

**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Усть-Портовская средняя школа»**

Принято

на заседании Педагогического совета ТМК
ОУ «Усть-Портовская средняя школа»
Протокол № 1
«31» августа 2021г

Утверждено

Директор ТМК ОУ «Усть-
Портовская средняя школа»
В.А. Крылов
Приказ от 01.09.2021г.№ 013

**Программа
по формированию культуры
здорового питания обучающихся
«Здоровое питание школьников»
на 2021-2025 гг.**

п.Усть-Порт, 2021 год

**Паспорт
программы по формированию культуры здорового питания
обучающихся ТМК ОУ «Усть-Поровская средняя школа»
«Здоровое питание школьников!»**

Наименование	Программа по формированию культуры здорового питания обучающихся ТМК ОУ «Усть-Поровская средняя школа» «Здоровое питание школьников!»
Дата принятия	Протокол педсовета № 1 от 31.08.2021г.
Кадровое обеспечение Программы	Директор школы; Заместитель директора по УВР; Социальный педагог, ответственный за организацию питания; Библиотекарь; Педагог- организатор Классные руководители; Медицинский работник; Работники школьной столовой
Цели Задачи	Формирование общей культуры правильного питания. - пропаганда здорового питания; - формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы школы и работу с родителями.
Ожидаемые результаты	- Увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой; - сформировать навыки здорового питания у обучающихся
Сроки и этапы реализации	1 этап Базовый - август 2021 года:
	- анализ нынешнего состояния; - планирование реализации основных направлений программы; - создание условий для реализации программы; - начало реализации программы.
	2 этап Основной - сентябрь 2021- июнь 2025 года:
	- поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами; - промежуточный мониторинг результатов; - корректировка планов в соответствии с целями, задачами и промежуточными результатами.
3 этап Заключительный - август 2021 года:	
- завершение реализации программы; - подведение итогов реализации и анализ результатов.	

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Одной из важных задач школы сегодня является формирование у детей

ответственного отношения к своему здоровью. Школьники должны узнать и принять для себя основные принципы здорового образа жизни. Здоровье и развитие школьников во многом зависят от полноценного сбалансированного питания и эффективности его организации в школе, так как именно в школьном возрасте, когда активно формируются привычки, наибольшее значение имеет воспитание навыков рационального питания.

Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в школе, снижения отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования. Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии. В Законе Российской Федерации «Об образовании» сохранена обязанность образовательного учреждения организовывать питание обучающихся, выделять помещение для питания детей, предусматривать перерыв достаточной продолжительности.

Школа представляет собой жизненно важную среду, используя которую можно оказывать влияние на процесс правильного питания. В школе существуют возможности, для проведения работы по охране здоровья и здоровому питанию. Именно школьный возраст является тем периодом, когда происходит основное развитие ребенка и формируется образ жизни, включая тип питания. Организованное школьное питание регламентируется санитарными нормами.

Многие обучающиеся имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. Основные проблемы питания школьников связаны с нарушением режима питания вне стен школы, злоупотреблением чипсами, фаст-фудами, сухариками, конфетами, шоколадными батончиками и т.д. Обычно это связано с недостаточной информированностью или попустительством со стороны родителей.

Необходимо объяснить ребенку, как питание важно для него и его организма. Чтобы учиться хорошо, надо хорошо питаться. А организация полноценного питания во всех школах должна стать приоритетным направлением деятельности школы.

Остается актуальной задача обеспечения горячим питанием всех обучающихся школы, улучшения качества, разнообразия блюд и безопасности питания детей школьного возраста.

По состоянию на май 2021 года охват питанием обучающихся ТМКОУ «Усть-Портовская средняя школа» составил 98 %. Благодаря реализации Программы в 2019-2021 учебном году охват питания обучающихся увеличился на 1,8 %.

Реализация Программы осуществляется путем интеграции в воспитательную компоненту образовательной программы школы.

Цели, задачи и сроки реализации Программы:

Цель программы:

- формирование общей культуры правильного питания.

Для реализации цели необходимо решить следующие задачи:

- пропаганда здорового питания;

- формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы школы и работу с родителями.

Ожидаемые конечные результаты.

Выполнение Программы «Здоровое питание школьников!» позволит школе достигнуть следующих результатов:

- Увеличить количество детей, охваченных горячим питанием.
- Сформировать навыки здорового питания у обучающихся;

Стратегия реализации программы:

1 этап Базовый - август 2021 года:

- анализ нынешнего состояния;
- планирование реализации основных направлений программы;
- создание условий для реализации программы;
- начало реализации программы.

2 этап Основной - сентябрь 2021- июнь 2025 года:

- реализация программы в соответствии с целями и задачами;
- промежуточный мониторинг результатов;
- корректировка планов в соответствии с целями, задачами и промежуточными результатами.

3 этап Заключительный - июль 2025 года:

- завершение реализации программы;
- мониторинг результатов;
- анализ результатов.

Основные направления реализации Программы

1. Организация и регулирование школьного питания :

- обеспечение доступности, безопасности и эффективности школьного питания;
- оказание социальной поддержки отдельным категориям обучающихся;
- использование разных форм и методик организации питания;

2. Формирование навыков здорового питания у обучающихся.

- Пропаганда здорового питания (проведение игр, конкурсов, лекций, акций, классных часов, КТД)
- Пропаганда здорового питания на родительских собраниях, школьном родительском лектории.
- Рассмотрение на классных часах вопросов о горячем питании, охране здоровья, активного образа жизни.
- Проведение «Дней здоровья».

Содержание программы:

1. Организация и регулирование школьного питания

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1.	Проверка готовности школьной столовой к новому учебному году	Август	Крылов В.А. директор Блинова Л.В ответственная за питание
2.	Ознакомление классных руководителей, работников школьной столовой с нормативными документами, регулирующими школьное питание.	Сентябрь	Крылов В.А. директор ТМК ОУ
3.	Руководство организации питания на основе - СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»	В течение года	Члены бракеражной комиссии
4.	Формирование нормативно-правовой базы по организации питания в школе	Сентябрь.	Крылов В.А. директор Блинова Л.В. ответственная за организацию питания
4.1	Издание приказа по школе об организации питания на 1 сентября, утверждение списка обучающихся на льготное питание.	Сентябрь,	Крылов В.А.
4.2	Организация контроля за ведением документации: Журнал бракеража готовой продукции; Журнал здоровья (пищевлок); Журнал бракеража продуктов и производственного сырья, поступающего на пищевлок;	В течение года	В.А. Каткова , Заведующая хозяйством
	Журнал витаминизации третьих блюд;		
5.	Контроль за организацией питания в школе, выполнение мероприятий по его улучшению.	В течение года	Члены бракеражной комиссии

2. Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей.

Название мероприятия	Сроки	Ответственный
Планирование работы по охвату горячим питанием обучающихся школы, по формированию навыков здорового питания	Сентябрь	Крылов В.А. директор Блинова Л.В. ответственная за организацию питания
Рассмотрение вопроса «Организация питания в школе» на заседании общешкольного родительского комитета	Сентябрь,	Председатель родительского комитета школы
Акция «Здоровое питание»	Декабрь-январь текущего учебного года	Толмашова О.Г., ответственная за организацию питания
Размещение информации об организации питания на школьном сайте	в течение года	Блинова Л.В., ответственная за организацию питания
Оформление информационного уголка в столовой, обновление информации по мере необходимости	систематически	Члены бракеражной комиссии
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	Члены бракеражной комиссии
Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся		
Проведение классных часов, уроков	систематически	классные

здоровья, внеклассных мероприятий по воспитанию культуры питания среди обучающихся		руководители I- XI классов Блинова Л.В.,
Цикл бесед «Азбука здорового питания»	в течение года	ответственная за организацию питания
Проведение «Дня здоровья»	В течение учебного года	Зам. директора по УВР, педагог-организатор, учитель физкультуры
Работа по воспитанию культуры питания среди родителей обучающихся		
Проведение тематических классных и общешкольных родительских собраний, рассмотрение вопросов на школьном родительском лектории	По отдельному плану	классные руководители I- XI классов Блинова Л.В.- ответственная за организацию питания
Проведение заседаний общешкольного родительского комитета по вопросу организации питания в школе	В течение года	Председатель родительского комитета школы

3. Мониторинг реализации программы.

Направление мониторинга	Форма проведения	Сроки	Ответственный
Охват учащихся горячим питанием	Анализ результатов посещаемости	ежемесячно	классные руководители I-XI классов
Уровень удовлетворенности учащихся, родителей, педагогов организацией питания в школе	Анкетирование	Декабрь текущего года	Блинова Л.В ответственная за организацию питания
Формирование у школьников навыков здорового	Собеседование Наблюдение	В течение учебного года	заместитель директора по ВР; классные

питания			руководители 1-9 классов Блинова Л.В - ответственная за организацию питания
Качество организации питания	Наблюдение, опросы, посещение столовой, анализ приготовления пищи и норм раскладки, санитарно-гигиенического состояния обеденного зала	систематически	Члены бракеражной комиссии

4. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

Модуль 1 - для обучающихся 1 - 4 классов, начальное общее образование.

Разделы модуля	Распределение часов по видам занятий			
	Урок	Практические занятия	Досуговые мероприятия *	Самостоятельная работа
1. Как устроен человек	8	-	-	10
2. Личная гигиена	8	4	-	8
3. Чтобы зубы не болели	6	5	-	8
4. Береги зрение смолоду	8	2	-	10
5. Как правильно питаться	10	8	6	14
6. Наше здоровье в наших руках	8	-	4	8
Итого: 135 часов	48	19	10	58

"досуговые мероприятия: тематические праздники, конкурсы, викторины, экскурсии и др.

Модуль 2 - для обучающихся 5 - 9 классов, основное общее образование
Разделы модуля

Распределение часов по видам занятий

	Урок	Практические занятия	Досуговые мероприятия *	Самостоятельная работа
1. Особенности питания целевых групп.	30	-	-	12
2. Классификация блюд и кулинарных изделий.	36	20	20	14
3. Пищевая ценность продуктов и пути ее повышения.	8	-	-	13
4. Безопасность пищевых продуктов.	8	-	-	13
Итого: 172 часа	82	20	20	50

"Досуговые мероприятия: тематические праздники, конкурсы, викторины, экскурсии и др.

5.Описание учебно-методического обеспечения образовательной деятельности

Учебно-методическое и информационное обеспечение реализации основной образовательной программы должно включать: информационную поддержку деятельности обучающихся и педагогических работников на основе современных информационных технологий в области библиотечных услуг (создание и ведение электронных каталогов и полнотекстовых баз данных, поиск документов по любому критерию, доступ к электронным учебным материалам и образовательным ресурсам Интернета); укомплектованность печатными и электронными информационно-образовательными ресурсами по всем учебным предметам учебного плана: учебниками, в том числе учебниками с электронными приложениями, являющимися их составной частью, учебно-методической литературой и материалами по всем учебным предметам основной образовательной программы на определенных учредителем образовательной организации языках обучения, дополнительной литературой.

Фонд дополнительной литературы должен включать: отечественную и зарубежную, классическую и современную художественную литературу; научно-популярную и научно-техническую литературу; издания по изобразительному искусству, музыке, физической культуре и спорту, экологии, правилам безопасного поведения на дорогах; справочно- библиографические и периодические издания; собрание словарей; литературу по социальному и профессиональному самоопределению обучающихся; литературу по технологии и организации здорового питания обучающихся.

**Охват горячим питанием
учащихся ТМК ОУ «Усть-Портовская средняя школа»
2021-2022 учебный год**

Количество учеников	Питается	Не питается
18 учащихся 1 -4 классов получают бесплатно молоко и продукты, обогащенные йодом	100%	
39 учащихся пользуются правом предоставления бесплатного горячего питания и получают двухразовое питание.	98%	2% (7уч)
Учащихся, охваченных платным питанием	-	-
Всего охвачено питанием 39 учащихся:		95%
<ul style="list-style-type: none"> • 1-4 классы - • 5-9 классы- 	100% 95%	- 5 %

Для повышения охвата горячим питанием учащихся ТМК ОУ «Усть-Портовская средняя школа» предлагается план мероприятий (Приложение 1)

Рекомендуемая литература:

1. Бакуменко О.Е., Васнева И.К., Доронин А.Ф. Образ жизни и питание учащихся: монография. - М.: Издательский комплекс МГУПП, 2010. - 100 с.
2. Доронин А.Ф., Бакуменко О.Е., Панфилова С.Н. Конспект лекций по дисциплине «Технология продуктов детского питания» - М.: Издательский комплекс МГУПП, 2010. - 70 с.
3. Еделев Д.А., Бутова С.Н., Биохимические процессы обмена веществ в жизнедеятельности живого организма - М., 2012 - 463 с.
4. Ипатова Л.Г., Кочеткова А.А., Нечаев А.П., Тутельян В.А., Жировые продукты для здорового питания. Современный взгляд. - М.: ДеЛипринт, 2009г.
5. Конышев В.А. «Ты то, что ты ешь: азбука питания» - М.: Эксмо, 2011. - 384с.
6. Методические рекомендации МР 2.3.1.2432-08. г. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. - М., 2008.
7. Спиричев В.Б., Шатнюк Л.Н., Позняковский В.М. Обогащение пищевых продуктов витаминами и минеральными веществами. Наука и технология. - Новосибирск: Сиб. унив. изд-во, 2004. - 548 с.
8. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.3.2.2408-10 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов». Дополнения и изменения № 22 к СанПиН 2.3.2.1078-01.