

МО «Ленский муниципальный район»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ленская средняя школа» (МБОУ «Ленская СШ»)

ул. К.Зинина, д. 7 с. Лена, Ленский р-н, Архангельская обл., 165783, тел. (881859)72 242
ИНН 2915002173/КПП 291501001; ОКПО 41404152; ОГРН 1022901364936
факс: (881859)72 242 E-mail: Lmsosh@mail.ru сайт: <http://lmsosh.edusite.ru/>

УТВЕРЖДЕН
приказом МБОУ «Ленская СШ»
от 10 апреля 2019 г. N 20 - ОД

Программа
«Здоровое питание – здоровое будущее»
МБОУ «Ленская СШ»
на период 2019 - 2022 г.г.

Паспорт Программы

Полное наименование Программы	Программа «Здоровое питание – здоровое будущее» на период 2019 - 2022 гг.
Основание для разработки Программы	–Конвенция о правах ребенка. –Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка» –Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статья 37 «Организация питания обучающихся» –«Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» СанПин 2.4.5.2409-08, утверждёнными Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 23.07.2008 г. №45. –Закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов (в редакции Федеральных законов от 30.12.06г. № 266-ФЗ –Приказ Минздрава России и Минобрнауки России от 30.05.02/31.05.02 № 176/201«О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской федерации».
Разработчики Программы	Администрация муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Ленская средняя школа»
Цель Программы	Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием, формированию у учащихся и их родителей (законных представителей) основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.
Основные задачи Программы	– 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.
Этапы и сроки реализации Программы	Программа реализуется в период 2019 - 2022 г. г. в три этапа: I этап – 2019-организационный: организационные мероприятия; разработка и написание Программы. II этап – 2019 – 2022 г. г.: реализация программы. III этап – 2022 г.: обобщающий: систематизация накопительного опыта, подведение итогов и анализ реализации Программы.
Ожидаемые результаты реализации Программы	– 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 большинства школьников; – улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой.

1. Пояснительная записка

Программа по совершенствованию организации здорового питания «Здоровое питание – здоровое будущее» вызвана необходимостью создания условий в МБОУ «Ленская СШ», обеспечивающих развитие культуры здоровья учащихся и вызвана следующими причинами:

- необходимостью формирования здорового образа жизни учащегося с детского возраста (здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью);
- физиологическими особенностями в развитии человеческого организма.

В связи с этим рациональное питание учащихся является одним из условий создания здоровьесберегающей среды. Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии. Важнейшим условием для поддержания здоровья, высокой работоспособности и выносливости человека является полноценное и правильное питание.

Основу предполагаемых подходов составляет внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников в соответствии с требованиями СанПинов 2.4.5.2409-08. Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», утверждённых Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 23.07.2008 г. №45. Поэтому администрация

МБОУ «Ленская СШ» сегодня уделяет большое внимание вопросам жизни и здоровья детей и подростков. Школьное питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени учащиеся проводят в школе, то и полноценно питаться они должны здесь же.

Очень важно, чтобы школы стала началом распространения знаний и умений в построении здорового питания.

2. Цель и задачи программы

Цель Программы: создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием, формированию у учащихся и их родителей (законных представителей) основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Реализация Программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:

- формирование и развитие представления у родителей (законных представителей) о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять здоровье своих детей;
- 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 соответствии с современными разработками и технологиями;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.

3. Сроки реализации Программы

Для совершенствования организации школьного питания в школе разработана Программа «Здоровое питание – здоровое будущее» на 2019 – 2022 г. г.

Программа реализуется в период 2019 - 2022 гг. в три этапа:

I этап - Подготовительный (апрель - май 2019 г.)

- Выявление перспективных направлений в работе по пропаганде здорового питания с родителями (законными представителями) учащихся, моделирование нового качественного состояния работы в данном направлении в современных условиях, разработка программы действий.

II этап - Основной этап (сентябрь 2019 – июнь 2022 гг.)

- Реализация программных действий.

III этап - Обобщающий (июнь 2022 г.)

- Анализ достигнутых результатов и определение перспектив дальнейшего развития работы по пропаганде здорового питания.

Программу реализуют:

- Ответственный за организацию питания;
- зам. директора по ВР;
- классные руководители;
- родители (законные представители).

4. Содержание Программы и механизм ее реализации

Программа "Здоровое питание – здоровое будущее» направлена на формирование у учащихся представлений об основах здорового питания и готовности вести здоровый образ жизни.

Механизм реализации Программы определяет взаимосвязанный комплекс мероприятий, направленных на решение цели и задач, определяемых Программой.

Программа предусматривает проведение широкой разъяснительной и профилактической работы среди родителей (законных представителей), введение в образовательный процесс совместных различных мероприятий, способствующих формированию культуры питания и осознанию роли здорового питания в жизни человека, как у родителей, так и у детей.

Программа предполагает разнообразные формы и методы ее реализации, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающие непосредственное участие родителей (законных представителей) в работе по программе, стимулирующие их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности. Наиболее распространенными, при этом являются такие формы как родительские собрания, лектории, конкурсы и совместные праздники.

Обязательной формой работы с родителями (законными представителями) являются тематические родительские собрания, так называемые «Часы здорового питания».

Классный руководитель, реализующий Программу с родителями (законными представителями) учащихся класса, сам выстраивает систему «Часа здорового питания», учитывая возрастные, физиологические, психологические особенности учащихся класса, их представления о здоровом питании, интересами.

Примерные темы для родительских лекториев:

1. «Рациональное питание наших детей – залог их здоровья».
2. «Режим питания наших детей. Советы врачей и диетологов».
3. «Формирование здоровых привычек в питании моего ребенка».
4. « Как уберечь ребенка от заболеваний желудочно-кишечного тракта» и др.

5. Система мероприятий по реализации Программы

Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение

основные мероприятия	сроки	исполнители
Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	ежегодно	директор
Совещание классных руководителей: «Планирование работы по формированию культуры питания»	Сентябрь	ЗД по ВР
Пр.сов. «Совершенствование организации питания учащихся как фактор сохранения и укрепления здоровья детей и подростков»	октябрь, апрель	директор

Осуществление ежедневного контроля над работой столовой, буфета, проведение целевых тематических проверок	в течение года	отв. по питанию, бракеражная комиссия
Мониторинг организации питания.	в течение уч.года	директор
Выпуск информационных бюллетеней, стенгазет по вопросам организации питания учащихся; размещение информации на сайте школы	в течение учебного года	ЗД по ВР, отв.по питанию, администратор сайта.

Методическое обеспечение

основные мероприятия	сроки	исполнители
Формирование методической базы по вопросам организации питания школьников	В течение учебного года	классные руководители
Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания	В течение учебного года	ЗД по ВР

Работа по воспитанию культуры питания среди учащихся

основные мероприятия	сроки	исполнители
Проведение классных часов по формированию культуры питания согласно плана воспитательной работы школы	ежегодно (сентябрь - май)	классные руководители
Конкурс газет, плакатов, буклетов и т.д. среди учащихся 5 – 8 классов «О вкусной и здоровой пище»	ноябрь	учитель ИЗО, информатики
Беседы с учащимися 10-11 кл. «Берегите свою жизнь»	ежегодно декабрь	учитель ОБЖ
Урок биологии 8 класс «Рациональное питание» Урок химии 10 класс «Ферменты»	Январь, апрель	учитель химии и биологии
Анкетирование учащихся: - По вопросам организации школьного питания	ежегодно октябрь, апрель	отв. по питанию, кл.руководители
Уроки окружающего мира 1 - 3 кл. «О здоровом питании», «Пищеварительная система», согласно рабочей программы по окружающему миру	В течение учебного года	учителя нач.кл.
Выставка книг о здоровом питании.	Ежегодно, апрель	библиотекарь

Работа по воспитанию культуры питания среди родителей учащихся

основные мероприятия	сроки	исполнители
Размещение информации на стенде в школы: Здоровое питание;	сентябрь	ЗД по ВР
Проведение родительских собраний по темам: «Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни»; «Оценка работы школы по организации горячего питания» Родительский лекторий	октябрь, апрель	Классные руководители

«Здоровье вашей семьи», «Питание учащихся дома», «Профилактика желудочно-кишечных, инфекционных заболеваний» и др.		
Анкетирование родителей «Питание глазами родителей»	октябрь	классные руководители

Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой

основные мероприятия	сроки	исполнители
Приобретение дополнительного комплекта столовой посуды;	при обеспечении финансирования	Директор
2. Косметический ремонт обеденного зала и цехов	июнь	

6. Управление реализацией Программы, контроль

Контроль за ходом исполнения Программы осуществляет администрация школы.

Текущий контроль за реализацией Программы:

- Отчет о реализации программы на совещании при директоре – 1 раз в полугодие в течение всего периода реализации программы;

Промежуточный контроль:

- Отчет о ходе реализации на Педагогическом совете – апрель;

Итоговый контроль:

- Отчет о результатах выполнения Программы, проблемах и перспективах дальнейшего развития – август.

7. Ожидаемые конечные результаты реализации Программы

Выполнение Программы позволит школе достигнуть следующих результатов:

- повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по вопросам организации здорового питания, обеспечивающего нормальный процесс роста и развития детского организма, и как результат – рост родительской активности в формировании культуры питания своих детей, осознании ими роли здорового питания в жизни своих детей;
- улучшения качества питания школьников и обеспечения его безопасность;
- организации правильного, сбалансированного питания детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;
- формирование навыков здорового питания у учащихся и их родителей (законных представителей);
- укрепление материально-технической базы школьной столовой;
- оснащение недостающим технологическим оборудованием школьного пищеблока;
- совершенствование разработанной системы мониторинга состояния здоровья учащихся;
- оказание социальной поддержки отдельным категориям учащихся.

Анкета «Питание глазами учащихся»

№ п/п	Вопросы анкеты	Ответы	
		Да (%)	Нет (%)
1	Удовлетворяет ли тебя система организации питания в школе?		
2	Устраивает ли тебя ежедневное меню		
3	Удовлетворен ли ты качеством приготовления пищи?		
4	Удовлетворен ли ты работой обслуживающего персонала?		
5	Удовлетворен ли ты графиком питания?		
6	Считаешь ли ты, что горячее питание повышает твою успеваемость?		
7	Считаете ли Вы рациональным организацию горячего питания в школе?		
8	Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой?		
9	Удовлетворены ли Вы работой буфета?		

Анкета «Питание глазами родителей»

№ п/п	Вопросы анкеты	Ответы	
		Да (%)	Нет (%)
1	Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?		
2	Считаете ли Вы рациональным организацию горячего питания в школе?		
3	Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой?		
4	Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи?		
5	Удовлетворены ли Вы работой буфета?		

Анкета для ученика "Завтракал ли ты?"

1. Что ты ел на завтрак? _____
2. Считаешь ли ты завтрак необходимым? _____
3. Какие твои любимые овощи? _____
4. Какие овощи ты не ешь? _____
5. Сколько раз в день ты ешь овощи? _____
6. Любишь ли ты фрукты? _____
7. Какие фрукты твои любимые? _____
8. Сколько раз в день ты ешь свежие фрукты? _____
9. Что ты ешь чаще всего между основными приемами пищи? _____

10. Какой напиток ты пьешь чаще всего? _____
11. Считаешь ли ты продукты, которые употребляешь полезными для себя? _____

12. Считаешь ли ты, что твой вес: нормальный/ избыточный/недостаточный? (подчеркнуть)