

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказом директора школы

№2-104/от «2» 09 2019 г.

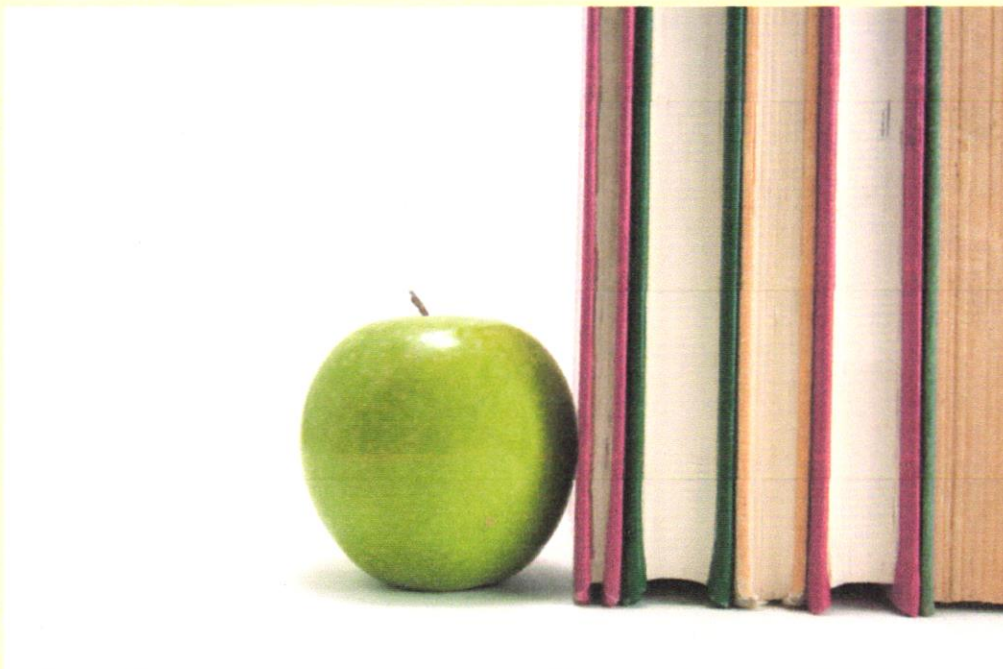
Директор школы _____

Н.В. Карагодина

ПРОГРАММА

Муниципального казенного общеобразовательного учреждения
«Касторенская средняя общеобразовательная школа №1»

«Здоровое питание – успешное образование»



2019-2024 гг.

Программа МКОУ «Касторенская СОШ №1»

"Здоровое питание – успешное образование "

Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения.



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 и подростков.

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.

I. Основные направления реализации Программы

Основными мероприятиями Программы являются:

1. Организация и регулирование школьного питания

Предусматривает:

- 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;
- формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей, организация обучающихся семинаров по вопросам организации 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. Укрепление материально-технической базы школьной столовой

предусматривает:

отработку системы эксплуатации нового оборудования, полученного в рамках Федеральной программы «Модернизации школьного питания», совершенствование дизайна школьной столовой, отработку системы формирования культуры питания.

3.Повышение квалификации персонала предусматривает:

повышение профессионального уровня специалистов в области школьного питания через систему повышения квалификации;
проведение конкурсов, выставок, презентаций школьных обедов;
увеличение штатных работников школьной столовой.

II. Цели, задачи и сроки реализации Программы

Цель Программы:

Обеспечение качественным питанием обучающихся школы при сохранении его доступности, формирование общей культуры правильного питания.

Для реализации цели необходимо решить следующие задачи:

- 1.Пропаганда здорового питания (проведение классных часов, конкурсов, лекций, дискуссий) .
- 2.Формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья.
- 3.Формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы школы и работу с родителями.
- 4.Внедрение современных методов мониторинга состояния питания.
- 5.Обеспечения качественного, сбалансированного питания детей.
- 6.Разработка и внедрение новых форм организации горячего питания.
- 7.Дальнейшее совершенствование материально-технологического оборудования столовой.

Срок реализации Программы - 2019-2024 годы.

III. Обоснование актуальности поставленных задач

Здоровое (рациональное) питание - одна из главных составляющих здорового образа жизни, один из основных факторов продления периода активной жизнедеятельности организма.

В настоящее время происходит значительное изменение отношения людей, в первую очередь социально активных слоев населения, к собственному здоровью: исчезают старые представления о том, что здоровье ничего не стоит, затраты на него не дают никакой отдачи и им можно пренебречь. Становится все более

понятным, что именно здоровье - самое ценное достояние человека, так как определяет его работоспособность в современном обществе и, соответственно, уровень жизни и благополучия. Питание современного человека становится основным фактором риска развития многих заболеваний желудочно-кишечного тракта, эндокринной системы, сердечно-сосудистой системы и онкологических процессов. В организме человека нет органа или системы, от характера питания которого не зависели бы его нормальное функционирование и работоспособность.

Правильное питание играет огромную роль на каждом этапе развития организма

Физиологический смысл питания: чем больше выбор питательных и витаминных блюд, тем полноценнее обеспечение организма незаменимыми пищевыми веществами.

IV. Стратегия реализации программы:

1 этап Базовый -2019 год:

- анализ нынешнего состояния;
- планирование реализации основных направлений программы;
- создание условий реализации программы;
- начало реализации программы.

2 этап Основной - 2020-2022 г.г.:

- поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами;
- промежуточный мониторинг результатов;
- корректировка планов в соответствии с целями и задачами и промежуточными результатами.

3 этап Заключительный - 2023-2024 г.г.:

- завершение реализации программы;
- мониторинг результатов;
- анализ результатов.

V. Ожидаемые конечные результаты.

Выполнение Программы "Здоровое питание-успешное образование" позволит школе достигнуть следующих результатов:

1. Развить систему мониторинга состояния здоровья обучающихся.

2. Обеспечить учащихся необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;

3. Развить механизмы координации и контроля в системе школьного питания;

4. Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей;

5. Организовать работу обучающихся семинаров по вопросам организации питания;

6. Организовать правильное, сбалансированное питание детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;

7. Оказывать социальную поддержку отдельным категориям обучающихся;

8. Укрепить материально-техническую базу школьной столовой.

Оснастить недостающим технологическим оборудованием школьный пищеблок;

9. Увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой до 100%.

10. Улучшить качество питания школьников и обеспечить его безопасность;

11. В перспективе организация рационального питания школьников может позволить достичь следующих основных целей:

- рост учебного потенциала детей и подростков;
- улучшение состояния здоровья школьников, уменьшение случаев ожирения, дистрофии и других заболеваний, связанных с питанием, а в перспективе - улучшение репродуктивного здоровья;
- снижение риска развития сердечно-сосудистых, эндокринных, желудочно-кишечных заболеваний, а также рака в период обучения в школе и в течение дальнейшей жизни;
- улучшение успеваемости школьников;
- повышение их общего культурного уровня.

Составив и реализовав программу санитарного просвещения в области рационального питания, можно предотвратить нерациональность диетологических привычек школьников, приводящую к развитию ряда заболеваний

VI. План работы в рамках решения поставленных задач:

Направления деятельности в системе воспитательной работы и работе

классных руководителей

- При проведении школьной научно-практической конференции создать секцию по вопросам сохранения здоровья детей.
- Использовать научные работы учащихся по вопросам укрепления здоровья, организации правильного питания.
- Из числа учащихся создать лекторские группы по вопросам культуры питания и здорового образа жизни.
- Вести пропаганду здорового питания на родительских собраниях. Проводить общешкольные родительские собрания, разработать тематику бесед для детей и родителей "Правильное питание - неотъемлемая часть сохранения и укрепления здоровья".
- Проводить презентации классных собраний на тему "Рациональное питание" в начальной школе.
- Третий классный час в месяц посвятить вопросам горячего питания, охране здоровья, активному образу жизни.
- Пропаганда здорового питания (проведение игр, конкурсов, лекций)
- В библиотеке создать видеотеку по вопросам здорового питания, здорового образа жизни.
- Создать систему поэтапного формирования компетентностей учащихся по вопросам здорового питания.

Направления деятельности администрации совместно с врачами и работниками столовой.

- Проводить дни здоровой пищи, с приглашением родителей с целью проведения дегустации школьных блюд.
- Внедрение современных методов мониторинга состояния питания.
- Создать банк данных по желудочно-кишечным заболеваниям
- совершенствовать системы профилактического осмотра учащихся
- Один раз в четверть проводить конкурс "Лучший класс по организации горячего питания"
- Проводить ежедневный мониторинг по организации питания в классах.

- Обеспечить качественное, сбалансированное питание детей
- Организовать диетическое питание учащихся
- Вести строгий учет детей по группам здоровья, с учетом которых и организовать питание.
- Организовать питьевой режим в школе.
- Проводить общешкольные родительские собрания, совместно разработать тематику бесед для детей и родителей "Правильное питание - неотъемлемая часть сохранения и укрепления здоровья".

МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Производственный и общественный контроль за организацией питания:

№	Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
1	Контроль за формированием рациона питания	Повар, комиссия по контролю за организацией и качеством питания
2	Входной производственный контроль	Медицинская сестра,
3	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Комиссия по контролю за организацией и качеством питания
4	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Повар, ответ. за организацию питания
5	Контроль технологических процессов	Повар, медицинская сестра
6	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Медицинская сестра, комиссия по контролю за организацией и качеством питания
7	Контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены персонала, гигиеническими знаниями и навыками	Медицинская сестра, прохождение медицинских осмотров
8	Приемочный производственный контроль	Бракеражная комиссия
9	Контроль за приемом пищи	Дежурный учитель, классные руководители, комиссия по контролю за организацией и качеством питания

Содержание Программы:

1. Организация и регулирование школьного питания

Мероприятия	Срок	Ответственный
Проверка готовности школьной столовой к новому учебному году	Август	Директор школы
Ознакомление классных руководителей, работников школьной столовой с нормативными документами, регулирующими школьное питание.	Сентябрь	Директор школы
Совещание при директоре: составление графика дежурства по столовой, утверждение списка обучающихся на льготное питание.	Сентябрь	Директор школы
Формирование нормативно-правовой базы по организации питания в школе	Сентябрь	Директор школы
Руководство организации питания на основе - СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»	В течение года	Директор школы
Согласование примерного 10 - дневного меню в соответствии с санитарными нормами.	Август, по мере необходимости	Ответ. за организацию питания
Контроль за наличием инструкций по эксплуатации технологического оборудования на пищеблоке, по охране труда и технике безопасности.	В течение года	Ответ. за организацию питания
Организация контроля за ведением документации: Журнал бракеража готовой продукции; Журнал здоровья (пищеблок); Журнал бракеража продуктов и производственного сырья, поступающего на пищеблок; Журнал витаминизации третьих блюд; Журнал контроля за рационом питания; Журнал контроля за исправностью холодильного оборудования	В течение года	Директор школы, ответ. за организацию питания
Заключение договоров с поставщиками продуктов.	Декабрь	Директор школы
Контроль за организацией питания в школе, выполнение мероприятий по его улучшению.	В течение года	Директор школы комиссия по контролю за организацией и качеством питания
Контроль за выполнением требований СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ)	В течение года	Директор школы,

Контроль за выполнением программы производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемиологических мероприятий

В течение года

Медицинская сестра

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

Название мероприятия	Сроки	Ответственный
Планирование работы по охвату горячим питанием обучающихся школы, по формированию навыков здорового питания	Сентябрь	Директор школы, заместитель директора по ВР
Работа комиссии по контролю за организацией и качеством питания	В течение года	Ответственная за организацию питания
Акция «Здоровое питание»	В течение года	Ответственная за организацию питания
Размещение информации об организации питания на школьном сайте	В течение года	Заместитель директора по ВР
Оформление информационного уголка «Школьное питание – здоровое питание»	Сентябрь	Ответственная за организацию питания
Организация консультаций для классных руководителей: - культура поведения обучающихся 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		
Проведение классных часов, уроков здоровья по воспитанию культуры питания среди обучающихся	В течение года	Классные руководители
Цикл бесед «Азбука здорового питания»	В течение года	Заместитель директора по ВР
Фестиваль электронных презентаций «Правильное питание - здоровое питание»	Март	Заместитель директора по ВР
Конкурс рисунков «Умные продукты»	Январь	Заместитель директора по ВР
Витаминная ярмарка «Витамины любят счет»	Октябрь, май	Ответственная за организацию питания
Внеклассные мероприятия : «Питание во благо»; «Я выбираю здоровый образ жизни»; «Страна Витамина»; «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»; «Хлеб – драгоценность, им не сори»;	В течение года	Заместитель директора по ВР
Конкурс «Самый здоровый класс»	Апрель	Заместитель директора по ВР
Работа с обучающимися «Группы риска» по профилактике вредных привычек	В течение года	Заместитель директора по ВР
Работа по воспитанию культуры питания среди родителей обучающихся		

Включение в состав комиссии по контролю за организацией и качеством питания представителей родительского комитета и общественности	Сентябрь	Директор школы
Проведение классных и общешкольных родительских собраний «Роль питания в укреплении здоровья детей в современных экологических условиях»	Ежегодно	Директор школы, классные руководители
Праздничные огоньки, конкурсы с привлечением родителей и общественности	Ежегодно	Комиссия по контролю за организацией и качеством питания
Родительская конференция «Школьное питание – здоровое питание»	Май	Комиссия по контролю за организацией и качеством питания
Проведение заседаний общешкольного родительского комитета по вопросу организации питания в школе	Ноябрь, апрель	Директор школы
Родительский лекторий «Здоровые дети – счастливые родители»; «Принципы рационального питания»; «Пищевые вещества и их роль в питании»; «Питание и болезни»; «Питание в особых условиях (экзамены, занятия спортом)»	В течение года	Комиссия по контролю за организацией и качеством питания
Час вопросов и ответов «Оптимальное питание – основа здорового детства»	Февраль	Классные руководители

3. Укрепление материально-технической базы школьной столовой, расширение сферы услуг

Своевременное приобретение посуды и столовых приборов	В течение периода действия программы	Администрация школы
Поддержание эстетического состояния обеденного зала столовой	В течение всего времени	Администрация школы
Приобретение и эксплуатация нового технологического оборудования	В течение периода действия программы	Администрация школы
Разработка новых блюд, их внедрение в систему школьного питания	Постоянно	Повар

4. Повышение квалификации работников столовой

Обучение на курсах повышения квалификации	По мере необходимости	Директор школы
Участие в профессиональных конкурсах	Постоянно	Директор школы
Проведение бесед, конкурсов, презентаций среди обучающихся, родителей	Постоянно	Комиссия по контролю за организацией и

5. СИСТЕМА МОНИТОРИНГА ЗА ХОДОМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Направление мониторинга	Диагностика	Сроки	Ответственный
Охват обучающихся горячим питанием	Анализ результатов посещаемости	Постоянно	Ответственная за организацию питания
Сохранение и укрепление здоровья обучающихся	Анализ состояния здоровья обучающихся по результатам медицинских осмотров Анализ заболеваемости детей	Ежегодно В конце четверти	Директор школы, классные руководители, медицинская сестра
Уровень удовлетворенности обучающихся, родителей, педагогов организацией питания в школе	Анкетирование	Ежегодно	Заместитель директора по ВР
Материально-техническая база столовой	Смотр помещения Анализ результатов приёмки столовой к началу нового учебного года Оснащение пищеблока необходимым оборудованием	Ежегодно	Директор школы
Формирование у школьников навыков здорового питания	Собеседование Наблюдение	Ежегодно	Заместитель директора по ВР
Качество организации питания	Наблюдение, анкетирование, опросы, посещение столовой, анализ приготовления пищи и норм раскладки, санитарно-гигиенического состояния обеденного зала	Ежедневно	Комиссия по контролю за организацией и качеством питания
Формирование нового имиджа школьной столовой	Опрос, анкетирование и другие практики по выявлению общественного мнения	Ежегодно	Администрация школы

УП. Ресурсное обеспечение Программы

Источниками финансирования Программы являются средства муниципального бюджета и внебюджетных источников.

УШ. Средства контроля

Проверка хода процесса, сбор и учет данных о качестве питания, обсуждение успехов и неудач предыдущих этапов деятельности. Обсуждение вопроса на школьном активе, совещаниях учителей, родительских собраниях.

Школьная программа направлена на формирование навыков рационального питания - один из наиболее выгодных путей инвестирования в дело укрепления здоровья нации в целом.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Содержание Программы позволяет осуществить связь со всеми учебными предметами: русским языком (работа с текстами, затрагивающими тематику питания); математикой (эффективным средством формирования умений и навыков сохранения и укрепления здоровья являются задачи со здоровьесберегающим содержанием); иностранным языком (разговорные темы «Еда», «Здоровый образ жизни»); биологией (витамины, микроэлементы, пищеварение и т.д.); литературой (тема еды в произведениях); ИЗО (рисунки, роспись посуды); технологией (изготовление муляжей фруктов, овощей). Формированию представлений об основах культуры питания способствует система воспитательной работы. Всё это открывает дополнительные возможности для развития обучающихся, позволяя применять в новых условиях знания, умения, навыки, приобретенные в ходе образовательного процесса. Интерес к проблеме правильного питания, отношение к ней в значительной степени обуславливается психологическим климатом семьи. Работа с родителями начинается с установления контакта с семьей, выработки согласованных действий и единых требований.

Учитывая тот факт, что дети и подростки первую половину дня находятся в школе, питание в школе должно составлять 60-70% ежедневного рациона обучающихся. Качество и эффективность школьного питания становятся важными факторами сохранения интеллектуального капитала и здоровья подрастающего поколения. Таким образом, Программа «Здоровое питание – успешное образование» призвана сформировать у детей основы культуры питания, подвести их к пониманию того, что правильное питание является составляющей здорового образа жизни. Проведение бесед, конкурсов, праздников, викторин, круглых столов, встреч с родителями, консультации и рекомендации для них специалистов помогли и помогают в интересной и

увлекательной форме окунуться в историю, к сути и актуальности вопроса о правильном питании. Программа «Здоровое питание – успешное образование» показывает свою объективность, давая положительные результаты. По мониторингу медицинских данных практически не увеличилось количество больных обучающихся желудочно-кишечными заболеваниями. Значительно снизился процент инфекционных заболеваний. Этому способствует работа столовой, деятельность администрации и комиссии по контролю за организацией и качеством питания обучающихся, а также систематическая культурно-просветительская работа с родителями и активность родительской ответственности.

В целом можно сделать вывод, что программа «Здоровое питание – успешное образование» необходима для школы. При целенаправленной и систематической реализации она показывает свою эффективность и результативность.

