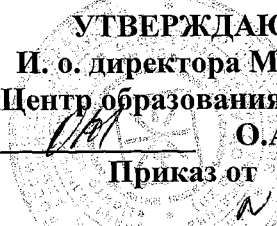


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ № 29»**

ПРИНЯТО
на заседании педагогического совета
МБОУ «Центр образования № 29»
Протокол от 06.04.2023 № 6

УТВЕРЖДАЮ
И. о. директора МБОУ
«Центр образования № 29»
О.А. Киселева
Приказ от 06.04.2023
№ 49-а



ПРОГРАММА
мероприятий по воспитанию культуры
правильного питания на основе принципов
здорового питания
на 2023-2025 годы

2023 год

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", 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 продуктов в школьном буфете, 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, 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.

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 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 3 года. Ее поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2023 по 2025 год.

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

Ожидаемые результаты:

- Улучшено качество питания детей и обеспечена его безопасность.
- Сформированы навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.
- Разработана и действует система мониторинга состояния здоровья обучающихся.
- Постоянно оказывается социальная поддержка отдельным категориям обучающихся.
- Повышена эффективность системы организации питания за счёт:
 - увеличения охвата обучающихся горячим питанием до 100%;
 - укрепления материально-технической базы пищеблоков и столовых;
 - внедрения новых форм организации питания обучающихся.

-Улучшено состояние здоровья обучающихся за счёт:

- организации качественного и сбалансированного питания детей с учетом их возрастных особенностей;

7. Отлажена просветительская работа 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.

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, медсестра.
2.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Директор школы, ответственный за горячее питание, медсестра.
3.	Контроль личной гигиены сотрудников пищеблока	Бракеражная комиссия, медсестра.
4.	Контроль сроков годности и условий раздачи готовой продукции	Бракеражная комиссия, медсестра.
5.	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой мебели	Бракеражная комиссия, медсестра.
6.	Контроль за приемом пищи	Ответственный за горячее питание, классные руководители.

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 приема пищи;

Обязанности работников пищеблоков и столовых:

Обеспечение 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 и привитие культурно гигиенических навыков 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	Сентябрь, ежегодно	директор	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	сентябрь, май, ежегодно	директор	протокол, план работы

	организации и развития школьного питания			
4	Заседание комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение сан. гигиенических требований; профилактика инфекционных заболеваний	октябрь, февраль, ежегодно	Совет по питанию	протокол, план работы
5	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	в течение года	зам. директора по ВР	план работы, акты проверок
6	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	Общественная комиссия, зам. директора	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) «Правильное питание» (5-6 классы) - оформление	Январь, ежегодно Ноябрь, ежегодно Декабрь,	классные руководители	материалы конкурсов

	обеденного зала.	ежегодно		
3	Игра - праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	октябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	Размещение информации официальной группе
4	«Масленица»	февраль, ежегодно	зам. директора	Размещение информации официальной группе
5.	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Декабрь, май ежегодно	совет по питанию зам. директора	аналитическая информация
6	Анкетирование родителей по вопросам питания	Май, ежегодно	Совет по питанию	результаты анкетирования
7.	Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (каникулярное время)	ежегодно	Зам. директора по ВР	
8	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	ежегодно	библиотекарь	план выставок, список предложенной литературы
9	Проведение классных часов	ежемесячно	классные руководители	планы классных часов
10	Викторина «О том, что вкусно и полезно» для младшего и	Октябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	материалы викторины

	среднего звена»			
11	Конкурс на самый интересный проект оформления школьной столовой	октябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	материалы конкурса
12	Конкурс «Хозяюшка»	март, ежегодно	зам. директора по ВР, учитель технологии	отчёт о проведении конкурса
13.	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	ежегодно	зам. директора по ВР, учителя - предметники	
14.	Проведение Дней здоровья	ежегодно	учителя физкультуры	отчёт о проведении Дня здоровья
3. Работа с педагогическим коллективом				
1.	Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях, семинарах классных руководителей	ежегодно	директор	протоколы
2	Организация консультаций для классных руководителей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарногигиенических требований - организация горячего питания - залог	ежегодно	зам. директора, медицинский работник	отчёт о консультациях за год

	сохранения здоровья			
3.	Организация бесплатного питания обучающихся	ежегодно	директор, ответственный по питанию	приказ
4	Ведение пропаганды здорового питания	ежегодно	классные руководители	планы
5	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	ежегодно	директор, ответственный за питание, классные руководители	
6.	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития питания, внедрению новых форм обслуживания обучающихся	ежегодно	Совет по питанию	отчёт за год
4. Работа с родителями				
1	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании обучающихся на родительских собраниях	ежегодно	классные руководители ,зам. директора, медицинский работник.	протоколы родительских собраний

2	Изучение отношения родителей к организации горячего питания	ежегодно	классные руководители, зам. директора, медицинский работник	протоколы родительских собраний
3	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	ежегодно	классные руководители	протоколы родительских собраний
5	Индивидуальные консультации о правильном питании	ежегодно	Медицинская сестра	план воспитательной работы
6	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	май, ежегодно	Совет по питанию	протоколы родительских собраний
5. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для обучающихся и родителей				
1	Продолжение эстетического оформления зала столовой	ежегодно	Заместитель директора по АХР	акт проверки
2	Организация текущего ремонта пищеблоков и столовых	июль-август	Заместитель директора по АХР	сметы

Календарный план реализации программы

(школьные отделения)

№	мероприятие	ответственные
сентябрь		
1	Назначение ответственного за организацию питания в школе	директор
2	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	директор
3	Организация бесплатного питания учащихся из малообеспеченных семей.	директор, ответственный за питание
4	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
5	Проведение уроков-здоровья: 1-2 класс: «Если хочешь быть здоров» 3-4 класс: «Из чего состоит наша пища» 5-6 класс: «Здоровье - это здорово»	классные руководители
6	Проведение классных часов: 2 класс: «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище) 3 класс: «Цена ломтика»	классные руководители
7	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
8	Анкетирование родителей «Питание наших детей»	ответственный за питание, классные руководители
9	Оформление стенда «Питание-залог здоровья»	ответственный за питание
10	Родительские собрания: «Режим и гигиена питания младших школьников» «Организация рационального питания подростков» «Организация рационального питания старшеклассников»	классные руководители
октябрь		
1	Совещание классных руководителей: - об организации горячего питания. Презентация горячего питания.	заместитель директора по ВР, ответственный за питание

2	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно - гигиенических требований	директор школы, ответственный за питание
3	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
4	Проведение уроков-здоровья 1-2 класс: «Самые полезные продукты» 3-4 класс: «Что нужно есть в разное время года» 5-6 класс: «Продукты разные нужны, блюда разные важны»	классные руководители
5	Проведение классных часов 3 класс: «Правила поведения в столовой» (занятие - практикум) 5 класс: «Правильное питание - залог здоровья» 6 класс: «Здоровое питание»	классные руководители
6	Игра - праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	заместитель директора по ВР, классные руководители
7	Выставка книг по теме: «Гигиена питания»	библиотекарь
ноябрь		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
2	Проведение уроков-здоровья 1-2 класс: «Как правильно есть» 3-4 класс: «Где и как готовят пищу» 5-6 класс: «Режим питания»	классные руководители
3	Проведение классных часов 3 класс: «Это удивительное молоко» (занятие - исследование) 4 класс: «Кулинарные обычаи» (игра - путешествие)	классные руководители
4	Конкурс: оформление обеденного зала столовой (7-8 классы)	заместитель директора по ВР, классные руководители
5	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
6	Родительские собрания: «Питание подростков вне дома»	классные руководители

7	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
декабрь		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
2	Проведение уроков-здоровья 1-2 класс: «Как сделать кашу вкусной» 3-4 класс: «Молоко и молочные продукты» 5-6 класс: «Энергия пищи»	классные руководители
3	Проведение классных часов 3 класс: «Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков» (игра) 4 класс: «Питание и красота (практикум) 6-7 класс: «Правильное питание - залог здоровья» 9 класс: «Правильное питание - залог здоровья»	классные руководители
4	Выставка книг по теме: «Красиво! Вкусно! Полезно!».	библиотекарь
январь		
1	Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы) «Правильное питание» (5-6 классы)	заместитель директора по ВР, классные руководители
2	Проведение уроков-здоровья 1 -2 класс: «Плох обед, если хлеба нет» 3-4 класс: «Блюда из зерна» 5-6 класс: «Где и как мы едим»	классные руководители
февраль		
1	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	ответственный за питание
2	Проведение уроков-здоровья 1-2 класс: «На вкус и цвет товарищей нет» 3-4 класс: «Дары моря» 5-6 класс: «Ты - покупатель»	классные руководители
3	Проведение классных часов 2 класс: «Кулинарное путешествие по Простоквашино» (инсценировка сказки) 3 класс: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» класс: «Удивительные превращения колоска» 8 класс: «Правильное питание - залог здоровья»	классные руководители
4	«Масленица»	заместитель директора по ВР, классные руководители

5	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
6	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ответственный за питание, классные руководители
7	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
8	Выставка книг по теме: «Правильное питание».	библиотекарь
март		
1	Проведение уроков-здоровья 1-2 класс: «Где найти витамины весной» 3-4 класс: «Кулинарное путешествие» по России. 5-6 класс: «Как питались на Руси и в России»	классные руководители
2	Проведение классных часов 2 класс: «Поешь рыбки - будут ноги прытки» (игра - конкурс) 3 класс: «Где найти витамины весной» (игра - путешествие) 5 класс: «Что я - знаю о воде?»	классные руководители
4	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
5	Конкурс: выпуск видеоролика «Зачем нужна горячая еда?» (9-11 классы)	заместитель директора по ВР, классные руководители
6	Выставка книг по теме: «Простые истины о здоровье и питании».	библиотекарь
апрель		
1	Проведение уроков-здоровья 1-2 класс: «Как утолить жажду» 3-4 класс: «Как правильно вести себя за столом» 5-6 класс: «Кухни разных народов»	классные руководители
2	Проведение классных часов 1 класс: «Умеем ли мы правильно питаться?» 3 класс: «День рождения Зелибобы» (герой улицы Сезам - о правильном питании)	классные руководители

3	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	классные руководители
5	Работы бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
7	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
май		
1	Анкетирование учащихся и родителей по вопросам питания	ответственный за питание, классные руководители
2	Проведение уроков-здоровья: 1 -2 класс: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» 3-4 класс: «Какую пищу можно найти в лесу» 5-6 класс: «Кулинарное путешествие»	классные руководители
3	Проведение классных часов 2 класс: «Кулинарные традиции моей семьи» (проект) 3 класс: «Секреты поварёнка» (круглый стол - о последствиях неправильного питания)	классные руководители
5	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
6	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	ответственный за питание, классные руководители
июнь		
1	Отчет об организации питания	ответственный за питание

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ:

Месяц	Формы работы
Октябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Анкетирование родителей «Здоровое питание - здоровый ребенок» 2. Выставка детского творчества «Что мы знаем о полезных продуктах» 3. Рекомендации для родителей. «Как приучить ребенка есть овощи и фрукты» 4. Развлечение «Витаминиада». Совместное чаепитие.
Ноябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Конкурс фотографий «Мой домашний обед». 2. Совместное творчество с дошкольником «Моя любимая каша». 3. Методические рекомендации для родителей «Как уберечься от повышенных нитратов в овощах и фруктах?»
Декабрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развлечение с родителями «Путешествие на остров Здоровья» 2. Совместная деятельность «Книга полезных рецептов» 3. Беседа «Питание и здоровье дошкольника»
Январь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Конкурс пирогов для родителей «Моя домашняя выпечка» 2. Приглашение родителей в «Детское кафе». 3. Ярмарка хлебных изделий. Выпечка домашнего печенья
Февраль	1. Конкурс плакатов «Мы за правильное питание»
Март	<ol style="list-style-type: none"> 1. Осторожно - Аллергия!!! Наглядная информация для родителей. 2. Конкурс рецептов: «Любимый салат нашей семьи». Опрос среди родителей, умение воспитанников владеть столовыми приборами дома.
Апрель	<ol style="list-style-type: none"> 1. Конкурс-соревнование «Пирамида здорового питания моего ребенка». 2. Задание на дом : посадить, вырастить и сделать(зарисовать) вывод.
Консультации для родителей:	<ul style="list-style-type: none"> - Организация питания в выходные дни - Рецепты витаминных блюд - Рекомендуемые нормы содержания витаминов в питании ребенка - Правила поведения за столом - Здоровье ребенка в руках взрослых - Родителям на заметку - Режим дня - залог здоровья дошкольника - Физическое развитие дошкольника -Активный отдых всей семьей - Рекомендации для родителей «Как приучить ребенка есть овощи»