

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики
«Школа № 79 для детей с ограниченными возможностями здоровья»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ УР «Школа № 79»
_____ Е.В. Соснина
« » _____ 2024 год

ПРОГРАММА

**«Здоровое питание
ШКОЛЬНИКОВ»**

Составитель: Петрова С.И., зам. директора по ВР

Ижевск

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование Программы	Программа «Здоровое питание школьников»
Основание для разработки Программы	<ul style="list-style-type: none"> • Федерального закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; • Конвенции о правах ребенка; • Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года №28 «Об утверждении Санитарных правил СанПиН 2.4.2.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; • Устава ГКОУ УР «Школа №79».
Разработчик программы	заместитель директора по ВР Петрова С.И.
Цель Программы	Создание благоприятных условий для сохранения и укрепления физического здоровья школьников за счет повышения качества, эффективности и безопасности системы школьного питания.
Основные задачи Программы	<ul style="list-style-type: none"> ▪ обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; ▪ обеспечение доступности школьного питания; ▪ гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании; ▪ предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; ▪ приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями; ▪ пропаганда принципов здорового и полноценного питания; ▪ организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.
Ожидаемые результаты реализации Программы	<ul style="list-style-type: none"> ▪ наличие пакета документов по организации школьного питания; ▪ обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; ▪ обеспечение доступности школьного питания; ▪ обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании; ▪ отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; ▪ приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями; ▪ сохранение и укрепление здоровья школьников; ▪ увеличение охвата горячим питанием школьников и работающих сотрудников школы, доведение его до 100%; ▪ улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой.

1). Обоснование актуальности Программы по развитию и совершенствованию организации школьного питания

Здоровье детей и подростков в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны, генофонд нации, являясь при этом наряду с другими географическими показателями, чутким барометром развития страны.

Актуальность выбранной темы заключается в том, что одним из важнейших факторов формирования здоровья подрастающего поколения является питание. На сегодняшний день в России проблема в питании школьников приобретает все более серьезное значение. Горячее питание детей во время пребывания в школе является одним из важных условий поддержания их здоровья и способности к эффективному обучению. Специалисты отмечают, что «школьные патологии» проявляются в развитии опорно-двигательной, сердечно-сосудистой систем, органов дыхания, ростом нервно – психических заболеваний, зрения и, наряду с этими заболеваниями, значительное место занимают заболевания органов пищеварения, эндокринной системы, болезни, связанные с нарушением обмена веществ.

Вследствие этого наблюдается общее снижение уровня психологической комфортности у школьников. И как общее проявление – отрицательная динамика социальной активности, что проявляется в инертности в учебной и трудовой деятельности, а нередко ведёт к неадекватному и даже агрессивному поведению.

Необходимость серьёзно заниматься формированием культуры здоровья в системе 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 ребёнком в специально проектируемой деятельности;
- школьный период в развитии наиболее сензитивен в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

Таким образом, питание является важнейшим фактором здоровья человека. Это и послужило отправной точкой для создания программы «Здоровое питание школьников», которая призвана не только формировать у школьников с нарушением интеллекта рациональное отношение к собственному питанию, но и дать представление об основных принципах здорового образа жизни.

Программа «Здоровое питание школьников» обеспечивает основную концепцию, которой руководствуется школа в планировании, реализации мероприятий по пропаганде здорового питания. В ней учитываются действия всех значимых членов школьного сообщества: обучающихся, педагогов, родителей, работников ГКОУ УР «Школа № 79».

Принципы реализации программы «Здоровое питание школьников»:

- принцип природосообразности, предполагающий учёт возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся на основе изучения их потребностей и интересов и организация в связи с этим их здоровьесберегающей деятельности;

- принцип формирования ценностных установок школьников на здоровый образ жизни, следование которому обеспечивает формирование системы ценностей, мотивов и установок обучающихся на здоровый образ жизни;
- принцип культуросообразности (включение в культуру посредством специально ориентированной и организованной здоровьесотворческой деятельности);
- принцип интеграции воспитательного воздействия, следование которому означает активное взаимодействие всех субъектов педагогического процесса: учителей, родителей и детей, направленное на обеспечение физического и психического здоровья каждого ребёнка;
- принцип гуманности основан на признании индивидуальности каждого ребёнка, его физического, духовного, эмоционального, социального и нравственного развития, милосердия и поддержки в критической ситуации. Проявляется это в поддержке личности в стремлении к самоопределению, помощи ребёнку в самореализации в семье, в школе, в оздоровительных, культурных, правовых, социальных, государственных и общественных учреждениях.

2). Мероприятия по реализации программы

Основные направления реализации Программы

1. Организация и регулирование школьного питания:

- развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся, обеспечения их необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
- развитие механизмов координации и контроля в системе школьного питания;
- организация правильного, сбалансированного питания детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;
- обеспечение доступности, безопасности и эффективности школьного питания;
- оказание социальной поддержки отдельным категориям обучающихся;
- использование разных форм и методик организации питания;

2. Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей.

- Пропаганда здорового питания (проведение игр, конкурсов, лекций, акций, классных часов, КТД)
- Пропаганда здорового питания на родительских собраниях.
- Обновление методической копилки данных по вопросам здорового питания, здорового образа жизни.
- Проведение дней здоровой пищи, с приглашением родителей с целью проведения дегустации школьных блюд.
- Создание системы поэтапного формирования компетентностей обучающихся по вопросам здорового питания.

3. Укрепление материально-технической базы школьной столовой предусматривает:

- оснащение недостающим технологическим оборудованием школьного пищеблока,
- совершенствование дизайна школьной столовой.

4. Повышение квалификации персонала предусматривает:

- повышение профессионального уровня специалистов в области школьного питания через систему повышения квалификации,
- участие в профессиональных смотрах и конкурсах,
- проведение бесед, классных часов, конкурсов, выставок, презентаций школьных обедов для родителей и обучающихся.

Программа реализуется как комплекс организационных и научно-методических мероприятий, обеспечивающих достижение поставленной цели. В процессе реализации Программы планируется выполнение следующих основных мероприятий:

Создание нормативно-правовой базы по вопросам организации питания

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Издание приказов по вопросам организации питания .	сентябрь, январь	директор школы
2. Изучение нормативных документов по вопросам организации питания	в течение года	члены комиссии по питанию

Организационно-аналитическая деятельность, информационное обеспечение

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Организационное совещание – организация питания в 1 и 2 полугодии;	сентябрь, январь	директор, ответственный по питанию
2. Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	1 раз в полугодие	директор школы
3. Административное совещание с приглашением классных руководителей 1 – 12-х классов по вопросам: - охват обучающихся горячим питанием - соблюдение санитарно-гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний	октябрь февраль	директор школы

Методическое обеспечение

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Организация консультаций для классных руководителей 1 -4, 5-8, 9-12 классов: · культура поведения обучающихся во время приема пищи; · соблюдение санитарно-гигиенических требований; · организация горячего питания – залог сохранения здоровья	в течение года	медсестра
2. Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания	в течение года	члены комиссии по питанию

Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Проведение классных часов по темам: - «Режим дня и его значение»; - «Культура приема пищи»; - «Хлеб – всему голова»; - «Острые кишечные заболевания и их профилактика»;	в течение года	медсестра, классные руководители

- «Пирамида здорового питания»; - «Здоровое школьное питание»; - «Здоровая еда для здоровых людей»; - «Правильное питание – залог долголетия»		
2. Выставка книг по здоровому питанию	октябрь	библиотекарь
3. Конкурс газет среди учащихся 5 – 8 классов «О вкусной и здоровой пище»	ноябрь	заместитель директора по УВР
4. «Открытый микрофон» - предложения обучающихся по улучшению организации школьного питания	декабрь	заместитель директора по УВР
5. Проведение школьной ярмарки	сентябрь	администрация
6. Анкетирование обучающихся по вопросам питания	сентябрь, май	классные руководители
7. Цикл бесед «Азбука здорового питания»	апрель	классные руководители
8. Оформление стенда с рекомендациями о рациональном питании.	декабрь	администрация школы
9. Анкетирование родителей «Ваши предложения по развитию школьного питания»	май	классные руководители
10. Проведение элективных курсов, кружков по пропаганде питания школьников.	по плану учителей- предметников	Учителя- предметники, руководитель дополнительного образования «Академия домоводства»

Работа по воспитанию культуры питания среди родителей обучающихся

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Проведение родительских собраний по темам: - совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни; - питание учащихся; - профилактика желудочно-кишечных заболеваний и инфекционных, простудных заболеваний; - итоги медицинских осмотров обучающихся	сентябрь ноябрь январь	медсестра, классные руководители
2. Индивидуальные консультации медсестры школы	в течение года	медсестра
3. Родительский лекторий «Разговор о правильном питании»	январь	заместитель директора по ВР
4. Анкетирование родителей «Ваши предложения по развитию школьного питания»	май	классные руководители

Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Реализация проекта «Оформление школьной столовой»	сентябрь	администрация
2. Разработка новых блюд, изделий, их внедрение в систему школьного питания, обсуждение циклического меню	в течение года	зав. производством

Контрольная деятельность

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием обеденного зала.	ежедневно	заместитель директора по АХЧ
2. Контроль за качеством поступаемых продуктов, сроками реализации, качеством приготовления блюд	ежедневно	ответственный по питанию, бракеражная комиссия
3. Контроль за технологией приготовления блюд	ежедневно	медсестра
4. Контроль за состоянием здоровья работников пищеблока	постоянно	Медсестра, заведующая производством
5. Контроль за деятельностью классных руководителей по вопросам формирования навыков здорового питания у обучающихся	в течение года	заместитель директора по ВР

3). Организация деятельности по контролю за организацией и качеством питания обучающихся

Контроль за организацией и качеством питания обучающихся осуществляет школьная комиссия. В своей деятельности комиссия руководствуется законодательными и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, приказами и распоряжениями органов управления образованием, уставом и локальными актами образовательного учреждения. Состав школьной комиссии утверждается приказом директора школы на каждый учебный год. Работа комиссии осуществляется в соответствии с планом, согласованным с администрацией школы. Результаты проверок и меры, принятые по устранению недостатков оформляются актами и рассматриваются на заседаниях комиссии с приглашением заинтересованных лиц.

Основные направления деятельности комиссии:

- Оказывает содействие администрации школы в организации питания обучающихся.
- Осуществляет контроль:
 1. За рациональным использованием финансовых средств, выделенных на питание обучающихся;
 2. За целевым использованием продуктов питания и готовой продукции;
 3. За соответствием рационов питания согласно утвержденному меню;

4. За качеством готовой продукции;
5. За санитарным состоянием пищеблока;
6. За выполнением графика поставок продуктов и готовой продукции, сроками их хранения и использования;
7. За организацией приема пищи обучающихся.

**План работы
по контролю и качеством питания школы**

Мероприятия	Сроки
1. Проверка двухнедельного меню.	Сентябрь
2. Проверка целевого использования продуктов питания и готовой продукции.	Ежемесячно
3. Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню.	Ежедневно
4. Организация просветительской работы.	Октябрь, апрель
5. Разработка наглядной агитации по здоровому питанию.	февраль, март
6. Контроль за качеством питания.	Ежедневно
7. Проверка табелей питания.	Ежемесячно
8. Анкетирование учащихся и их родителей по организации питания.	Май

1. Ожидаемые результаты реализации программы «Здоровое питание школьников»

Реализация программных мероприятий позволит создать условия для:

- повышения удовлетворенности обучающихся и родителей качеством предоставляемых услуг;
- укрепления материально-технической базы школьной столовой;
- совершенствование системы просветительской работы по формированию культуры питания;
- улучшение качественного и сбалансированного питания, обеспечение его безопасности

2. Оценка социально - экономической и экологической эффективности программы «Здоровое питание школьников»

Совокупность программных мероприятий при их полной реализации позволит совершенствовать систему школьного питания, улучшать состояние здоровья обучающихся.

В качестве наиболее значимых результатов реализации Программы «Здоровое питание школьников» рассматриваются:

- а) улучшение состояния здоровья учащихся за счет:
 - организации качественного и сбалансированного питания;
 - совершенствования научно-обоснованного рациона питания для учащихся;
- б) совершенствование системы просветительской работы по формированию культуры школьного питания за счет:

- реализации комплекса мероприятий, образовательных программ по формированию культуры питания школьников, повышению гигиенической грамотности;
- увеличения удельного веса педагогов, учащихся, родителей (законных представителей), участвующих в деятельности по формированию культуры школьного питания.

Реализация Программы позволит повысить эффективность деятельности по организации школьного питания, будет способствовать проведению необходимой информационно - образовательной работы по формированию культуры здорового питания среди педагогов, учащихся школ и их родителей (законных представителей).

Мониторинг эффективности реализации программы «Здоровое питание школьников» осуществляет администрация школы.

Мониторинг организации здорового питания обучающихся

Название мероприятия	Форма проведения	Сроки
Изучение уровня владения основами здорового питания	Мониторинговое исследование	май
Качество системы школьного питания (школьный уровень)	Мониторинговое исследование	Февраль-март Март-май
Мнение участников образовательного процесса о качестве школьного питания.	Социологическое исследование	Декабрь Май
«Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	Анкетирование родителей Анкетирование учащихся	Апрель-май

3. Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников.

1. 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;
- Контроль расходования средств на питание в школьной столовой.

2. Обязанности работников столовой:

- Составление рационального питания на день и перспективного меню;
- Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;
- Обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи;
- Использование современных технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

3. Обязанности классных руководителей:

- Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;

- Воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;
- Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;
- Организация конкурсов и викторин на тему правильного питания.

4. Обязанности родителей:

- Прививать навыки культуры питания в семье;
- Выполнять рекомендации классных руководителей и медработников по питанию в семье.

5. Обязанности обучающихся:

- Соблюдать правила культуры приема пищи;
- Принимать участие в мероприятиях по формированию здорового и правильного питания.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Учитывая тот факт, что дети и подростки первую половину дня находятся в школе и питание здесь должно составлять 60-70% ежедневного рациона обучающихся. Качество и эффективность школьного питания становится важным фактором сохранения интеллектуального капитала и здоровья подрастающего поколения.

Таким образом, содержание Программы по формированию у детей основ культуры питания позволяет подвести детей к пониманию того, что составляющей здорового образа жизни является правильное питание. Содержание программы «Здоровое питание школьников» поможет обучающимся с нарушением интеллекта в интересной и увлекательной форме окунуться в историю, суть, актуальность вопроса о правильном питании.

1. Удовлетворяет ли вас система организации питания в школе?
 - Да - 125
 - Нет - 2
 - Затрудняюсь ответить – 9
 - Не ответил - 1
 2. Удовлетворяет ли вас санитарное состояние школьной столовой?
 - Да - 121
 - Нет - 3
 - Затрудняюсь ответить -11
 - Не ответил - 1
 3. Наедаетесь ли вы в школе?
 - Да
 - Нет
 - Затрудняюсь ответить
 4. Хватает ли продолжительности перемены для того, чтобы поесть в школе?
 - Да
 - Нет
 - Затрудняюсь ответить
 5. Нравится ли питание в школьной столовой?
 - Да
 - Нет
 - Затрудняюсь ответить
 6. Если не нравится, то почему?
 - Невкусно готовят
 - Однообразное питание
 - Готовят нелюбимую пищу
 - Остывшая еда
 - Маленькие порции
 - Иное _____
 7. Устраивает ли меню школьной столовой?
 - Да
 - Нет
 - Иногда
 8. Считаете ли питание в школьной столовой здоровым и полноценным?
 - Да
 - Нет
 - Затрудняюсь ответить
 9. Ваши предложения по изменению меню:

 10. Ваши предложения по улучшению питания в школе?

-

Список литературы:

1. . Гурвич М.М. Диетолог отвечает на вопросы.—М.: Медицина, 1988.—128 с.
2. Конышев В.А. Анализ спорных концепций питания человека // Вопросы питания.— 1983.—№ 6.—С. 3—10.
3. Петровский К.С. Азбука здоровья.—М.: Знание, 1982.— 1.12 с.
4. Покровский А.А. Беседы о питании.—М.: Экономика, 1986.—368 с.
5. Скурихин И.М., Шатерников В.А. Как правильно питаться?—М.: Агропромиздат, 1985.—240 с.