

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ № 12 г. Ишима  
С.В.Старикова  
«01» сентября 2023г.



Программа по организации питания  
в МАОУ СОШ № 12 г. Ишима  
«Здоровое питание – основа процветания»  
на 2023-2024 учебный год



## **Введение**

Работа МАОУ СОШ № 12 г. Ишима по формированию культуры здорового питания проводится по трем направлениям.

Первое - рациональная организация питания в школе, в школьной столовой, где все, от внешнего вида школьной столовой до состава продуктов в школьном буфете, должно соответствовать принципам здорового питания и способствовать формированию здорового образа жизни. Структура, режим и организация питания в образовательных учреждениях должны не только соответствовать всем гигиеническим требованиям, но и служить примером здорового питания.

Второе - реализация образовательных программ по формированию культуры здорового питания. При формировании культуры здорового питания наиболее эффективна комплексная и системная работа, когда постепенно формируются основы гигиены и режима питания, дается представление о полезных продуктах и полезной пище, о необходимых питательных веществах, о рациональной структуре питания, о культуре питания разных народов и т.п.

При реализации образовательных программ необходимо соблюдать принципы формирования культуры здорового питания, важнейшими из которых являются:

- научная обоснованность и практическая целесообразность;
- возрастная адекватность;
- необходимость и достаточность информации;
- модульность структуры;
- системность и последовательность;
- вовлеченность семьи в реализацию программы.

Третье направление - просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье.

### **Цели и задачи**

#### Цели:

- Создать условия, способствующие укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, увеличение охвата учащихся горячим питанием.
- Сформировать у детей основы культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

#### Задачи:

- Реализация программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:
- Формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
- Формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- Профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием детей и подростков;
- Освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания;
- Информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием, расширение знаний об истории и традициях питания своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- Развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности;
- Повышение гигиенической грамотности детей и родителей в вопросах питания;



- Просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Программа «Формирование культуры здорового питания» рассчитана на 1 год. Ее поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2020 по 2021 учебный год.

Программа затрагивает всех участников образовательного процесса (учащихся с 1-11 классы, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной (уроки), так и воспитательной деятельности.

#### **Ожидаемые результаты:**

- Улучшено качество питания школьников и обеспечена его безопасность.
  - Сформированы навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.
  - Разработана и действует система мониторинга состояния здоровья учащихся.
  - Постоянно оказывается социальная поддержка отдельным категориям учащихся.
  - Повышена эффективность системы организации питания за счёт:
    - увеличения охвата учащихся школы горячим питанием до 100%;
    - укрепления материально-технической базы школьной столовой;
    - внедрения новых форм организации питания учащихся школы.
  - Улучшено состояние здоровья учащихся школы за счёт:
    - организации качественного и сбалансированного питания школьников с учетом их возрастных особенностей;
    - осуществления витаминизации питания, использования в рационе питания продуктов, обогащённых микронутриентами.
7. Отлажена просветительская работа по формированию культуры школьного питания за счёт:
- реализации комплекса мероприятий образовательных программ по формированию культуры питания школьников;
  - привлечения к профилактической работе формированию культуры питания родительской общественности, работников здравоохранения, средств массовой информации.

### **Механизм реализации программы**

#### **Производственный и общественный контроль за организацией питания:**

№	Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
1.	Контроль за формированием рациона питания	Директор школы, ответственный за горячее питание Школьная комиссия
2.	Входной производственный контроль	Директор школы, медсестра школы
3.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Заведующие хозяйством
4.	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Бракеражная комиссия
5.	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Бракеражная комиссия
6.	Контроль за приемом пищи	Ответственные за питание; классные руководители

## Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников

### **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;

### **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.

### **Обязанности классных руководителей:**

Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма; организация конкурсов и викторин на тему правильного питания

Воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;

Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;

### **Обязанности родителей:**

Прививать навыки культуры питания в семье;

Выполнять рекомендации классных руководителей и медицинских работников по питанию в семье.

### **Обязанности обучающихся:**

Соблюдать правила культуры приема пищи;

Принимать участие в мероприятиях по пропаганде здорового питания.

## План деятельности по реализации Программы

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные	Планируемый результат и выполнение
<b>1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение</b>				
1.	Назначение ответственного за организацию питания в школе	сентябрь	директор школы	приказ
2	Совещание классных руководителей об организации горячего питания. Презентация горячего питания.	Сентябрь 2023г.	зам. директора по ВР	протокол совещания
4	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение сан. гигиенических	октябрь, февраль	директор	протокол

	требований; - профилактика инфекционных заболеваний			
5	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	в течение года	зам. директора по ВР	план работы, акты проверок
6	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	зам. директора по ВР	материалы отчётов
<b>2.Работа с обучающимися.</b>				
1	Проведение уроков– здоровья	ежемесячно	классные руководители	фотоотчет
2.	Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (1-4 классы) «Правильное питание» (5-8 классы)	январь 2024г. ноябрь 2023	классные руководители	материалы конкурсов
3	Игра – праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	октябрь	зам. директора по ВР	фотоотчёт о проведении праздника
4	«Масленица»	февраль	зам. директора по ВР	фотоотчёт о проведении праздника
5.	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ежемесячно	зам. директора по ВР	аналитическая информация
6	Анкетирование учащихся по вопросам питания	Декабрь 2023	зам. директора по ВР	результаты анкетирования
8	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	Ноябрь 2023	библиотекарь	список предложенной литературы, фотоотчет
10	Викторина «О том, что вкусно и полезно» (1-7 классы)	октябрь 2023	зам. директора по ВР	материалы викторины
12	Конкурс в соц.сети ВКонтакте «Хозяюшка»	март 2024	зам. директора по ВР, учитель технологии	фотоотчёт о проведении конкурса

14.	Проведение Дней здоровья	Ноябрь 2023, Апрель 2024	учителя физкультуры	фотоотчёт о проведении Дня здоровья
<b>3. Работа с педагогическим коллективом</b>				
1.	Обсуждение вопросов горячего питания на управляющем совете	Раз в четверть	директор школы	протоколы
5	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	ежедневно	директор, ответственный за питание, классные руководители	
6.	Прохождение обучения по основам здорового питания в "Новосибирском научно- исследовательском институте гигиены" (5- 11классы)	октябрь	ответственный за питание, классные руководители, учителя- предметники	сертификат
<b>4. Работа с родителями</b>				
1	Просветительская работа среди родите- лей о правильном и полноценном пита- нии учащихся на родительских собра- ниях	По плану	классные руководители, заместитель директора по ВР, медицинский работник	протоколы родительских собраний
2	Изучение отношения родителей к организации горячего питания в школе	Декабрь 2023	классные руководители, заместитель директора по ВР, медицинский работник	Результаты анкетирования
3	Привлечение членов школьной комиссии для содействия повышения качества работы школьной столовой.	По плану	директор школы	Акты проверки
4.	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отноше-	Раз в четверть	классные руководители	фотоотчет

	ния к ЗОЖ.			
	Прохождение обучения по основам здорового питания в "Новосибирском научно-исследовательском институте гигиены" (5-11 классы)	октябрь	Родители	сертификат
<b>5. Контроль за организацией горячего питания и работой школьной столовой</b>				
1	Оформление стенда в столовой	сентябрь	ответственный за горячее питание	материалы стенда
4	Соблюдение графика питания учащихся	ежедневно	Классные руководители	
5	Личная гигиена учащихся	ежедневно	Классные руководители	

Интегрирование в учебные предметы отдельных тем по формированию культуры здорового питания у детей и подростков имеет большое значение.

**Примерное содержание тематических уроков  
по рациональному питанию в рамках различных учебных предметов**

Предмет	Содержание занятия
Биология	Основные компоненты пищи, их значение. Физиология пищеварения, значение рационального питания для нормального функционирования желудочно-кишечного тракта. Жевание. Роль правильного измельчения пищи во рту для профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта. Витамины. Микроэлементы. Их значение для организма человека.
География	Национальные кухни и блюда. Подход с точки зрения рационального питания.
ИЗО	Рисунок «Мое меню», «Витамины в жизни человека»
Иностранный язык	Чтение, пересказ текста по рациональному питанию или проблемам со здоровьем, вызванным нерациональным питанием.
История	Рассмотрение эпидемий голода, холеры и т.д. с позиции рационального питания, соблюдения мер гигиены.
Технология	Обучение приготовлению блюд вкусной и здоровой пищи. Обучение правилам этикета.
Литература	Обсуждение меню персонажей литературного произведения (А.Пушкин "Евгений Онегин", А.Толстой "Война и мир", Н.Гоголь "Вечера на хуторе близ Диканьки" и т.д.).
ОБЖ	Обсуждение продуктов питания, отрицательно влияющих на состояние здоровья.
Обществознание	Обсуждения проблемы питания в обществе.
Русский язык	Диктант, изложение или сочинение на тему рационального питания, компонентов пищи или заболеваний, связанных с питанием.
Физика	Использование физических факторов (температура, измельчение и т.д.) для обработки пищи. Роль правильной обработки пищи (например, кипячения) для профилактики различных заболеваний.
Химия	Пищевые добавки и их отрицательное влияние на здоровье. Белки, жиры, углеводы как компоненты пищи и их значение для организма.
Информатика	Чертеж пирамиды рационального питания