

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 3 п. Дарасун»

Принята
на педагогическом
совете школы
Протокол № 5
От 30 августа 2020г.

Директор МОУ «СОШ № 3 п. Дарасун»
Н. Н. Зубакова
Приказ № 135 - НД
от 01 сентября 2020г.



Согласовано:
01 сентября 2020г.
Комиссией родительского контроля:
Боч

ПРОГРАММА

Формирование правильного пищевого поведения младших школьников

на 2020 – 2023 гг.

п. Дарасун

2020 г

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 3 п. Дарасун»

Принята

«УТВЕРЖДАЮ»

на педагогическом

Директор МОУ «СОШ №3 п. Дарасун»

совете школы

_____ Н. Н. Зубакова

Протокол № _____

Приказ № 135 - НД

От _____ 2020г.

от 01 сентября 2020г.

Согласовано:

01 сентября 2020г.

Комиссией родительского контроля:

ПРОГРАММА

Формирование правильного пищевого поведения младших школьников

на 2020 – 2023 гг.

п. Дарасун

2020 г

Содержание

1. Паспорт программы.....	3
2. Пояснительная записка.....	5
3. Актуальность программы.....	6
4. Цель и задачи программы.....	8
5. Основные принципы программы	9
6. Оценка эффективности реализации программы	10
7. Механизм реализации программы.....	13
8. Результаты реализации программы.....	16

Паспорт программы

«Формирование правильного пищевого поведения младших школьников»

Наименование программы	Программа здорового питания
Основной разработчик программы	Ответственный за льготное питание учащихся –Плиско Светлана Васильевна
Цель программы	Обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.
Задачи программы	• обеспечение соответствия школьного питания детей установленным нормам и стандартам, региональным, экологическим, социальным особенностям; • обеспечение доступности школьного питания; • приведение материально-технической базы ОУ в соответствие с современными разработками и технологиями; • организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания; • разработка системы оценок качества школьного питания, в том числе учитывая показатели снижения заболевания.
Сроки реализации программы	2020 -2023 учебный год
Исполнители основных мероприятий программы	Администрация, педагогический коллектив школы, работники школьной столовой, родители.
Контроль за исполнением программы	Координацию деятельности по реализации Программы осуществляет администрация общеобразовательного учреждения. Практическую работу осуществляет педагогический коллектив.
Ожидаемые результаты реализации программы	сохранение и укрепление здоровья при стабильных результатах обучения; повышение приоритета здорового питания;

	повышение мотивации к здоровому образу жизни; поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей; улучшение состояния здоровья детей по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи; повышение качества и безопасности питания учащихся; обеспечение всех обучающихся начальных классов бесплатным питанием; обеспечение льготным питанием детей из социально-незащищенных семей в период дистанционного обучения. <u>Исполнители программы –</u> администрация школы, педагоги, учащиеся, фельдшер, работники столовой, педагог-психолог, социальный педагог.
--	--

Пояснительная записка.

Значительное число современных проблем в системе общего образования, связано с негативной динамикой здоровья детей и подростков. Особую тревогу вызывает сам характер нарушений, которые часто являются следствием перенапряжения детского организма в процессе адаптации к качеству образовательной среды. В период получения общего образования организм учащегося испытывает повышенные нагрузки как умственные, так и физические. Нарушение питания в этот период может привести к расстройствам жизнедеятельности организма, в том числе к возникновению и прогрессированию различных заболеваний желудочно-кишечного тракта, органов кровообращения, изменениям со стороны эндокринной, костно-мышечной и центральной нервной систем. В настоящее время повсеместно продолжает возрастать число алиментарно-зависимых заболеваний у учащихся, напрямую связанных с нарушением правил рационального питания.

Соблюдение принципов рационального, сбалансированного, щадящего питания, оптимальное формирование рациона питания учащихся, правильное составление меню и приготовление пищи – важнейшие компоненты оздоровления детей с болезнями органов пищеварения и нарушения обмена веществ.

Поэтому в программе, нашей школы здоровье ребенка рассматривается не только как цель, содержание и результат образовательного процесса, но и как критерий оценки качества и эффективности педагогической деятельности. Для решения этой задачи и была разработана Программа развития организации питания, которая предполагает, что правильно организованное питание, несомненно, поможет сохранять здоровье школьников.

Актуальность программы

Необходимость серьезно заниматься формированием культуры здоровья в системе общего образования обусловлена рядом объективных причин:

- фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, а, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно начать развивать именно в этот период;
- в этом же возрасте закладываются и основы здорового образа жизни, как система норм и правил, усваиваемых ребенком в специально проектируемой деятельности;

школьный период в развитии наиболее сенситивен (чувствителен) в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

Вопросы организации школьного питания в последние годы вызывают повышенный интерес. Их решению посвящена программа «Школьное питание в начальных классах». Основу предполагаемых подходов составляет внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня. Поэтому администрация школы сегодня уделяет большое внимание вопросам жизни и здоровья учащихся. Особенно сейчас остро встал вопрос об увеличении охвата учащихся горячим питанием. Питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени дети проводят в школе, то и полноценно питаться они должны здесь же.

Организация школьного питания, обеспечивающая охрану здоровья учащихся, является неотъемлемой частью здоровьесберегающей школьной среды.

Культура здорового питания детей в любом обществе в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как в значительной степени определяет будущее страны, генофонд нации. Это связано, в первую очередь, с тем, что питание – один из факторов среды обитания, оказывающих непосредственное влияние на формирование здоровья школьников. Нарушение качества и организации питания в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях

физического развития, заболеваемости, успеваемости, становится причиной обменных нарушений и хронических патологий.

Проблема питания требует комплексного, системного подхода и должна решаться в рамках четко определенных задач при поддержке государства.

Задачи по сохранению и укреплению здоровья школьников, связанные с совершенствованием организации школьного питания. Новая школа – это современная инфраструктура со столовой, с вкусной и здоровой едой, новые санитарные правила и нормативы питания, сбалансированное горячее питание.

Программа разработана

в соответствии с:

Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка».

Закон Российской Федерации «Об образовании в РФ», ФЗ от 29.12.2012 № 273

ФЗ « О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 12(30).03.99г. №52-ФЗ

Федеральным законом «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (№ 29 – ФЗ, от 02.01.2000 г.), санитарными нормами и правилами, утвержденными совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпидемнадзором.

Постановление Правительства РФ от 20 июня 2020 г. № 900 «О предоставлении бесплатного питания для школьников младших классов»

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «О введении в действие СанПиН 2.3.2. 1940-05 (вместе с Санитарно – эпидемиологическими правилами и нормативами «Организация детского питания» СанПин 2.3.2. 1940-05)

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «О введение в действие санитарно – эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.1178-02»

Письмо Роспотребнадзора «О согласовании рационов питания»(№ 0100/2717-07-032 от 19.03.2007 г.)

СанПин 2.3.2.560-96 «Гигиенические требования к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов. Санитарные правила и нормы»

Цели и задачи программы.

Основной целью программы является укрепление здоровья детей, снижение заболеваемости подрастающего поколения, повышение качества, сбалансированности и доступности питания.

Повышение технического уровня производства продукции школьного питания.

Развитие системы производственного контроля за качеством и безопасностью используемого сырья и вырабатываемой продукции.

Создание условий для получения рационов питания в необходимых объемах, ассортименте и в оптимальные сроки.

Максимальное приближение рациона питания различных групп обучающихся к утвержденным нормативам возрастных потребностей в пищевых веществах.

Обучение школьников и их родителей основам знаний здорового питания.

Формирование культуры и навыков здорового питания.

Обеспечение школьников качественным питанием, соответствующим принципам рационального и сбалансированного питания.

Гарантированное качество пищевых продуктов и безопасность питания.

Предупреждение среди школьников заболеваний, связанных с питанием.

Создание санитарно-гигиенических условий приема пищи и поведения ребенка во время еды (культура поведения за столом).

Пропаганда здорового и полноценного питания.

Витаминизация питания.

Основные принципы программы

Оптимальный режим питания, физиологически обоснованное распределение количества и качества потребляемой пищи в течение дня.

Предоставление всем учащимся, с 1 по 4 класс полноценное, бесплатное питание.

Предоставление в период дистанционного обучения детям из малообеспеченных семей продуктовых пайков.

Соответствие энергетической ценности рациона питания величинам энергозатрат организма.

Сбалансированность рационов по содержанию белков, углеводов, жиров, восполнение дефицита витаминов и других микро- и макроэлементов.

Профилактика йододефицитных состояний у школьников.

Развитие системы мониторинга за организацией питания и состояния здоровья обучающихся, обеспеченностью их необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона, ассортиментом продуктов, используемых в питании.

Система программных мероприятий

Программные мероприятия осуществляются по следующим разделам:

нормативно-правовой;

научно-методическое сопровождение;

формирование навыков здорового питания;

мониторинг состояния организации питания;

кадровое обеспечение;

контроль за реализацией программы.

Оценка эффективности реализации программы.

Социально-экономический эффект по совершенствованию организации питания обучающихся состоит в следующем:

улучшение состояния здоровья школьников по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи, на 10%;

создание благоприятных условий для сохранения и укрепления здоровья, нормального роста и развития детей (снижение показателей заболеваемости органов пищеварения, органов дыхания) за счет повышения уровня иммунизации;

обеспечить всех обучающихся здоровым питанием;

обеспечение сбалансированности питания обучающихся;

улучшение качества питания и обеспечение его безопасности;

развитие материально-технической базы питания в соответствии с современными требованиями технологии производства и организации обслуживания обучающихся;

получение школьниками и их родителями основ знаний здорового питания;

сформированность культуры и навыков здорового питания;

В ПРОГРАММЕ ПРИНИМАЮТ УЧАСТИЕ:

Семья:

- Родительский контроль за питанием:

Администрация:

- индивидуальные беседы;

- пропаганда санитарно-гигиенических знаний среди участников образовательного процесса, основ здорового образа жизни

Педагогический коллектив:

- совещания;

- родительские собрания, классные часы, беседы о ЗОЖ, рациональном питании;

- приобщение к занятиям в спортивных секциях,

- пропаганда здорового образа жизни

Медицинский работник:

- уроки здоровья
- индивидуальные беседы
- контроль за здоровьем обучающихся
- контроль за состоянием столовой и пищеблока

Социальный педагог:

- выявление неблагополучных семей, посещение на дому
- помощь в выборе занятий по интересам
- санитарно-гигиеническое просвещение

Мероприятия программы

На 2020 - 2023 годы в школе намечены следующие мероприятия по организации здорового питания:

- провести анкетирование учащихся и родителей о качестве приготовления пищи, ассортименте продуктов, качестве обслуживания в столовой;
- проводить санитарно-просветительскую работу среди учащихся и родителей:
 - классные часы: «Наша пища должна быть целебным средством...», «Пищевая аллергия», «Кто не знает железа, тот не знает здоровья», «Правильно ли вы питаетесь?», и т.п.;
 - родительские беседы: «Профилактика йод-дефицитных состояний», «Проблемы питания школьника», «Правильное питание», «Ожирение» и т.д.;
 - конкурсы: «Ваш лозунг», «Здоровое меню» и т.д.;
- создать банк данных многодетных семей, малоимущих семей, опекаемых детей и детей-инвалидов, а также детей с ослабленным здоровьем;
- развитие системы мониторинга за организацией питания и состоянием здоровья обучающихся;
- внедрение десятидневного цикличного меню, согласно нормативам, согласованного с Роспотребнадзором;
- осуществлять контроль за работой столовой комиссией, в которую входит мед. работник, ответственный за питание, член родительского контроля. (Один раз в четверть);
- осуществлять контроль за применением технологической документации на производство пищевых продуктов;
- осуществлять витаминизацию питания;

- осуществлять производственный контроль за качеством и безопасностью используемого сырья и вырабатываемой продукции, за соблюдением санитарных правил и требований при хранении и приготовлении продукции, за соблюдением санитарного состояния столовой;
- в осенний и весенний период вводить фитонциды: чай с лимоном, лук, чеснок;
- выносить вопросы по организации питания на обсуждение на общешкольном родительском комитете, на педагогических советах;
- проведение семинаров для родителей;
- обучение школьников основам здорового питания в рамках предметов химии, биологии, физики, технологии.

Основные направления работы с семьей обучающихся.

Формы взаимодействия педагогов и родителей:

- Родительское собрание («Как научиться правильно питаться?», «Мы – за здоровое питание», «Народные традиции и их роль в формировании культуры питания», «Роль отца в формировании семейной культуры здорового питания» и т.д.).
- Родительский лекторий (1 раз в четверть).

Основные представления о «полезных» и «вредных» продуктах.

- Диспуты, дискуссии по проблемам организации правильного питания (1 раз в четверть).
- Родительский контроль по вопросам организации правильного питания (не реже 1 раза в месяц).
- Индивидуальные встречи и консультации (по необходимости).
- оформление школьной столовой пропагандой здорового питания .

Тематика родительского лектория

Современные представления о здоровом питании

Организация рационального питания школьников

Оздоровительное питание школьников в домашних условиях

Рациональное питание детей с дефицитом массы тела

Питание детей, перенесших острые респираторные вирусные инфекции

Профилактика пищевых отравлений

МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Наименование мероприятий	Сроки	Ответственные
1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение.			
1.	Организационное совещание — порядок приема учащимися завтраков, обедов; оформление бесплатного питания	Сентябрь	Классные руководители, ответственный по питанию.
2.	Совещание классных руководителей: 1-4-х классов по вопросам: - Охват учащихся горячим питанием - Соблюдение сан. гигиенических требований - Профилактика инфекционных заболеваний.	В течение года	Классные руководители, ответственный по питанию.
3.	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой администрацией школы, проведение целевых тематических проверок.	В течение года	Администрация Ответственный по питанию.
1. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся младших классов			
1.	Проведение классных часов по темам: «Традиции чаепития»	Сентябрь 2020г	Классные руководители
2.	Беседа по теме: «Хлеб — всему голова»	Октябрь 2020г	Классные руководители
3.	Конкурс стенгазет среди учащихся 1 - 4кл. «О вкусной и здоровой пище»	Ноябрь 2020г	Классные руководители
4.	Беседы с учащимися 1 – 4 кл. «Береги своё здоровье»	Декабрь 2020г	Классные руководители
5.	Анкетирование учащихся: - Школьное питание: качество и	Февраль 2021г	Классные руководители. Ответственный по питанию

	разнообразие обедов		
6.	Выставка книг. Сказки с полезными героями Овощи и Фрукты.	Март 2021г	библиотекарь
7.	Уроки-практикумы «Столовый этикет»	Апрель 2021г	Классные руководители, зам. дир. по ВР
8.	Беседа по теме: «Режим дня и его значение»	Май 2021г	Классные руководители,
9.	Проведение классных часов по темам: «Красиво! Вкусно! Полезно!»	Сентябрь 2021г	Классные руководители
10.	Беседы по темам: «Культура приема пищи»	Октябрь 2021г	Классные руководители
11.	Конкурс рисунков и плакатов на тему правильного питания и здорового образа жизни.	Ноябрь 2021г	Классные руководители
12.	Беседа по теме: «Острые кишечные заболевания и их профилактика»	Декабрь 2021г	Классные руководители
13.	Масленица»	Февраль 2022г	Классные руководители.
14.	Выставка любимого, семейного рецепта. «Рецепт моей семьи»	Март 2022г	Классные руководители.
15.	Проведение классных часов по темам: «Правильное питание – залог здоровья»	Апрель 2022г	Классные руководители
16.	Анкетирование учащихся: - Школьное питание: качество и разнообразие обедов	Май 2022г	Классные руководители, Ответственный по питанию
17.	Проведение классных часов по темам: «Здоровое питание - здоровая нация»	Сентябрь 2022г	Классные руководители
18.	Проведение Дней здоровья	Октябрь 2022г	Учителя физкультуры
19.	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	Ноябрь 2022г	библиотекарь
20.	Польза овощей. Конкурс загадок «Овощи. Фрукты».	Декабрь 2022г	Классные руководители

21	«Масленица»	Февраль 2023г	Классные руководители
22	Составление и обсуждение режима дня школьника с 1 по 4 класс.	Март 2023г	Классные руководители.
23	Конкурс четверостиший «Правильное питание – залог здоровья!»,	Апрель 2023г	Классные руководители, зам. дир. по ВР
24	Анкетирование учащихся: - Школьное питание: качество и разнообразие обедов	Май 2023г	Классные руководители, Ответственный за питание
1. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди родителей учащихся.			
1.	Проведение родительских собраний по темам: Совместная работа семьи и школы по «Здоровый ребёнок – ребёнок со здоровой психикой». «Полноценное питание ребёнка и обеспечение организма всем необходимым». Профилактика желудочно-кишечных заболеваний, инфекционных, простудных заболеваний Здоровый образ жизни. Режим дня школьника. 1 – 4 класса	2020г – 2021г Сентябрь декабрь февраль октябрь	классные руководители
2.	Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»	2021г – 2022г октябрь	Педагог-психолог
3	Проведение родительских собраний по темам: «Здоровая пища для всей семьи».	декабрь	Классные руководители
4.	Встреча медработника с родителями «Личная гигиена ребенка»	Апрель	Медработник, классные руководители
5.	Анкетирование родителей «Ваши предложения на следующий учебный год по развитию школьного питания»	Май	Классные руководители

6.	Изучение отношения родителей к организации горячего питания в школе	2022 – 2023гг октябрь	Классные руководители, ответственный за питание
7.	Проведение родительских собраний по темам: Учите детей быть здоровыми».	декабрь	Классные руководители
8.	Проведение родительских собраний по темам: «Формирование здорового образа жизни младших школьников».	Апрель	Классные руководители
9.	Анкетирование родителей «Ваши предложения на следующий учебный год по развитию школьного питания»	Май	Классные руководители, ответственный за питание
10.	Проведение родительских собраний по темам: «Простые истины о здоровье и питании».	октябрь	Классные руководители
11.	Проведение родительских собраний по темам:	декабрь	Классные руководители

Ожидаемые конечные результаты программы:

сохранение и укрепление здоровья при стабильных результатах обучения;

повышение приоритета здорового питания;

повышение мотивации к здоровому образу жизни;

поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей;

улучшение состояния здоровья детей по показателям заболеваний,

зависящих от качества потребляемой пищи;

повышение качества и безопасности питания учащихся;

обеспечение всех обучающихся питанием;

обеспечение льготным питанием детей из социально-незащищенных семей.

