

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАОУ
«СОШ № 154 г. Челябинска»
Т.Г. Абакумова_____

ПРОГРАММА
по формированию культуры здорового питания в
МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска»
«Правильное питание»
на 2021-2026 год



Челябинск, 2021

Наименование Программы	Программа «Правильное питание» на период с 2021 по 2026 гг.
Основание для разработки Программы	Конвенция о правах ребенка. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка». Муниципальная программа "Организация питания воспитанников и учащихся в муниципальных образовательных учреждениях города Челябинска на 2020 - 2023 годы" Постановление № 32, от 27.10.2020. «Об утверждении СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
Разработчик Программы	Ответственный за организацию питания в МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска» Грановская Ю. Р.
Цель Программы	Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием.
Основные задачи Программы	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; ▪ обеспечение доступности школьного питания; ▪ гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании; ▪ предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; ▪ пропаганда принципов здорового и полноценного питания; ▪ организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.
Принципы реализации Программы	<ul style="list-style-type: none"> ▪ наглядность; ▪ преемственность; ▪ открытость; ▪ доступность; ▪ взаимодействие и сотрудничество; ▪ создание оптимальных условий; ▪ обеспечение оперативного контроля.
Сроки реализации Программы	Программа реализуется в период 2021 - 2026 гг.
Ожидаемые результаты реализации Программы	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; ▪ обеспечение доступности школьного питания; ▪ обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и

пищевых продуктов, используемых в питании;

- отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- сохранение и укрепление здоровья школьников;
- увеличение охвата горячим питанием школьников и работающих сотрудников школы;
- улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой.

Обоснование актуальности программы

Здоровье детей и подростков в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны, генофонд нации, являясь при этом, наряду с другими демографическими показателями, чутким барометром развития страны.

«Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты».

Школа и общество – сообщающиеся сосуды: изменения в обществе обязательно отражаются в жизни школы, в приоритетах, требованиях к ученику, структуре и содержании образования.

Одна из главных задач школы – помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью. Для этого школьники должны узнать и, главное, принять для себя основные принципы здорового образа жизни, а это возможно только в результате серьезной кропотливой совместной работы педагогов, родителей и самого ребенка.

Бесспорно, здоровье закладывается в детстве и формируется в юности. Соблюдение режима питания, витаминная обеспеченность, рациональное питание помогут школьникам избежать переутомления, повысить работоспособность и улучшить успеваемость.

Поэтому показателями здорового образа жизни школьника являются:

- оптимальный, соответствующий возрасту режим двигательной активности;
- соблюдение рационального режима дня, учебного труда и отдыха;
- правильно организованное питание: соблюдение научно обоснованного рациона, калорийности пищи и режима питания;
- соблюдение требований психогигиены: адекватная реакция на стрессовые ситуации, отсутствие чувства напряжения, страха, тоски;
- соблюдение правил личной гигиены: гигиена тела, одежды, питания, сна, умственного и физического труда;

отсутствие вредных привычек и пристрастий.

Состояние здоровья определяется различными факторами:

- наследственностью,

- внешней средой, а также одно из ведущих мест принадлежит фактору питания.

Влияние питания на организм, в особенности на растущий, многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников.

В 1998 году Правительство России приняло Концепцию государственной политики в области здорового питания населения России.

Государственная политика в области здорового питания населения основывается на следующих принципах:

здоровье человека - важнейший приоритет государства;

пищевые продукты не должны причинять ущерб здоровью человека;

питание должно не только удовлетворять физиологические потребности организма человека в пищевых веществах и энергии, но и выполнять профилактические и лечебные задачи;

рациональное питание детей, как и состояние, их здоровья, должны быть предметом особого внимания государства;

питание должно способствовать защите организма человека от неблагоприятных условий окружающей среды.

В Законе Российской Федерации «Об образовании в РФ» 273-ФЗ сохранена обязанность образовательного учреждения организовывать питание обучающихся, выделять помещение для питания детей, предусматривать перерыв достаточной продолжительности» (ст 51)

Выполнение задач и обязанностей участниками образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников.

1. Задачи администрации школы:

- Составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;

- Контроль качества питания.
- Контроль обеспечения порядка в столовой.
- Контроль культуры принятия пищи.
- Контроль проведения воспитательной работы со школьниками по привитию навыков культуры приема пищи.
- Контроль расходования средств на питание в школьной столовой.

2. Обязанности работников столовой:

- Составление рационального питания на день и перспективного меню
- Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод.
- Обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи.
- Использование современных технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

3. Обязанности классных руководителей:

- Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;
 - Воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;
 - Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;
- Организация конкурсов и викторин на тему правильного питания.

4. Обязанности родителей:

- Прививать навыки культуры питания в семье;
- Оказывать помощь в обеспечении школы чистой питьевой водой;
- Выполнять рекомендации классных руководителей и медработников по питанию в семье.

5. Обязанности учащихся:

- Соблюдать правила культуры приема пищи;
- Принимать участие в выпуске тематических газет.

Цель программы по формированию культуры здорового питания в МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска» «Правильное питание»

Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличению охвата учащихся горячим питанием.

Задачи программы:

- обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- обеспечение бесплатным и льготным питанием категорий учащихся, в соответствии с действующим законодательством;
- внедрение современных методов мониторинга состояния питания;
- гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- предупреждение (профилактика) среди детей и подростков, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.

Мероприятия по реализации Программы школы здорового питания «Правильное питание»

№	Основные мероприятия	Срок исполнения	Ответственные
<i>I. Организационно – аналитическая деятельность, информационное обеспечение</i>			
1.	Анализ здоровья детей	2 раза в год	Медицинский работник школы
2.	Организационное совещание.	Сентябрь	Директор,

	<p>Организация горячего питания школьников: завтраки, обеды, создание бракеражной комиссии, комиссии родительского контроля за организацией питания</p>		<p>Медицинский работник школы, Председатель бракеражной комиссии, Заведующая производством, Председатель общешкольного родительского комитета</p>
3.	<p>Совещание с классными руководителями.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Обеспечение учащихся из малообеспеченных семей льготным питанием. - Комплексный контроль за документацией, качеством питания, культурой приема пищи. 	<p>Сентябрь</p> <p>В течение учебного года (журнал бракеража)</p>	<p>Ответственный за питание</p>
4.	<p>Совещание при директоре.</p> <p>Организация горячего питания учащихся</p>	<p>Октябрь</p> <p>декабрь</p> <p>апрель</p>	<p>Директор школы, заведующая производством</p>
5.	<p>Производственное совещание.</p> <p>Санитарно – эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях</p>	<p>Сентябрь</p>	<p>Ответственный за питание, медицинский работник школы, заведующая производством</p>
6.	<p>Организация работы по контролю</p>	<p>В течение года</p>	<p>Бракеражная</p>

	за качеством и организацией школьного питания		комиссия, Комиссия родительского контроля за организацией питания
7.	Составления графика питания	сентябрь	Ответственный за питание
8.	Составление отчета по организации питания в школе	ежемесячно	Бухгалтерия
8.	Диагностика степени удовлетворенности учащихся, родителей качеством питания	2 раза в год	Сове родителей

***II. Работа по воспитанию культуры питания
среди учащихся***

1.	Часы здоровья (классные часы) по параллелям, изучение правильного питания: 1-2 классы 3-4 классы 5-6 классы 7-11 классы	По плану школы 1 раз в полугодие	Классные руководители, медицинский работник школы, приглашенные специалисты
2.	Анкетирование школьников («Режим питания»)	Ноябрь	Классные руководители, ответственный за питания в школе
3.	Выпуск информационно-наглядной агитации о здоровом питании	В течение года	Классные руководители

III. Работа по воспитанию культуры питания среди родителей

1.	Родительские собрания, посвященные здоровому питанию школьников	В течение года	Классные руководители
2.	Круглый стол. Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни. Питание детей и подростков в школе и дома	Раз в год	Бракеражная комиссия, Комиссия родительского контроля за организацией питания
3.	<p>Внеурочная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Разговор о правильном питании»; - кулинарные конкурсы, практикумы; - участие в акции «За здоровый образ жизни»; <p>Выставки «Дары природы», «Праздник урожая»</p>	В течение года	Учителя

4.	Участие в конкурсах методических разработок о правильном питании	Раз в год	Бракеражная комиссия, Комиссия родительского контроля за организацией питания
----	--	-----------	--

IV Работа школьной комиссии по контролю за качеством питания школы

1.	Проверка двухнедельного меню	Ежемесячно	Бракеражная комиссия, Комиссия родительского контроля за организацией питания
2.	Проверка целевого использования продуктов питания и готовой продукции	Ежемесячно	Бракеражная комиссия, Комиссия родительского контроля за организацией питания
3.	Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню	Еженедельно	Бракеражная комиссия, Комиссия родительского контроля за организацией питания

4.	Организация просветительской работы	В течении года	Бракеражная комиссия, Комиссия родительского контроля за организацией питания
5.	Контроль за качеством питания	Ежедневно	Бракеражная комиссия, Комиссия родительского контроля за организацией питания
6.	Проверка табелей питания	Ежемесячно	Бракеражная комиссия
7.	Разработка наглядной агитации по здоровому питанию	В течение года	Бракеражная комиссия, Комиссия родительского контроля за организацией питания

Ожидаемые конечные результаты программы:

Реализация мероприятий Программы позволит:

- сохранение и укрепление здоровья при стабильных результатах обучения;
- повышение приоритета здорового питания;
- повышение мотивации к здоровому образу жизни;
- поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей;

- улучшение состояния здоровья детей по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи;

- снижение уровня заболевания желудочно-кишечного тракта у учащихся;
- повышение качества и безопасности питания учащихся;
- обеспечение всех обучающихся питанием;
- обеспечение льготным питанием детей из социально незащищенных семей.