

Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа №2 п. Чернышевск

Забайкальский край Чернышевский район п. Чернышевск
ул. Стадионная, 34
телефон (факс) 8(30265)2-12-56, aleur2008@yandex.ru

Рассмотрено
на Педагогическом
совете школы
Протокол №
от «___»_____ г.

«Согласовано»
Зам директора по ВР
_____ Карелова Э.П.
«___»_____ 2020г

Утверждено:
Приказом № _____
от «___»_____ г.
Директор: _____ Домошонкина В.А.

ПРОГРАММА
«Организация и развитие
культуры здорового питания»
на 2020-2023 годы

Чернышевск, 2020г

Содержание Программы:

1. Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения.
2. Реализация Программы.
3. Основные мероприятия Программы.
4. Цели, задачи и сроки реализации Программы.
5. Обоснование актуальности поставленных задач.
6. Стратегия реализации программы.
7. Конечные результаты.

I. Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения

В настоящее время возрастает роль организации питания, которое помимо возможности обеспечить каждого ребенка основными пищевыми веществами, в том числе, незаменимыми (такими, как витамины и минеральные вещества), приобретает огромное воспитательное значение, так как позволяет сформировать у ребенка оптимальное пищевое поведение в соответствии с принципами здорового питания.

Сегодняшняя ситуация с состоянием питания российских школьников вызывает тревогу по целому ряду причин. Во-первых, часть детей страдает от неполноценности рациона питания, причем в наиболее острых случаях это приводит к замедлению физического и функционального развития. Хотя доля таких детей сравнительно невелика, каждый подобный случай требует пристального внимания. Во-вторых, дети и, видимо, их родители, не демонстрируют грамотного, сознательного отношения к режиму питания. Между тем, нарушение принципов рационального питания – верный путь к развитию многочисленных форм желудочно-кишечных заболеваний. В-третьих, многие дети избегают пользоваться услугами школьных столовых. Это также нарушает рациональный режим питания, учитывая, что обучающиеся старших классов проводят в школе по 7-9 часов ежедневно. 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 и/или попустительством со стороны родителей.

Все перечисленные факторы формируют группу риска развития желудочно-кишечных и иных заболеваний, негативно сказываются на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Школа и общество – сообщающиеся сосуды: изменения в обществе обязательно отражаются в жизни школы, в приоритетах, требованиях к ученику, структуре и содержании образования. Нестабильность жизни в России за последнее столетие сделала историю реформ отечественного образования бурной и противоречивой. Но одно всегда оставалось неизменным – ведущая роль школы в решении проблем охраны и укрепления здоровья детей, создании нормальных условий для их роста и развития. Одна из главных задач школы сегодня – 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 ученика.

Данная программа направлена на формирование у обучающихся представления о человеке как о главной ценности общества, позволяет сформировать элементарные представления о себе самом, функциях своего

собственного организма, а также на формирование у детей и их родителей ответственного отношения к здоровому образу жизни, сохранение и укрепление здоровья детей школьного возраста.

2. Реализация Программы:

- организация рационального питания детей;
- обеспечение высокого качества и безопасности питания;
- увеличение охвата горячим питанием, доведение до 100%;
- организацию школьного питания в соответствии с новыми санитарными правилами и нормами СанПиНа;
- увеличение ассортимента блюд, полезных для здоровья школьников, витаминизацию третьих блюд;
- контроль за качеством школьного питания;
- участие представителей родительской общественности в организации школьного питания;
- систему полного входящего и исходящего производственного контроля;
- улучшение здоровья школьников благодаря повышению качества школьного питания;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания (информированность учащихся и их родителей о здоровом питании);
- модернизация столовой, улучшение санитарно-технического состояния пищеблока, столовой;
- обучение кадрового состава работников пищеблока (повара) современным технологиям.

3. Основные мероприятия Программы

1. Предоставление школьникам качественного, сбалансированного и рационального питания, соответствующего физиологическим потребностям детей разных возрастных групп по энергетической ценности и составу;
2. Соответствие ежедневного меню нормам СанПИН;
3. Соответствие обеденного зала нормам СанПИН;
4. Культура принятия пищи;
5. Контроль за качеством питания;
6. Максимальный охват школьников питанием;
7. Разъяснительная и профилактическая работа по вопросам здорового питания и пропаганда его, как среди школьников, так и их родителей;
8. Оснащение пищеблока современным технологическим оборудованием, качественной посудой.

4. Цели, задачи и сроки реализации Программы

Цель:

Обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, профилактики заболеваний. Развитие культуры рационального и сбалансированного питания. Формирование у обучающихся осознанного выбора здорового образа жизни.

Задачи:

1. Разработка мер по организации полноценного питания школьников с первых дней 2020 -2021 уч.года;
2. Доведение охвата учащихся горячим питанием до 100%;
3. Расширение ассортимента школьной столовой, улучшение качества и вкуса приготовления блюд, улучшение эстетического оформления обеденного зала;
4. Создание системы взаимосвязи и сотрудничества со всеми заинтересованными службами;
5. Обеспечение соответствия школьного питания детей установленным нормам и стандартам СанПиНа региональным, экологическим, социальным и культурным особенностям;
6. Приведение материально-технической базы школьной столовой, обеспечивающей процесс школьного питания, в соответствие с современными разработками и технологиями и нормами СанПиНа;
7. Организация образовательно-разъяснительной работы со школьниками и родителями по вопросам здорового образа жизни;
10. Активная пропаганда здорового образа жизни, освещение правил рационального питания в школьной газете;
11. Участие в работе курсов по подготовке и переподготовке работников пищеблоков.

Срок реализации Программы - 2020-2023 годы.

5. Обоснование актуальности поставленных задач

Одна из главных задач школы сегодня – 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 ученика.

Однако приходится наблюдать, что многие учащиеся имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни, они продолжают злоупотреблять чипсами, фаст-фудами, сухариками, газировкой и т.п., не демонстрируют грамотного, сознательного отношения к режиму питания.

Знания родителей в этой области зачастую так же несовершенны. Бытует невероятное количество суждений и мнений, порой догматических и

лженаучных о том, что такое правильное питание. Пожалуй, ни одна сфера той области знаний, которая посвящена той области знаний, которая посвящена сохранению и укреплению здоровья, не содержит столько предрассудков, недоразумений и ложных теорий, как питание.

Восполнить пробел в этой области знаний поможет разъяснительная и профилактическая работа по вопросам здорового питания, пропаганда принципов полноценного питания как среди школьников, так и их родителей. Когда речь идет о питании, редко используется слово «культура». А жаль! Между тем А.П. Чехов – вот уж кого можно считать образцом подлинно культурного человека – утверждал, что тот, кто не придает питанию должного значения, не может считаться интеллигентом и достоин всяческого осуждения в «приличном обществе». Культура питания важна, даже необходима для каждого человека. Культурный человек в плане питания – это тот, кто способен организовать свое питание в соответствии с потребностями своего организма, способствуя тем самым сохранению и укреплению здоровья.

Однако, чтобы культура питания стала неотъемлемой частью в жизни каждого человека и прописалась в нашем сознании, а главное в сознании ученика, необходимо, чтобы он и в школе, и дома находился в одинаковой атмосфере – атмосфере культуры питания.

6. Стратегия реализации программы:

Общие сроки исполнения 2020-2023 гг.

I этап – организационно-подготовительный (2020-2021уч.г):

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

II этап – внедренческий (2021-2023гг.):

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

III этап – обобщающий (2023г):

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

7. Конечные результаты:

Выполнение Программы позволит школе достигнуть следующих результатов:

- развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся;
- улучшение состояния здоровья школьников, уменьшение случаев ожирения, дистрофии и других заболеваний, связанных с питанием, а в перспективе - улучшение репродуктивного здоровья;

- обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- развитие механизмов координации и контроля в системе школьного питания;
- увеличение количества детей, питающихся в школьной столовой до 100%;
- обеспечение доступности школьного питания;
- оказание социальной поддержки отдельным категориям учащихся;
- гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- организация работы семинаров по вопросам организации питания;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания среди учащихся и их родителей;
- повышение общего культурного уровня обучающихся.

План работы по пропаганде здорового питания

Месяц	Мероприятия	Ответственный
Сентябрь	«Открытый микрофон» по вопросу улучшения организации школьного питания (выступление директора школы Домошонкиной В.А. на родительском собрании)	Директор школы Зам.директора по ВР
	Оформление выставки в библиотеке	Библиотекарь
	Оформление стендов в столовой	Зам.директора по ВР
	Родительские собрания по организации горячего питания	Зам.директора по ВР Классные руководители
	Организация контроля за качеством приготовления пищи	Бракеражная комиссия
Октябрь	Проведение мониторинга горячего питания. Анкетирование обучающихся.	Зам.директора по ВР Социальный педагог
	«Открытый микрофон» по вопросу улучшения организации школьного питания (встреча директора школы с обучающимися)	Директор школы Зам.директора по ВР
	Выставка «Дары осени»	Зам.директора по ВР Классные руководители
Ноябрь	Подведение итогов мониторинга горячего питания среди обучающихся, обеспечение гласности	Зам.директора по ВР Социальный педагог

	результатов.	
	Родительские собрания «Здоровое питание школьника. Режим, рацион»	Классные руководители
Декабрь	Оформление стендов в школьной столовой	Социальный педагог
	Конкурс рисунков «Еда со вкусом»	Преподаватель ИЗО
Январь	Обновление выставки в библиотеке	Библиотекарь
	Конкурс плакатов «Здоровое питание» для обучающихся 5-10-х классов	Зам.директора по ВР Классные руководители
Февраль	Классные часы «Продукты на столе. Полезные и не очень...», «Традиции русской трапезы», «Витамины в тарелке», «Здоровое питание школьника. Режим, рацион» и т.п.	Классные руководители
Март	Подведение итогов мониторинга горячего питания среди обучающихся, обеспечение гласности результатов.	Зам.директора по ВР
Апрель	Выпуск информационных буклетов	Зам.директора по ВР Классные руководители
	Оформление	Библиотекарь

	выставочного стенда по теме «Здоровое питание»	
Май	Классные часы - λ Как происходит пищеварение. - λ Режим питания. - λ Традиции приёма пищи в разных странах. - λ Правила поведения за столом. - λ Обработка пищевых продуктов перед употреблением. - λ Сервировка стола. - λ Питание в особых условиях (питание спортсменов, питание в походах, во время экзаменов).	Классные руководители