

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  |