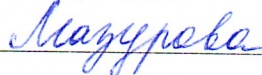


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и науки Курганской области
Департамент социальной политики Администрации города Кургана
МБОУ г. Кургана "СОШ № 43"

РАССМОТРЕНО

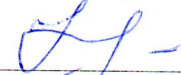
На педагогическом совете
«10» августа 2024г.



Мазурова Л.В.

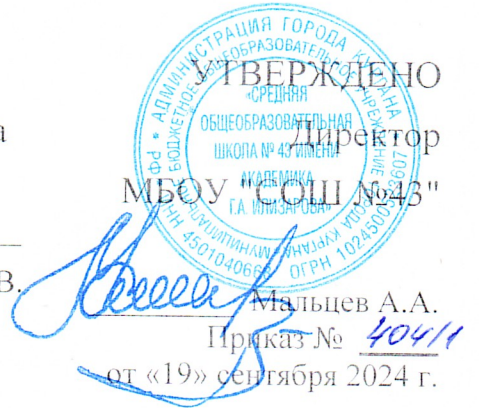
СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР



Пильникова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
МБОУ "СОШ №43"


Мальцев А.А.
Приказ № 404/11
от «19» сентября 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Формирование Здорового питания школьников с 1-11 классе»

Курган, 2024г.

Пояснительная записка

Культура питания - важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, что нашло отражение в федеральных государственных образовательных стандартах нового поколения (ФГОС).

Формирование культуры здорового питания должно начинаться с самых первых этапов обучения ребенка в школе и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учетом возрастного подхода.

Системная работа по формированию культуры здорового питания включает три направления:

- рациональная организация питания в образовательном учреждении;
- включение в учебный процесс образовательных программ формирования культуры здорового питания;
- просветительская работа с детьми, их родителями (законными представителями), педагогами и специалистами образовательных учреждений.

Только сочетание всех направлений работы поможет создать в школе и дома такую среду, в которой возможно формирование культуры здорового питания и здорового образа жизни.

Обоснование необходимости реализации Программы

Программа по формированию здорового питания разработана в соответствии со следующими документами:

- Конституцией РФ;
- Конвенцией ООН о правах ребенка;
- Законом РСФСР «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка Российской Федерации»;
- Законом РФ «Об образовании»;
- Основами законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан и другими актами.

Положив в основу своей деятельности фразу **«Компетентный учитель - здоровый ученик»**, мы можем использовать разнообразные приемы здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе для сохранения и укрепления здоровья детей, формирования у них устойчивой мотивации к здоровому и безопасному образу жизни, учет возрастных особенностей обучающихся; учет возрастных особенностей обучающихся;

Программа призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка. Программа подтверждает особый статус детства как периода, не зависящего от социальных, политических, национальных и других отличий. Программа находится в числе приоритетных направлений деятельности органов образования и здравоохранения и служит основой сотрудничества и консолидации общественности школы и родителей.

Для реализации программы требуется объединение усилий социальных институтов: семья, школа, учреждения здравоохранения, консультативно-профилактические центры. Формирование и сбережение здоровья - социальная потребность сохранения здоровья и здорового образа жизни человека сегодня одно из стратегических направлений деятельности. Для его реализации требуется взаимодействие всех субъектов образовательного процесса в выборе путей, способов, средств индивидуальной и творческой деятельности. Необходимо создать условия для осуществления этой деятельности, поиска стимулов для утверждения здорового питания, расширения круга лиц, организаций, различных социальных структур, вовлеченных в позитивный процесс созидания здоровья, развития личности и повышения эффективности образования, воспитания личности, обладающей твердыми установками на создание и сохранение здоровья, формирования и соблюдения принципов здорового образа жизни.

Ответственное отношение к здоровому питанию - это достаточно сильное психическое «новообразование», которое включает:

- отношение всех участников образовательного процесса к здоровому питанию как ценности;
- формирование представлений о себе как о здоровом человеке;
- способность использовать в поведении всю информацию, которая служит сохранению и укреплению здоровья, причем энергия опасения должна преобразоваться в энергию действия;
- конкретные привычки здорового питания;
- установка образовательного процесса на здоровое питание осуществляется через деятельность всех участников образовательного процесса.

Программа затрагивает всех участников образовательного процесса (учащихся с 1-11 классы,

родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной (уроки, факультативы, элективы), так и воспитательной деятельности. Ребята получают знания:

- о здоровом питании,
- сведения о необходимых питательных веществах, дефиците питательных веществ,
- о принципах управления весом для здоровья,
 - о правильном и неправильном употреблении диетических добавок,
 - о безопасном приготовлении, обработке и хранении еды;
- критическую оценку информации о питании, несоответствующих действительности сведений, рекламы пищевых продуктов; а также умения оценивать личные привычки в еде, ставить цели для их улучшения и достигать их.

Обучающие мероприятия программы подчеркивают привлекательные черты здорового питания, привлекать к участию всех учащихся, соответствовать развитию и быть увлекательными. Программа должна привлекать семьи в качестве партнёров в образовательном процессе их детей.

В течение каждого учебного дня школьная программа питания должна обеспечивать обед и завтрак для учащихся 1-4 классов в соответствии с организованной внеурочной деятельностью.

Информация об ингредиентах, используемых при приготовлении школьного питания, должна предоставляться родителям по их просьбе. Родители должны быть осведомлены о такой возможности.

Все оборудование и помещения по предоставлению пищи должны соответствовать действующим стандартам в отношении здоровья, безопасного приготовления еды, ее обработки и хранения; стандартам питьевой воды, санитарных условий и технике безопасности на рабочем месте. Для реализации вышеназванных задач в школе и разработана программа по формированию здорового питания

Паспорт программы

| | |
|-----------------------------------|--|
| Наименование программы | «Программа по формированию здорового питания» |
| Цель программы | Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей. |
| Основные задачи | <ol style="list-style-type: none"> 1. Обеспечить горячим питанием все категории учащихся. 2. Создать благоприятные условия для организации рационального питания обучающихся. 3. Укрепить и модернизировать материальную базу помещений пищеблока школы; 4. Повысить культуру питания; 5. Обеспечить санитарно-гигиеническую безопасность питания; 6. Проводить систематическую разъяснительную работу среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания. |
| Сроки реализации Программы | 2024-2028 год |
| Участники Программы | <p>Администрация:</p> <ul style="list-style-type: none"> - индивидуальные беседы; - пропаганда санитарно-гигиенических знаний среди участников образовательного процесса, основ здорового образа жизни. <p>Педагогический коллектив (учителя-предметники, классные руководители, социальный педагог, педагог - психолог):</p> <ul style="list-style-type: none"> - совещания; - родительские собрания, классные часы, беседы о ЗОЖ, рациональном питании; - пропаганда здорового образа жизни. <p>Заведующий библиотекой:</p> <ul style="list-style-type: none"> - библиотечные уроки; - презентации; - творческие выставки учащихся; <p>Преподаватель-организатор ОБЖ</p> <ul style="list-style-type: none"> - организация дней здоровья; <p>Родители учащихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организация родительского контроля за организацией горячего питания. <p>Работники школьной столовой:</p> <ul style="list-style-type: none"> - индивидуальные беседы |

| | |
|---|---|
| <p>Содержание программы</p> | <p>1 Организация и регулирование школьного питания</p> <p>2 Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей</p> <p>3 Укрепление материально-технической базы школьной столовой</p> <p>4 Повышение квалификации работников столовой</p> <p>5 Мониторинг реализации программы</p> <p>6 Контрольная деятельность</p> <p>7 Примерное содержание тематических уроков по рациональному питанию в рамках различных учебных предметов</p> |
| <p>Важнейшие целевые показатели и ожидаемые результаты</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой до 100 %. - Организовать правильное, сбалансированное питание детей и подростков с учетом их возрастных особенностей. - Обеспечить обучающихся качественным и количественным составом рационального 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. |
| <p>Сроки и этапы реализации</p> | <p>1 этап - Базовый - 2024 год:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирование реализации основных направлений программы; - создание условий для реализации программы; - начало реализации программы; <p>- просвещение родителей в вопросах культуры здорового питания детей с мониторингом оздоровительной работы в школе.</p> <p>2 этап - Основной - 2025-2027годы:</p> <p>поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами;</p> <ul style="list-style-type: none"> - промежуточный мониторинг результатов; <p>корректировка планов в соответствии с целями, задачами и промежуточными результатами.</p> <p>3 этап - Заключительный - 2028 год:</p> <ul style="list-style-type: none"> - завершение реализации программы; - мониторинг результатов; - анализ результатов. |

| | |
|---|---|
| Формы представления результатов Программы | Анализ результатов деятельности школы по реализации программы. |
| Критерии оценки достижения результатов Программы | <p>Оценка результативности реализации Программы осуществляется на основе использования системы объективных критериев, которые выступают в качестве обобщенных оценочных показателей (индикаторов):</p> <p>1. Количественные показатели:</p> <ul style="list-style-type: none"> • количество учеников, получающих горячее питание в школе; • степень включенности всех субъектов образовательного процесса в реализацию программы; • степень оснащения пищеблока технологическим оборудованием; • количество авторских методических разработок по вопросам питания; • показатели здоровья учащихся. <p>2. Качественные показатели:</p> <ul style="list-style-type: none"> • наличие в школе программы по воспитанию культуры питания; • отсутствие замечаний со стороны Роспотребнадзора к качеству организации питания в школе; • сохранение процента охвата питанием школьников; • условия для предоставления качественного питания каждому участнику образовательного процесса; • уровень культуры питания учащихся; • степень удовлетворенности всех участников образовательного процесса организацией питания; • педагогическое и управленческое творчество; • наличие современной базы для организации здорового питания. |
| Управление программой | Управление осуществляется администрацией школы. |

Содержание программы

1. Организация и регулирование школьного питания

| Мероприятия | Срок | Ответственный |
|---|----------|--|
| Проверка готовности школьной столовой к новому учебному году | август | директор, заместитель директора по хозяйственной работе |
| Консультация «Ознакомление классных руководителей, работников школьной столовой с нормативными документами, регулирующими школьное питание» | сентябрь | Администрация школы |

| | | |
|--|----------------|---|
| утверждение списка обучающихся на льготное питание | сентябрь | Директор, |
| | Сентябрь-май | ответственный за организацию питания |
| Создание бракеражной комиссии | сентябрь | директор школы |
| Заседание общешкольного родительского комитета «Организация питания в школе» | ноябрь, апрель | администрация школы |
| Руководство организацией питания на основе СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» | в течение года | заведующий столовой |
| Проверка должностных обязанностей работников пищеблока | сентябрь | директор, заместитель директора по хозяйственной работе |
| Согласование примерного меню в соответствии с санитарными нормами | ежедневно | директор |
| Контроль за наличием инструкции по эксплуатации технологического оборудования на пищеблоке, по технике безопасности | в течение года | заместитель директора по хозяйственной работе |
| Организация контроля за ведением документации (журнал бракеража готовой продукции; журнал бракеража продуктов и производственного сырья, поступающего на пищеблок; журнал витаминизации третьих блюд; журнал контроля за исправностью холодильного оборудования) | в течение года | директор, заместитель директора по хозяйственной работе |
| Контроль за организацией питания в школе, выполнение мероприятий по его улучшению | в течение года | Директор, ответственный за организацию питания |
| Контроль за выполнением требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» | в течение года | директор, ответственный за организацию питания |
| Контроль за выполнением программы производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемиологических мероприятий | в течение года | заместитель директора по ВР, ответственный за организацию питания |

2. Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей

| Название мероприятия | Сроки | Ответственный |
|--|----------|---------------------|
| Планирование работы по охвату горячим питанием обучающихся школы, по | сентябрь | администрация школы |

| | | |
|--|----------------|--|
| формированию навыков здорового питания | | |
| Заседание общешкольного родительского комитета «Организация питания в школе» | ноябрь, апрель | администрация школы |
| Проведение акции «Здоровое питание» | Январь, май | заместитель директора по ВР, преподаватель-организатор ОБЖ |
| Размещение информации об организации питания на школьном сайте | в течение года | ответственный за организацию питания |
| Организация консультаций для классных руководителей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно-гигиенических требований, - организация горячего питания – залог сохранения здоровья. | в течение года | заместитель директора по ВР, |
| Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся | | |
| Неделя правильного питания (организация бесед, встреч, выставок, информационных стендов, подготовка информационных памяток) | сентябрь | заместитель директора по ВР, руководитель ШМО классных руководителей, классные |
| Проведение классных часов, уроков здоровья, внеклассных мероприятий по воспитанию культуры питания среди учащихся Проведение классных часов по темам: - Режим дня и его значение; - Культура приема пищи; - Пирамида здорового питания - Здоровое школьное питание - Здоровая еда для здоровых людей - Правильное питание - залог долголетия | в течение года | заместитель директора по ВР, классные руководители |
| Конкурс рисунков среди учащихся начальной школы «Умные продукты», «Правила правильного питания» и т.п. | март | Заместитель директора по ВР |

| | | |
|---|--|---|
| | | классные руководители |
| Фестиваль электронных презентаций учащихся 5-11 классов «Правильное питание - здоровое питание» | апрель | Заместитель по ВР классные руководители |
| Акция «Мойдодыр» | октябрь | Заместитель директора по ВР, классные руководители |
| Акция «Общество чистых тарелок» | ноябрь | Заместитель директора по ВР, классные руководители |
| Рекламная акция «Мы - за здоровое питание!» | в течение года | Заместитель директора по ВР, волонтерский отряд |
| Конкурс домашних рецептов « Любимое блюдо моей семьи» | март | учитель технологии, классные руководители |
| Цикл бесед «Разговор о правильном питании» | в течение года в рамках работы ГПД | Классные руководители, социальный педагог |
| Работа по воспитанию культуры питания среди родителей обучающихся | | |
| Проведение родительских собраний по темам: - совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни дома - питание учащихся - проведение классных и общешкольных родительских собраний | по утвержденному графику родительских собраний | администрация школы, классные руководители |
| Индивидуальные консультации для родителей по организации питания ребенка. | регулярно | администрация школы, классные руководители, социальный педагог |
| Встреча а с родителями медицинских работников «Личная гигиена ребенка» | в рамках личной беседы, родительских собраний. | Мед. работник школы |

| | | |
|---|----------------|--|
| Изучение отношения родителей к организации горячего питания в лицее. | в течение года | классные руководители |
| Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ, школьных конкурсов о правильном питании(конкурсы, тесты, викторины и т.п.) | в течение года | заместитель директора по ВР, классные руководители |
| Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания» | май | администрация школы, классные руководители |
| Проведение заседаний общешкольного родительского комитета по вопросу организации питания в школе | ноябрь, апрель | администрация школы |

3. Укрепление материально-технической базы школьной столовой

| | | |
|--|----------------|---|
| Своевременное приобретение посуды и столовых приборов | в течение года | директор, заместитель директора по хозяйственной работе |
| Поддержание эстетического состояния зала столовой | в течение года | директор, заместитель директора по хозяйственной работе |
| Приобретение и эксплуатация нового технологического оборудования | в течение года | директор, заместитель директора по хозяйственной работе |

4. Повышение квалификации работников столовой

| | | |
|--|-----------------------|---|
| Обучение работников школьной столовой на курсах повышения квалификации | по мере необходимости | директор, заместитель директора по хозяйственной работе |
| Проведение бесед, конкурсов, дегустаций, презентаций готовой продукции среди обучающихся и родителей | в течение года | директор, заместитель директора по хозяйственной работе |

5. Мониторинг реализации программы

| Направление мониторинга | Диагностика | Сроки | Ответственный |
|--|---|--------------------------|--|
| Охват учащихся горячим питанием | анализ результатов посещаемости | ежедневно, ежеквартально | ответственный за организацию питания, классные руководители |
| Сохранение и укрепление здоровья учащихся | анализ состояния здоровья школьников по результатам медицинских осмотров | ежегодно | медицинские работники, классные руководители |
| Материально-техническая база столовой | анализ результатов приемки столовой к началу нового учебного года | ежегодно | директор, заместитель директора по хозяйственной работе |
| Формирование у школьников навыков здорового питания | собеседование, наблюдение. | ежегодно | администрация школы |
| Качество организации питания (уровень удовлетворенности учащихся, родителей, организацией питания в школе) | анкетирование, опросы, посещение столовой, анализ приготовления пищи и норм раскладки, санитарно-гигиенического состояния обеденного зала | ежедневно | администрация школы, классные руководители, социальный педагог |

6. Контрольная деятельность

| | | |
|--|----------------|---|
| Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием пищеблока. | ежедневно | заместитель директора по хозяйственной работе |
| Контроль за качеством поступаемых продуктов, сроками реализации, качеством приготовления блюд | ежедневно | бракеражная комиссия |
| Контроль за технологией приготовления блюд | ежедневно | бракеражная комиссия, администрация школы |
| Контроль за деятельностью классных руководителей по вопросам формирования навыков здорового питания у учащихся | в течение года | заместитель директора по ВР |
| Контроль за охватом учащихся горячим питанием | в течение года | ответственный за организацию питания |

7. 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 |

Ожидаемые результаты

Реализация мероприятий Программы позволит осуществить:

- Создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровья детей.
- Улучшение качества школьного питания, обеспечение его безопасности, сбалансированности.
- Приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными требованиями технологии пищевого производства и организации обслуживания учащихся школы.
- Повышение доступности сбалансированного питания для более широкого контингента учащихся.
- Внедрение новых технологий производства продукции школьного питания и методов обслуживания учащихся.
- Объединение всех участников образовательного процесса в их активной деятельности по формированию здорового питания, отношению к здоровью и здоровому образу жизни как ценности, формированию культуры здоровья и чувства ответственности за свое здоровье.
- Взаимосвязь и взаимодополнение деятельности школы, специалистов здравоохранения по сохранению здоровья и формированию здорового образа жизни.

Обеспечить данные результаты возможно будет через:

- повышение эффективности системы организации школьного питания;
- безопасность и сбалансированность питания учащихся в соответствии с требованиями СанПиН, возрастными и физиологическими потребностями школьников в пищевых веществах и энергии;
- формирование у участников образовательного процесса культуры здорового питания;
- укрепление материально-технической базы школьной столовой;
- положительную динамику оценки качества организации питания в школе со стороны учащихся и родителей (законных представителей).

