

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя школа №1 города Рудня»

Принята
На педагогическом
совете МБОУ «РСШ№1»
Протокол № 30.08.2018/1



Утверждаю

Директор МБОУ «РСШ№1»

И. Д. Дятченкова

Приказ № 786 0509 .2018

ПРОГРАММА
по совершенствованию организации питания
обучающихся
« Школа - зона здорового питания»

Г. Рудня
2018г.

Паспорт программы

<p>Полное наименование Программы</p>	<p>Программа «Школа-зона здорового питания» на период 2018 - 2020 гг.</p>
<p>Основание для разработки Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Конвенция о правах ребенка. - Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка» - Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статья 37 «Организация питания обучающихся» - «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» СанПин 2.4.5.2409-08, утверждёнными Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 23.07.2008 г. №45. - Закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов (в редакции Федеральных законов от 30.12.06г. № 266-ФЗ - Приказ Минздрава России и Минобразования России от 30.05.02/31.05.02 № 176/201 «О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской федерации».
<p>Разработчики Программы</p>	<p>Администрация Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя школа №1 города Рудня»</p>
<p>Цель Программы</p>	<p>Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием, формированию у учащихся и их родителей (законных представителей) основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.</p>
<p>Основные задачи Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> - обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и

	<p>энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечение доступности школьного 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; - приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями; - пропаганда принципов здорового и полноценного питания; - организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.
<p>Этапы и сроки реализации Программы</p>	<p>Программа реализуется в период 2018 - 2021 г. г. в три этапа:</p> <p>I этап – организационный: организационные мероприятия; разработка и написание Программы.</p> <p>II этап – 2018 – 2020 г. г: реализация программы.</p> <p>III этап – 2021 г.: обобщающий: систематизация накопительного опыта, подведение итогов и анализ реализации Программы.</p>
<p>Ожидаемые результаты реализации Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> - наличие пакета документов по организации школьного питания; - обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; - обеспечение доступности школьного питания; - обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;

	<ul style="list-style-type: none"> - отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; - приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями; - сохранение и укрепление здоровья школьников; - увеличение охвата горячим питанием школьников ; - улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой.
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

1. Пояснительная записка

Программа по совершенствованию организации здорового питания «Школа-зона здорового питания» вызвана необходимостью создания условий в МБОУ «РСШ№1» обеспечивающих развитие культуры здоровья учащихся и вызвана следующими причинами:

- необходимостью формирования здорового образа жизни учащегося с детского возраста (здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью);
- физиологическими сенситивными особенностями в развитии человеческого организма.

В связи с этим рациональное питание учащихся является одним из условий создания здоровьесберегающей среды. Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии. Важнейшим условием для поддержания здоровья, высокой работоспособности и выносливости человека является полноценное и правильное питание.

Основу предполагаемых подходов составляет внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников в соответствии с требованиями СанПинов 2.4.5.2409-08. Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», утверждённых Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 23.07.2008 г. №45. Поэтому МБОУ «РСШ№1» сегодня уделяет большое внимание вопросам жизни и здоровья детей и подростков. Школьное питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени учащиеся проводят в школе, то и полноценно питаться они должны здесь же.

Очень важно, чтобы школа стала началом распространения знаний и умений в построении здорового питания.

2. Цель и задачи программы

Цель Программы: создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием, формированию у учащихся и их родителей (законных представителей) основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Реализация Программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных **задач**:

- формирование и развитие представления у родителей (законных представителей) о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять здоровье своих детей;
- обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- обеспечение доступности школьного 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;
- приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствии с современными разработками и технологиями;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.

3. Сроки реализации Программы

Для совершенствования организации школьного питания в школе разработана Программа «Школа – зона здорового питания» на 2018 – 2020 г. г.

Программа реализуется в период 2018 - 2020 гг. в три этапа:

I этап - Подготовительный (август-сентябрь 2018 г.)

- Выявление перспективных направлений в работе по пропаганде здорового питания с родителями (законными представителями) учащихся, моделирование нового качественного состояния работы в данном направлении в современных условиях, разработка программы действий.

II этап - Основной этап (октябрь 2018 – ноябрь 2020 гг.)

- Реализация программных действий.

III этап - Обобщающий (июнь 2020г.)

- Анализ достигнутых результатов и определение перспектив дальнейшего развития работы по пропаганде здорового питания.

Программу реализуют:

Родители обучающихся:

- организация контроля за питанием: родительский комитет класса и школы.

Администрация:

- индивидуальные беседы;
- пропаганда санитарно-гигиенических знаний среди участников образовательного процесса, основ здорового образа жизни.

Педагогический коллектив:

- совещания;
- родительские собрания, классные часы, беседы о ЗОЖ, рациональном питании;
- пропаганда здорового образа жизни.

Медицинский работник :

- индивидуальные беседы;
- контроль за здоровьем обучающихся;
- контроль за состоянием столовой и пищеблока.

Социальный педагог:

- выявление малообеспеченных семей, ;
- режим питания в школьной столовой;
- санитарно-гигиеническое просвещение.

Основные мероприятия программы:

1. Предоставление школьникам качественное, сбалансированное и рациональное питание, соответствующее физиологическим потребностям детей разных возрастных групп по энергетической ценности.
2. Соответствие ежедневного меню нормам СанПиН.
3. Соответствие обеденного зала нормам СанПиН.
4. Разнообразные формы питания.
5. Культура принятия пищи.
6. Максимальный контроль за качеством питания.
7. Максимальный охват школьников питанием.
8. Разъяснительная и профилактическая, просветительская работа по вопросам здорового питания и пропаганда здорового питания как среди школьников, так и их родителей.
9. Оснащение пищеблока современным технологическим оборудованием, качественной посудой.
10. Работа комиссии по питанию согласно плану мероприятий.

Реализация программы:

Бюджетное финансирование, дотации. Родительская оплата, предоставление льготного питания.

Данная программа рассчитана на три года и предполагает постоянную работу по её дополнению и совершенствованию. Следует уделить особое внимание решению следующих задач:

- Обработка системы выявления уровня культуры здорового питания учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.

- Создание условий для обеспечения культуры здорового питания учащихся и формирования здорового образа жизни.

- Просвещение обучающихся и родителей в вопросах культуры здорового питания детей с мониторингом оздоровительной работы в школе.

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включения педагогического коллектива в процесс реализации данной программы. Осознанного понимания каждым учителем значимости стоящих перед ним задач.

Основные направления работы

1-е направление: организационно-аналитическая работа

№ п\п	Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания с привлечением родительской общественности.	Сентябрь, май	Администрация школы Совета школы , комиссия по контролю организацией и качеством питания
2	Заседание родительского комитета школы совместно с классными руководителями: по организации питания по вопросам: - охвата учащихся горячим питанием; - профилактики инфекционных заболеваний. -обеспечение учащихся из малообеспеченных семей льготным питанием	Октябрь, февраль	Директор школы Родительский комитет
3	Совещание с классными руководителями: -обеспечение учащихся из малообеспеченных семей льготным питанием;	Сентябрь, январь	Администрация, комиссия по контролю организацией и качеством питания

	-комплексный контроль за документацией, качеством питания, дежурством.		
4	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	В течение года	Администрация, комиссия по контролю организацией и качеством питания
5	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, буфета, проведение целевых тематических проверок	В течение года	Администрация, комиссия по контролю организацией и качеством питания

2 направление : методическое обеспечение

№ п\п	Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1	Организация консультаций для классных руководителей: - культура поведения учащихся во время приема пищи; - соблюдение санитарно-гигиенических требований; - организация горячего питания – залог сохранения здоровья	В течение года	Зам. директора по ВР, ответственный по питанию
2	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся.	В течение года	Администрация, комиссия по контролю за организацией и качеством питания

3-е направление:

работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся

№ п\п	Основные мероприятия	Срок	Исполнители	
Просветительская работа с учащимися				
1	<p>Проведение классных часов по темам:</p> <p>«Здоровое питание»;</p> <p>«Зажигаем витаминно, чисто, ярко и спортивно»»;</p> <p>«Здоровое питание-залог здоровья»;</p> <p>«Пища настоящего и будущего: что есть, а что не есть...вот в чем вопрос»</p> <p>(для учащихся основной и старшей школы)</p> <p>«Хлеб-драгоценность, им не сори»</p>	В течение года	Классные руководители, соцпедагог	
2	<p>Цикл бесед и практических занятий: «Разговор о здоровом и правильном питании» (для учащихся начальной школы);</p> <p>Цикл бесед и практических занятий «Формула правильного</p>	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители, соцпедагог	

	питания» (для учащихся 5-9кл.).			
3	<p>Анкетирование учащихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Школьное питание - По вопросам питания 	Октябрь, февраль, апрель	Администрация, классные руководители	
4	Работа по оздоровлению обучающихся в летний период	Июнь	<p>Директор</p> <p>начальник лагеря дневного пребывания детей</p>	
Детское движение				
1	<p>Проведение игр, конкурсов, викторин по проблеме формирования культуры питания школьников:</p> <p>«Полезные советы сказочных героев» (1-2 кл.);</p> <p>«В гостях у доктора Айболита» (3-4 кл.);</p> <p>«Что? Где? Когда?» (5-6 кл.);</p> <p>Викторина «Азбука здоровья» (7-8 кл.);</p>	В течение года	<p>Зам. директора по ВР, старшая вожатая,</p> <p>классные руководители</p>	

2	Игра – праздник для учащихся начальной и основной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов	Октябрь	классные руководители	
4	Конкурс рисунков среди учащихся 1 – 4 классов «О вкусной и здоровой пище». Выпуск рекламных плакатов «Новое поколение выбирает правильное питание» (5-9 кл.) Конкурс «Витаминный день»	Второе полугодие	Учитель ИЗО, Классные рук.	

4 направление :

работа с родителями по вопросам организации школьного питания

№ п/п	Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1	Проведение классных и общешкольных родительских собраний по темам: «Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни», «Народные традиции и их роль в формировании семейной культуры здорового питания», «Питание и здоровье ребенка». Итоги медицинских осмотров учащихся	В течение года	медсестра, классные руководители

5-е направление:

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

№ п/п	Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1	Работа по эстетическому оформлению обеденного зала столовой	Сентябрь - декабрь	Администрация
2	Разработка новых блюд, изделий, их внедрение в систему школьного питания	В течение года	Старший повар, комиссия по контролю за организацией и качеством питания
3	Обеспечение столовой новым технологическим оборудованием, посудой, разделочным инструментом	В течение года	директор

6-е направление:

создание печатной и электронной продукции

№ п/п	Название мероприятия	Форма проведения	Сроки
1	Создание информационных буклетов для учащихся и родителей	Творческая группа	Сентябрь
2	Изготовление презентаций на дисках для проведения лекториев по проблеме здорового питания	Учитель информатики	В течение года
3	Создание странички на сайте школы «Питание школьников»	Учитель информатики, Ильина И.А.,	2 раза в год

7-е направление:

мониторинг организации здорового питания обучающихся в школе

№ п/п	Название мероприятия	Форма проведения	Сроки
1	Изучение уровня владения основами здорового питания	Мониторинговое исследование	Октябрь Март-май
2	Качество системы школьного питания	Мониторинговое исследование	Февраль-март Март-май
3	Мнение участников образовательного процесса о качестве школьного питания	Социологическое исследование	Сентябрь Декабрь
4	«Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	Анкетирование родителей	Апрель-май

Ожидаемые конечные результаты программы: - сохранение и укрепление здоровья при стабильных результатах обучения;

- формирование 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 питания участников образовательного процесса;
- обеспечение всех обучающихся питанием;
- обеспечение льготным питанием детей из социально-незащищенных семей;
- снижение доли школьников с заболеваниями ЖКТ.

Исполнители программы – администрация школы, педагоги, учащиеся, медики, работники столовой, социальные педагоги

Приложение № 1
к программе «Школа - зона здорового питания»

ИГРЫ С ПРАВИЛАМИ. ДИДАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ.

Игра-соревнование «Разложи продукты на разноцветные столы».

2 или 3 команды должны разложить продукты (названия которых написаны на карточках, или нарисованы) на 3 стола, покрытые скатертями трех цветов:

- ⊗ зеленой (продукты ежедневного рациона);
- ⊗ желтой (полезные продукты, используемые достаточно часто);
- ⊗ красной (продукты, присутствующие на столе изредка).

Победителем становится команда, первой выполнившая задание правильно.

Динамическая игра «Поезд»

Один ученик исполняет роль светофора. Остальные учащиеся получают по одной карточке с рисунками продуктов. Дети образуют «длинный поезд», держа карточки в руках.

Едет поезд необычный,
Он большой и симпатичный (непривычный).
Нет вагонов, нет колес,
В нем: капуста, мед, овес,
Лук, петрушка и укроп...
Остановка!
Поезд, стоп!

Поезд движется по классу к светофору. По сигналу «Стоп!» на светофоре загорается красный свет (ученик, исполняющий роль светофора, поднимает красный кружок).

Из колонны выходят дети, в руках которых были карточки с рисунками продуктов, которые можно есть лишь изредка.

Поезд движется дальше и снова по сигналу «Стоп» загорается желтый свет. Из колонны выходят дети, в руках которых карточки с рисунками полезных продуктов, которые не следует есть каждый день.

В составе поезда остаются самые полезные продукты. Каждый ученик рассказывает, чем полезен продукт, изображенный на рисунке.

«Помоги Кубику или Бусинке»

На столе 4 карточки, на которых написаны блюда для завтрака, обеда, полдника и ужина. Задание: положите карточки к тем часам, на которых указано время этого приема пищи.

Доскажи пословицу

Каждая пословица написана на 2-х карточках, надо найти правильное продолжение. Кто не умерен в еде - (враг себе)

Хочешь есть калачи - (не сиди на печи)

Когда я ем - (я глух и нем)

Снег на полях - (хлеб в закромах).

Игра «Знатоки»

На столе раскладываются различные колоски. В блюдцах - крупы. Ребятам предлагается по виду колоса определить название растения (пшеница, гречиха, овес...), а затем найти в блюдцах соответствующую крупу и тоже назвать ее (манная, гречневая, овсяная). Следует обратить внимание ребят на форму крупы, ее размеры, цвет.

Конкурс «Самая вкусная и полезная каша»

С помощью работников столовой или родителей педагог подготавливает несколько тарелочек с разными видами каш. Рядом располагаются блюдца с добавками: семечки, сухофрукты, варенье и т. п.

Команды учащихся должны с помощью добавок «придумать» свою кашу и дать ей оригинальное название. Жюри (в него могут войти родители, старшеклассники) определяют победителя.

В ходе конкурса учитель обращает внимание на соблюдение ребятами правил личной гигиены (вымытые руки, использование «личной» ложки, дегустация не из общей тарелки, а из отдельного блюдца *или* розетки), а также правил этикета. Все это также может оцениваться жюри.

Игра «Поварята»

В блюдцах насыпаны вперемешку крупы — рисовая, гречневая, пшенная. Задание «поварятам» отделить крупы друг от друга и разложить по отдельным кастрюлям. Победителем станет тот, кто быстрее и без ошибок справится с заданием.

Венок из пословиц

Педагог заранее готовит макет венка из колосков и отдельные колоски. Детям предлагается вспомнить и назвать все пословицы о хлебе. После каждой названной пословицы педагог вплетает в венок новый колосок. После окончания игры венок может украсить класс.

*Хлебушко - пирогу дедушка.
Без печки холодно - без хлеба голодно.
Не в пору и обед, коли хлеба нет.
Ешь пироги, а хлеб вперед береги.
Покуда есть хлеб да вода, все не беда.
Нет хлеба - нет обеда.
Много снега - много хлеба.
Ржаной хлебушко - калачу дедушка.
Хлеб на стол - и стол престол.
Хлеб - батюшка-кормилец.*

Без хлеба несытно, без него и у воды жить худо.

Хлеб - всему голова.

Все приедается, а хлеб - нет.

Приложение № 2

к Программе «Школа - зона здорового питания»

2. Анкета для школьников

«Завтракал ли ты?»

вопрос	ответ
Что ты ел сегодня на завтрак?	
Считаешь ли ты завтрак необходимым?	
Твои любимые овощи?	
Какие овощи ты не ешь?	
Сколько раз в день ты ешь овощи?	
Любишь ли ты фрукты?	
Твои любимые фрукты?	
Сколько раз в день ты ешь фрукты?	
Что ты ешь чаще всего между основными приемами пищи?	
Считаешь ли ты продукты, которые употребляешь полезными для себя?	
Считаешь ли ты, что твой вес - нормальный - избыточный - недостаточный	

Анкета для школьников «Чем я питался сегодня?»

	фрукты и овощи	хлеб и крупяные изделия	мясо	молоко	прочее
завтрак					
обед					
ужин					
легкие закуски					
прочие продукты					

Анкета для родителей

1. Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?
2. Считаете ли Вы рациональной организацию горячего питания в школе?
3. Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи в школьной столовой? Ваши предложения

