

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 ПГТ. НОГЛИКИ

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы _____ О.Л.Ратканова

Программа
**«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ
ШКОЛЬНИКОВ»**

пгт. Ноглики
2021 год

Пояснительная записка

Здоровье человека закладывается смолоду, когда процессы развития организма протекают наиболее интенсивно. С другой стороны, обучение в школе обуславливает большие нагрузки, напряжение умственных и физических сил. Одним из важных условий, благоприятствующих нормальному росту школьника, укреплению его здоровья, а значит и успешному обучению, является правильное питание.

Большинство родителей, очевидно, располагают определенными сведениями по вопросам детского питания. Питание, особенно питание детей, чрезвычайно важная проблема, поэтому нельзя ограничивать не только неверные взгляды свои познания в данной области разрозненными сведениями. «Полузнание» порой хуже незнания, именно оно часто бывает причиной формирования не только неверных взглядов на питание, но и вредных для здоровья привычек. До сих пор во многих семьях существуют укоренившиеся традиции, мнения, которые противоречат медицинским рекомендациям и нередко ведут к нарушениям здоровья. Заложенные в детстве привычки особенно прочны, поэтому культуру питания необходимо воспитывать у ребенка с малых лет.

Выражение «здоровое питание» по-разному понимается в разных странах людьми с разными культурными традициями. В целом, здоровое питание должно являться неотъемлемой частью повседневной жизни и способствовать крепкому физиологическому, психическому и социальному здоровью человека. В целом под выражением «здоровое питание» подразумевается совместное воздействие потребляемой нами пищи, нашего состояния здоровья и предпринимаемых нами усилий для улучшения здоровья, как собственного, так и окружающих. Качественное питание обеспечивается путем потребления безопасных пищевых продуктов в рамках сбалансированной диеты, в результате чего полностью удовлетворяются потребности нашего организма в питательных веществах.

В школе следует принимать меры по улучшению питания, так как качественное питание укрепляет способность к учению и здоровье детей. Поскольку питание влияет на интеллектуальное развитие и способность к учению, здоровое питание является необходимым условием хорошей успеваемости в школе. Школа играют жизненно важную роль, содействуя качественному питанию детей и предоставляя возможность для оказания им помощи. Школа более эффективно, квалифицированно, беспристрастно содействуют охране здоровья и здоровому питанию, чем какое-либо другое учреждение. Она контактируют с детьми, когда те находятся в критическом возрасте, определяющем их будущей образ жизни, включая качество питания. Кроме того, школа может влиять на соответствующее поведение персонала, учителей, родителей и членов местного сообщества.

На основании выше сказанного, следует отметить, что создание и реализация программы здорового питания в рамках образовательного учреждения это верная тенденция и с учетом этого можно поставить следующую цель:

Цель: формирование основ культуры здорового питания учащихся посредством усвоения необходимых навыков и уверенности в собственной способности вести здоровый образ жизни, улучшение культуры и состояния питания.

Для реализации поставленных целей поставлены следующие задачи:

Задачи программы:

1. Формирование у родителей и учащихся основ правильного питания, повышение уровня знаний, взглядов и поведения в отношении значения рациона питания для собственного здоровья и благополучия.
2. Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.
3. Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока школы;
4. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;
5. Проведение мониторинга качества организации питания.

1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	Сентябрь	Директор школы
Организационное совещание — график питания; оформление бесплатного и льготного питания; сопровождение учащихся учителями-предметниками в столовую.	Сентябрь	Заместитель директора по ВР, социальный педагог, директор школы
Заседание комиссии общественного контроля за организацией и качеством питания с приглашением классных руководителей 1-11-х классов по следующим вопросам: - Охват учащихся горячим питанием - Соблюдение санитарных и гигиенических требований - Профилактика инфекционных заболеваний.	Ноябрь Январь Март	Заместитель директора по ВР, социальный педагог,
Осуществление ежедневного контроля за работой столовой администрацией школы, проведение целевых тематических проверок.	В течение года	Администрация школы, комиссия общественного контроля за организацией и качеством питания

2. Методическое обеспечение

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
<p>Организация консультаций для классных руководителей 1-4, 5-8, 9-11 классов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Культура поведения учащихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований»; - Организация горячего питания - залог сохранения здоровья». 	В течение года	Медицинский работник, социальный педагог
Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания	Май	Администрация
Разработка тематики классных часов и родительских собраний	В течение всего периода	Заместитель директора по ВР

3. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся и родителей

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
<p>Классные часы:</p> <p>1-4 классы</p> <ul style="list-style-type: none"> – Разговор о правильном питании <p>5-8 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Режим питания. – Основные компоненты пищи. Для чего они необходимы? – Питание-основа жизни. Пищевая гигиена <p>9-11 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Как питаться во время экзаменов? – Правильное питание. – Правила поведения в местах общественного питания. – Пищевые приоритеты. Диеты. 	В течение года	Классные руководители
Праздник в начальной школе «Золотая осень»	Октябрь	Кл. Руководители, педагог-организатор
Конкурс мультимедийных презентаций, рисунков	Апрель	Кл. Руководители,

«Мы за здоровый образ жизни!» среди учащихся 5-11 классов		педагог-организатор
Демонстрация презентаций по основам правильного питания для родителей, учащихся, учителей: <ul style="list-style-type: none"> • Антистрессовое питание • Современный взгляд на питание человека • Достоинства и недостатки теорий питания 	Весь период	Кл. Руководители, педагог-организатор
Анкетирование учащихся и родителей по вопросам организации питания	Апрель	Социальный педагог
Проведение родительских собраний по темам: - Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни дома. Питание учащихся. - Профилактика желудочно-кишечных заболеваний, инфекционных, простудных заболеваний. - Итоги медицинских осмотров учащихся	В течение года	Директор школы, кл. Руководители

5. Организация деятельности общественного контроля за организацией и качеством питания обучающихся.

Общественный контроль за организацией и качеством питания обучающихся осуществляется общественным органом, который создан с целью оказания практической помощи школе в организации и осуществлении административно-общественного контроля за организацией и качеством питания детей, усиления контроля за организацией и качеством питания детей, усиления контроля за полноценностью питания, качеством поступающей продукции, внедрению основ здорового питания.

Совет по питанию включает в себя постоянно действующую группу из числа сотрудников школы и представителей общественности. Общее количество членов общественного контроля за питанием – 5 человек.

Общественный контроль организует:

- консультативную работу, повышение квалификации, обучение персонала, связанного с организацией детского питания;
- плановый систематический анализ за состоянием организации питания, хранения и транспортировки продуктов, их стоимости;
- контроль за работой пищеблока;
- контроль за выполнением 12-дневного меню;
- контроль за организацией транспортировки продуктов, их качеством;
- контроль за ведением документации по организации питания.

7. Система оценки качества питания школьников

Основные направления для оценки качества питания школьников:

1. Показатели общей заболеваемости.
2. Уровень удовлетворенности питанием школьников и родителей.
3. Показатели охвата питания.

Система оценки качества питания школьников

Оценочный лист

1. Имеется ли в организации меню?
 - а) да, для все возрастных групп и режимов функционирования организации
 - б) да, но без учета возрастных групп
 - в) нет
2. Вывешено ли цикличное меню для ознакомления родителей и детей?
 - а) да
 - б) нет
3. Вывешено ли ежедневное меню в удобном для ознакомления родителей и детей месте?
 - а) да
 - б) нет
4. В меню отсутствуют повторы блюд?
 - а) да, по всем дням
 - б) нет, имеются повторы в смежные дни
5. В меню отсутствуют запрещенные блюда и продукты
 - а) да, по всем дням
 - б) нет, имеются повторы в смежные дни
6. Соответствует ли регламентированное цикличное меню количество приемов пищи режиму функционирования организации?
 - а) да
 - б) нет
7. Есть ли в организации приказ о создании и порядке работы бракеражной комиссии?
 - а) да
 - б) нет
8. От всех ли партий приготовленных блюд снимается бракераж?
 - а) да
 - б) нет
9. Выявлялись ли факты не допуска к реализации блюд и продуктов по результатам работы бракеражной комиссии (за период не менее месяца)?
 - а) нет
 - б) да
10. Созданы ли условия для организации питания детей с учетом особенностей здоровья (сахарный диабет, пищевые аллергии)?
 - а) да
 - б) нет
11. Проводится ли уборка помещений после каждого приема пищи?
 - а) да

б) нет

12. Качественно ли проведена уборка помещений для приема пищи на момент работы комиссии?

а) да

б) нет

13. Обнаруживались ли в помещениях для приема пищи насекомые, грызуны и следы их жизнедеятельности?

а) нет

б) да

14. Созданы ли условия для соблюдения детьми правил личной гигиены?

а) да

б) нет

15. Выявлялись ли замечания к соблюдению детьми правил личной гигиены?

а) да

б) нет

16. Выявлялись ли при сравнении реализуемого меню с утвержденным меню факты исключения отдельных блюд из меню?

а) да

б) нет

17. Имели ли факты выдачи детям остывшей пищи?

а) да

б) нет

Анкета-опросник

1. Удовлетворены ли Вы качеством питания в школе?

- а) в целом удовлетворены
- б) в основном удовлетворены, есть отдельные замечания
- в) не удовлетворены

2. Удовлетворены ли Вы меню, по которому организовано питание в школе?

- а) в целом удовлетворены
- б) в основном удовлетворены, есть отдельные замечания
- в) не удовлетворены

Соответствует ли установленным требованиям режим питания в школе? (завтрак – на второй, третьей перемене; обед – после четвертого урока; продолжительность перемены, отведенной для завтрака или обеда, достаточна для спокойного приема пищи)

- а) соответствует
- б) частично соответствует
- в) не соответствует

3. Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой?

- а) да
- б) частично удовлетворен
- в) не удовлетворен

4. Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи?

- а) да
- б) частично удовлетворен
- в) не удовлетворен

5. Оцените, пожалуйста, качество питания в школе (в столовой)

- а) отлично
- б) хорошо
- в) удовлетворительно
- г) неудовлетворительно
- д) затрудняюсь ответить

6. Что Вам не нравится в организации школьного питания?

- а) Невкусно, не устраивает качество блюд
- б) Блюда однообразные, скучные, повторяющиеся изо дня в день
- в) Маленькие порции
- г) другое _____

7. Ваши замечания и предложения по вопросам питания обучающихся в школе

Разработанные направления служат материалом для комплексной работы в области здорового питания школьников. Материал в ходе реализации данной программы предполагается расширять с учетом проделанной работы.

