



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ
№ 12 им. А. Каширина
Н.Б. Бот

**Программа
МБОУ СОШ № 12 им. А. Каширина**

**«Разговор о
правильном питании»**

Содержание программы:

1. Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения.
2. Реализация Программы.
3. Основные мероприятия Программы.
4. Цели, задачи и сроки реализации Программы.
5. Обоснование актуальности поставленных задач.
6. Стратегия реализации программы.
7. Конечные результаты.
8. Объемы и источники финансирования.
9. Средства отчёта и контроля.

«Здоровое питание – залог успешного обучения

и крепкого здоровья школьников»



I. Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения.

В условиях недостаточной гигиенической грамотности родителей, которые не уделяют необходимого внимания организации питания своих детей, возрастает роль организации питания, которое помимо возможности обеспечить каждого ребенка основными пищевыми веществами, в том числе, незаменимыми (такими, как витамины и минеральные вещества), приобретает огромное воспитательное значение, так как позволяет сформировать у ребенка оптимальное пищевое поведение в соответствии с принципами здорового питания.

Сегодняшняя ситуация с состоянием питания российских школьников вызывает тревогу по целому ряду причин. Во-первых, часть детей страдает от неполноценности рациона питания, причем в наиболее острых случаях это приводит к замедлению физического и функционального развития. Хотя доля таких детей сравнительно невелика, каждый подобный случай требует пристального внимания со стороны органов образования, здравоохранения и социальной защиты. Во-вторых, дети и, видимо, их

родители, не демонстрируют грамотного, сознательного отношения к режиму питания. Между тем, нарушение принципов рационального питания – верный путь к развитию многочисленных форм желудочно-кишечных заболеваний. В-третьих, многие дети (видимо, согласуя свои действия с мнением родителей) избегают пользоваться услугами школьных столовых. Это также нарушает рациональный режим питания, учитывая, что учащиеся старших классов проводят в школе по 7-9 часов ежедневно. 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.

Все перечисленные факторы формируют группу риска развития желудочно-кишечных и иных заболеваний, негативно сказываются на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Школа и общество – сообщающиеся сосуды: изменения в обществе обязательно отражаются в жизни школы, в приоритетах, требованиях к ученику, структуре и содержании образования. Нестабильность жизни в России за последнее столетие сделала историю реформ отечественного образования бурной и противоречивой. Но одно всегда оставалось неизменным – ведущая роль школы в решении проблем охраны и укрепления здоровья детей, создании нормальных условий для их роста и развития. 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 серьезной кропотливой совместной работы педагогов, родителей и самого ученика.

Данная программа направлена на формирование у обучающихся представления о человеке как о главной ценности общества, позволяет сформировать элементарные представления о себе самом, функциях своего собственного организма, а также на формирование у детей и их родителей ответственного отношения к здоровому образу жизни, сохранение и укрепление здоровья детей школьного возраста.

II. Реализация Программы

обеспечит:

- организация рационального питания детей;
- обеспечение высокого качества и безопасности питания;

- увеличение охвата горячим питанием, доведение до 100%;
- организацию школьного питания в соответствии с новыми санитарными правилами и нормами СанПиНа;
- увеличение ассортимента блюд, полезных для здоровья школьников, витаминизацию третьих блюд;
- контроль за качеством школьного питания;
- участие представителей родительской общественности в организации школьного питания;
- систему полного входящего и исходящего производственного контроля;
- улучшение здоровья школьников благодаря повышению качества школьного питания;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового и полноценного питания (информированность учащихся и их родителей о здоровом питании);
- повышение влияния родителей на детей о важности здорового питания дома и в школе;
- модернизация столовой, улучшение санитарно-технического состояния пищеблока, столовой;
- обучение кадрового состава работников пищеблока современным технологиям.

III. Основные мероприятия Программы

1. Предоставление школьникам качественного, сбалансированного и рационального питания, соответствующего физиологическим потребностям детей разных возрастных групп по энергетической ценности и составу макро- и микронутриентов;
2. Соответствие ежедневного меню нормам СанПиН;
3. Разнообразные формы питания;
4. Соответствие обеденного зала нормам СанПиН;
5. Культура принятия пищи;
6. Контроль за качеством питания;
7. Максимальный охват школьников питанием;
8. Предоставление диетического питания нуждающимся в таковом;
9. Разъяснительная и профилактическая работа по вопросам здорового

- питания и пропаганда его, как среди школьников, так и их родителей;
10. Оснащение пищеблока современным технологическим оборудованием, качественной посудой;
 11. Работа Комиссии по проверке качества питания согласно плану мероприятий

IV. Цели, задачи и сроки реализации Программы

Цель:

Сохранение психического и физического здоровья детей. Обеспечение здорового питания школьников в целях укрепления их здоровья, профилактика заболеваний. Создание и апробации здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе. Развитие культуры рационального и сбалансированного питания. Привлечение внимания общественности к проблеме сохранения и укрепления здоровья детей. Формирование у учащихся осознанного выбора здорового образа жизни.

Задачи:

1. Участие в реализации экспериментального проекта по совершенствованию организации питания школьников в 2019 -2020 учебном году;
2. Доведение охвата учащихся горячим питанием до 100%;
3. Разработка мер по организации полноценного питания школьников с первых дней 2019 года;
4. Внедрение новых безжировых технологий приготовления пищи, расширение ассортимента школьной столовой, улучшение качества и вкуса приготовления блюд, улучшение эстетического оформления обеденного зала;
5. Создание системы взаимосвязи и сотрудничества со всеми заинтересованными службами;
6. Расширение ассортимента диетической продукции, включая собственную выпечку с пониженным содержанием сахара;
7. Обеспечение соответствия школьного питания детей установленным нормам и стандартам СанПиНа региональным, экологическим, социальным и культурным особенностям;
8. Приведение материально-технической базы школьной столовой, обеспечивающей процесс школьного питания, в соответствие с современными разработками и технологиями и нормами СанПиНа;

9. Организация образовательно-разъяснительной работы со школьниками и родителями по вопросам здорового образа жизни;
10. Активная пропаганда здорового образа жизни, освещение правильного рационального питания в СМИ и школьной газете;
11. Участие в подготовке и переподготовке работников пищеблоков.

Срок реализации Программы - 2019-2022 годы.

V.Обоснование актуальности поставленных задач

Здоровье детей и подростков в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества и, наряду с другими демографическими показателями, является чутким барометром социально-экономического развития страны.

В национальной доктрине образования и в Федеральной программе развития образования в качестве ведущих выделяются задачи сохранения здоровья, оптимизации учебного процесса, разработки здоровьесберегающих технологий обучения и формирования ценности здоровья и здорового образа жизни.

В современных условиях школа призвана выполнять не только образовательную функцию, но и заботиться о сохранении и укреплении здоровья детей, так как через неё проходит каждый и проблему сохранения и укрепления здоровья нужно решать именно здесь и в этом возрасте. Одним из важнейших показателей здоровья населения, в том числе детского, является заболеваемость. Динамическое наблюдение за состоянием здоровья детского населения, особенно школьников, выявляет стойкую тенденцию ухудшения показателей здоровья; уменьшается удельный вес здоровых школьников с одновременным увеличением хронических форм заболеваний при переходе из класса в класс, снижается индекс здоровья.

Современное состояние общества, темпы его развития предъявляют высокие требования к человеку и его здоровью. В связи с этим современная школа должна формировать человека с высоким уровнем самосознания, мышления, т.е. обеспечить каждому школьнику возможности для выявления и развития способностей для укрепления собственного здоровья.

На современном этапе развития образования необходима работа педагогического

коллектива по стабилизации и улучшения работы по оздоровлению детей, нужен комплексный системный подход к данной проблеме.

VI. Стратегия реализации программы:

Общие сроки исполнения 2019-2022 гг.

I этап – организационно-подготовительный (2019):

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

II этап – внедренческий (2020-2021 гг.):

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

III этап – обобщающий (2022 г):

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

VII. Конечные результаты:

Выполнение Программы "Здоровое питание, как путь к учёбе, знаниям»

позволит школе достигнуть следующих результатов:

- пакет документов по организации школьного питания;
- развить систему мониторинга состояния здоровья учащихся;
- улучшение состояния здоровья школьников, уменьшение случаев ожирения, дистрофии и других заболеваний, связанных с питанием, а в перспективе - улучшение репродуктивного здоровья;
- обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;

- развить механизмы координации и контроля в системе школьного питания;
- увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой до 100%;
- обеспечение доступности школьного питания;
- оказывать социальную поддержку отдельным категориям учащихся;
- 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;
- совершенствование системы финансирования школьного питания;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- организовать работу обучающих семинаров по вопросам организации питания;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания среди учащихся и их родителей;
- рост учебного потенциала детей и подростков (улучшение успеваемости школьников);
- повышение общего культурного уровня учащихся гимназии.

ХIII. Объемы и источники финансирования:

Бюджетное финансирование и финансирование из внебюджетных источников, родительская оплата, предоставление льготного питания по линии социальной защиты населения.

Х. Средства отчета, контроля

- Подготовка ежегодного доклада директора школы о результатах деятельности школы по реализации Программы «Здоровое питание как путь к учёбе, знаниям»;
- Общественный контроль за организацией и качеством питания школьников
- Информирование общественности о состоянии через СМИ;
- Информирование общественности на школьном портале;
- Информирование родителей на родительских собраниях и конференциях.