

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гребенская средняя общеобразовательная школа»**



**Программа  
развития и совершенствования  
организации школьного питания  
«Здоровое питание»**

## Содержание

1. Паспорт целевой программы «Здоровое питание».....	3 стр.
2. Пояснительная записка... ..	4 стр.
3. Программа здоровое питание .....	5 стр.
4. План работы школьной комиссии по контролю и качеством питания школы... ..	6 стр.
5. Мониторинг организации питания.....	7 стр.
6. Ожидаемые результаты программы.....	8 стр.
7. Заключение.....	8 стр.
8. Состав комиссии по контролю за качеством и организацией школьного питания..	8с.
9. Список литературы.....	9стр.
10. Приложение .....	9 стр.

## Паспорт программы

<b>Наименование Программы</b>	Программа «Здоровое питание» на период с 2020 по 2023 гг.
<b>Основание для разработки Программы</b>	Конвенция о правах ребенка. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка». Постановление № 45, от 23.07.2008г. «Об утверждении СанПин 2.4.5.240908 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях».
<b>Разработчик Программы</b>	Администрация школы
<b>Цель Программы</b>	Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием.
<b>Основные задачи Программы</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• обеспечение детей начальных классов питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;</li><li>• обеспечение доступности школьного питания;</li><li>• гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;</li><li>• предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;</li><li>• пропаганда принципов здорового и полноценного питания;</li><li>• организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.</li></ul>
<b>Этапы и сроки реализации Программы</b>	Программа реализуется в период 2020 - 2023 гг. в три этапа: I этап – организационный: *организационные мероприятия; *разработка и написание программы. II этап – 2020 – 2023 г: реализация программы III этап – 2023 г. обобщающий: систематизация накопительного опыта, подведение итогов и анализ реализации программы.

<p><b>Ожидаемые результаты реализации Программы</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• наличие пакета документов по организации школьного питания;</li> <li>• обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;</li> <li>• обеспечение доступности школьного питания; □ обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;</li> <li>• отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;</li> <li>• сохранение и укрепление здоровья школьников;</li> <li>• улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой.</li> </ul>
---	--

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Здоровье детей и подростков в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны, генофонд нации, являясь при этом, наряду с другими демографическими показателями, чутким барометром развития страны.

*«Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты».* Школа и общество – сообщающиеся сосуды: изменения в обществе обязательно отражаются в жизни школы, в приоритетах, требованиях к ученику, структуре и содержанию образования. Нестабильность жизни в России за последнее столетие сделала историю реформ отечественного образования бурной и противоречивой. Но одно всегда оставалось неизменным – ведущая роль школы в решении проблем охраны и укрепления здоровья детей, создании нормальных условий для их роста и развития.

Одна из главных задач школы сегодня – помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью. Для этого школьники должны узнать и, главное, принять для себя основные принципы здорового образа жизни, а это возможно только в результате серьезной кропотливой совместной работы педагогов, родителей и самого ребенка.

Бесспорно, здоровье закладывается в детстве и формируется в юности. Соблюдение режима питания, витаминная обеспеченность, рациональное питание помогут школьникам избежать переутомления, повысить работоспособность и улучшить успеваемость.

Поэтому показателями здорового образа жизни школьника являются:

- оптимальный, соответствующий возрасту режим двигательной активности
- соблюдение рационального режима дня, учебного труда и отдыха
- правильно организованное питание: соблюдение научно обоснованного рациона, калорийности пищи и режима питания
- соблюдение требований психогигиены: адекватная реакция на стрессовые ситуации, отсутствие чувства напряжения, страха, тоски
- соблюдение правил личной гигиены: гигиена тела, одежды, питания, сна, умственного и физического труда
- отсутствие вредных привычек и пристрастий.

Состояние здоровья определяется различными факторами:

- наследственностью,
- внешней средой, а также одно из ведущих мест принадлежит фактору питания.

Влияние питания на организм, в особенности на растущий, многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников.

В 1998 году Правительство России приняло Концепцию государственной политики в области здорового питания населения России.

Государственная политика в области здорового питания населения основывается на следующих принципах:

- здоровье человека - важнейший приоритет государства
- пищевые продукты не должны причинять ущерб здоровью человека
- питание должно не только удовлетворять физиологические потребности организма человека в пищевых веществах и энергии, но и выполнять профилактические и лечебные задачи **Рациональное питание детей, как и состояние их здоровья, должны быть предметом особого внимания государства**
- питание должно способствовать защите организма человека от неблагоприятных условий окружающей среды.

*«Живем не для того, чтобы есть, но едим для того, чтобы жить»*, – часто цитируем мы, и формируем представление о питании как о процессе обеспечения «техническим топливом», на котором организм должен работать. Главное, организовать поставку топлива, а уж когда и как оно будет доставлено – это имеет второстепенное значение.

А между тем питание является важнейшим фактором здоровья человека. Это и послужило отправной точкой для создания программы **«Здоровое питание»**, которая призвана не только формировать у школьника рациональное отношение к собственному питанию, но и дать представление об основных принципах здорового образа жизни.

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (№ 29 – ФЗ, от 02.01.2000 г.), санитарными нормами и правилами, утвержденными совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпидемнадзором:

Постановление № 45, от 23.07.2008г. «Об утверждении СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарноэпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях».

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «О введении в действие санитарно – эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.1178-02»

Программа **«Здоровое питание»** обеспечивает основную концепцию, которой руководствуется школа в планировании, реализации и оценке мероприятий по пропаганде здоровья и здорового питания. В ней учитываются действия всех значимых членов школьного сообщества: учащихся, педагогов, родителей, работников школы.

### **Цель программы**

*Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием.*

### **Задачи программы Школы здорового питания «Приятного аппетита!»:**

- обеспечение детей питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;

- *гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;*
- *предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;*
- *пропаганда принципов здорового и полноценного питания;*
- *организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.*

### **Программа «Здоровое питание»**

№	Основные мероприятия	Срок исполнения	Ответственные
<b><i>I. Организационно – аналитическая деятельность, информационное обеспечение</i></b>			
1.	Организационное совещание. Организация горячего питания школьников: завтраки. График дежурства по столовой, обязанности дежурного учителя и учащихся по столовой.	сентябрь, декабрь	Комиссия по контролю за качеством и организацией школьного питания.
2.	Совещание с классными руководителями. - Обеспечение учащихся из малообеспеченных семей льготным питанием. - Комплексный контроль за документацией, качеством питания, дежурством, культурой приема пищи.	сентябрь, январь  в течении учебного года	Ответственный за организацию питания в школе. Социальный работник Медицинский работник школы
3.	Производственное совещание. Санитарно – эпидемиологические требования к	сентябрь	Медицинский работник школы
4.	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	Дежурные администраторы
<b><i>II. Работа по воспитанию культуры питания среди учащихся</i></b>			
1.	Часы здоровья (классные часы) по параллелям: 1-2 классы 3-4 классы 5-6 классы 7-11 классы	по плану школы (программ) 1 раз в четверть	Классные руководители Медицинский работник школы.
2.	Витаминная ярмарка «Витамины любят счет»	Октябрь, май	Зам.дир по ВР
5.	Выпуск информационно-наглядных агитаций о здоровом питании «Скатерть – самобранка»	ноябрь	Классные руководители, учитель ИЗО.

<b>III. Работа по воспитанию культуры питания среди родителей</b>			
1.	Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»	в течение года	Классные руководители
4.	Час вопросов и ответов. Оптимальное питание – основа здорового детства и юношества	в течение года	Классные руководители

### **План работы школьной комиссии по контролю и качеством питания школы**

<b>Мероприятия</b>	<b>Сроки</b>
1. Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню.	Ежедневно
2. Организация просветительской работы.	Октябрь, апрель
3. Контроль за качеством питания.	Ежедневно
4. Разработка наглядной агитации по здоровому питанию	В течении года

### **Мониторинг организации питания обучающихся в МБОУ «Гребенская СОШ»**

<b>Название мероприятия</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Сроки</b>
Изучение уровня владения основами здорового питания	Мониторинговое исследование	Октябрь май
Качество системы школьного питания (школьный уровень)	Мониторинговое исследование	Февраль-март Март-май
«Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	Анкетирование родителей Анкетирование учащихся	Ноябрь

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

#### **1. 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;

#### **2. Обязанности работников столовой:**

- Обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи;
- Использование современных технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

#### **3. Обязанности классных руководителей:**

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

#### **4. Обязанности родителей:**

- Прививать навыки культуры питания в семье;
- Оказывать помощь в обеспечении школы чистой питьевой водой;
- Выполнять рекомендации классных руководителей и медработников по питанию в семье.

#### **5. Обязанности учащихся:**

- Соблюдать правила культуры приема пищи;
- Принимать участие в выпуске тематических газет;

### **Ожидаемые конечные результаты программы:**

- сохранение и укрепление здоровья при стабильных результатах обучения;
- повышение приоритета здорового питания;
- повышение мотивации к здоровому образу жизни;
- поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей;
- улучшение состояния здоровья детей по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи;
- повышение качества и безопасности питания учащихся;
- обеспечение всех обучающихся питанием;

### **Заключение**

Содержание программы позволяет осуществить связь со всеми предметами, изучаемыми в школе: русским языком (работа с текстами, затрагивающими тематику питания); математикой (эффективным средством формирования умений и навыков сохранения и укрепления здоровья являются задачи со здоровье - сберегающим содержанием); окружающим миром; литературным чтением, ИЗО (рисунки, роспись посуды), технологией (изготовление муляжей фруктов и овощей) и других. Формированию представлений об основах культуры питания способствует не только система воспитательной внеурочной работы, но и через образовательный процесс, включающий уроки русского языка, математики, окружающего мира, литературного чтения, ИЗО, технологии.

Всё это открывает дополнительные возможности для развития учащихся, 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.

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.



## **Состав комиссии по контролю за качеством и организацией школьного питания**

1. Директор школы.
2. Медицинский работник школы.
3. Ответственная по питанию в школе.
4. Председатель родительского комитета.