

Работа по формированию культуры здорового питания проводится по следующим направлениям.

- рациональная организация питания в школе, в школьной столовой, где все, от внешнего вида школьной столовой до состава продуктов для приготовления пищи, должно соответствовать принципам здорового питания и способствовать формированию здорового образа жизни. Структура, режим и организация питания в образовательном учреждении должны не только соответствовать всем гигиеническим требованиям, но и служить примером здорового питания.

- 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.

- просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье. Специальные исследования, проведенные Институтом возрастной физиологии РАО, показывают, что питание детей в семье, как правило, нерационально и не сбалансировано, нарушен режим питания. Во многих семьях в питании мало овощей, фруктов, молочных продуктов, а предпочтение отдается колбасным и кондитерским изделиям и т.п. Только 20% родителей знакомы с общими принципами организации здорового питания.

**Цели и задачи**

**Цели:**

-создать условия, способствующие укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, 100 - процентный охват 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; **-п**рофилактика 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; **-п**росвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Программа «Формирование культуры здорового питания» рассчитана на 3 года. Программа затрагивает участников образовательного процесса (обучающиеся 1-11 классов, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной (уроки), так и воспитательной деятельности.

**Ожидаемые результаты:**

* Улучшение качества питания школьников и обеспечение его безопасности.
* Сформировать 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:
* Увеличение охвата обучающихся 1-11 классов школы горячим питанием;
* укрепления материально-технической базы школьной столовой;
* внедрения новых форм организации питания учащихся школы.

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.

**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;

Обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи; Использование современных технологий 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** | | **Ответ-е** | | **Результат** |
| 1. | Назначение ответственного за организацию питания в школе | | Сентябрь  Ежегодно | | директор | | приказ |
| 3 | Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания | | сентябрь, май, ежегодно | | директор | | совещание |
| 4 | Заседание комиссии родительского контроля по организации питания по вопросам: - соблюдение сан. гигиенических требований;  - профилактика инфекционных  заболеваний | | Октябрь, февраль, ежегодно | | председатель комиссии | | отчет |
| 5 | Организация работы бракеражной комиссии по питанию | | в течение года | | Отв.за питание | | журнал бракеража |
| 6 | Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых  тематических проверок | | в течение года | | Директор школы, Отв.за питание | | материалы отчётов |
| **2.Работа с обучающимися.** | | | | | | | |
| 1 | Проведение уроков– здоровья | Ежегодно | | классные руководители | | планы воспитательной работы | |
| 2 | Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся | ежемесячно | | Отв.за питание | | аналитическая информация | |
| 3 | Анкетирование учащихся по вопросам питания | Ежегодно | | Отв.за питание | | результаты анкетирования | |
| 4 | Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (каникулярное время) | Ежегодно | | Директор школы, начальник оздоровительного лагеря | | Работа оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей | |
| 5 | Выставка книг по теме: «Гигиена питания». | Ежегодно | | Педагог-библиотекарь | | Организация выставок, список предложенной литературы | |
| 6 | Проведение классных часов | По плану | | классные руководители | | планы классных часов | |
| 7 | Проведение Дней здоровья | Ежегодно | | учитель физкультуры | | отчёт о проведении Дня здоровья | |
| **3. Работа с педагогическим коллективом** | | | | | | | |
| 1. | Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях, педсоветах | ежегодно | | директор школы | | протоколы | |
| 2 | Организация консультаций для классных руководителей: соблюдение санитарно-гигиенических требований; - организация горячего питания – залог сохранения здоровья | Ежегодно | | медицинский работник | | Аналитическая информация | |
| 3 | Ведение пропаганды здорового питания | ежегодно | | классные руководители, | | планы воспитательной работы | |
| 4 | Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания. | Ежегодно | | директор, ответственный за питание, завхоз | | постоянный контроль | |
| 6. | Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и | ежегодно | | завхоз | | отчёт за год | |
|  | **Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой,** **расширению сферы услуг для учащихся и родителей** | | | | | | |
|  | | | | | | |
| 1. | Продолжение эстетического  оформления зала столовой | Ежегодно | | завхоз | |  | |
| 2. | Организация закупки технологического оборудования для столовой.  Ремонт. | по мере поступления финансирования | | директор, завзоз | | материалы о закупках, сметы | |