



«Утверждаю».

Директор школы:

И.И. Черкашина

приказ № 110 от 19.08.2019 г.

# Комплексно-целевая программа "ШКОЛЬНОЕ ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ"



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

Школа представляет собой жизненно важную среду, используя которую можно оказывать влияние на процесс правильного питания 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.

### **Цели программы:**

обеспечение школьников качественным сбалансированным питанием, совершенствование системы организации питания в образовательном учреждении, способствующих формированию здорового образа жизни у школьников и навыков рационального здорового питания, формирование общей культуры правильного питания.

### **Задачи:**

- Обеспечение всех обучающихся школы сбалансированным горячим питанием.
- Пропаганда здорового питания (проведение классных часов, конкурсов, дискуссий).
- Формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья.
- Формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы школы и работу с родителями.
- Внедрение современных методов мониторинга состояния питания.
- Обеспечения качественного, сбалансированного питания детей.
- Разработка и внедрение новых форм организации горячего питания.
- Дальнейшее совершенствование материально-технологического оборудования столовой.

### **Ожидаемые конечные результаты.**

- Выполнение Программы "Школьное питание" позволит школе достигнуть следующих результатов:
- Увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой до 100%.
- Организовать правильное, сбалансированное питание детей и подростков 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.
- Укрепить материально-техническую базу школьной столовой. Оснастить недостающим технологическим оборудованием школьный пищеблок;
- Развить систему мониторинга состояния здоровья обучающихся
- Развить механизмы координации и контроля в системе школьного питания;

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

- Рост учебного потенциала детей и подростков;
- 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, а также рака в период обучения в школе и в течение дальнейшей жизни;
- Улучшение успеваемости школьников;
- Повышение общего культурного уровня школьников.

### **Функциональные обязанности участников программы:**

1. Задачи администрации школы:
  - Составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;
  - Организация питания школьников;
  - Обеспечение порядка в столовой;
  - Контроль культуры принятия пищи;
  - Контроль проведения воспитательной работы со школьниками по привитию навыков культуры приема пищи;
  - Открытие на сайте школы рубрики «Питаемся правильно».
2. Обязанности работников столовой:
  - Составление меню рационального питания на день и перспективного меню;
  - Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных натуральных напитков;
  - Обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи;
  - Использование современных технологий 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:
  - Привитие навыков культуры питания в семье;
  - Выполнение рекомендаций классных руководителей и медработников по питанию в семье.
5. Обязанности обучающихся:
  - Соблюдение правил культуры приема пищи;
  - Дежурство по столовой;
  - Участие в выпуске тематических газет; конкурсах, смотрах, по теме «Здоровое питание»

### **Основные направления реализации Программы**

### 1. Организация и регулирование школьного питания :

- развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся, обеспечения их необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
- развитие механизмов координации и контроля в системе школьного питания;
- организация правильного, сбалансированного питания детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;
- обеспечение доступности, безопасности и эффективности школьного питания;
- оказание социальной поддержки отдельным категориям обучающихся;
- использование разных форм и методик организации питания;
- организация питьевого режима учащихся;

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

- подготовка информационно-методических материалов для викторин, конкурсов, бесед по вопросам внедрения правильного режима и качества питания, влияния системы питания на здоровье;
- пропаганда здорового питания (проведение игр, конкурсов, акций, классных часов , КТД);
- пропаганда здорового питания на родительских собраниях;
- разработка методических рекомендаций, наглядной агитации для школьных столовых по формированию здорового образа жизни;
- проведение дней здоровой пищи, с приглашением родителей с целью проведения дегустации школьных блюд.;
- создание системы поэтапного формирования компетентностей учащихся по вопросам здорового питания.

### 3. Укрепление материально-технической базы школьной столовой предусматривает:

- Использование современных технологий приготовления пищи.
- Замена устаревшего технологического оборудования.
- Расширение ассортимента перечня блюд.
- Поддержание и совершенствование эстетического вида школьной столовой.

### 4. Контроль и мониторинг

- отработка критериев качественного и полноценного питания детей с учетом экологических факторов, итогов диспансеризации;
- создание системы общественной экспертизы организации и качества питания в школе.

Школьная программа направлена на формирование навыков рационального питания - один из наиболее выгодных путей инвестирования в дело укрепления здоровья нации в целом.

## Содержание программы:

### 1. Организация и регулирование школьного питания

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
1.	Проверка готовности школьной столовой к новому учебному году	август	Директор школы

2.	Ознакомление классных руководителей, работников школьной столовой нормативными документами, регулирующих школьное питание.	сентябрь	Директор школы
3.	Составление графика дежурства по столовой, утверждение списка обучающихся на льготное питание.	сентябрь	Директор школы
4.	Создание бракеражной комиссии.	сентябрь	Директор школы
5.	Заседание Совета Организации и общешкольного родительского комитета «Организация питания в школе»	ноябрь, апрель	Председатель Совета Организации
6	Руководство организации питания на основе СанПиНа 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».	В течение года	Директор школы, Зав. столовой
7.	Формирование нормативно-правовой базы по организации питания в школе	сентябрь	Директор школы, Зав. столовой
7.1	Проверка должностных обязанностей работников пищеблока.	сентябрь	Директор школы
7.2	Издание приказа по школе об организации питания на каждое полугодие	Сентябрь, январь	Директор школы
7.3	Утверждение примерного 10-и дневного меню в осеннее- зимний период, зимнее- весенний период, в соответствии с санитарными нормами. Согласование меню в территориальном отделе Роспотребнадзора.	Август, февраль, по мере необходимости	Зав. столовой
7.4	Контроль за наличием инструкции по эксплуатации технологического оборудования на пищеблоке, по технике безопасности.	В течение года	Директор школы
7.5	Организация контроля за ведением документации: Журнал бракеража готовой продукции; Журнал здоровья (пищеблок); Журнал бракеража продуктов и производственного сырья поступающего на пищеблок ; Журнал витаминизации третьих блюд; Журнал контроля за температурой холодильного оборудования	В течение года	Директор школы
8.	Заключение договоров с поставщиками продуктов.		Директор школы
9.	Контроль за организацией питания в школе, выполнение мероприятий по его улучшению.	В течение года	Директор школы, Школьный родительский комитет
10.	Организация питьевого режима обучающихся	Сентябрь	Директор школы

11.	Контроль за выполнением требований СанПиНа 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».	В течение года	Директор школы
12	Контроль за выполнением программы производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемиологических мероприятий	В течение года	Зав.столовой
13	Реализация программы «Школьное питание»		Классные руководители

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

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Проведение классных часов по темам: - Режим дня и его значение; - Культура приема пищи; - «Хлеб – всему голова» - Острые кишечные заболевания и их профилактика. - "Овощи, ягоды, фрукты – полезные продукты"	В течение уч. года	Классные руководители
2	Конкурс газет среди учащихся 5 – 8 классов «О вкусной и здоровой пище»	октябрь	Классные руководители, Старшая вожатая
3	Выставка рисунков на тему «Полезные продукты» 1-4 классы	ноябрь	Классные руководители
4	Беседы с учащимися 1-9 кл. «Берегите свою жизнь»	В течение уч. года	Классные руководители
5	Проведение витаминной ярмарки	март	Классные руководители, Старшая вожатая
6	Анкетирование учащихся по теме "Школьное питание".	декабрь	Классные руководители
7	Цикл бесед «Азбука здорового питания»	В течение уч. года	Классные руководители
8	Конкурс среди учащихся 5 – 8 классов «Витаминка»	сентябрь	Старшая вожатая
9	Уроки химии и биологии в рамках декады предметов естественного цикла «Исследование пищевых добавок»	апрель	учитель химии и биологии

## 3. Работа по воспитанию культуры питания среди родителей учащихся

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Проведение родительских собраний по темам: Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни дома. Питание учащихся. Профилактика желудочно-кишечных заболеваний и инфекционных, простудных заболеваний. Итоги медицинских осмотров учащихся Личная гигиена питания ребёнка. Культура питания в семье.	В течение уч. года	Классные руководители
2	Проведение лекций и бесед с целью пропаганды горячего питания среди обучающихся, педагогических работников	В течение уч. года	Классные руководители
3	Подготовка памяток для родителей по теме: «Чтобы дети были здоровыми»	ноябрь	Старшая вожатая
4	Анкетирование родителей «Ваши предложения на год по развитию школьного питания»	сентябрь	Заместитель директора по ВР

#### 4. Укрепление материально-технической базы школьной столовой

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1.	Своевременное приобретение посуды и столовых приборов	В течение года	Директор школы
2.	Поддержание эстетического состояния зала столовой	В течение года	Зав. столовой
3.	Приобретение и эксплуатация нового технологического оборудования	В течение года	Директор школы

#### 4. Мониторинг реализации программы.

Направление мониторинга	Диагностика	Сроки	Ответственный
Охват учащихся горячим питанием	Анализ результатов посещаемости	постоянно	Классные руководители
Сохранение и укрепление здоровья учащихся	Анализ состояния здоровья школьников по результатам медицинских осмотров Анализ заболеваемости детей	ежегодно	Классные руководители
Уровень удовлетворенности учащихся, родителей, педагогов организацией	Анкетирование (приложение 1)	ежегодно	Заместитель директора по ВР

питания в школе			
Материально-техническая база столовой	Смотр помещения (оборудование, оснащение) Анализ результатов приёмки столовой к началу нового учебного года Оснащение пищеблока необходимым оборудованием	ежегодно	Директор школы
Формирование у школьников навыков здорового питания	Собеседование Наблюдение	ежегодно	Классные руководители
Качество организации питания	Наблюдение, Анкетирование, опросы, посещение столовой, Анализ приготовления пищи и норм раскладки, санитарно-гигиенического состояния обеденного зала	ежедневно	Зав.столовой, Директор школы
Формирование нового имиджа школьной столовой	Опрос, анкетирование и другие практики по выявлению общественного мнения	ежегодно	Директор школы, заместитель директора

### Методическое обеспечение

Основные мероприятия	Ответственный
Формирование методической базы по вопросам организации питания школьников	Классные руководители
Консультации для классных руководителей 1 - 11 классов: «Культура поведения учащихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований»; «Организация горячего питания – залог сохранения здоровья»	Заместитель директора по ВР
Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся	Администрация школы, школьный родительский комитет

### График питания обучающихся МБОУ Elizavetovskoy SOSh

	классы	сроки
Обед	1-5	Ежедневно на 2 перемене
Обед	6-11	Ежедневно на 3 перемене

### Приложение 1.

Виды анкет для родителей и школьников.

Анкета "Питание глазами родителей"



1. Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?
2. Считаете ли Вы рациональной организацию горячего питания в школе?
3. Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой?
4. Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи?
5. Удовлетворены ли Вы работой буфета?

Анкета "Питание глазами обучающихся"

1. Удовлетворяет ли тебя система организации питания в школе?
2. Устраивает ли тебя ежедневное меню?
3. Удовлетворен ли ты качеством приготовления пищи?
4. Удовлетворен ли ты работой обслуживающего персонала?
5. Удовлетворен ли ты графиком питания. Твои предложения.
6. Считаешь ли ты, что горячее питание повышает твою успеваемость?

Анкета для ученика "Завтракал ли ты?"

1. Что ты ел на завтрак?
2. Считаешь ли ты завтрак необходимым?
3. Какие твои любимые овощи?
4. Какие овощи ты не ешь?
5. Сколько раз в день ты ешь овощи?
6. Любишь ли ты фрукты?
7. Какие фрукты твои любимые?
8. Сколько раз в день ты ешь свежие фрукты?
9. Что ты ешь чаще всего между основными приемами пищи?
10. Какой напиток ты пьешь чаще всего?
11. Считаешь ли ты продукты, которые употребляешь полезными для себя?
12. Считаешь ли ты, что твой вес: нормальный, избыточный, недостаточный?