

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«ЛИВАДИЙСКАЯ САНАТОРНАЯ ШКОЛА ИНТЕРНАТ»**

РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная школа-
интернат"
Протокол № 11 от 25.08.2023 г

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора ГБОУ РК "Ливадийская
санаторная школа-интернат"
№ _____ ОД.2 от _____ г.

**Программа
мероприятий по воспитанию
культуры правильного питания
на основе принципов здорового питания
на 2023-2026 уч. годы
«Школа здорового питания»**

Срок реализации: 4 года

Разработали:

заместитель директора по воспитательной работе

Куликова В.П.

социальный педагог

Апакова Л.Г.

г. Ялта

Содержание

1. Паспорт программы по формированию культуры здорового питания - 3 стр.
2. Пояснительная записка - 4 стр.
3. Цель и задачи программы - 6 стр.
4. Ожидаемые результаты. Основные направления. Механизм реализации программы - 7 стр.
5. Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания обучающихся - 8 стр.
6. План деятельности по реализации Программы -11 стр.

Паспорт программы

Наименование Программы	Программа по формированию культуры здорового питания на период с 2023 по 2026 гг.
Основание для разработки Программы	Конвенция о правах ребёнка. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка». Федеральным законом №29-ФЗ от 02.01.2022 года О санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
Разработчик Программы	Администрация школы
Цель Программы	Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников.
Основные задачи Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обеспечить детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; 2. Обеспечить доступность школьного питания; 3. Обеспечить гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании; 4. Вести разъяснительную работу среди учащихся и родителей (законных представителей) по профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; 5. Пропагандировать принципы здорового и полноценного питания; 6. Увеличить охват учащихся горячим питанием; 7. Организовать образовательно-разъяснительную работу по вопросам здорового питания.
Этапы и сроки реализации Программы	Программа реализуется в период 2020 - 2023 гг. в три этапа: I этап – 2023 г. организационный: – организационные мероприятия; – разработка и написание программы. II этап – 2022 – 2025 г: реализация программы. III этап – 2025 г. обобщающий: систематизация накопительного опыта, подведение итогов и анализ реализации программы.
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; • сохранение и укрепление здоровья школьников; • улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой

Пояснительная записка

Культура питания - важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, что нашло отражение в федеральных государственных образовательных стандартах нового поколения (ФГОС). Формирование культуры здорового питания должно начинаться с самых первых этапов обучения ребёнка в школе и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учётом возрастного подхода.

Согласно методическим рекомендациям "Формирование культуры здорового питания обучающихся, воспитанников", разработанным Институтом возрастной физиологии РАО в рамках реализации мероприятия "Организационно-аналитическое сопровождение мероприятий приоритетного национального проекта "Образование", разработана программа по формированию культуры здорового питания.

Работа по формированию культуры здорового питания проводится по трём направлениям.

Первое - рациональная организация питания в школе, в школьной столовой, где все, от внешнего вида школьной столовой до состава продуктов, должно соответствовать принципам здорового питания и способствовать формированию здорового образа жизни.

Структура, режим и организация питания в образовательных учреждениях должны не только соответствовать всем гигиеническим требованиям, но и служить примером здорового питания.

Второе - реализация образовательных программ по формированию культуры здорового питания. При формировании культуры здорового питания наиболее эффективна комплексная и системная работа, когда постепенно формируются основы гигиены и режима питания, даётся представление о полезных продуктах и полезной пище, о необходимых питательных веществах, о рациональной структуре питания, о культуре питания разных народов и т.п.

При реализации образовательных программ необходимо соблюдать принципы формирования культуры здорового питания, важнейшими из которых являются:

- научная обоснованность и практическая целесообразность;
- возрастная адекватность;
- необходимость и достаточность информации;
- модульность структуры;
- системность и последовательность;
- вовлеченность семьи в реализацию программы.

Третье направление - просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье.

Специальные исследования, проведённые Институтом возрастной физиологии РАО, показывают, что питание детей в семье, как правило, нерационально и не сбалансировано, нарушен режим питания.

Под здоровым питанием понимают питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствующее укреплению его здоровья и профилактике заболеваний.

Одна из главных задач школы сегодня – помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью. Для этого школьники должны узнать и, главное, принять для себя основные принципы здорового образа жизни, а это возможно только в результате серьёзной кропотливой совместной работы педагогов, родителей и самого ребёнка. Бесспорно, здоровье закладывается в детстве и формируется в юности.

Соблюдение режима питания, витаминная обеспеченность, рациональное питание помогут школьникам избежать переутомления, повысить работоспособность и улучшить успеваемость. Поэтому показателями здорового образа жизни школьника являются:

- оптимальный, соответствующий возрасту режим двигательной активности;
- соблюдение рационального режима дня, учебного труда и отдыха;

- правильно организованное питание: соблюдение научно обоснованного рациона, калорийности пищи и режима питания;
- соблюдение требований психогигиены: адекватная реакция на стрессовые ситуации, отсутствие чувства напряжения, страха, тоски;
- соблюдение правил личной гигиены: гигиена тела, одежды, питания, сна, умственного и физического труда;
- отсутствие вредных привычек и пристрастий.

Состояние здоровья определяется различными факторами:

- наследственностью;
- внешней средой, а также одно из ведущих мест принадлежит фактору питания.

Влияние питания на организм, в особенности на растущий, многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников.

Питание является важнейшим фактором здоровья человека. Это и послужило отправной точкой для создания программы по формированию культуры здорового питания, которая признана не только формировать у школьника рациональное отношение к собственному питанию, но и дать представление об основных принципах здорового образа жизни.

Программа разработана в соответствии :

- со Статьей 37 Федерального закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями на 14 июня 2022г.;
- Уставом школы;
- Федеральным законом от 30.03.1999 года №52-ФЗ " О санитарно- эпидемиологическом благополучии населения" (с изменениями на 28 августа 2020 года);
- Приказом Минздравсоцразвития России №213н и Минобрнауки России №178 от 11.03.2012года;
- Федеральным законом №29-ФЗ от 02.01.2022года «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (в редакции от 1 января 2022года).
- Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" ;
- СанПин 3.1\2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологический требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодёжи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (Covid-19);
- Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20. "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".

3. Цели и задачи

Цели:

- Создать условия, способствующие укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, охватывающих учащихся горячим питанием.
- Сформировать у детей основы культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

- Реализация программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:
 - Формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье.
 - Формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила.
 - Профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием детей и подростков.
 - Освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания.
 - Информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием, расширение знаний об истории и традициях питания своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов.
 - Развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности.
 - Повышение гигиенической грамотности детей и родителей в вопросах питания.
 - Просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Программа «Формирование культуры здорового питания» рассчитана на 4 года. Её поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2023 по 2026 год.

Программа затрагивает всех участников образовательного процесса (учащихся 2-11 классов, родителей, педагогов) и будет реализовываться в образовательной и воспитательной деятельности.

4. Ожидаемые результаты:

- улучшение качества питания детей и обеспечена его безопасность;
- формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей;
- разработка системы мониторинга состояния здоровья обучающихся;
- оказание социальной поддержки отдельным категориям, обучающимся;
- *повышение эффективности системы организации питания за счёт:*
- охвата обучающихся горячим питанием до 100%;
- укрепление материально-технической базы пищеблоков и столовых;
- *улучшение состояния здоровья обучающихся за счёт:*
- организации качественного и сбалансированного питания детей с учётом их возрастных особенностей;
- *повышение эффективности просветительской работы по формированию культуры питания за счёт:*
- реализации комплекса мероприятий образовательных программ по формированию культуры питания обучающихся;
- привлечения к профилактической работе формированию культуры питания родительской общественности, работников здравоохранения, средств массовой информации.

5. Основные направления реализации Программы.

1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение.
2. Расширение сферы услуг для учащихся и родителей.
3. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся.
4. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди родителей учащихся.

6. Механизм реализации программы Производственный и общественный контроль за организацией питания:

№ п/п	Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
1.	Контроль за организацией питания	Директор школы, ответственный за организацию питания. старшая медсестра
2.	Входной производственный контроль	Заведующий производством, кладовщик, медики
3.	Контроль санитарно- технического состояния пищеблока.	Заместитель директора по АХР.
4.	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Бракеражная комиссия
5.	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Бракеражная комиссия
6.	Контроль за приёмом пищи	Дежурный администратор, классные руководители, воспитатели

7.Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания обучающихся

Задачи администрации:

- составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;
- контроль качества питания;
- контроль обеспечения порядка в столовой;
- контроль культуры принятия пищи обучающимися;
- контроль проведения воспитательной работы с обучающимися по привитию навыков культуры приёма пищи;

Обязанности работников пищеблоков аутсорсенговой компании:

- обеспечение качественными продуктами для приготовления пищи;
- использование современных технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

Обязанности классных руководителей, воспитателей:

- проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании,роли питания для развития организма;
- организация конкурсов и викторин на тему правильного питания;
- воспитание навыков культуры поведения и привитие культурно- гигиенических навыков во время приёма пищи;
- проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье.

Обязанности родителей:

- прививать навыки культуры питания в семье;
- выполнять рекомендации классных руководителей, воспитателей и медицинских работников по питанию в семье.

Обязанности обучающихся:

- соблюдать правила культуры приёма пищи;
- принимать участие в мероприятиях по пропаганде здорового питания.

№ п/п	Мероприятия	сроки	ответственные	основание
1. А				
1.	Назначение ответственного за организацию питания	Август ежегодно	Директор	Приказ
2.	Рассмотрение вопроса на педсовете о необходимости привития у детей и подростков потребности в правильном, здоровом питании	Август	Ответственный за организацию питания	Протокол педсовета
3.	Рассмотрение вопроса о состоянии питания на совещании при директоре	Октябрь февраль	ответственный за организацию питания	Справка по результатам ежедневных проверок
4.	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	В течение года	Ответственный за организацию питания	Акты проверок
5.	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой	В течение года	Ответственный за организацию питания	Справка по результатам ежедневных проверок

2. Работа с обучающимися.				
1.	Проведение уроков–Здоровья.	В течение года ежемесячно	Классные руководители	Планы работы
2.	Проведение воспитательных мероприятий о здоровой и полезной еде Проведение воспитательных мероприятий по темам: - «Культура здорового питания»; - «Режим дня и его значение»; - «Культура приёма пищи»; -«Хлеб – всему голова»; - «Острые кишечные заболевания и их профилактика»; -«Твоё здоровье в твоих руках»; -«Как следует питаться»; - «О чём может рассказать упаковка»; -«Основы правильного питания»; - Лекция «Культура питания»	Ежемесячно	Воспитатели	План работы
3.	Проведение анкетирования по удовлетворённостью питанием в школьной столовой	Октябрь февраль		План работы
4.	Просмотр видеороликов о здоровом питании	Ежемесячно	Воспитатели	План работы
	Проведение мероприятий о здоровом питании в рамках работы волонтерского отряда «12 друзей медиков».	Один раз в четверть	Руководитель отряда	План работы
	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	В течение года	Воспитатели	План работы
3. Работа с педагогическим коллективом				
1.	Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях воспитателей и классных руководителей	В течение года	Ответственная за организацию питания	Протокол
2.	Организация консультаций для классных руководителей и воспитателей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение	Ежегодно	зам. директора, медицинский работник	Отчёт о консультациях за год

	санитарно- гигиенических требований; - организация горячего питания – залог сохранения здоровья.			
3.	Постановка на питание	Ежедневно	Воспитатели, ответственная за организацию питания	Приказ
4.	Ведение наглядной пропаганды здорового питания. Оформление стендов о здоровом питании	В течение года	Старшая медсестра	План
5.	Обобщение опыта работы по привитию потребности в здоровом, рациональном питании	Май	Ответственная за организацию питания	Отчёт
3. Работа с родителями				
1.	Создание комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания	Август-сентябрь	Ответственный за организацию питания	Приказ
2.	Рассмотрение вопросов о здоровом, рациональном питании на родительских собраниях	В течение года	Воспитатели, классные руководители	Протоколы собраний
3.	Проведение опроса родителей по вопросу отношения их к правилам питания дома	В течение года	Воспитатели, классные руководители	Протокол собрания
4.	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	В течение года	Комиссия родительского контроля за организацией и качеством питания	Протокол собрания
5.	Рассмотрение на родительских собраниях вопросов по правильному питанию. Информирование на сайте школы о здоровом питании родителей.	В течение года	Классные руководители	Протоколы собраний

8. План деятельности по реализации Программы

№п/п	мероприятие	ответственный
Сентябрь		
1.	Назначение ответственного за организацию питания в школе	директор
2.	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	директор
3.	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания
4.	Проведение уроков–здоровья: 2-4 класс: «Если хочешь быть здоров» 5-8 класс: «Из чего состоит наша пища» 9-11 класс: «Здоровье - это здорово»	Классные руководители
5.	Проведение воспитательных мероприятий: - «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище); -«Цена ломтика» (о ценностном отношении к хлебу)	Воспитатели
6.	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Ответственный за организацию питания
7.	Оформление стенда «Питание-залог здоровья»	Старшая медсестра
8.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания	Ответственный за организацию питания
Октябрь		
1.	Совещание при директоре по вопросу организации питания	Ответственный за организацию питания
2.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания
4.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания. Рассмотрение вопроса о значении организации правильного питания дома.	Ответственный за организацию питания
5.	Проведение уроков–здоровья: -«Самые полезные продукты»; -«Что нужно есть в разное время года»; -«Продукты разные нужны, блюда разные важны».	Классные руководители
6.	Проведение воспитательных мероприятий: - «Правила поведения в столовой»; - «Когда еда бывает вредной?»; -«Здоровое питание»;	Воспитатели
Ноябрь		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания
2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания	Ответственный за организацию питания

3.	Проведение уроков–здоровья: -«Значение режима питания для здоровья» -«Еда. Где и как готовят пищу»; -«Как правильно есть. Или культура питания»	Классные руководители
4.	Проведение воспитательных мероприятий: -«Что нужно знать о молочных продуктах» - «Как выбрать свежие продукты в магазине? Секреты покупателя.»	Воспитатели
5.	Проведение акции «Здорово питаться - здорово!» участниками волонтерского отряда медиков	Руководитель отряда волонтеров -медиков
Декабрь		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания
2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания. Рассмотрение вопроса о значении организации правильного питания дома.	Ответственный за организацию питания
3.	Проведение уроков–здоровья - «О пользе и разнообразии каш.»; - «Рыба. Польза. Блюда»; - «Меню. Как и когда появилось это понятие».	Классные руководители
4.	Воспитательные мероприятия: - «Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков»; - «Питание и красота»; - «Праздник живота. Как вы это понимаете?»	Воспитатели
5.	Знакомство с рецептурными книгами и сайтами с рецептами. «Приготовить легко!»	Волонтеры-медики
Январь		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания
2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания	Ответственный за организацию питания
3.	Проведение уроков–здоровья - «Плох обед, если хлеба нет»; - «Блюда из зерна»; - «Где и как мы едим».	Классные руководители
4.	Проведение воспитательных мероприятий: - «Любимые блюда в нашей семье»; - «Что надо есть, если хочешь стать сильнее»; -«Путешествие зёрнышка»;	Воспитатели
Февраль		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания
2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания	Ответственный за организацию питания

3.	Совещание при директоре по вопросу организации питания. (Проведение анкетирования учащихся о удовлетворённости качеством питания в школе.)	Ответственный за организацию питания
4.	Проведение уроков–здоровья: - «Сладости !!!»; - «Дары моря» ; - «Как правильно хранить продукты и готовую пищу».	Классные руководители
5.	Проведение воспитательных мероприятий: - «Масленица»; - «Праздничные традиционные блюда»	Воспитатели
Март		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания
2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания. Рассмотрение вопроса о значении организации правильного питания дома.	Ответственный за организацию питания
3.	Проведение уроков–здоровья - «Авитаминоз»; - «Кулинарное путешествие по России»; - «Откуда берутся вкусы и предпочтения в еде у человека?»	Классные руководители
4.	Проведение воспитательных мероприятий - «Кухня народов Крыма»; - «Витамины в еде и в таблетках.» - «Вода в жизни человека».	Воспитатели
Апрель		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания
2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания	Ответственный за организацию питания
3.	Проведение уроков–здоровья «Как утолить жажду»; «Как правильно вести себя за столом»; «Кухня разных народов».	Классные руководители
4.	Проведение классных часов - «Питание и возраст»; - «Сезонное питание»; - «Фастфут и другие организации питания. Для чего нужны. Вред и польза»	Воспитатели
5.	Акция по презентации проектов от классов «Здоровое питание - это важно!» Представители классов.	Волонтеры-медики
Май		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию. Аналитическая справка по результатам проведенной работы за учебный год	Ответственный за организацию питания

2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания. Рассмотрение вопроса о значении организации правильного питания дома.	Ответственный за организацию питания
3.	Проведение уроков–здоровья: - «Витаминное лето!» - «Какую пищу можно найти в лесу» - «Что рекомендуют кушать медики в летний период»	Классные руководители
4.	Проведение воспитательных мероприятий: - «Кулинарные традиции моей семьи» - «Секреты поварёнка»	Воспитатели
5.	Родительские собрания: -«Формирование основ культуры питания и здорового образа жизни у младших школьников» «Воспитание культуры питания у подростков» «Особенности питания подростков во время экзаменов, при интенсивных учебных нагрузках»	Классные руководители, воспитатели
Июнь		
1.	Аналитическая справка по результатам проведенной работы за учебный год	Ответственный за организацию питания