***М Б О У Покровская средняя школа***

*Программа*



ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование | Программа «Здоровое питание – путь к успеху» МБОУ Покровская средняя школа |
| Основание для разработки программы | - Конвенция о правах ребенка  - Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»  - Закон РФ «Об образовании»  - СанПин 2.4.2.1178-02  - СанПин 2.4.5.2409-08  - Постановление главного санитарного врача РФ от 31.09.2006г. №30 «Об организации питания учащихся в ОУ» |
| Разработчик программы | Воронкова М.И. – воспитатель ГПД |
| Основные исполнители программы | - администрация школы;  - классные руководители;  - учителя-предметники;  - библиотекарь;  - обучающиеся школы;  - мед.работник;  - работники столовой;  - родители. |
| Цель программы | Сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов; обеспечение школьников качественным сбалансированным питанием, совершенствование системы организации питания в школе, способствующей формированию у школьников здорового образа жизни и навыков рационального здорового питания, формирование общей культуры правильного питания. |
| Задачи программы | - Обеспечение всех обучающихся школы сбалансированным горячим питанием.  - Пропаганда здорового питания (проведение классных часов, конкурсов, лекций, дискуссий).  - Формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья.  - Формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы школы и работу с родителями.  - Внедрение современных методов мониторинга состояния питания.  - Дальнейшее совершенствование материально-технологического оборудования столовой. |
| Важнейшие целевые показатели и ожидаемые результаты | - Увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой до 100 %.  - Организовать правильное, сбалансированное питание детей и подростков с учетом их возрастных особенностей.  - Обеспечить обучающихся необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании.  - Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.  - Улучшить качество питания школьников и обеспечить его безопасность.  - Укрепить материально-техническую базу школьной столовой. Оснастить недостающим технологическим оборудованием школьный пищеблок.  - Развить систему мониторинга состояния здоровья обучающихся.  - Развить механизмы координации и контроля в системе школьного питания. |
| Формы представления результатов программы | Ежегодный доклад – анализ заместителя директора по ВР о результатах деятельности школы по реализации программы «Здоровое питание». |
| Управление программой | Управление осуществляется администрацией школы. |

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На современном этапе развития общества такие универсальные ценности, как жизнь и здоровье человека, приобретают особое значение. С одной стороны, потому, что они являются «структурообразующими факторами социальности», с другой - потому, что мы должны немедленно восстановить адекватное отношение к ним у подрастающего поколения.

Школьник должен расти здоровым, физически крепким, всесторонне развитым и выносливым. Среди разнообразных условий окружающей среды, постоянно воздействующих на молодой организм, одно из ведущих мест принадлежит фактору питания. Влияние питания на растущий организм многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников. Поэтому еще с раннего детства важно обеспечить полноценное и правильно организованное питание, являющееся залогом его здоровья. Всякое нарушение питания, как количественное, так, еще в большей мере, и качественное, отрицательно влияет на здоровье детей. Особенно вредны для организма нарушения питания в период наиболее интенсивного роста ребенка. Организм школьника постоянно расходует много энергии. Эта энергия необходима ему для деятельности сердца, легких и других внутренних органов, для поддержания постоянной температуры тела. Учебные занятия, чтение, просмотр телевизионных передач также требуют расхода определенного количества энергии. С особенно большими энергетическими затратами связана работа, сопровождаемая сокращением мышц: движения, игры, занятия спортом, различные трудовые процессы. Основным источником энергии служит пища. Наряду с этим пища является «строительным материалом», необходимым для роста и развития организма.

Очевидно, что процесс обучения в школе не должен строиться за счет ресурсов здоровья ребенка, а должен быть направлен на сохранение и устранение нарушений в состоянии здоровья детей.

Питание детей тесно связано со здоровьем. Начало заболевания желудочно – кишечного тракта в 70 из 100 случаев приходится на 5 – 6 летний возраст и достигает пика к 8 – 12 годам. По данным академика А. А. Баранова, распространенность хронических заболеваний органов пищеварения составляет 702,3 на 1000 детского населения и зависит от ряда факторов:

- нерегулярное питание с перерывами более 3 –4 часов;

-частое употребление острых блюд, консервированных продуктов, маринадов, копченостей, фаст-футов;

- однообразное питание;

- еда в сухомятку;

- употребление некачественных продуктов;

- несоблюдение режима дня;

- малоподвижный образ жизни;

- вредные привычки

Их устранение снижает вероятность возникновения заболеваний пищеварительной системы в среднем на 15%.

Понимание школьниками важности правильного питания может стать эффективным способом профилактики и предупреждения заболеваний желудочно-кишечного тракта и других заболеваний.

Известно, что здоровье напрямую связано с традицией потребления овощей и фруктов. Призыв Всемирной организации здравоохранения о потреблении 400 гр. овощей и фруктов в день обошел весь мир, и в тех странах, где он реализован, показатели здоровья населения значительно лучше. У нас в стране, к сожалению, эти рекомендации не выполняются, и многие нарушения в питании напрямую связано с недостатком в нашем рационе овощей и фруктов.

Очень важно, чтобы школа стала началом распространения знаний и умений в построении здорового питания. Школьники должны узнать и принять для себя основные принципы здорового образа жизни. Здоровье и развитие школьников во многом зависят от полноценного сбалансированного питания и эффективности его организации в школе, так как именно в школьном возрасте, когда активно формируются привычки, наибольшее значение имеет воспитание навыков рационального питания.

Школа представляет собой жизненно важную среду, используя которую можно оказывать влияние на процесс правильного питания и формировать у школьников верные навыки и стереотипы в данном вопросе. В школе существуют эффективные возможности, для проведения работы по охране здоровья и здоровому питанию. Именно школьный возраст является тем периодом, когда происходит основное развитие ребенка и формируется образ жизни, включая тип питания.

Нужно объяснить ребенку, как питание важно для него и его организма. Чтобы учиться хорошо, надо хорошо кушать. А организация полноценного питания во всех школах должна стать приоритетным направлением деятельности школы.

Остается актуальной задача обеспечения горячим питанием всех обучающихся школы, улучшения качества, разнообразия блюд и безопасности питания детей школьного возраста.

ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ

* сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов;
* обеспечение школьников качественным сбалансированным питанием;
* совершенствование системы организации питания в школе, способствующей формированию у школьников здорового образа жизни и навыков рационального здорового питания;
* формирование общей культуры правильного питания.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

* обеспечение всех обучающихся школы сбалансированным горячим питанием;
* пропаганда здорового питания (проведение классных часов, конкурсов, лекций, дискуссий);
* формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья;
* формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы школы и работу с родителями;
* внедрение современных методов мониторинга состояния питания;
* дальнейшее совершенствование материально-технологического оборудования столовой.

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа является долгосрочной. Реализация программы происходит ежегодно.

МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

* посредством выполнения мероприятий, предусмотренных нормативно-правовыми актами по реализации программы;
* в рамках плана воспитательной работы школы.

Администрацияшколы

Учителя - предметники

Классные руководители

Библиотекарь

Мед.работник

Работники столовой

родители

обучающиеся

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ

* увеличение количество детей, питающихся в школьной столовой до 100 %;
* организация правильного, сбалансированного питания детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;
* обеспечение обучающихся необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
* сформированность навыков здорового питания у обучающихся и их родителей;
* улучшение качества питания обучающихся;
* укрепление материально-технической базы столовой;
* развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся.
* развитие механизмов координации и контроля в системе школьного питания.

В перспективе организация рационального питания школьников позволит достичь следующих основных целей:

* рост учебного потенциала детей и подростков;
* улучшение состояния здоровья школьников, уменьшение случаев ожирения, дистрофии и других заболеваний, связанных с питанием, а в перспективе - улучшение репродуктивного здоровья;
* снижение риска развития сердечно-сосудистых, эндокринных, желудочно-кишечных заболеваний в период обучения в школе и в течение дальнейшей жизни;
* улучшение успеваемости школьников;
* повышение общего культурного уровня школьников.

АСПЕКТЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

* организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение;
* методическое обеспечение;
* работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся;
* организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и их родителей.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ – ПУТЬ К УСПЕХУ»

***Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные мероприятия** | **Срок** | **Исполнители** |
| Проверка готовности школьной столовой к новому учебному году | Август | Директор,  зам. директора по АХР |
| Ознакомление классных руководителей, работников школьной столовой с нормативными документами, регулирующими школьное питание. | Сентябрь | Директор |
| Формирование нормативно-правовой базы по организации питания в школе | Сентябрь | заместитель директора по ВР |
| Согласование примерного 10-и дневного меню в соответствии с санитарными нормами. | Август | Директор, воспитатель ГПД |
| Издание приказа по школе об организации питания | Сентябрь | Директор |
| Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания | Октябрь | заместитель директора по ВР |
| Организация контроля за ведением документации:  Журнал бракеража готовой продукции;  Журнал здоровья (пищеблок);  Журнал витаминизации третьих блюд;  Журнал контроля за рационом питания;  Журнал контроля за исправностью холодильного оборудования | В течение года | Директор |
| Организация работы школьной комиссии по контролю за качеством питания | В течение года | Комиссия по контролю за качеством питания |
| Размещение информации об организации питания на школьном сайте | В течение года | Зам.директора по ВР |

***Методическое обеспечение***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные мероприятия** | **Срок** | **Исполнители** |
| Организация консультаций для классных руководителей 1-4,5-8, 9-11 классов;  - культура поведения учащихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований - организация горячего питания – залог сохранения здоровья | В течение года | МО классных руководителей |
| Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся | В течение года | Комиссия по контролю за качеством питания |

***Работа по воспитанию культуры питания среди учащихся***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные мероприятия** | **Срок** | **Исполнители** |
| Проведение классных часов по теме | Раз в месяц | Классные руководители |
| Цикл бесед «Азбука здорового питания» | Раз в четверть | Классные руководители |
| Конкурс среди учащихся 5 – 9 классов «Хозяюшка» | март | Учитель технологии |
| Анкетирование учащихся по вопросам питания | Октябрь, апрель | Зам.директора по ВР |
| Анкетирование родителей «Ваши предложения по развитию школьного питания» | Май | Комиссия по контролю за качеством питания |
| Конкурс рисунков по теме «Культура питания» | 3 четверть | Учитель ИЗО |
| Проведение внеклассных мероприятий «Питаемся правильно» 1-11 классы. | В теч.года | Классные руководители |
| Организация акции «Мы - за правильное питание». | Апрель | Воспитатель ГПД |
| Выпуск буклетов «Правильное питание» | Май | Воспитатель ГПД |
| Оформление информационного уголка «Здоровье на тарелке» | Сентябрь | Классные руководители |

***Работа по воспитанию культуры питания среди родителей учащихся***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные мероприятия** | **Срок** | **Исполнители** |
| 1.Проведение родительских собраний по темам:   - совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни дома,  правильное питание учащихся, - профилактика желудочно-кишечных заболеваний и инфекционных, простудных заболеваний,  - итоги медицинских осмотров учащихся | В теч.года | Классные руководители |
| 2. Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи» | Февраль | Зам.директора по ВР |
| 3. Встреча с врачами  - «Личная гигиена ребенка»,  - «Основы здорового питания» | Ноябрь-декабрь | Классные руководители |

***Мониторинг реализации программы***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Направление мониторинга** | **Диагностика** | **Сроки** | **Ответственный** |
| Охват учащихся горячим питанием | Анализ результатов посещаемости | ежедневно ежемесячно  ежегодно | классные руководители,  воспитатель ГПД |
| Сохранение и укрепление здоровья учащихся | Анализ состояния здоровья школьников по результатам медицинских осмотров  Анализ заболеваемости детей | ежегодно | директор школы,  учителя физкультуры,  мед.работник,  кл. руководители |
| Уровень удовлетворенности учащихся, родителей, педагогов организацией питания в школе | Анкетирование | ежегодно | заместитель директора по ВР |
| Материально-техническая база столовой | Смотр помещения (оборудование, оснащение)  Анализ результатов приёмки столовой к началу нового учебного года  Оснащение пищеблока необходимым оборудованием | ежегодно | директор школы,  зам. директора по АХР |
| Формирование у школьников навыков здорового питания | Собеседование  Наблюдение | ежегодно | заместитель директора по ВР |
| Качество организации питания | Наблюдение, анкетирование, опросы, посещение столовой, анализ приготовления пищи и норм раскладки, санитарно-гигиенического состояния обеденного зала | ежедневно | заместитель директора по ВР |