

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Новичихинская СОШ»

Е.Ю. Левшина
приказ №140-р от 17.06.2025г.

ПРОГРАММА
мероприятий по воспитанию культуры
правильного питания на основе принципов
здорового питания в МБОУ «Новичихинская
СОШ» на 2025-2028 г.г.

Введение

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", администрацией МБОУ «Новичихинская СОШ» была разработана программа по формированию культуры здорового питания.

Работа по формированию культуры здорового питания проводится по трем направлениям.

Первое - рациональная организация питания в школе, в школьной столовой, где все, от внешнего вида школьной столовой до состава меню, должно соответствовать принципам здорового питания и способствовать формированию здорового образа жизни. Структура, режим и организация питания в образовательном учреждении 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, дается 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, проведенные Институтом возрастной физиологии РАО, показывают, что питание детей в семье, как правило, нерационально и не сбалансировано, нарушен режим питания. Во многих семьях в питании мало овощей, фруктов, молочных продуктов, а предпочтение отдается колбасным и кондитерским изделиям и т.п. Только 20% родителей знакомы с общими принципами организации здорового питания.

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;
- 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 мероприятий по воспитанию культуры правильного питания на основе принципов здорового питания рассчитана на 3 учебных года. Ее поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2025 по 2028 год.

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

Ожидаемые результаты

- Улучшение качества питания школьников и обеспечение его безопасности.
- Сформировать навыки 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:
 - 100% охвата обучающихся 1-4 классов школы горячим питанием;
 - укрепления материально-технической базы школьной столовой;
 - внедрения новых форм организации питания учащихся школы.

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 питания	Директор школы, ответственный за горячее питание Комиссия по контролю питания
2.	Входной производственный контроль	Директор школы
3.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Начальник хозяйственного отдела
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 приемом пищи	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 школьной столовой:

Составление рационального питания на день и перспективного меню;
Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;

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;
Принимать участие в мероприятиях по пропаганде здорового питания.

План деятельности по реализации Программы

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные	Планируемый результат и выполнение
1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение				
1.	Назначение ответственного за организацию питания в школе	Сентябрь ежегодно	директор школы	приказ
2	Совещание классных руководителей об организации горячего питания. Презентация горячего питания.	Октябрь ежегодно	зам. директора по ВР	протокол совещания
3	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания, охвата учащихся горячим питанием, соблюдением сан. гигиенических	сентябрь, май, ежегодно	директор	протокол

	требований, профилактики инфекционных заболеваний			
4	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	в течение года	зам. директора по ВР, социальный педагог	план работы, акты проверок
5	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	зам. директора по ВР	материалы отчётов
2. Работа с обучающимися				
1.	Проведение уроков – здоровья	ежегодно	классные руководители	планы уроков
2.	Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы)	Январь ежегодно	классные руководители	материалы конкурсов
3.	Игра – праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	Октябрь, ежегодно	зам. директора по УВР	отчёт о проведении праздника
4.	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ежемесячно	зам. директора по ВР	аналитическая информация
5.	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ежегодно	зам. директора по ВР	результаты анкетирования
6.	Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (каникулярное время)	ежегодно	зам. директора по ВР	план работы ДОЛ
7.	Проведение классных часов	По плану классных руководителей	классные руководители	планы классных часов
8.	Конкурс «Хозяюшка»	Март	зам. директора по ВР, советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями	отчёт о проведении конкурса

9.	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	ежегодно, апрель	зам. директора по ВР, советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями учителя - предметники	
10.	Проведение Дней здоровья	ежегодно	учитель физкультуры	отчёт о проведении Дня здоровья
3. Работа с педагогическим коллективом				
1.	Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях классных руководителей, педагогических советах	ежегодно	директор школы	протоколы
2.	Организация консультаций для классных руководителей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно-гигиенических требований - организация горячего питания – залог сохранения здоровья	ежегодно	зам. директора по ВР, медицинский работник	отчёт о консультациях за год
3.	Организация бесплатного питания учащихся из малообеспеченных семей	ежегодно	директор, социальный педагог	приказ
4.	Ведение пропаганды здорового питания	ежегодно	классные руководители	планы воспитательной работы
5.	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания	ежегодно	директор, зам. директора по ВР, классные руководители	
6.	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания,	ежегодно	зам. директора по ВР	отчёт за год

	внедрению новых форм обслуживания учащихся			
4. Работа с родителями				
1.	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях	ежегодно	классные руководители, заместитель директора по ВР, медицинский работник	протоколы родительских собраний
2.	Изучение отношения родителей к организации горячего питания в школе	ежегодно	классные руководители, заместитель директора по ВР, медицинский работник	протоколы родительских собраний
3.	Привлечение членов родительской комиссии для содействия повышению качества работы школьной столовой	ежегодно	заместитель директора по ВР	протоколы заседаний
4.	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	ежегодно	классные руководители	протоколы родительских собраний
5.	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	май, ежегодно	зам. директора по ВР	протоколы родительских собраний
5. Контроль за организацией горячего питания и работой школьной столовой				
1	Оформление стенда	сентябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	материалы стенда
2	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	ежемесячно	зам. директора по ВР	отчёт
3	Соблюдение графика питания учащихся	ежедневно	Классные руководители	
4	Личная гигиена учащихся	ежедневно	Классные руководители	
6. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей				

1.	Продолжение эстетического оформления зала столовой	ежегодно	Начальник хозяйственного отдела	акт проверки
2	План проведения текущего и капитального ремонта помещений пищеблока и столовой	июль-август	Начальник хозяйственного отдела	Акт приемки
3.	Акт проверки готовности пищеблока к началу учебного года	июль-август	Начальник хозяйственного отдела	Акт приемки
4.	Технологический паспорт пищеблока	июль-август	Начальник хозяйственного отдела	Технологический паспорт пищеблока
5.	План проведения профилактических технологических осмотров оборудования	июль-август	Начальник хозяйственного отдела	План проведения профилактических технологических осмотров оборудования

**Содержание тематических уроков
по рациональному питанию в рамках различных учебных предметов**

Предмет	Содержание занятия
Биология	Основные компоненты пищи, их значение. Физиология пищеварения, значение рационального питания для нормального функционирования желудочно-кишечного тракта. Жевание. Роль правильного измельчения пищи во рту для профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта. Витамины. Микроэлементы. Их значение для организма человека.
География	Национальные кухни и блюда. Подход с точки зрения рационального питания.
ИЗО	Рисунок «Мое меню», «Витамины в жизни человека»
Иностранный язык	Чтение, пересказ текста по рациональному питанию или проблемам со здоровьем, вызванным нерациональным питанием.
История	Рассмотрение эпидемий голода, холеры и т.д. с позиции рационального питания, соблюдения мер гигиены.
Технология	Обучение приготовлению блюд вкусной и здоровой пищи. Обучение правилам этикета.
Литература	Обсуждение меню персонажей литературного произведения (А.Пушкин "Евгений Онегин", А.Толстой "Война и мир", Н.Гоголь "Вечера на хуторе близ Диканьки" и т.д.).
Труд (технология)	Обсуждение продуктов питания, отрицательно влияющих на состояние здоровья.
Обществознание	Обсуждения проблемы питания в обществе.
Русский язык	Диктант, изложение или сочинение на тему рационального питания, компонентов пищи или заболеваний, связанных с

	питанием.
Физика	Использование физических факторов (температура, измельчение и т.д.) для обработки пищи. Роль правильной обработки пищи (например, кипячения) для профилактики различных заболеваний.
Химия	Пищевые добавки и их отрицательное влияние на здоровье. Белки, жиры, углеводы как компоненты пищи и их значение для организма.
Информатика	Чертеж пирамиды рационального питания