

Принято  
Педагогическим советом  
МОУ СМОШ №1 п. Дарасун  
Протокол от 11.01.2021 г. № 3

Утверждаю  
директор МОУ СОШ №1 п. Дарасун  
Н.В. Попова  
приказ от 11.01.2021 г. № 2

# ПРОГРАММА

**ПО ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ В МУНИЦИПАЛЬНОМ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ «СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1 П. ДАРАСУН  
«ШКОЛА ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ»  
на 2020-2023гг.**

## Содержание

|                                                                    |           |
|--------------------------------------------------------------------|-----------|
| 1.Паспорт целевой программы «Школа здорового питания».....         | 3-6стр.   |
| 2.Пояснительная записка... ..                                      | 6-12стр.  |
| 2.1.Характеристика текущего состояния системы школьного питания... | 6-7стр.   |
| 2.2.Содержание проблемы, обоснование необходимости ее решения..... | 7-8стр.   |
| 2.3.Обоснование актуальности поставленных задач.....               | 8-9стр.   |
| 2.4.Цели Программы.....                                            | 9 стр.    |
| 2.5.Задачи Программы.....                                          | 9стр.     |
| 2.6.Ожидаемые результаты реализации программы.....                 | 9-10стр.  |
| 3. Основные направления работы.....                                | 10-11стр. |
| 4.Стратегия реализации программы.....                              | 12 стр.   |
| 5.Реализация программы 2020-2023гг.....                            | 12-19стр. |
| 5.1.План мероприятий по реализации программы.....                  | 12-1-стр. |
| 5.2.Мониторинг организации здорового питания обучающихся.....      | 19-22стр. |
| 6. Ожидаемые результаты программы.....                             | 22 стр.   |
| 7.Заключение.....                                                  | 22-23стр. |

.

## 1.Паспорт целевой программы «Школа здорового питания»

|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Наименование Программы             | Программа «Организация здорового питания в муниципальном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №1 Школа здорового питания» на 2020-2023 годы» (далее – Программа)                                                                                                                                                        |
| Основание для разработки программы | Закон Российской Федерации «Об образовании», Закон Российской Федерации «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 31 августа 2006 года № 30 «Об организации питания детей в общеобразовательных учреждениях»                                                    |
| Разработчики Программы             | В разработке программы принимают участие администрация школы, коллектив МОУ СОШ №1 п.Дарасун, медицинский работник, Совет родителей.                                                                                                                                                                                                                 |
| Исполнители Программы              | Коллектив МОУ СОШ № 1п. Дарасун                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Цель Программы                     | <b>Цели:</b><br>1.Обеспечение оптимальной системы здорового питания обучающихся в целях сохранения и укрепления их здоровья, профилактика заболеваний.<br>2.Развитие культуры питания, особенно рационального и сбалансированного питания.<br>3.Изучение функций питания и формирование определенных знаний о питании – основе основ жизни человека. |
| Задачи Программы                   | <b>Задачи:</b><br>1.Развить материально-техническую базу пищеблока образовательного учреждения, оснащение пищеблока образовательного учреждения современным оборудованием;<br>2.Сформировать культуру и навыки здорового питания учащихся;                                                                                                           |

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                              | <p>3. Увеличить охват обучающихся горячим питанием;</p> <p>4. Внедрить новые формы организации питания;</p> <p>5. Обеспечить соответствия школьного питания детей установленным нормам и стандартам СанПиН, региональным, экологическим, социальным и культурным особенностям;</p> <p>6. Обеспечить доступность и разнообразие школьного питания, соответствующего возрастным и физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии;</p> <p>7. Привести материально-техническую базу школьной столовой, обеспечивающей процесс школьного питания в соответствие с современными разработками и технологиями и нормами СанПиН;</p> <p>8. Организовать образовательно-разъяснительную работу со школьниками и родителями по вопросам здорового питания;</p> <p>9. Контролировать качество питания.</p> <p>10. Социальная поддержка различных категорий детей и подростков школы в части обеспечения их здоровым питанием</p> |
| Сроки реализации Программы                   | 2020-2023 годы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Основные этапы реализации программы развития | <p><i>1 этап Подготовительный-2020 -2021год:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-анализ текущего состояния системы школьного питания;</li> <li>-создание программы питания;</li> <li>-планирование реализации основных направлений программы;</li> <li>-создание условий реализации программы;</li> </ul> <p><i>2 этап Основной -2021-2022год:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами;</li> <li>-промежуточный мониторинг результатов;</li> <li>-корректировка планов в соответствии с целями и задачами и промежуточными результатами.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                       | <p><i>3 этап Заключительный – 2022-2023 год:</i></p> <p>-завершение реализации программы;</p> <p>-мониторинг результатов;</p> <p>-анализ результатов.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Источники финансирования                              | Источниками финансирования Программы являются средства муниципального бюджета и внебюджетных источников, родительская плата.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Ожидаемые результаты реализации мероприятий Программы | <p>1.Развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся;</p> <p>2.Обеспечение учащихся необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;</p> <p>3.Развитие механизмов координации и контроля в системе школьного питания;</p> <p>4.Сформированность навыков здорового питания у обучающихся и их родителей;</p> <p>5.Организация работы обучающихся семинаров по вопросам организации питания;</p> <p>6.Организация правильного сбалансированного питания детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;</p> <p>7.Оказания социальной поддержки отдельным категориям обучающихся;</p> <p>8.Укрепление материально-технической базы школьной столовой. Оснащение недостающим технологическим оборудованием школьного пищеблока;</p> <p>9.Увеличение количества детей, питающихся в школьной столовой до 100%.</p> <p>10.Улучшение качества питания обучающихся.</p> <p>11.В перспективе:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• рост учебного потенциала детей и подростков;</li> <li>• улучшение состояния здоровья обучающихся, уменьшение случаев ожирения, дистрофии и других заболеваний, связанных с питанием, а в перспективе - улучшение репродуктивного</li> </ul> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• снижение риска развития сердечно - сосудистых, эндокринных, желудочно-кишечных заболеваний, а также рака в период обучения в школе и в течение дальнейшей жизни;</li> <li>• улучшение успеваемости школьников;</li> <li>• повышение их общего культурного уровня.</li> </ul> <p>Составив и реализовав программу санитарного просвещения в области рационального питания, можно предотвратить нерациональность диетологических привычек обучающихся, приводящую к развитию ряда заболеваний.</p> |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2. Пояснительная записка

### 2.1. Характеристика текущего состояния системы школьного питания

МОУ СОШ №1 п. Дарасун расположена в достаточно удалённом от центра посёлка месте. В настоящее время, в связи с ремонтом мостов, автобусное сообщение не позволяет добираться учащимся из отдалённых микрорайонов посёлка до школы. Жилищный фонд микрорайона школы представлен преимущественно частным сектором и одним пятиэтажным домом. В посёлке имеется ещё две школы (основная и средняя), которые удалены друг от друга примерно на одинаковое расстояние, но для данного микрорайона она является близлежащей, что определяет стремление родителей направить в неё своих детей.

Контингент обучающихся МОУ СОШ №1 п. Дарасун сложный. 50% семей обучающихся школы имеют низкий материальный и культурный уровень. Многие родители не могут дать своим детям достаточное общекультурное образование и воспитание, а тем более специальные запросы и потребности, в том числе и в питании. Часть родителей не считает это обязательным и нужным в силу своих заниженных потребностей. Разнородный социальный состав жителей ведёт за собой большой разброс в образовательных уровнях и потребностях. Родительский заказ весьма дифференцирован (от полного отсутствия до требований высокого качества образования). И поэтому именно школа является для детей центром

образования, воспитания, развития и ставит своей целью обеспечить возможность организации здорового питания обучающихся.

В МОУ СОШ № 1 п. Дарасун обучается 375 учащихся 1-11 классов. В школе имеется отдельно-стоящее здание, приспособленное под столовую. С сентября 2020 года 163 обучающихся начальной школы получают бесплатное горячее питание: 37 учащихся первых классов – горячий завтрак и 126 обучающихся-горячий комплексный обед. Стоимость горячего питания начальной школы составляет 75 рублей в день. 60 обучающихся старшей школы из малоимущих семей также получают льготное питание. Его стоимость 45 рублей в день. 50-60 обучающихся питаются в школе за родительскую плату.

40% обучающихся имеют различные виды заболеваний. 15 % обучающихся - ОВЗ. В школе также обучаются 8 детей-инвалидов детства. Для 7 учащихся, которым по состоянию здоровья лечебно-профилактические учреждения здравоохранения рекомендуют обучение на дому организовано индивидуальное обучение на дому. В этом случае общеобразовательные программы реализуются с учётом характера течения заболевания, рекомендаций лечебно-профилактических учреждений.

В силу вышеуказанных причин одной из важнейших и постоянных задач школы является создание комфортных условий для всех участников учебно-воспитательного процесса – учащихся, педагогов, родителей, в том числе и обеспечение оптимальной системы **здорового питания** обучающихся в целях сохранения и укрепления их здоровья, профилактика заболеваний.

## **2.2.Содержание проблемы, обоснование необходимости ее решения**

Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательных учреждениях, 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 Федеральном законе "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 года № 273 –ФЗ, ст. 37 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 и формировать у школьников верные навыки и стереотипы в данном вопросе. В школе существуют эффективные 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 правилами и нормами, и поэтому в значительной степени удовлетворяет принципам рационального питания.

Недостатком в организации питания обучающихся является составление меню с учетом не столько физиологической потребности детей в биологически ценных веществах, сколько с учетом стоимости продуктов, хотя в последнее время данная практика преодолевается. Хотя по-прежнему существует противоречие между низкой ценой школьного питания и желанием в соответствии установленным нормативам питания детей и подростков.

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

### **2.3.Обоснование актуальности поставленных задач**

Здоровое (рациональное) питание - одна из главных составляющих здорового образа жизни, один из основных факторов продления периода активной жизнедеятельности организма.

В настоящее время происходит значительное изменение отношения людей, в первую очередь социально активных слоев населения, к собственному здоровью: исчезают старые представления о том, что здоровье ничего не стоит, затраты на него не дают никакой отдачи и им можно пренебречь. Становится все более понятным, что именно здоровье - самое ценное достояние человека, так как определяет его работоспособность в современном обществе и, соответственно, уровень жизни и благополучия. Питание современного человека становится основным фактором риска развития многих заболеваний желудочно-кишечного тракта, эндокринной



системы, сердечно - сосудистой системы и онкологических процессов. В организме человека нет органа или системы, от характера питания которого, не зависели бы его нормальное функционирование и работоспособность. Правильное питание играет огромную роль на каждом этапе развития организма.

#### **2.4.Цели программы:**

- 1.Обеспечение оптимальной системы здорового питания обучающихся в целях сохранения и укрепления их здоровья, профилактика заболеваний.
- 2.Развитие культуры питания, особенно рационального и сбалансированного питания.
- 3.Изучение функций питания и формирование определенных знаний о питании – основе основ жизни человека.

#### **2.5.Задачи:**

- 1.Развить материально-техническую базу пищеблока образовательного учреждения, оснащение пищеблока образовательного учреждения современным оборудованием;
- 2.Сформировать культуру и навыки здорового питания учащихся;
- 3.Увеличить охват обучающихся горячим питанием;
- 4.Внедрить новые формы организации питания;
- 5.Обеспечить соответствия школьного питания детей установленным нормам и стандартам СанПиН, региональным, экологическим, социальным и культурным особенностям;
- 6.Обеспечить доступность и разнообразие школьного питания, соответствующего возрастным и физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии;
- 7.Привести материально-техническую базу школьной столовой, обеспечивающей процесс школьного питания в соответствие с современными разработками и технологиями и нормами СанПиН;
- 8.Организовать образовательно-разъяснительную работу со школьниками и родителями по вопросам здорового питания;
- 9.Контролировать качество питания.
- 10.Социальная поддержка различных категорий детей и подростков школы в части обеспечения их здоровым питанием.

#### **2.6.Ожидаемые результаты реализации Программы**

Выполнение Программы «Школа здорового питания» позволит школе достигнуть следующих результатов:

- Увеличить количество детей, питающихся в школьном буфете за счет родительской доли до 100%.
- Организовать правильное, сбалансированное питание детей с учетом их возрастных особенностей;
- Оказывать социальную поддержку отдельным категориям обучающихся;
- Обеспечить учащихся необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
- Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей;
- Улучшить качество питания школьников и обеспечить его безопасность;
- Развить систему мониторинга состояния здоровья обучающихся;
- Развить механизмы координации и контроля в системе школьного питания;
- Изменение имиджа школьного буфета и качества обслуживания; превращение буфета в место, привлекательное для обучающихся;
- Укрепить материально-техническую базу школьной столовой

**В перспективе организация рационального питания школьников может позволить достичь следующих основных целей:**

- Рост учебного потенциала детей;
- Улучшение состояния здоровья школьников, уменьшение случаев ожирения, дистрофии и других заболеваний, связанных с питанием, а в перспективе - улучшение репродуктивного здоровья;
- Снижение риска развития сердечно-сосудистых, эндокринных, желудочно-кишечных заболеваний в период обучения в школе и в течение дальнейшей жизни;
- Улучшение успеваемости школьников;
- Повышение общего культурного уровня школьников.
- Составив и реализовав программу санитарного просвещения в области рационального питания, можно предотвратить нерациональность диетологических привычек школьников, приводящую к развитию ряда заболеваний.

**Программа питания предполагает реализацию следующих принципов:**

- Питание является одним из важнейших факторов определяющих здоровье детей. Способствует профилактике заболеваний, повышению успеваемости, физическому и умственному развитию, создаёт условия для адаптации подрастающего поколения к окружающей среде.
- Демократизация управления: реализация неотъемлемых прав каждого субъекта (учеников, родителей, педагогов, специалистов) организации питания.

- Компетентный подход к требованию, а именно обучению детей знаниям об основах здорового питания и здорового образа жизни.

Вышеперечисленные принципы, лежащие в основе построения Программы, сориентированы на личность ребёнка, на создание в школе условий для сохранения и укрепления здоровья детей, на свободное сотрудничество педагогов, воспитателей, семьи на целенаправленное взаимодействие, обеспечивающее совершенствование организации питания.

### 3. Основные направления работы

| №  | Направления                                                                                                                       | Основные мероприятия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение                                                                   | Разработка нормативно-правовой и технологической документации по организации школьного питания.<br>Создание системы производственного контроля.<br>Использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации школьного питания.<br>Проведение школьных мероприятий по формированию навыков здорового питания.               |
| 2. | Методическое обеспечение                                                                                                          | Высокий уровень просвещенности классных руководителей по вопросам организации рационального питания школьников.<br>Представление опыта работы школы, педагогов, классных руководителей по вопросам организации питания.<br>Оформление страницы на сайте школы «Питание».<br>Участие родителей в праздниках, посвященных здоровому питанию |
| 3. | Работа по воспитанию культуры питания среди учащихся                                                                              | Сформированная позиция признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков культуры питания.<br>Сокращение заболеваемости учащихся.<br>Увеличение численности охвата учащихся горячим питанием.                                                                  |
| 4. | Работа по воспитанию культуры питания среди родителей (законных представителей) учащихся                                          | Улучшение осведомленности родителей в области рационального питания школьников.<br>Участие родительской общественности в контроле качества питания и уровня организации школьного питания.<br>Увеличение количества обучающихся, питающихся за счет средств родителей.<br>Вовлечение родителей к участию в школьных праздниках.           |
| 5. | Организация работы по улучшению материально-технической базы, оформлению столовой расширению сферы услуг для учащихся и родителей | Замена технологического оборудования.<br>Приобретение посуды и столовых приборов.<br>Продолжение создания эстетической среды школьного буфета.                                                                                                                                                                                            |

**4.Стратегия реализации программы:****1 этап Подготовительный-2020 -2021год:**

- анализ текущего состояния системы школьного питания;
- создание программы питания;
- планирование реализации основных направлений программы;
- создание условий реализации программы;

**2 этап Основной -2021-2022 год:**

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

**3 этап Заключительный – 2022-2023 год:**

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

**5.Реализация программы 2020-2023 год****5.1. План мероприятий по реализации программы развития и совершенствования организации школьного питания**

| Основные мероприятия                                                                             | Ожидаемый результат                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Сроки реализации     | Исполнители        | Планируемый результат и выполнение |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------|------------------------------------|
| <b>Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение</b>                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                      |                    |                                    |
| 1.Назначение ответственного за организацию питания в школе                                       | Разработка нормативно-правовой и технологической документации по организации школьного питания. Создание системы производственного контроля. Использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации школьного питания. Проведение школьных мероприятий по формированию навыков здорового питания. Проведение мероприятий по | сентябрь 2020г.      | директор школы     | приказ                             |
| 2.Совещание классных руководителей об организации горячего питания. Презентация горячего питания |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | октябрь 2020 г.      | социальный педагог | протокол совещания                 |
| 3.Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | сентябрь, май 2021г. | директор           | протокол, план работы              |
| 4.Заседание                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | октябрь 2020         | социальный         | протокол, план                     |

|                                                                                                                                                                           |                                                          |                             |                                           |                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------|
| школьной комиссии по организации питания по вопросам:<br>-охват учащихся горячим питанием;<br>-соблюдение санитарных норм;<br>-профилактика инфекционных заболеваний;     | развитию культуры питания.                               | г.,<br>февраль 2021 г.      | педагог                                   | работы                          |
| 5.Организация работы бракеражной комиссии по питанию                                                                                                                      |                                                          | в течение года              | директор                                  | план работы, акты проверок      |
| 6.Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок                                                                        |                                                          | в течение года              | социальный педагог                        | материалы отчетов               |
| 7.Совещание педагогического коллектива (вопрос педагогического совета) «Итоги работы школы в направлении организации питания и пропаганды правильного питания школьников» |                                                          | май 2021г.                  | директор                                  | протокол, аналитическая справка |
| 8.Родительское собрание «Сегодня полезное питание-завтра здоровая нация»                                                                                                  |                                                          | октябрь 2021 г.             | социальный педагог, классные руководители | протокол                        |
| <b>Методическое обеспечение, работа с педагогическим коллективом</b>                                                                                                      |                                                          |                             |                                           |                                 |
| 1. Организация горячего питания в школе:                                                                                                                                  | Высокий уровень просвещенности классных руководителей по | август – сентябрь 2020-2023 | Директор школы, социальный педагог        | протокол, план работы           |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                               |                       |                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------------|
| <p>-организация консультаций для классных руководителей 1 -4 классов:</p> <p>- работа по выявлению малообеспеченных и социально незащищенных учащихся, подготовке документации, подтверждающей указанный статус.</p> <p>- культура поведения учащихся во время приема пищи,</p> <p>- соблюдение санитарно-гигиенических требований;</p> | <p>вопросам организации рационального питания школьников. Использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации школьного питания. Проведение школьных мероприятий по формированию навыков здорового питания</p> <p>Проведение мероприятий по развитию культуры питания.</p> | ежегодно                                                      |                       |                             |
| 2. Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся                                                                                                                                                                                    | Представление опыта работы школы, педагогов, классных руководителей по вопросам организации питания                                                                                                                                                                                            | декабрь 2021г.                                                | социальный педагог    | материалы отчетов           |
| 3. Информирование участников программы, общественности о реализации основных направлений Программы                                                                                                                                                                                                                                      | <p>Оформление страницы на сайте школы «Питание».</p> <p>Участие родителей в праздниках, посвященных здоровому питанию</p>                                                                                                                                                                      | ежегодно, по окончании очередного этапа реализации программы. | социальный педагог.   | отчеты о проделанной работе |
| <b>Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                               |                       |                             |
| 1.Проведение уроков здоровья                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Сформированная позиция признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и                                                                                                                                                    | ежегодно                                                      | классные руководители | планы уроков                |
| 2. Проведение классных часов по темам:<br>-«Сегодня полезное питание-завтра здоровая нация»<br>-«Правильное                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Январь-май 2021 (1-11                                         | Классные руководители | материалы классных часов    |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                    |                                                                     |  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--|--|
| <p>питание-залог<br/>здоровья и<br/>красоты»</p> <p>-«Секреты<br/>здорового питания»</p> <p>-«Мы здоровое<br/>поколение»</p> <p>-«Разговор о<br/>вкусной и здоровой<br/>пище»</p> <p>- «Знакомство с<br/>понятием –<br/>питание»</p> <p>-«Знакомство с<br/>понятием –<br/>здоровый образ<br/>жизни»</p> <p>-«Взаимосвязь двух<br/>понятий: питание и<br/>здоровый образ<br/>жизни».</p> <p>-«Здоровый образ<br/>жизни. Режим дня<br/>младшего<br/>школьника»</p> <p>-«Составление и<br/>обсуждение режима<br/>дня младшего<br/>школьника»</p> <p>-«Обсуждение<br/>семейных традиций<br/>– здорового образа<br/>жизни»</p> <p>-«Осень –пора<br/>витаминов.<br/>Каждому овощу<br/>своё время.»</p> <p>-«Что мы знаем о<br/>витаминах.»</p> <p>-«Как правильно<br/>питаться, если<br/>занимаешься<br/>спортом.»</p> <p>-«Молоко и<br/>молочные<br/>продукты. Польза<br/>молока: «Пейте,<br/>дети, молоко,<br/>будите здоровы!»</p> <p>- «Почему полезны<br/>каши?»</p> <p>-«Эстетика питания<br/>и этикет за столом».</p> | <p>навыков культуры<br/>питания.</p> <p>Сокращение<br/>заболеваемости<br/>учащихся.</p> <p>Увеличение<br/>численности охвата<br/>учащихся горячим<br/>питанием</p> | <p>классы)</p> <p>сентябрь 2021-<br/>май 2022 (1-11<br/>классы)</p> |  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--|--|

|                                                                                                                                                                                                                                          |  |                                                                      |                                                                                       |                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| -«Витамины. Их многообразие. Как правильно выбрать витамины?»<br>-«Круглый стол – сладкоежки «за и против»<br>-«Из чего состоит наша пища (белки, жиры, углеводы).»<br>-«Какую пищу можно найти в лесу»<br>-«Как хлеб на столе появился» |  |                                                                      |                                                                                       |                                          |
| 3.Школьные праздники и мероприятия:<br>-Школьный поход: «Учимся готовить в полевых условиях»<br>- Праздник урожая.<br>- Праздник «Хлеб – всему голова»                                                                                   |  | ежегодно<br><br>сентябрь 2021-2023                                   | классные руководители, педагог-организатор, родители, обучающиеся                     | сценарии и отчет о проведении праздников |
| 4.Конкурс тематических стенгазет и плакатов для оформления столовой<br>-Конкурс фотографий и рецептов «Любимое блюдо нашей семьи»<br>- Выставка тематических рисунков :<br>-« Здоровье на тарелке». -«Моя кулинарная семья!»             |  | март 2021<br><br>март 2022 г.<br><br>октябрь 2022<br><br>апрель 2023 | педагог-организатор<br>классные руководители, обучающиеся                             | материалы конкурса                       |
| 4. Конкурс проектов « Фирменный рецепт моей семьи» в рамках внеурочной деятельности.                                                                                                                                                     |  | ноябрь 2022                                                          | Педагог-организатор, учителя технологии, классные руководители, родители, обучающиеся | проекты                                  |
| 5. Конкурс стихов о                                                                                                                                                                                                                      |  | апрель 2022 г.                                                       | Педагог-                                                                              | материалы                                |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |                                                                                                        |                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| здоровом питании.                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 | организатор,<br>учителя<br>русского языка<br>и литературы,<br>классные<br>руководители,<br>обучающиеся | конкурса                 |
| 6. Анкетирование учащихся:<br>«Школьное питание глазами учеников»<br>-«Школьное питание: качество и разнообразие обедов»<br>- «За что скажем спасибо поварам»                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | январь 2021.<br><br>январь 2022<br><br>апрель 2023                                                              | Директор школы,<br>социальный педагог,<br>классные руководители.                                       | результаты анкетирования |
| 7. Тестирование:<br>«Правильно ли вы питаетесь»                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | декабрь 2021                                                                                                    | классные руководители,<br>обучающиеся                                                                  | результаты теста         |
| <b>Работа с родителями по вопросам организации школьного питания</b>                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |                                                                                                        |                          |
| <b>1. Проведение родительских собраний:</b><br>-«Организация здорового питания в муниципальном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №1. Утверждение Программы «Школа здорового питания»<br>-«Переход на безналичный расчёт: ЗА и ПРОТИВ»<br>-«Сегодня полезное питание-завтра здоровая нация» | Улучшение осведомленности родителей в области рационального питания школьников.<br><br>Участие родительского актива в контроле качества питания и уровня организации школьного питания.<br><br>Увеличение количества обучающихся, питающихся за счет средств родителей.<br><br>Вовлечение родителей к участию в школьных праздниках. | сентябрь 2020<br><br>февраль 2021.<br><br>январь 2022<br><br>февраль 2021г.<br>Апрель 2021 г.<br><br>по запросу | Директор школы,<br>социальный педагог,<br>фельдшер школы<br>классные руководители                      | протоколы                |
| <b>2. Беседы:</b><br>-«Польза горячего питания»                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Октябрь 2020<br>Февраль 2021г                                                                                   | Классные руководители                                                                                  | материалы бесед          |

|                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                   |                  |                                                                                                                                  |                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| -«Алгоритм оплаты за питание для безналичного расчёта»                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                   |                  |                                                                                                                                  |                                                    |
| <b>3. Тестирование:</b><br>«Правильно ли питаются ваши дети»                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                   | Май 2021.        | Классные руководители                                                                                                            | результаты тестирования                            |
| <b>4. Анкетирование родителей.</b><br>«Совершенствование организации школьного питания»<br><b>5. Индивидуальные консультации</b><br>медсестры школы<br>«Рациональное питание школьника» .<br>Индивидуальные консультации администрации по запросу. |                                                                                                                                   | Январь 2021      | Директор школы,<br>социальный педагог,<br>классные руководители.<br><br>Директор школы,<br>социальный педагог,<br>фельдшер школы | результаты анкетирования,<br>отчет о консультациях |
| <b>Укрепление и модернизация материальной базы помещения столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей</b>                                                                                                                             |                                                                                                                                   |                  |                                                                                                                                  |                                                    |
| 1. Организация закупки технологического оборудования для столовой                                                                                                                                                                                  | Замена технологического оборудования<br>Приобретение                                                                              | ежегодно         | Администрация                                                                                                                    | сметы                                              |
| 2. Эстетическое оформления школьной столовой.                                                                                                                                                                                                      | посуды и столовых приборов<br>Продолжение создания эстетической среды школьного буфета<br>Расширение ассортиментного перечня блюд | Январь-июнь 2021 | Заместитель директора по АХЧ                                                                                                     | акт проверки                                       |
| <b>Контроль за организацией питания</b>                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                   |                  |                                                                                                                                  |                                                    |
| 1. Ведение табеля учёта питания, организация дежурства учителя, администратора                                                                                                                                                                     | 4. Организация просветительской работы.                                                                                           | ежедневный       | классные руководители, социальный педагог                                                                                        | табель учета                                       |
| 2. Акт проверки горячего питания обучающихся 1-11 классов;                                                                                                                                                                                         | Анкетирование учащихся и их родителей по                                                                                          | еженедельный     | бракеражная комиссия, родительский контроль                                                                                      | акты                                               |
| 3. Аналитический отчет об охвате горячим питанием.                                                                                                                                                                                                 | питанию.<br>Контроль за качеством                                                                                                 | ежемесячный      | социальный педагог                                                                                                               | Аналитический отчет                                |

|  |                                                                                                            |  |  |  |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
|  | питания.<br>Проверка табелей<br>питания.<br>Разработка<br>наглядной<br>агитации по<br>здоровому<br>питанию |  |  |  |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|

## 5.2. Мониторинг организации здорового питания обучающихся

| Название мероприятия                                                      | Форма проведения                                  | Сроки                    |
|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------|
| Изучение уровня владения основами здорового питания                       | Мониторинговое исследование                       | Октябрь<br>май           |
| Качество системы школьного питания (школьный уровень)                     | Мониторинговое исследование                       | Февраль-март<br>Март-май |
| Мнение участников образовательного процесса о качестве школьного питания. | Социологическое исследование                      | Ноябрь<br>Май            |
| «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»     | Анкетирование родителей<br>Анкетирование учащихся | Ноябрь                   |

Конечная цель данной программы - улучшение здоровья обучающихся при правильной организации качественного, сбалансированного и здорового питания.

Питание - это процесс усвоения организмом питательных веществ (белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные соли), необходимых для поддержания жизни, здоровья и работоспособности.

При правильно организованном питании человек меньше подвергается различным заболеваниям и легче с ними справляется. Рациональное питание имеет огромное значение для предупреждения многих заболеваний и преждевременного старения.

Питание следует организовать таким образом, чтобы оно обеспечило нормальное развитие и слаженную деятельность всего организма. Для этого пищевой рацион должен быть сбалансирован по качеству и количеству белков, жиров, углеводов и других, необходимых для жизнедеятельности компонентов пищи с потребностями человека, соответственно его роду занятия, возрасту, полу.

Установлено, что в рационе питания оптимальным для практически здорового человека является соотношение белков, жиров и углеводов, близкое к 1:1:4.

Задача деятельности педагогического коллектива в рамках программы – своевременно обучать, пропагандировать здоровое питание, здоровый образ жизни, культуру питания.

Питание – многофункциональный процесс, но можно выделить три основные функции:

**Первая** – энергетическая, заключающаяся в снабжении организма энергией. Энергия расходуется на основной обмен и физическую деятельность;

**Вторая** функция питания заключается в обеспечении организма пластическими веществами, к которым, прежде всего, относятся белки, в меньшей степени углеводы. Следует отметить, что потребность в пластических веществах повышена в детском возрасте, когда они используются не только для замены разрушенных клеток и внутриклеточных структур, но и для осуществления процессов роста.

И, наконец, **третья**, основная функция питания - снабжение организма биологически активными веществами, необходимыми для регуляции процессов жизнедеятельности - ферментами и гормонами. Большинство этих химических веществ способно синтезироваться в организме, однако некоторые (например, витамины) должны обязательно поступать извне, с пищей.

Меню в школьной столовой составляется именно с учетом рекомендаций о потребности растущего организма в энергии и пищевых веществах.

Задача школы привести деятельность пищеблока, столовой, организацию питания в соответствие новым правилам и нормам СанПиН, которые направлены на обеспечение здоровья обучающихся и предотвращение возникновения и распространения инфекционных (и неинфекционных) заболеваний и пищевых отравлений, связанных с организацией питания в общеобразовательных учреждениях. Новые санитарные правила и нормы СанПиН 2.4.5.2409-08 устанавливают санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в образовательных учреждениях и содержат требования:

- к санитарно-техническому обеспечению организаций общественного питания образовательных учреждений, их размещению, объемно-планировочным и конструктивным решениям для действующих учреждений и отдельно для строящихся и реконструируемых зданий образовательных учреждений;

- к организации здорового питания и формированию примерного меню;
- к организации обслуживания обучающихся горячим питанием;
- к условиям и технологии изготовления кулинарной продукции;
- к профилактике витаминной и микроэлементной недостаточности;
- к организации питьевого режима;
- к условиям труда персонала.

Главной задачей нашей деятельности в школе в рамках данной программы является - научить учащихся относиться к своему здоровью серьезно, правильно питаться, дать знания о роли белков, жиров, углеводов, минеральных веществ, витаминов в питании. Знакомить с традициями русской трапезы, историей появления столовых приборов, умение ими пользоваться, обучать рецептам здоровой и полезной еды, проводить конкурсы на лучшие рецепты мам и бабушек, а также не забывать, что ели наши предки. А еда наших предков была намного здоровее и полезнее для здоровья, чем современная кухня. Учить какие продукты следует есть, в целях профилактики болезней. Знакомить с химическим составом основных пищевых продуктов, рекомендуемыми физиологическими нормами потребления энергии, суточными потребностями в килокалориях, с калорийностью продуктов и готовых блюд, содержанием незаменимых аминокислот в важнейших продуктах, с главными источниками холестерина, с формулой сбалансированного питания, с рационом питания, как хранить продукты, их максимальные сроки хранения. Большое значение уделять культуре принятия пищи.

Немаловажным мы считаем и знания о кухне и посуде, как правильно ухаживать за кухонной утварью. Чем порадовать гостей за праздничным столом, что должно включать в себя праздничное меню, как сервировать ежедневный и праздничный стол. Как быстро приготовить закуски, салаты.

И последняя, очень важная на наш взгляд тема: «Лечебное питание». Оно необходимо не только в условиях больницы, санатория, профилактория, но особенно в амбулаторных, домашних условиях, так как именно диетическое питание как наиболее физиологический лечебный прием может быть использовано длительно. Особенно велика его роль при всех хронических заболеваниях желудочно-кишечного тракта, почек, болезней обмена веществ, сердечно - сосудистой и эндокринной систем.

Продолженное после лечения в больнице диетическое питание в домашних условиях является важнейшим фактором предупреждения очередных обострений болезни и ее прогрессирования.

Очень надеемся изменить сознание наших детей и их родителей в вопросе о пользе правильного питания.

## **6.Ожидаемые конечные результаты**

Выполнение Программы "Школа здорового питания" позволит школе достигнуть следующих результатов:

- 1.Развить систему мониторинга состояния здоровья обучающихся;
- 2.Обеспечить учащихся необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
- 3.Развить механизмы координации и контроля в системе школьного питания;
- 4.Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей;
- 5.Организовать работу обучающихся семинаров по вопросам организации питания;
- 6.Организовать правильное, сбалансированное питание детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;
- 7.Оказывать социальную поддержку отдельным категориям обучающихся;
- 8.Укрепить материально-техническую базу школьной столовой. Оснастить недостающим технологическим оборудованием школьный пищеблок;
- 9.Увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой до 100%.
- 10.Улучшить качество питания обучающихся и обеспечить его безопасность;
- 11.В перспективе организация рационального питания обучающихся может позволить достичь следующих основных целей:

- рост учебного потенциала детей и подростков;
- улучшение состояния здоровья обучающихся, уменьшение случаев ожирения, дистрофии и других заболеваний, связанных с питанием, а в перспективе - улучшение репродуктивного здоровья;
- снижение риска развития сердечно -сосудистых, эндокринных, желудочно-кишечных заболеваний, а также рака в период обучения в школе и в течение дальнейшей жизни;
- улучшение успеваемости школьников;
- повышение их общего культурного уровня.

## **7.Заключение**

Содержание программы позволяет осуществить связь со всеми предметами, изучаемыми в школе: русским языком (работа с текстами, затрагивающими тематику питания); математикой (эффективным средством формирования умений и навыков сохранения и укрепления здоровья являются задачи со здоровье - сберегающим содержанием); окружающим

миром; литературным чтением, ИЗО (рисунки, роспись посуды), технологией (изготовление муляжей фруктов и овощей) и других. Формированию представлений об основах культуры питания способствует не только система воспитательной внеурочной работы, но и через образовательный процесс, включающий уроки русского языка, математики, окружающего мира, литературного чтения, ИЗО, технологии.

Всё это открывает дополнительные возможности для развития учащихся, позволяя применять в новых условиях знания, умения, навыки, приобретённые на других уроках. Интерес к проблеме правильного питания, отношение к ней в значительной степени обуславливается психологическим климатом семьи. Работа с родителями начинается с установления контакта с семьёй, выработки согласованных действий и единых требований.

Учитывая тот факт, что дети и подростки первую половину дня находятся в школе и питание в школе должно составлять 60% - 70% ежедневного рациона учащихся, качество и эффективность школьного питания становятся важными факторами сохранения интеллектуального капитала и здоровья подрастающего поколения.

Таким образом, такое содержание программы по формированию у детей основ культуры питания позволяет подвести детей к пониманию того, что составляющей здорового образа жизни является правильное питание. Проведённые беседы, экскурсии, занятия, конкурсы, праздники для детей, встречи с родителями, консультации и рекомендации для них, помогут в интересной и увлекательной форме окунуться к истории, сути и актуальности вопроса о правильном питании. Реализовав программу санитарного просвещения в области рационального питания, можно предотвратить нерациональность диетологических привычек обучающихся, приводящую к развитию ряда заболеваний.