	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	ежегодно	библиотекарь	план выставок, список предложенной литературы
9	Проведение классных часов		классные руководители	планы классных часов
10	Проведение Дней здоровья	ежегодно	учителя физкультуры	отчёт о проведении Дня здоровья
3. Работа с педагогическим коллективом				
1.	Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях, семинарах классных руководителей	ежегодно	директор школы	протоколы

2	<p>Организация консультаций для классных руководителей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно-гигиенических требований - организация горячего питания – залог сохранения здоровья 	ежегодно	зам. директора по ВР, медицинский работник	отчёт о консультациях за год
3.	Организация бесплатного	ежегодно	директор, ответственный	приказ

	питания учащихся льготных категорий.		за питание	
4	Ведение пропаганды здорового питания	ежегодно	классные руководители,	планы воспитательной работы
5	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	ежегодно	директор, ответственный за питание, классные руководители	
6.	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся	ежегодно	зам. директора по ВР	отчёт за год
4. Работа с родителями				
1	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях	ежегодно	классные руководители, заместитель директора по ВР, медицинский работник	протоколы родительских собраний
2	Изучение отношения родителей к организации горячего питания в школе	ежегодно	классные руководители, заместитель директора по ВР, медицинский работник	протоколы родительских собраний
3	Привлечение членов школьной комиссии для	ежегодно	директор школы	протоколы заседаний

	содействия повышения качества работы школьной столо- вой.			
4.	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	ежегодно	классные руководители	протоколы родительских собраний
5.	Индивидуальные консультации о правильном питании	ежегодно	медицинская сестра	план воспитательной работы
6.	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания	май, ежегодно	зам. директора по ВР	протоколы родительских собраний
5. Контроль за организацией горячего питания и работой школьной столовой				
1	Оформление стенда «Питание- залог здоровья»	сентябрь, ежегодно	ответственный за горячее питание	материалы стенда
2	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	1 раз в четверть	ответственный за горячее питание	отчёт
3.	Расширение ассортимента продуктов питания.	постоянно	повар	меню
4	Соблюдение графика питания учащихся	ежедневно	Классные руководители	

5	Личная гигиена учащихся	ежедневно	Классные руководители	
6. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей				
1.	Продолжение эстетического оформления зала столовой	ежегодно	заместитель директора по АХР	акт проверки
2.	Организация закупки технологического оборудования для столовой.	по мере поступления финансирования	директор, заместитель директора по АХР	материалы о закупках, сметы
3.	Организация закупки мебели для зала питания.	по мере поступления финансирования	директор, заместитель директора по АХР	материалы о закупках, сметы
4.	Организация текущего и капитального ремонта школьной столовой	июль-август	директор, заместитель директора по АХР	сметы

Интегрирование в учебные предметы отдельных тем по формированию культуры здорового питания у детей и подростков имеет большое значение.

**Примерное содержание тематических уроков
по рациональному питанию в рамках различных учебных предметов**

Предмет	Содержание занятия
Биология	Основные компоненты пищи, их значение. Физиология пищеварения, значение рационального питания для нормального функционирования желудочно-кишечного тракта. Жевание. Роль правильного измельчения пищи во рту для профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта. Витамины. Микроэлементы. Их значение для организма человека.
География	Национальные кухни и блюда. Подход с точки зрения рационального питания.

ИЗО	Рисунок «Мое меню», «Витамины в жизни человека»
Иностранный язык	Чтение, пересказ текста по рациональному питанию или проблемам со здоровьем, вызванным нерациональным питанием.
История	Рассмотрение эпидемий голода, холеры и т.д. с позиции рационального питания, соблюдения мер гигиены.
Технология	Обучение приготовлению блюд вкусной и здоровой пищи. Обучение правилам этикета.
Литература	Обсуждение меню персонажей литературного произведения (А.Пушкин "Евгений Онегин", А.Толстой "Война и мир", Н.Гоголь "Вечера на хуторе близ Диканьки" и т.д.).
ОБЖ	Обсуждение продуктов питания, отрицательно влияющих на состояние здоровья.
Обществознание	Обсуждения проблемы питания в обществе.
Русский язык	Диктант, изложение или сочинение на тему рационального питания, компонентов пищи или заболеваний, связанных с питанием.
Физика	Использование физических факторов (температура, измельчение и т.д.) для обработки пищи. Роль правильной обработки пищи (например, кипячения) для профилактики различных заболеваний.
Химия	Пищевые добавки и их отрицательное влияние на здоровье. Белки, жиры, углеводы как компоненты пищи и их значение для организма.
Информатика	Чертеж пирамиды рационального питания

Календарный план реализации программы на 2024 - 2027 учебный год

№	мероприятие	ответственные
сентябрь		
1	Назначение ответственного за организацию питания в школе	директор школы
2	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	директор школы
3	Организация бесплатного питания учащихся льготных категорий.	директор школы, ответственный за питание
4	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание

5	<p>Проведение классных часов в течении года:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Все о вкусной и здоровой пище» (1-11 классы) 2.«Культура приема пищи» (1-4 классы) 3. «Польза горячего питания» (5-11 классы) 4.«Режим питания» (1-5 классы) 5. «Кушайте на здоровье» (6-11 классы) 6. «Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты. Что такое витамины. Роль витаминов в жизнедеятельности организма. Учимся читать информацию на этикетке продуктов» (1-4 классы) 7. «Болезни питания. Ожирение» (5-11 классы) 8.«Острые кишечные заболевания и их профилактика» (1-11 классы) 	классные руководители
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
7	Оформление стенда «Питание-залог здоровья»	ответственный за питание

8	Родительские собрания: Об организации питания, О полноценном питании ребёнка и обеспечение организма всем необходимым;	классные руководители
октябрь		
1	Совещание классных руководителей: - об организации горячего питания.	Заместитель директора по ВР, ответственный за питание
2	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно – гигиенических требований	директор школы, ответственный за питание, заместитель директора по ВР
3	Работа бракеражной комиссии по питанию, работа комиссии по осуществлению родительского контроля за питанием обучающихся	ответственный за питание
4	Игра – праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	Заместитель директора по ВР, классные руководители
5	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
6	Выставка книг по теме: «Гигиена питания»	библиотекарь
ноябрь		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
2	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
2	Фестиваль «Крым многонациональный»	Заместитель директора по ВР, классные руководители
декабрь		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию, работа комиссии по осуществлению родительского контроля за питанием обучающихся	ответственный за питание
2	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
3	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	библиотекарь
январь		

1	Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы) «Правильное питание» (5-6 классы)	заместитель директора по ВР, классные руководители
2	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
3	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
4	Родительские собрания: «Значение витаминов и минеральных веществ в рационе питания младшего школьника. Профилактика витаминной недостаточности» «Продукты с особыми свойствами в рационе питания старшеклассников»	классные руководители
февраль		
1	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	ответственный за питание
2	«Масленица»	заместитель директора по ВР, классные руководители
3	Заседание школьной комиссии по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - профилактика инфекционных заболеваний	директор школы, ответственный за питание, заместитель директора по ВР
4	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
5	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
март		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию, работа комиссии по осуществлению родительского контроля за питанием обучающихся	ответственный за питание
2	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
3	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	библиотекарь
апрель		
1	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	классные руководители
2	Работы бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
3	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание

4	Родительские собрания: «Формирование основ культуры питания и здорового образа жизни у младших школьников» «Воспитание культуры питания у подростков» «Особенности питания подростков во время	классные руководители
---	---	--------------------------

	экзаменов, при интенсивных учебных нагрузках»	
май		
1	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ответственный за питание, классные руководители
2	Работа бракеражной комиссии по питанию, работа комиссии по осуществлению родительского контроля за питанием обучающихся	ответственный за питание
3	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
4	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания	ответственный за питание, классные руководители
июнь		
1	Отчет об организации питания	ответственный за питание