

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия № 120
(МАОУ гимназия № 120)

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ гимназия № 120

И.А. Писклова



ПРОГРАММА
по формированию культуры
здорового питания на 2026-2027
учебный год

Цели и задачи

Цели:

- Создать условия, способствующие укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, увеличение охвата 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 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 3 года. Ее поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2022 по 2025 год.

Программа затрагивает всех участников образовательного процесса (учащихся с 1-11 классы, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной (уроки), так и воспитательной деятельности.

Ожидаемые результаты:

- Улучшение качества питания школьников и обеспечение его безопасности.
- Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей.
- Разработана и действует система мониторинга состояния здоровья учащихся.
- Постоянно оказывается социальная поддержка отдельным категориям учащихся.
- Повышена эффективность системы организации питания за счёт:
- увеличения охвата учащихся школы горячим питанием;
- укрепления материально-технической базы школьной столовой;
- внедрения новых форм организации питания учащихся школы.
- Улучшение состояния здоровья учащихся школы за счёт:
- организации качественного и сбалансированного питания школьников с учетом их возрастных особенностей; - осуществления витаминизации питания, использования в рационе питания продуктов, обогащённых микронутриентами.
- Отлажена просветительская работа по формированию культуры школьного питания за счёт:
- реализации комплекса мероприятий образовательных программ по формированию культуры питания школьников;
- привлечения к профилактической работе формированию культуры питания родительской общественности, работников здравоохранения, средств массовой информации.

Механизм реализации программы

Производственный и общественный контроль за организацией питания:

	Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
1	Контроль за формированием рациона	Директор школы, ответственный за питание Школьная комиссия
2.	Входной производственный контроль	Директор школы, медсестра школы
3.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Заместитель директора по АХЧ
4.	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Бракеражная комиссия
5.	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов в производственного окружения	Бракеражная комиссия
6.	Контроль за приемом пищи	Дежурный администратор; классные руководители

Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников

Задачи администрации школы:

Составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;

Контроль качества питания;

Контроль обеспечения порядка в столовой;

Контроль культуры принятия пищи;

Контроль проведения воспитательной работы со школьниками по привитию навыков культуры приема пищи;

Обязанности работников столовой:

Составление рационального питания на день и двухнедельного меню;

Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;

Обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи;

Использование современных технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

Обязанности классных руководителей:

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 в столовой во время приема пищи;

Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;

Обязанности родителей:

Прививать навыки культуры питания в семье;

Выполнять рекомендации классных руководителей и медицинских работников по питанию в семье.

Обязанности обучающихся:

Соблюдать правила культуры приема пищи.

План деятельности по реализации Программы

1. Прием школьной столовой	август	Директор, зам. директора по АХЧ, диспетчер по питанию
2. Собрание при директоре по вопросам организации питания на учебный год	август	Директор, диспетчер по питанию классные руководители

3. Прием готовности пищеблока к началу учебного года	август	Директор, зав. производством
4.Совещание по организации горячего питания с классными руководителями	Сентябрь 2024 Январь 2025г.	Директор, диспетчер по питанию, кл. руководители
5. Организация комиссии по питанию	сентябрь	Зам. директора по ВР, диспетчер по питанию
6. Организация питьевого режима школьников	В течение учебного года	Диспетчер по питанию
7. Размещение информации в рубрике «Школьное питание» на официальном сайте гимназии	В течение учебного года	Зам. директора по науке, диспетчер по питанию
8. Организация работы бракеражной комиссии, комиссии по питанию	В течение учебного года	Диспетчер по питанию, Зам.директор по ВР
9. Подготовка школьной базы на новый учебный год в системе «Школьные сервисы»	Август	Диспетчер по питанию

2. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей.

1. Системный контроль за состоянием обеденного зала и пищеблока, своевременное устранение неполадок, обеспечение безопасных условий питания учащихся	В течение учебного года	Зам. директора по АХЧ, диспетчер по питанию, комиссия по питанию
2. Разработка новых блюд, изделий, их внедрение в систему школьного питания	В течение учебного года	Зав. производством, диспетчер по питанию, технолог
3.Укрепление и модернизация материальной базы и помещений пищевого блока	В течение учебного года	Директор, зам. директора по АХЧ

3. Работа по формированию культуры здорового питания с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, пропаганде здорового образа жизни.

1. Подготовка, проведение классных часов, тематических занятий по программе «Правильное питание»	Сентябрь	Кл. руководители, диспетчер по питанию
1. Проведение бесед с классными руководителями на тему «Здорового образа жизни»	Октябрь	Диспетчер по питанию, 1-4 классы, кл. руководители
2. Выставка рисунков «Вкусная осень»	Ноябрь	Диспетчер по питанию, 3 классы
4. Разговоры о мерах и профилактике здоровья во время карантина	Декабрь	Диспетчер по питанию, мед. Работник, кл. руководители 5-11 классы
6. Проведение мастер-класса	январь	Диспетчер по питанию, 2 классы, зав. производством
7. Конкурс поделок на тему «Масленица»	Февраль	Диспетчер по питанию, 4 классы
8. Игра «ЗОЖ во все времена»	Март	Педагог-организатор, диспетчер по питанию, 6 классы
9. Проведение «Космического мастер-класса»	Апрель	Диспетчер по питанию, 3 классы, зав. производством
11. Итоговое анкетирование 9,10 классы «Школьное питание. Каким ему быть»	май	Диспетчер по питанию, классные руководители

4. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди родителей учащихся.

1. Проведение родительских собраний по темам: - Организация школьного питания - Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни. - «Здоровое питание Вашей семьи»	В течение года (один раз в четверть)	Кл. руководитель, мед. работник, Диспетчер по питанию
2. Дегустация блюд школьной столовой	В течение всего года	Родители учащихся
3. Совместные мероприятия, праздники, встречи	В течение года	Диспетчер по пит. Классные рук.

ПРОГРАММА по формированию культуры здорового питания имеет подпрограмму:

«Разговор о правильном питании»

Целью подпрограммы является формирование у детей и подростков 1-11 классов основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

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 дошкольников и школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;

- освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания; - формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;

- информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и традициям других народов;

- развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности;

- развитие коммуникативных навыков у детей и подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;

- просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей подростков.

Содержание программы «Разговор о правильном питании» отвечает следующим принципам:

- научная обоснованность и достоверность - содержание комплекта базируется на данных научных исследований в области питания детей и подростков;
- практическая целесообразность содержание комплекта отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с организацией питания детей и подростков;
- динамическое развитие и системность содержание каждого из последующих модулей программы, цели и задачи обучения определялись с учетом тех сведений, оценочных суждений и поведенческих навыков, которые были сформированы у детей и подростков в результате изучения предыдущих модулей; - вовлеченность в реализацию программы родителей учащихся;
- культурологическая сообразность - в содержании программы отражены исторически сложившиеся традиции питания, являющиеся частью культуры народов России и других стран.

В ходе реализации Программы, используются разнообразные формы и методы, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающий непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующий их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности, распространенными при этом являются игровые методики, ситуационные, образно-ролевые игры, а также элементы проектной деятельности, дискуссионные формы.

«Разговор о правильном питании» позволяет реально сформировать у детей полезные навыки и привычки в области рационального питания, готовность выполнять правила здорового питания, а также определенные вкусовые предпочтения. Дети и подростки самостоятельно выбирают наиболее полезные продукты и блюда для своего рациона. Более того, по признанию большинства родителей, программа «Разговор о правильном питании» оказывает положительное влияние на организацию и структуру питания в семье, сделав его более эффективным и полезным.