МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МБОУ Пестриковская СОШ

Принята .Согласовано

на заседании Совет школы

педагогического совета Протокол №1 от 29.08.2024

Протокол № 7 от 30.08 2024 г

Программа  
мероприятий по воспитанию  
культуры правильного питания  
на основе принципов здорового питания  
на 2024-2027 уч. годы

Введение

Согласно методическим рекомендациям "Формирование культуры здорового питания обучающихся, воспитанников", разработанным Институтом возрастной физиологии РАО в рамках реализации мероприятия "Организационно­аналитическое сопровождение мероприятий

приоритетного национального проекта "Образование", 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 в образовательной и воспитательной деятельности.

**Ожидаемые результаты:**

* улучшение качества питания детей и обеспечена его безопасность;
* формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей;
* разработка системы мониторинга состояния здоровья обучающихся;
* оказание социальной поддержки отдельным категориям, обучающимся;
* *повышение эффективности системы организации питания за счёт:*
* увеличение охвата обучающихся горячим питанием до 100%;
* укрепление материально-технической базы пищеблоков и столовых;
* внедрение новых форм организации питания обучающихся.
* *улучшение состояния здоровья обучающихся за счёт:*
* организации качественного и сбалансированного питания детей с учетом их возрастных особенностей;
* *одалживание просветительской работы по формированию культуры питания за счёт:*
* реализации комплекса мероприятий образовательных программ по формированию культуры питания обучающихся;
* 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, медсестры |
| 2. | Входной производственный контроль | Заведующий производством, кладовщики, медсестры |
| 3. | Контроль санитарнотехнического состояния пищеблока | Заведующие хозяйством. |
| 4. | Контроль сроков годности и условий хранения продуктов | Бракеражная комиссия, медсестры |
| 5. | Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения | Бракеражная комиссия |
| 6. | Контроль за приемом пищи | Дежурный администратор, классные руководители, воспитатели |

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

***Задачи администрации:***

* составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;
* контроль качества питания;
* контроль обеспечения порядка в столовой;контроль культуры принятия пищи обучающимися;
* контроль проведения воспитательной работы с обучающимися по привитию навыков культуры приема пищи;

***Обязанности работников пищеблоков аутсорсенговой компании:***

* обеспечение качественными продуктами для приготовления пищи;
* использование современных технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

***Обязанности классных руководителей, воспитателей:***

* 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 и привитие культурногигиенических навыков 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, воспитателей 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 | Основание |
| **1.Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение** | | | | |
| 1. | Назначение ответственного за организацию питания | Сентябрь, ежегодно | директор | приказ |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 2 | Совещание классных руководителей об организации горячего питания. Презентация горячего питания. | сентябрь, ежегодно | Классные руководители, ответственный за питание | протокол  совещания |
| 3 | Совещание при директоре по вопросам | сентябрь, ежегодно | директор | протокол  совещания |
|  | организации и развития школьного питания |  |  |  |
| 4 | Организация работы бракеражной комиссии по питанию | в течение года | ответственный за питание | план работы, акты проверок |
| 5 | Осуществление ежедневного контроля за работой столовой | в течение года | ответственный за питания | 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) | Январь ежегодно | классные  руководители | материалы конкурсов |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 3 | Игра - праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов. | сентябрь - октябрь, ежегодно | зам. директора по ВР, ответственный за питание | отчёт о проведении праздника |
| 4 | Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся | Декабрь, май ежегодно | совет по питанию, ответственный за  питание | аналитическая информация |
| 5. | Анкетирование родителей по вопросам питания | Май, ежегодно | Совет по питанию, ответственный за питание | результаты анкетирования |
| 6 | Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (каникулярное время) | ежегодно | Зам. директора по ВР | план работы ДОЛ |
| 7. | Выставка книг по теме: «Гигиена питания». | Апрель, ежегодно | Библиотека  Рь | план выставок, список предложенно й литературы |
| 9 | Викторина «О том, что вкусно и полезно» для 1-4 классов | Март , ежегодно | зам. директора по ВР, ответственный за питание, классные руководители | материалы викторины |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 10 | Конкурс на самый интересный проект оформления школьной столовой | Ноябрь , ежегодно | зам. директора по ВР, классные руководители | материалы конкурса |
| 12 | Конкурс «Хозяюшка» | март, ежегодно | зам. директора по ВР, учитель технологии | отчёт о проведении конкурса |
| 13. | Работа над проектами по формированию здорового образа жизни | ежегодно, апрель | зам. директора по ВР, учителя - предметники |  |
| 14. | 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 | протоколы |
| 2 | Организация консультаций для классных руководителей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно- гигиениче ских требований - организация горячего питания - залог | ежегодно | зам.  директора, медицинский работник | отчёт о  консультациях за год |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | сохранения здоровья |  |  |  |
| 3. | Организация бесплатного  питания обучающихся | ежегодно | директор, ответственный по  питанию | приказ |
| 4 | Ведение пропаганды здорового питания | ежегодно | классные  руководители | планы |
| 5. | Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития питания, внедрению новых форм обслуживания обучающихся | ежегодно | Совет по питанию | отчёт за год |
| **4. Работа с родителями** | | | | |
| 1 | Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании обучающихся на родительских собраниях | ежегодно | классные руководители, зам.  директора, медицинский работник. | протоколы родительски х собраний |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 2 | Изучение отношения родителей к организации горячего питания | ежегодно | классные руководители, зам. директора, медицинский работник | протоколы родительских собраний |
| 3 | Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ. | ежегодно | классные руководител и | протоколы родительски х собраний |
| 5 | Индивидуальные консультации о правильном питании | ежегодно | медицинска я сестра | план воспитательной работы |
| 6 | Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания | май, ежегодно | Совет по питанию | протоколы родительски х собраний |
| **5. Организация работы по улучшению материально-технической базы** | | | | |
| **столовой, расширению сферы услуг для обучающихся и родителей** | | | | |
| 1 | Оформления зала столовой | ежегодно | Зам.  директора по АХР | акт проверки |
| 2 | Организация текущего ремонта пищеблоков и столовых | июль-август | Зам.  директора по АХР | сметы |

Календарный план реализации программы

**( школьные отделения)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | мероприятие | ответственные |
| **сентябрь** | | |
| 1 | Назначение ответственного за организацию питания в школе | директор |
| 2 | Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания | директор |
| 3 | Организация бесплатного питания учащихся из малообеспеченных семей. | директор, ответственный за  питание |
| 4 | Организация работы бракеражной комиссии по питанию | ответственный за питание |
| 5 | Проведение уроков-здоровья:  1-2 класс: «Если хочешь быть здоров» 3-4 класс: «Из чего состоит наша пища» 5-6 класс: «Здоровье - это здорово» | классные  руководители |
| 6 | Проведение классных часов:   1. класс: «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище) 2. класс: «Цена ломтика» | классные  руководители |
| 7 | Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся | ответственный за питание |
| 8 | Анкетирование родителей «Питание наших детей» | ответственный за питание, классные руководители |
| 9 | Оформление стенда «Питание-залог здоровья» | ответственный за питание |
| 10 | Родительские собрания:  «Режим и гигиена питания младших школьников» «Организация рационального питания подростков» «Организация рационального питания старшеклассников» | классные  руководители |
| октябрь | | |
| 1 | Совещание классных руководителей: - об организации горячего питания. Презентация 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 |
| 3 | Работа бракеражной комиссии по питанию | ответственный за питание |
| 4 | Проведение уроков-здоровья  1-2 класс: «Самые полезные продукты»  3-4 класс: «Что нужно есть в разное время года»  5-6 класс: «Продукты разные нужны, блюда разные важны» | классные  руководители |
| 5 | Проведение классных часов 3 класс: «Правила поведения в столовой» (занятие - практикум) 5 класс: «Правильное питание - залог здоровья» 6 класс: «Здоровое питание» | классные  руководители |
| 6 | Игра - праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов. | заместитель директора по ВР, классные руководители |
| 7 | Выставка книг по теме: «Г игиена питания» | библиотекарь |
| ноябрь | | |
| 1 | Работа бракеражной комиссии по питанию | ответственный за питание |
| 2 | Проведение уроков-здоровья 1-2 класс: «Как правильно есть»  3-4 класс: «Где и как готовят пищу»5-6 класс: «Режим питания» | классные  руководители |
| 3 | Проведение классных часов   1. класс: «Это удивительное молоко» (занятие - исследование) 2. класс: «Кулинарные обычаи» (игра - путешествие) | классные  руководители |
| 4 | Конкурс: оформление обеденного зала столовой(7-8 классы) | заместитель директора по ВР, классные руководители |
| 5 | Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся | ответственный за питание |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 6 | Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся | ответственный за питание |
| декабрь | | |
| 1 | Работа бракеражной комиссии по питанию | ответственный за питание |
| 2 | Проведение уроков-здоровья  1-2 класс: «Как сделать кашу вкусной»  3-4 класс: «Молоко и молочные продукты»5-6 класс:  «Энергия пищи» | классные  руководители |
| 3 | Проведение классных часов  3 класс: «Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков» (игра)  4 класс: «Питание и красота (практикум)  6-7 класс: «Правильное питание - залог здоровья»  9 класс: «Правильное питание - залог здоровья» | классные  руководители |
| 4 | Выставка книг по теме: «Красиво! Вкусно! Полезно!». | библиотекарь |
| январь | | |
| 1 | Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3­4 классы)  «Правильное питание» (5-6 классы) | заместитель директора по ВР, классные руководители |
| 2 | Проведение уроков-здоровья 1 -2 класс: «Плох обед, если хлеба нет» 3-4 класс: «Блюда из зерна» 5-6 класс: «Где и как мы едим» | классные  руководители |
| февраль | | |
| 1 | Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений | ответственный за питание |
| 2 | Проведение уроков-здоровья  1-2 класс: «На вкус и цвет товарищей нет»  3-4 класс: «Дары моря»  5-6 класс: «Ты - покупатель» | классные  руководители |
| 3 | Проведение классных часов  2 класс: «Кулинарное путешествие по Простоквашино» (инсценировка сказки)  3 класс: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» класс: «Удивительные превращения колоска»8 класс: «Правильное питание - залог здоровья» | классные  руководители |
| 4 | «Масленица» | заместитель директора по ВР, классные руководители |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 5 | Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители) | ответственный за питание |
| 6 | Анкетирование учащихся по вопросам питания | ответств енный за питание, классные руководители |
| 7 | Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся | ответственный за питание |
| 8 | Выставка книг по теме: «Правильное питание». | библиотекарь |
| март | | |
| 1 | Проведение уроков-здоровья  1-2 класс: «Где найти витамины весной»  3 -4 класс: «Кулинарное путешествие» по России.  5-6 класс: «Как питались на Руси и в России» | классные  руководители |
| 2 | Проведение классных часов  2 класс: «Поешь рыбки - будут ноги прытки» (игра - конкурс)  3 класс: «Где найти витамины весной» (игра - путешествие)  5 класс: «Что я - знаю о воде?» | классные  руководители |
| 4 | Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители) | ответственный за питание |
| 5 | Конкурс: выпуск видеоролика «Зачем нужна горячая еда?» (9 класс) | заместитель директора по ВР, классные руководители |
| 6 | Выставка книг по теме: «Простые истины о здоровье и питании». | библиотекарь |
| апрель | | |
| 1 | Проведение уроков-здоровья 1 -2 класс: «Как утолить жажду»  3-4 класс: «Как правильно вести себя за столом» 5-6 класс: «Кухни разных народов» | классные  руководители |
| 2 | Проведение классных часов 1 класс: «Умеем ли мы правильно питаться?»3 класс: «День рождения Зелибобы» (герой улицы Сезам - о правильном питании) | классные  руководители |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 3 | Работа над проектами по формированию здорового образа жизни | классные  руководители |
| 4 | Работы бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители) | ответственный за питание |
| 5 | Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся | ответственный за питание |
| 6 | Родительские собрания:  «Формирование основ культуры питания и здорового образа жизни у младших школьников» «Воспитание культуры питания у подростков» «Особенности питания подростков во время экзаменов, при интенсивных учебных нагрузках» | классные  руководители |
| май | | |
| 1 | Анкетирование учащихся и родителей по вопросам питания | ответственный за питание, классные руководители |
| 2 | Проведение уроков-здоровья:  1 -2 класс: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее»  3-4 класс: «Какую пищу можно найти в лесу» 5-6 класс: «Кулинарное путешествие» | классные  руководители |
| 3 | Проведение классных часов   1. класс: «Кулинарные традиции моей семьи» (проект) 2. класс: «Секреты поварёнка» (круглый стол - о последствиях неправильного питания | классные  руководители |
| 4 | Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители) | ответственный за питание |
| 5 | 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 |