

ПРИНЯТО:
Решением педагогического совета
МБОУ СОШ № 59 ст. Северской МО
Северский район
имени Героя Советского Союза
Войтенко Стефана Ефимовича
протокол № 1 от 30.08.2023

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 93С3ВА26-9576-BD98-E6BF-EC9300904343

Владелец: Сорокина Елена Александровна

05.03.2024 11:15 (МСК)

МО Северский район
имени Героя Советского Союза
Войтенко Стефана Ефимовича
_____ Е.А.Сорокина

**ПРОГРАММА
МЕРОПРИЯТИЙ ПО ВОСПИТАНИЮ КУЛЬТУРЫ
ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ НА ОСНОВЕ ПРИНЦИПОВ
ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ**

2023-2026г.

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", 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 2023 по 2026 год. Программа затрагивает всех участников образовательного процесса (учащихся с 1-11 классы, родителей, педагогов) и будет реализовываться в образовательной и воспитательной деятельности.

Ожидаемые результаты:

- Улучшено качество питания детей и обеспечена его безопасность.

- Сформированы навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.

- Разработана и действует система мониторинга состояния здоровья обучающихся.

- Постоянно оказывается социальная поддержка отдельным категориям обучающихся.

- Повышена эффективность системы организации питания за счёт:

- увеличения охвата обучающихся горячим питанием до 100%;

- укрепления материально-технической базы пищеблоков и столовых;

- внедрения новых форм организации питания обучающихся

- Улучшено состояние здоровья обучающихся за счёт:
- организации качественного и сбалансированного питания детей с учетом их возрастных особенностей;
- 7. Отлажена просветительская работа 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, медсестра.
2.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Повар-раздатчица
3.	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Бракеражная комиссия, медсестра.
4.	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Бракеражная комиссия
5.	Контроль за приемом пищи	Дежурный администратор, классные руководители

**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 столовых:

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 культурно-гигиенических 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	Планируемый результат и выполнение
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.	октябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	протокол совещания
3	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	сентябрь, май, ежегодно	директор	протокол, план работы

4	Заседание комиссии по организации питания по вопросам: охват учащихся горячим питанием соблюдение сан. гигиенических требований; профилактика инфекционных заболеваний	август, январь, ежегодно	Совет по питанию	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	Общественная комиссия, зам. директора	материалы отчётов
2. Работа с обучающимися.				
1	Проведение уроков – здоровья	ежегодно	классные руководители	планы уроков
2.	Конкурс рисунков: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы) «Правильное питание» (5-6 классы)	январь, ежегодно ноябрь, ежегодно декабрь,	классные руководители	материалы конкурсов

3.	Игра – праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень».	октябрь,	зам. директора по ВР	отчёт о проведении праздника
4.	«Масленица»	ежегодно	зам. директора	отчёт о проведении праздника
5.	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	декабрь, май ежегодно	совет по питанию	аналитическая информация
6.	Анкетирование родителей по вопросам питания	май, ежегодно	Совет по питанию	результаты анкетирования
7.	Проведение классных часов		классные руководители	планы классных часов

3. Работа с педагогическим коллективом				
1.	Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях, ШМО классных руководителей	ежегодно	директор	протоколы
2	Организация бесплатного питания обучающихся	ежегодно	директор, ответственная за ОГП	приказ
3	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	ежегодно	директор, ответственная за ОГП, классные руководители	
4. Работа с родителями				
1	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	ежегодно	классные руководители	
5. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для обучающихся и родителей				
1	Продолжение эстетического оформления зала столовой	ежегодно	Заместитель директора по АХР	акт проверки
2	Организация текущего ремонта пищеблоков и столовых	июль-август	Заместитель 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, ответственная за ОГП
4	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	ответственная за ОГП
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: 2 класс: «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище) 3 класс: «Цена ломтика»	классные руководители
7	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственная за ОГП
8	Анкетирование родителей «Питание наших детей»	ответственная за ОГП е, классные руководители
9	Оформление стенда «Питание-залог здоровья»	ответственная за ОГП
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, ответственная за ОГП

2	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно – гигиенических требований	директор школы, ответственная за ОГП
3	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственная за ОГП
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: «Гигиена питания»	библиотекарь
ноябрь		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственная за ОГП
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 3 класс: «Это удивительное молоко» (занятие – исследование) 4 класс: «Кулинарные обычаи» (игра – путешествие)	классные руководители
4	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственная за ОГП
5	Родительские собрания: «Питание подростков вне дома»	классные руководители
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственная за ОГП

декабрь		
1	ответственная за ОГП	ответственная за ОГП
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» (3-4 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	ответственная за ОГП
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)	ответственная за ОГП
6	Анкетирование учащихся по вопросам питания	Ответственная за ОГП , классные руководители
7	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственная за ОГП
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)	ответственная за ОГП
5	Конкурс: выпуск видеоролика «Зачем нужна горячая еда?» (9-11 классы)	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
5	Работы бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственная за ОГП
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственная за ОГП
7	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	ответственная за ОГП, 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 2 класс: «Кулинарные традиции моей семьи» (проект) 3 класс: «Секреты поварёнка» (круглый стол -о последствиях неправильного питания	классные руководители
5	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственная за ОГП
6	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания	ответственная за ОГП, классные руководители
июнь		
1	Отчет об организации питания	ответственная за ОГП

Формы работы со школьниками в соответствии с образовательными областями

Образовательные области.	Формы работы
Познавательное развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Наблюдения (за работой помощника воспитателя, поваров, старшей медицинской сестры, врача- педиатра); • Экскурсии (Знакомство с кухней; медицинским кабинетом и др.); • Решение, моделирование обучающих ситуаций по программе «Разговор о здоровье и правильном питании» («Если хочешь быть здоров, что для этого надо делать?», «Мы идем в магазин», «Как сделать кашу вкуснее?» , «Как утолить жажду», «Что помогает быть сильным и ловким», «Чем должен питаться здоровый человек?, и др.); • Работа с рабочими тетрадями, решение логических задач. • Конкурсы-викторины «Знатоки молока», «Витаминиада», «Хлеб в сказках и рассказах» и др.
Социально-коммуникативное развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Беседы, обсуждение с детьми различных ситуаций возникающих в результате неправильного питания («Чем надо питаться, чтобы стать сильнее?», «Что случилось с Вино Пухом?», и др); • Ситуативный разговор /решение проблемных ситуаций/ («Где взять витамины зимой?», «Что значит: летний день – год кормит», «Как можно самим на окошке вырастить витамины?»); • Сюжетные – ролевые игры («Семья», «Супермаркет», «Приглашаем гостей», «Поварята», «Кафе», «Овощной магазин», «Кухня», и др.);

Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры («Кто быстрее соберет урожай овощей», «У медведя во бору», «Съедобное-несъедобное», «Щука и караси», «Огуречик», «Яблонька» «Игра в классики» и др.); • Игровые упражнения, пальчиковая гимнастика («Соберем орешки», и др.);
Художественно-эстетическое направление	<ul style="list-style-type: none"> • Организация и проведение детских творческих конкурсов (совместно с родителями) «Щедрая Осень», «Соблюдаем правила здорового питания», «Хлеб всему голова», «Мы за здоровый образ жизни»; • Слушание, исполнение детских музыкальных произведений («На горе – то калина», р.н. мелодия; «Во саду ли, в огороде», р.н. мелодия; и др.); • Музыкальные подвижные игры; • Музыкально-дидактические игры. •
Речевое направление	<ul style="list-style-type: none"> • Чтение, обсуждение, разучивание детских литературных произведений по формированию ЗОЖ ; • Игры с пословицами и словами «Объясни пословицу», «Пословицы запутались», «Венок из пословиц», Сложные слова» и.т.д. • Игровые задания «Подбери рифму»

