



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Н.А.Калына

ПРОГРАММА
организации и развития питания
школьников

Питание для здоровья

МКОУ СОШ п. Алексеевск

Паспорт

школьной целевой программы на 2018-2025гг.

Наименование Программы	Программа развития и совершенствования организации школьного питания «Питание для здоровья» на 2018 – 2025 гг.
Основание для разработки Программы	Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка». Закон Российской Федерации «Об образовании в РФ», ФЗ от 29.12.2012 № 273 СанПиН 2.4.2.2821-10 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ» СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в ОУ, учреждениях начального и среднего профессионального образования» Постановление главного санитарного врача РФ от 31.09.2006 года №30 «Об организации питания учащихся в ОУ»
Заказчик программы	Совет школы, родительский комитет школы, директор МКОУ СОШ п. Алексеевск Калына Н.А.
Разработчик программы	Заместитель директора по УВР Чуркина Е.П., заместитель директора по ВР Березовская М.М., социальный педагог Зарукина Е.И..

<p>Цель Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Обеспечение качественным питанием обучающихся школы при сохранении его доступности, - формирование общей культуры правильного питания. - совершенствование системы организации питания в образовательном учреждении, способствующих формированию здорового образа жизни у школьников и навыков рационального здорового питания, - разработка и реализация комплексной системы мероприятий направленных на обучение сохранению и укреплению, формированию культуры и навыков здорового питания учащихся; - воспитание личности, ответственной за свое здоровье и здоровье окружающих.
<p>Основные задачи Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Пропаганда здорового питания (проведение классных часов, конкурсов, лекций, дискуссий). - Формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья. - Формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы школы . - Внедрение современных методов мониторинга состояния питания.
<p>Основные направления Программы</p>	<p>Создание нормативно-правовой базы по организации питания детей</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) развитие материально-технической базы школьной столовой и улучшение ее санитарного состояния; 2) обеспечение качественного и

	сбалансированного питания учащихся, формирование культуры школьного питания; 3) организация льготного питания учащихся для группы детей социального риска.
Сроки и этапы реализации Программы	2018 год – организационный 2019-2024 годы – реализация программы 2025 год – заключительный
Организация контроля за исполнением Программы	- Общественный контроль за организацией и качеством питания школьников со стороны бракеражной комиссии, родительского комитета школы. - Информирование общественности о состоянии школьного питания через стенд в фойе школы и сайт школы. - Информирование родителей.

I. Обоснование актуальности программы по развитию и совершенствованию организации школьного питания

Значительное число современных проблем в системе общего образования, связано с негативной динамикой здоровья детей. Особую тревогу вызывает сам характер нарушений, которые часто являются следствием перенапряжения детского организма в процессе адаптации к качеству образовательной среды. Такие нарушения получили название «школьной патологии». Специалисты отмечают, что «школьные патологии» проявляются в развитии опорно – двигательной, пищеварительной, сердечно – сосудистой систем, ростом нервно – психических заболеваний, болезней органов дыхания, зрения. Вследствие этого наблюдается общее снижение уровня психологической комфортности у детей. 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 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 ребёнком в специально проецируемой деятельности;

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

Рациональное питание обучающихся – одно из условий создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательном учреждении, снижения отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования. Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии.

На современном этапе развития человеческого общества такие универсальные ценности, как жизнь и здоровье человека, приобретают особое значение. С одной стороны, потому, что они являются «структурообразующими факторами социальности», с другой - потому, что мы должны немедленно восстановить адекватное отношение к ним у подрастающего поколения. За фразой «школьное питание» стоит здоровье наших детей. По данным валеологов, болезни органов пищеварения у детей и подростков занимают 3-е место. Поэтому важным фактором сохранения здоровья учеников является организация правильного питания не только дома, но и в школе. Специалисты считают, что ухудшение здоровья детей связано с неполноценным питанием, гиповитаминозами, химическими загрязнениями окружающей среды, отсутствием навыков и привычек здорового образа жизни.

Школьник должен расти здоровым, физически крепким, всесторонне развитым и выносливым. Из всех факторов внешней среды, оказывающих влияние на его физическое и нервно-психическое развитие, питание занимает ведущее место. Поэтому еще с раннего детства важно обеспечить полноценное и правильно организованное питание, являющееся залогом его здоровья. Всякое нарушение питания, как количественное, так, еще в большей мере, и качественное, отрицательно влияет на здоровье детей. Особенно вредны для организма нарушения питания в период наиболее интенсивного роста ребенка. Организм школьника постоянно расходует много энергии. Эта энергия необходима ему для деятельности сердца, легких и других внутренних органов, для поддержания постоянной температуры тела. Учебные занятия, чтение, просмотр телевизионных передач также требуют расхода определенного количества энергии. С особенно большими энергетическими затратами связана работа, сопровождаемая сокращением мышц: движения, игры, занятия спортом, различные трудовые процессы. Основным источником энергии служит пища. Наряду с этим пища является «строительным материалом», необходимым для роста и развития организма.

Очевидно, что процесс обучения в школе не должен строиться за счет ресурсов здоровья ребенка, а должен быть направлен на сохранение и устранение нарушений в состоянии здоровья детей.

Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательных учреждениях, снижения отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования. Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии. В Законе Российской Федерации "Об образовании" сохранена обязанность образовательного учреждения организовывать питание обучающихся, выделять помещение для питания детей, предусматривать перерыв достаточной продолжительности.

Школа представляет собой жизненно важную среду, используя которую можно оказывать влияние на процесс правильного питания и формировать у школьников верные навыки и стереотипы в данном вопросе. В школе существуют эффективные возможности, для проведения работы по охране здоровья и здоровому питанию. Именно школьный возраст является тем периодом, когда происходит основное развитие ребенка и формируется образ жизни, включая тип питания.

Организованное школьное питание регламентируется санитарными правилами и нормами, и поэтому в значительной степени удовлетворяет принципам рационального питания.

Недостатком в организации питания школьников является составление меню с учетом не столько физиологической потребности детей в биологически ценных веществах, сколько с учетом стоимости продуктов, хотя в последнее время данная практика преодолевается. Хотя по-прежнему существует противоречие между низкой ценой школьного питания и желанием соответствия установленным нормативам питания детей.

Многие учащиеся имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. Основные проблемы питания школьников связаны с нарушением режима питания вне стен школы, злоупотреблением чипсами, фаст-фудами, сухариками, конфетами, шоколадными батончиками и т.д. Обычно это связано с недостаточной информированностью и/или попустительством со стороны родителей. Нужно объяснить ребенку, как питание важно для него и его организма. Чтобы учиться хорошо, надо хорошо кушать. А организация полноценного питания во всех школах должна стать приоритетным направлением деятельности школы.

Среди факторов, влияющих на здоровье детей в школе, отмечены следующие:

- Уровень учебной нагрузки на организм учащихся.
- Состояние лечебно – оздоровительной работы в школе.
- Состояние внеурочной воспитательной работы в школе.

Остается актуальной задача улучшения качества, разнообразия блюд и безопасности питания детей школьного возраста. Для решения этой задачи и была разработана Программа, которая предполагает, что правильно организованное питание, несомненно, поможет сохранять здоровье школьников.

II. Сроки и этапы реализации.

I этап – 2018 организационный

На данном этапе планируется:

1. Проведение качественной оценки меню школьной столовой.
2. Проведение анализа уровня заболеваемости школьников алиментарно-зависимыми заболеваниями и его связи с качеством питания детей в школе.
3. Разработка и утверждение в установленном порядке примерных меню для школьных столовых с учетом возрастных физиологических потребностей детей, а также климатических особенностей региона.
4. Детальный анализ оснащенности пищеблоков школьных столовых торгово-технологическим и холодильным оборудованием.
5. Разработка методических рекомендаций об осуществлении конкурсного отбора поставщиков продуктов для организации школьного питания.
6. Разработка и внедрение мер, направленных на улучшение информированности детей и их родителей в вопросах здорового питания и здорового образа жизни.
7. Разработка системы мер, направленных на повышение заинтересованности педагогов и классных руководителей в увеличении охвата учащихся организованным горячим питанием, в том числе за счет средств родителей, а также осуществлять постоянный анализ эффективности принимаемых мер.
8. Анализ полученных результатов и подведение итогов 1 этапа.

II этап – 2019-2024 реализация программы.

На данном этапе планируется:

1. Развитие материально-технической базы школьной столовой и улучшение ее санитарного состояния.
2. Приступить к реализации разработанных на первом этапе Программы комплекса мер, направленных на повышение информированности детей, их родителей и педагогов в вопросах здорового питания, а также популяризацию здорового питания и здорового образа жизни.
3. Внедрение в школе системы мер, направленных на повышение заинтересованности педагогов и классных руководителей в увеличении

охвата учащихся организованным горячим питанием, в том числе за счет средств родителей.

III этап – 2025 заключительный

На этом этапе обобщается накопленный опыт работы в школе по данной теме, подготавливается отчет по содержанию, технологиям и результатам работы, выделяются проблемные вопросы и перспективы дальнейшего развития школы.

III. Ресурсное обеспечение Программы.

1) бюджетные средства:

-дотация на питание;

-улучшение материально-технической базы пищеблока и обеденного зала.

2) внебюджетные средства:

- приобретение посуды, инвентаря, дезинфицирующих средств.

IV. Ожидаемые результаты реализации Программы.

Реализация мероприятий Программы позволит:

- 1) привести материально-техническую базу школьного пищеблока в соответствие с современными требованиями технологии пищевого производства и организации обслуживания учащихся школы;
- 2) обеспечить 100% охватом питания всех учащихся школы;
- 3) улучшить качество школьного питания, обеспечить его безопасность, сбалансированность, внедрить новые технологии производства продукции школьного питания и методы обслуживания школьников;
- 4) улучшить показатели здоровья учащихся школы, создать благоприятные условия для нормального роста и развития детей;
- 5) сформировать у школьников культуру питания и чувства ответственности за свое здоровье.

V. Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы.

I. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение участников реализации программ

№	Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания.	Август – сентябрь	Директор
2	Совещание классных руководителей «О питании в школе».	Сентябрь	ЗДВР

3	Создание бракеражной комиссии.	Сентябрь	Директор
4	Составление графика дежурства в столовой.	Сентябрь	ЗДВР
5	Составление графика приема пищи.	Сентябрь	ЗДВР
6	Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню.	Ежедневно	Медработник
7	Осуществление постоянного контроля за работой столовой, состоянием питания, соблюдением санитарно-эпидемиологических норм питания.	В течение года	Директор, бракеражная комиссия, комиссия по питанию.
8	Создание банка данных по желудочно-кишечным заболеваниям.	Сентябрь	Медработник
9	Совершенствование практики и системы профилактического осмотра детей, посещающих школу.	Ежегодно	Медработник
10	Ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям.	В течение года	Медработник
11	Организация питания с учетом состояния здоровья детей	Сентябрь	Медработник
12	Согласование перспективного меню	В течение года	Директор
13	Обеспечение продуктами питания, обогащенными витаминами и микроэлементами.	В течение года	По договорам
14	Совещания при директоре по питанию.	По плану	Директор
15	Организация бесплатного льготного питания учащихся.	В течение года	Ответств. по питанию

II. Укрепление и модернизация материальной базы столовой, расширение сферы услуг для учащихся и родителей

1	Улучшение материально-технологического оборудования школьной столовой. Обновление и ремонт технологического и	Ежегодно	Директор, завхоз
---	---	----------	------------------

	холодильного оборудования, обеспечение инвентарем.		
2	Реконструкция помещений школьной столовой с оснащением новым современным высокопроизводительным торгово-технологическим оборудованием.	2018-2020	Директор, завхоз
3	Модернизация производства выпечных и кондитерских изделий для школьного питания.	2020-2021	Директор, завхоз
4	Разработка проектов и сметной документации по ремонту и переоснащению новым современным торгово-технологическим оборудованием школьной столовой.	2018-2020	Директор, завхоз
5	Косметический ремонт столовой.	Ежегодно	Директор, завхоз
6	Замена сантехнического оборудования, ремонт водоснабжения.	По текущему графику	Директор, завхоз
7	Установка нового оборудования	По текущему графику	Директор, завхоз
8	Обновление кухонного инвентаря, кухонной посуды.	Ежегодно	Директор, завхоз
9	Обновление столовой посуды, столовых приборов.	Ежегодно	Директор, завхоз
10	Обеспечение моющими средствами соответствующими санитарным требованиям	Постоянно	Завхоз
11	Разработка новых блюд, изделий и внедрение в систему школьного питания.	В течение года	Повара, ответств. по питанию
12	Осуществление диетического питания учащихся.	В течение года	Медработник
13	Реализация в практической деятельности школы требований СанПиНа в вопросах организации горячего питания.	Ежегодно	Директор, ответств. по питанию

14	Проведение педагогических и социально-просветительских мероприятий по профилактике алкоголизма, наркомании, табакокурения среди детей и подростков.	В течение года	ЗДВР, социальный педгог
15	Продолжение эстетического оформления зала столовой.	В течение года	ЗДВР, завхоз
16	Своевременная подготовка к новому учебному году в соответствии с требованиями действующего законодательства, в том числе санитарными правилами и нормами	Ежегодно	Администрация школы
17	Проведение совещаний по проблеме организации школьного питания и мерах по взаимодействию структур, его обеспечивающих.	Ежеквартально	Администрация школы
18	Формирование методической библиотеки, видеотеки по вопросам здорового питания, здорового образа жизни.	В течение года	Библиотекарь

III. Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся

1	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся.	Ежедневно	Кл.руководители
2	Проведение мониторинга отношения учащихся к организации горячего питания в школе.	Май	ЗДВР, социальный педагог, кл. руководители
3	Проведение классных часов по темам: 1-4 классы 1. Устный журнал «Расти здоровым» 2. Здоровье сгубишь - новое не купишь. 3. Чистота-залог здоровья. 4. Как на Руси встречали Рождество. 5. Наше здоровье: витамины. 6. Планета здоровья.	В течение года	ЗДВР, кл. руководители, медработник

	<p>7.Здоровье в саду и на грядке.</p> <p>8.По дороге к доброму здоровью.</p> <p style="text-align: center;">5-11 классы</p> <p>1.Праздник Пасха.</p> <p>2.Быстрый бутерброд до добра не доведет.</p> <p>3.Масленица.</p> <p>4.Игра «Здоровый образ жизни».</p> <p>5.В гостях у Гигиены и Кулинарии.</p> <p>6.Брейн-ринг «Экология и здоровье».</p> <p>7.Полезные привычки.</p> <p>8.Что имеем, не храним, потерявши-плачем.</p> <p>9.Быть здоровым -это модно!</p> <p>10.Правильное питание в подростковом возрасте.</p> <p>11.25000 шагов к здоровью, или движение –это жизнь.</p> <p>12.Вредная пятерка и полезная десятка.</p>		
4	Конкурс творческих работ (эссе, стихи, сочинения)на тему «Как быть здоровым?»		ЗДВР, рук. МО учителей русского языка и литературы
5	Конкурс рисунков, плакатов на тему «Я люблю жизнь и хочу жить!»	Январь-февраль	ЗДВР, учитель ИЗО
6	Праздник «Посвящение в первоклассники»	Сентябрь	ЗДВР, рук. МО учителей начальных классов
7	Знакомство с «визитной карточкой» столовой	Сентябрь	Учителя начальных классов
8	Праздник «Здравствуй, осень золотая!»	Октябрь	ЗДВР, рук. МО учителей начальных классов

9	День матери.	Ноябрь	ЗДВР, классные руководители
10	Встреча зимы.	Декабрь	ЗДВР, классные руководители
11	День национальной кухни «Рождественские посиделки»	Январь	ЗДВР, классные руководители
12	Встреча весны «Здравствуй, масленица»	Март	ЗДВР, ст.вожатая
13	Дни православной национальной кухни.	Февраль-апрель	ЗДВР, классные руководители
14	Утренники «Окончание начальной школы».	Май	ЗДВР, рук. МО учителей начальных классов
15	Конкурс «Самый культурно питающийся класс»	1 раз в четверть	ЗДВР
16	Конкурс среди учащихся 5-7 классов «Хозяюшка»	Март	ЗДВР, учитель технологии

Уроки по теме «Питание, культура питания и пропаганда здорового образа жизни»

Класс	Предмет	Тема урока
1	Окружающий мир	Наше питание.
3	Окружающий мир	Почему нужно есть много овощей и фруктов.
5	ОБЖ	Продукты под контролем.
6	ОБЖ	1. Организация питания в экстремальной ситуации. 2. Съедобные растения и животные.
9	ОБЖ	1. Безопасное питание. 2. Твой рацион.
10	ОБЖ	1. Здоровый образ жизни и его составляющие. 2. Рациональное питание.
11	ОБЖ	Основы здорового образа жизни.
9	Химия	1. Сахароза, глюкоза, фруктоза. 2. Крахмал, целлюлоза. 3. Белки: состав, роль в питании.
10	Химия	1. Спирты.

		<p>2.Карбоновые кислоты.</p> <p>3.Жиры.</p> <p>4.Углеводы.</p> <p>5.Белки.</p>
11	Химия	<p>1.Кислоты-органические и неорганические.</p> <p>2.Химия и сельское хозяйство.</p> <p>3.Химия и повседневная жизнь человека.</p>
8	Биология	<p>1.Основы рационального питания. Пищевые продукты.</p> <p>2.Гигиена питания. Профилактика желудочно-кишечных заболеваний.</p> <p>3.Витамины.Микроэлементы.</p>
9	Биология	Органические вещества: белки, жиры, углеводы.
10	Биология	Органические вещества: белки, жиры, углеводы.
5	Технология	<p>1.Блюда из яиц, их значение в питании человека.</p> <p>2.Бутерброды (виды бутербродов, технология их приготовления).</p>
6	Технология	<p>1.Крупы, их состав. Блюда из круп.</p> <p>2.Значение каш в питании человека.</p> <p>3.Блюда из макаронных изделий.</p> <p>4.Рыба, ее состав. Польза рыбных блюд в питании человека.</p> <p>5.Молоко, его состав. Полезные свойства молока для человека. Блюда из молока.</p>
7	Технология	<p>1.Блюда из мяса. Значение мяса в питании человека.</p> <p>2.Кисломолочные продукты и блюда из них. Полезные свойства кисломолочных продуктов для человека.</p> <p>3.Приготовление изделий из теста.</p> <p>4.Фрукты и ягоды, их состав. Полезные свойства фруктов и ягод в питании человека.</p>
8	Технология	1.Блюда из сельхоз. птицы. Значение блюд из сельхоз. птицы в питании человека(полезные свойства).
9	Технология	<p>1.Приготовление блюд из мяса способами: тушение, запекание, припускание (польза способов приготовления для питания человека).</p> <p>2.Полуфабрикаты из котлетной массы.</p>
10	Технология	1.Рациональное питание.

		<p>2.Лечебное питание.</p> <p>3.Классификация супов, их значение в питании человека.</p> <p>4.История супов.</p> <p>5.Особенности приготовления супов: суп-пюре, уха, молочные и их польза в детском и диетическом питании.</p>
11	Технология	<p>1.Значение вторых блюд в питании человека.</p> <p>2.Вторые блюда из овощей.</p> <p>3.Вторые блюда из круп и их значение для человека.</p> <p>4.Приготовление вторых блюд из творога, их значение для человека. Полезные свойства творога и блюд из молока (сыр, кисломолочные продукты, сметана, масло и т.д.)</p> <p>5.Блюда из рыбы и их значение в питании человека.</p> <p>6.Закуски и их значение для человека.</p> <p>7.Блюда из котлетной массы и их значение в питании человека.</p> <p>8. Блюда из яиц и их значение в питании человека.</p> <p>9.Горячие напитки: чай, кофе, какао. Значение чая в жизни русских людей, его польза. Русские национальные напитки. Сладкие блюда и их приготовление.</p> <p>10.Виды теста. Фарши и начинки из пресного и дрожжевого теста.</p> <p>11.Питание школьников.</p>

Элективные курсы, через которые проходит тема «Питание»:

1. 8,9 классы «Русская кухня» - 17 часов.
2. 10 класс «Молекулярная биология» -17 часов.
3. 5 класс «За здоровый образ жизни» -17 часов.
4. 10 класс «Химия и пища» -11 часов.
5. 10 класс «Химия и медицина» -17 часов
6. 8 класс «Красота и здоровье» -34 часа.
7. 10 класс «За здоровый образ жизни» -17 часов.

IV. Работа по воспитанию культуры питания,

здорового образа жизни среди родителей учащихся.

1	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях.	В течение года	ЗДВР, медработник, социальный педагог, классные руководители.
2	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	В течение года	Классные руководители.
3	Проведение мониторинга отношения родителей к организации горячего питания в школе.	Май	ЗДВР, социальный педагог
4	Организация бесплатного льготного питания в школе.	В течение года	Социальный педагог, классные руководители.