

ПРИНЯТО

УТВЕРЖДЕНО

на заседании педсовета
МОБУ «Алексинская средняя школа»
Протокол № 01 от 30.08.2021 г.

Пр. № 1/14 от 01.09.2021

Директор _____/Вахрушев М.Ю./

Программа по формированию культуры здорового питания обучающихся



2021-2022 учебный год

1. Пояснительная записка

Согласно методическим рекомендациям по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций, администрацией МБОУ «Алексинская средняя школа» была разработана программа по формированию культуры здорового питания.

[Федеральным законом](#) от 01.03.2020 N 47-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О качестве и безопасности пищевых продуктов" и [статьей 37](#) Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" в части совершенствования правового регулирования вопросов обеспечения качества пищевых продуктов" установлено определение "здорового питания", что крайне важно для формирования здоровой нации и увеличения продолжительности активного долголетия.

Здоровое питание - питание, ежедневный рацион которого основывается на принципах здорового питания, отвечает требованиям безопасности и создает условия для физического и интеллектуального развития, жизнедеятельности человека и будущих поколений.

Принципами здорового питания являются основные правила и положения, способствующие укреплению здоровья человека и будущих поколений, снижению риска развития заболеваний и включают в себя:

- обеспечение приоритетности защиты жизни и здоровья потребителей пищевых продуктов по отношению к экономическим интересам индивидуальных предпринимателей и юридических лиц, осуществляющих деятельность, связанную с обращением пищевых продуктов;
- соответствие энергетической ценности ежедневного рациона энергозатратам;
- соответствие химического состава ежедневного рациона физиологическим потребностям человека в макронутриентах (белки и аминокислоты, жиры и жирные кислоты, углеводы) и микронутриентах (витамины, минеральные вещества и микроэлементы, биологически активные вещества);
- наличие в составе ежедневного рациона пищевых продуктов со сниженным содержанием насыщенных жиров (включая трансизомеры жирных кислот), простых сахаров и поваренной соли, а также пищевых продуктов, обогащенных витаминами, пищевыми волокнами и биологически активными веществами;

- обеспечение максимально разнообразного здорового питания и оптимального его режима;
- применение технологической и кулинарной обработки пищевых продуктов, обеспечивающих сохранность их исходной пищевой ценности;
- обеспечение соблюдения санитарно-эпидемиологических требований на всех этапах обращения пищевых продуктов (готовых блюд);
- исключение использования фальсифицированных пищевых продуктов.

Здоровое питание предусматривает профилактику патологических пищевых привычек (избыточный по калорийности ужин, чрезмерное потребление соли и сахара, легких углеводов, предпочтение продукции с высоким содержанием сахара (кондитерские изделия, сладкие выпечка и напитки), жира (колбасные изделия и сосиски, бутерброды), продолжительные перерывы между основными приемами пищи.

В школьном пищеблоке большое внимание уделяется правильному хранению продуктов. В общеобразовательных учреждениях имеется необходимое холодильное оборудование, предназначенное для хранения разного вида продуктов, причем каждого вида отдельно. Их наличие помогает сохранить качество продуктов до их непосредственного приготовления. Кроме того, в обязанности работников пищеблока входит выполнения всех норм хранения и реализации продуктов, а также выполнение всех санитарно-гигиенических норм.

Соблюдение норм хранения продуктов и калорийности питания контролируется медицинским работником школ ежедневно. Кроме того, ведется санитарный журнал о допуске работников в столовой к работе.

Все работники столовой имеют профессиональное образование и стаж работы. Ношение спецодежды для работников пищеблока является обязательным. Это позволяет соблюдать необходимые санитарно – гигиенические нормы.

В школе наряду с организованным питанием для всех учащихся работает буфет. В нем постоянно присутствует не только выпечка, но и разнообразные соки, напитки, кондитерские изделия.

Перед входом в помещения столовых для мытья рук учащимися организовано специальное место, оборудованное сушилками для рук.

В школах ведутся бракеражный журнал готовой и сырой продукции, журнал “Здоровья” (допуск сотрудников пищеблока до работы), накладные на поступающую продукцию (сроки изготовления и реализации), инструкции по соблюдению санитарно-гигиенических правил при обработке и приготовлении пищи.

За качеством питания постоянно следят школьные комиссии по контролю за качеством питания. Качество получаемой сырой и готовой продукции проверяется бракеражной комиссией.

Описание проблемы

Значительное число современных проблем в системе общего образования, связано с негативной динамикой здоровья детей и подростков. Особую тревогу вызывает сам характер нарушений, которые часто являются следствием перенапряжения детского организма в процессе адаптации к качеству образовательной среды. Такие нарушения получили название «школьной патологии». Специалисты отмечают, что «школьные патологии» проявляются в развитии опорно-двигательной, пищеварительной, сердечно – сосудистой систем, ростом нервно – психических заболеваний, болезней органов дыхания, зрения. Вследствие этого наблюдается общее снижение уровня психологической комфортности у детей и подростков. И как общее проявление – отрицательная динамика социальной активности, что проявляется в инертности в учебной и трудовой деятельности, а нередко ведет к неадекватному и даже агрессивному поведению.

В плане мероприятий по совершенствованию питания учащихся здоровье ребенка рассматривается не только как цель, содержание и результат образовательного процесса, но и как критерий оценки качества и эффективности педагогической деятельности.

Актуальность

Необходимость серьезно заниматься формированием культуры здоровья в системе общего образования обусловлена рядом объективных причин:

фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, а, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно начать развивать именно в этот период;

в этом же возрасте закладываются и основы здорового образа жизни, как система норм и правил, усваиваемых ребенком в специально проектируемой деятельности;

Вопросы организации школьного питания в последние годы вызывают повышенный интерес. Основу подходов к организации полноценного питания в школе составляет внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня.

ЦЕЛЬ плана мероприятий организации и развития школьного питания:

Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания.

ЗАДАЧИ:

1. Способствовать формированию здоровой личности.
2. Добиться увеличения охвата обучающихся горячим питанием.
3. Обеспечить благоприятные условия для качественного образовательного процесса.

2. ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1. Рациональное питание детей, как и состояние, их здоровья, должны быть предметом особого внимания школы.
2. Питание должно удовлетворять физиологические потребности организма учащихся в пищевых веществах и энергии, выполнять профилактические и лечебные задачи.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1. Создание благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся;
2. Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока образовательного учреждения;
3. Развитие новых прогрессивных форм обслуживания и повышение культуры питания;
4. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;
5. Развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся, обеспечения их необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
6. Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ

1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение

Основные мероприятия	Срок	Исполнители	Ожидаемые результаты
1. Организационные совещания организация питания учащихся; обеспечение питания детей из социально – незащищенных семей; организация питьевого режима учащихся	Сентябрь-март	Заместитель директоров по ВР; соц.педагог; ответственный по питанию	Доведение до 100% охвата учащихся 1 – 11 классом организованным горячим питанием
2. Совещание классных руководителей по организации горячего питания	1 раз в четверть	ответственный по питанию	Проведение мониторинга питания
3. Совещание по вопросам организации и развития школьного питания	1 раз в четверть	Администрация	Контроль организации питания
4. Организация работы школьных комиссий по контролю за организацией и качеством питания	В течение года	Комиссия по питанию	Акты результатов проверок;
5. Осуществление контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	сентябрь	Комиссия по питанию	Акты проверок

2.Методическое обеспечение

Основные мероприятия	Срок	Исполнители	Ожидаемые результаты
1. Организация консультаций для классных руководителей 1 -4, 5- 8, 9-11	В течение года	классные руководители; ответственной за организацию питания	Выпуск информационных бюллетеней, повышение информационной

классов; культура поведения учащихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований организация горячего питания – залог сохранения здоровья			просвещенности учащихся, педагогов и родителей
2. Совершенствование нормативно – правовой базы, методической и технологической документации по организации школьного питания	В течение года	Администрация	Пакет документов, соответствующих санитарному законодательству и законодательству по защите прав потребителей

3. Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся

Основные мероприятия	Срок	Исполнители	Ожидаемые результаты
1. Проведение классных часов по темам: режим дня и его значение; культура приема пищи; острые кишечные заболевания и их профилактика	Сентябрь, ноябрь, март	Классные руководители	Методические разработки классных часов, повышение информационной просвещенности учащихся, педагогов и родителей
2. Конкурс учащихся начальной и основной школы «Золотая осень»	Октябрь	ответственной за организацию питания	Выставка осенних поделок
3. Конкурс газет среди школ для учащихся 3 – 5 классов «О вкусной и здоровой пище»	Ноябрь	ответственной за организацию питания	Выставка газет

4. Конкурс среди учащихся 5 – 7 классов «Хозяюшка»	Апрель	классные руководители	повышение информационной просвещенности учащихся, педагогов и родителей
5. Анкетирование учащихся: Школьное питание; Скажи мне, что ты ешь; Развитие школьного питания; В здоровом теле – здоровый дух; Завтракал ли ты?	октябрь, март, май	ответственной за организацию питания	Результаты анкетирования, оценка культуры питания учащихся
6. Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (каникулярное время)	Июнь-август	Руководитель лагеря (пришкольной площадки) с дневным пребыванием детей	Программа работы лагеря
7. Акция «Поставь оценку блюду»	1 раз в четверть	Ответственный за организацию школьного питания	Повышение качества питания школьников
8. Размещение информации об организации школьного питания на сайтах общеобразовательных учреждений	Постоянно	Заместитель директора по безопасности	Открытость информации для участников образовательного процесса

4.Работа с родителями по вопросам организации школьного питания

Основные мероприятия	Срок	Исполнители	
1. Проведение классных родительских собраний по темам: совместная работа семьи и школы по	сентябрь декабрь, апрель	Заместители директоров по ВР, классные руководители, ответственный по питанию	Повышение информационной просвещенности родителей

формированию здорового образа жизни дома. Питание учащихся. профилактика желудочно-кишечных заболеваний и инфекционных, простудных заболеваний. Итоги медицинских осмотров учащихся			
2. Индивидуальные консультации медсестры школы «Как кормить нуждающегося в диетпитании» «Личная гигиена ребенка»	По запросам родителей, классных руководителей	Медицинский работник	повышение информационной просвещенности родителей
3. Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»	1 раз в полугодие	Классные руководители, школьный психолог	повышение информационной просвещенности родителей

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

Основные мероприятия	Срок	Исполнители	Ожидаемые результаты
1. Организация питьевого режима	Постоянно	Администрация	Соответствие требованиям санитарного законодательства
2. Проведение С-витаминизации третьих блюд школьного питания	Постоянно	заведующий производством	Уменьшение заболеваемости среди учащихся
3. Обеспечение учащихся 1-4 классов молочными	В течении года	Администрация	Уменьшение заболеваемости среди учащихся

продуктами			
4. Профессиональная переподготовка работников пищеблоков	1 раз в три года	Администрация	Улучшение качества приготовленной пищи

ВЫВОД: Выполнение данных мероприятий позволит создать условия для стопроцентного охвата обучающихся общеобразовательных учреждений качественным и доступным горячим школьным питанием.

3. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

Реализация мероприятий программы позволит увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой, улучшить качество питания школьников и обеспечение его безопасности