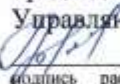


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОЛДЫКАНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

Согласовано с
председателем
Управляющего совета
 (Греджук К.Л.)
подпись расшфровка
№ _____

Принято на педсовете
Протокол № 6 от 13.01.2021г.

Утверждаю:
Директор  Е.Н. Бескоровайная
Приказ № 1 от 13.01.2021г.



Программа по формированию культуры здорового питания в МОКУ Долдыканская СОШ

Паспорт программы.

Образовательное учреждение	муниципальное казенное общеобразовательное учреждение Долдыканская средняя общеобразовательная школа
Юридический адрес	676718, Амурская область, Бурейский район, с. Долдыкан, ул. Центральная д 26
Контактный телефон	(41634) 26232
Директор школы	Бескоровайная Елена Николаевна
Название Программы	Программа по формированию культуры здорового питания в МОКУ Долдыканская СОШ
Сроки реализации	2020- 2023г.
Координатор программы	Администрация МОКУ Долдыканская СОШ
Адресаты	обучающиеся школы, их родители
Цель	Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиска новых форм обслуживания детей, увеличения охвата обучающихся горячим питанием.
Задачи	<ul style="list-style-type: none">- Формировать и развивать представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формировать готовность заботиться и укреплять собственное здоровье;- Формировать у школьников знания и навыков о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовность соблюдать эти правила;- Профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием детей и подростков;- Информировать детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием, расширять знания об истории и традициях питания своего народа, формировать чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;- Развивать творческие способности и кругозор детей и подростков- Повышать знания по гигиеническим требованиям в вопросах питания у детей и родителей;- Проводить просветительскую работу среди родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.
Ожидаемый результат	<ul style="list-style-type: none">- Улучшение качества питания школьников и обеспечение его безопасности.- Будут сформированы навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.- Будет разработана система мониторинга состояния здоровья обучающихся.- Постоянно оказываемая социальная поддержка отдельным категориям обучающихся.- Будет повышена эффективность системы организации питания за счёт:<ul style="list-style-type: none">- охвата учащихся школы горячим питанием до 100%;- укрепления материально-технической базы школьной столовой;- внедрения новых форм организации питания учащихся школы.-

	<ul style="list-style-type: none"> - Будет улучшено состояние здоровья обучающихся школы за счёт: - организации качественного и сбалансированного питания школьников с учетом их возрастных особенностей; - осуществления витаминизации питания, использования в рационе питания продуктов, обогащённых микронутриентами. - Будет 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.
<p>Основание для разработки Программы</p>	<p>Конвенция о правах ребенка. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка». Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.37) Федеральным законом от 01.03.2020 N 47-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О качестве и безопасности пищевых продуктов" СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»</p>

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" в МОКУ Долдыканская 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 продуктов, 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 образовательной программы 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 образовательной программы 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.

1. Пояснительная записка.

Рациональное питание обучающихся – одно из условий сохранения здоровья и создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательных учреждениях, снижение отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования.

Под здоровым питанием понимают питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствующие укреплению его здоровья и профилактике заболеваний. В настоящее время вопросам обеспечения именно здорового питания населения уделяется большое внимание.

Структура питания на сегодняшний день характеризуется недостаточным потреблением ценным в биологическом отношении пищевых продуктов, таких как мясо, мясопродукты, молоко и молочные продукты, рыба и рыбные продукты, растительное масло, фрукты и овощи. При этом выявляется выраженная тенденция к повышению потребления хлеба и хлебобулочных изделий, а также картофеля. Так же очень серьезной является проблема недостаточности в питании минеральных веществ и микроэлементов, таких как кальций, железо, йод, селен, цинк. Все это приводит к резкому снижению устойчивости организма к неблагоприятным факторам окружающей среды за счет нарушения функционирования систем антиоксидантной защиты и, как следствие, - к развитию иммунодефицитных состояний.

Полноценное питание – существенный и постоянно действующий фактор, обеспечивающий адекватные процессы роста и развития организма, а также укрепление здоровья в детском и подростковом возрасте. Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты. Пищевой рацион детей должен быть сбалансирован в зависимости от возраста, пола, климатогеографической зоны проживания, характера деятельности и величины физической нагрузки.

Необходимо помнить, что фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, а, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно начать развивать именно в этот период:

- в этом возрасте закладываются основы здорового образа жизни, как система норм и правил, усваиваемых ребенком в специально проектируемой деятельности;

- школьный период в развитии наиболее чувствителен в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья;

- формируется сознательное, уважительное отношение к себе и своему здоровью от начала жизни до преклонного возраста.

Правильное питание обеспечивает нормальный рост и развитие детей; способствует профилактике заболеваний, продлению жизни людей, повышению работоспособности; создает условия для адекватной адаптации к окружающей среде.

Школе принадлежит ведущая роль 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, одной из составляющих которого является организация правильного питания. 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 ребенка.

Программа разработана:

в соответствии с Федеральным законом «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (№ 29 – ФЗ, от 02.01.2000 г.), санитарными нормами и правилами, утвержденными совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпидемнадзором:

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «О введении в действие СанПиН 2.3.2. 1940-05 (вместе с Санитарно – эпидемиологическими правилами и нормативами «Организация детского питания» СанПин 2.3.2. 1940-05)

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «О введении в действие санитарно – эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.1178-02»

Письмо Роспотребнадзора «О согласовании рационов питания»(№ 0100/2717-07-032 от 19.03.2007 г.)

СанПин 2.3.2.560-96 «Гигиенические требования к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов. Санитарные правила и нормы»

СанПин 2.4.2.011-98 «Гигиенические требования к организации питания детей и подростков школьного возраста в общеобразовательных учреждениях»

Методические рекомендации МР 2.4.0180-20 "Родительский контроль за организацией питания детей в общеобразовательных организациях"

Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 "Рекомендации по организации питания для обучающихся общеобразовательных организаций"

Письмо Минобрнауки России от 12.04.2012 N 06-731 "О формировании культуры здорового питания обучающихся, воспитанников" (вместе с "Методическими рекомендациями

"Формирование культуры здорового питания обучающихся, воспитанников")

Об утверждении государственной программы "Развитие образования Амурской области" (с изменениями на 19 ноября 2020 года)

Постановление Правительства Амурской области от 12.11.2020 № 757 "Об утверждении региональной программы по формированию культуры здорового питания обучающихся общеобразовательных организаций Амурской области"

Об утверждении Перечня мероприятий ("дорожной карты") по организации бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в государственных и муниципальных образовательных организациях Амурской области, обеспечивающих охват 100 процентов от числа таких обучающихся в указанных образовательных организациях (с изменениями на 12 января 2021 года)

II. Общая характеристика программы.

Цель программы: формирование у обучающихся культуры питания как составляющей здорового образа жизни и создание необходимых условий, способствующих укреплению их здоровья.

Основные задачи программы:

1. формирование и развитие представлений обучающихся о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;
2. формирование готовности обучающихся заботиться и укреплять собственное здоровье;
3. профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием обучающихся;
4. информационно-разъяснительной работы со школьниками и родителями по вопросам правильного и здорового питания
5. информирование обучающихся о национальных традициях, связанных с питанием, расширение знаний об истории питания;
6. формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
7. укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Организация питания в школе предполагает следующие аспекты:

График работы столовой;
Организационные;
Медико-гигиенические;
Воспитательные задачи;
Учебно-информационные;
Мониторинг;
Кадровые;
Нормативно-правовая база;
Рациональная организация работы школьной столовой;
Эстетическое оформление столовой;

Участники программы:

Администрация школы, социальный педагог, медицинский работник, педагогический коллектив, родители обучающихся, зав. производством школьной столовой, учащиеся 1- 11 классов.

Этапы реализации Программы

Январь - май 2021г. – постановка целей, задач, разработка и составление направлений реализации программ

Сентябрь 2021г. по май 2023 г. – введение в действие и реализация основных направлений деятельности по программе

Май – июнь 2023г. – подведение итогов: анализ выполнения программы, результаты.

Механизм реализации программы:

№	Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
1.	Контроль за формированием рациона питания	Директор школы, ответственный за горячее питание
2.	Входной производственный контроль	Директор школы, ответственный за горячее питание
3.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Заместитель директора по ХЧ
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	Ответственный за горячее питание ; классные руководители, воспитатели

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 перспективного 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, воспитателей:

- 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.

III. Описание места программы в учебном плане.

Реализация данной Программы направлена на формирование и повышение уровня знаний обучающихся и родителей о правильном питании и ЗОЖ.

В ходе реализации Программы используются разнообразные формы и методы работы, обеспечивающие непосредственное участие детей и их родителей, стимулирующие их интерес и дающие возможность проявить свои творческие способности. Данная работа проводится с учетом возрастных особенностей детей и подростков.

Формы реализации программы:

- встреча - беседа с учащимися с приглашением специалистов;
- классный час;
- родительское собрание;
- Презентация «Я то, что я ем» (с использованием видеороликов и фильмов);
- День национальной кухни;
- конкурсы по приготовлению различных блюд;
- реализация программы «Школьное молоко»;
- выпуск газет, информационных листов.

Формированию представлений об основах культуры питания способствует не только система воспитательной внеурочной работы, но и образовательный процесс, включающий уроки русского языка (работа с текстами, затрагивающими тематику питания); математики (эффективным средством формирования умений и навыков сохранения и укрепления здоровья являются задачи со здоровьесберегающим содержанием), окружающего мира, литературного чтения, ИЗО (рисунки, роспись посуды), технологии (приготовление блюд, разработка меню, изготовление муляжей фруктов и овощей) и других.

Всё это открывает дополнительные возможности для развития учащихся, позволяя применять в новых условиях знания, умения, навыки, приобретённые на других уроках. Интерес к проблеме правильного питания, отношение к ней в значительной степени обуславливается психологическим климатом семьи. Работа с родителями начинается с установления контакта с семьёй, выработки согласованных действий и единых требований.

Таким образом, такое содержание программы по формированию у детей основ культуры питания позволяет подвести детей к пониманию того, что составляющей здорового образа жизни является правильное питание. Проведение лекций, бесед, занятий, конкурсы, встречи со специалистами, консультации и рекомендации для родителей помогают в интересной и увлекательной форме окунуться в историю, суть и актуальность вопроса о правильном питании.

IV. Содержание программы.

Программа по формированию культуры здорового питания включает 3 модуля:

- для обучающихся 1-4 классов,
- для обучающихся 5-9 классов,
- для обучающихся 10-11 классов.

Состоит из 3 разделов:

1. Организационная работа
2. Методы и формы работы по воспитанию культуры питания школьников
3. Формы работы с родителями

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные	Планируемый результат и выполнение
1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение				
1.	Назначение ответственного за организацию питания в школе	январь	директор школы	приказ
2	Совещание классных руководителей, воспитателей об организации горячего питания. Презентация горячего питания.	январь 2020г.	зам. директора по УВР	протокол совещания
3	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	ежегодно	директор	план работы
4	Совещание при директоре по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение сан. гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний	октябрь, февраль , ежегодно	директор	план работы
5	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	в течение года	Ответственный за питание	план работы
6	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	Ответственный за питание	материалы отчётов

2.Работа с обучающимися.				
1	Проведение уроков-здоровья	ежегодно	классные руководители, воспитатели	планы уроков
2.	Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (1-4 классы) «Правильное питание» (5-7 классы) Выпуск видеоролика «Зачем нужна горячая еда?» (8-9 классы)	Январь Ноябрь декабрь	классные руководители, воспитатели	материалы конкурсов
3	Игра - праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	октябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	отчёт о проведении праздника
4	«Масленица»	ежегодно	зам. директора по ВР	отчёт о проведении праздника
5.	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ежемесячно	Ответственный за питание	аналитическая информация
6	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ежегодно	Педагог-психолог	результаты анкетирования
7	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	ежегодно	библиотекарь	план выставок, список предложенной литературы
8	Проведение классных часов		классные руководители, воспитатели	планы классных часов
9	Викторина «О том, что вкусно и полезно» для младшего и	октябрь	библиотекарь	материалы викторины

	среднего звена»			
10	Конкурс на самый интересный проект оформления школьной столовой	ноябрь	Старший вожатый	материалы конкурса
11	Конкурс «Хозяюшка» (5-9 классы)	март	зам. директора по ВР, учитель технологии	отчёт о проведении конкурса
13.	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	ежегодно	зам. директора по УВР, учителя - предметники, воспитатели	
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, воспитателей	ежегодно	директор школы, зам.директора по ВР	протоколы
2	Организация консультаций для классных руководителей и воспитателей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно-гигиенических требований - организация горячего питания - залог	ежегодно	зам. директора по ВР, медицинский работник	отчёт о консультациях за год
	сохранения здоровья			

3.	Организация бесплатного питания учащихся из малообеспеченных семей.	ежегодно	директор, ответственный за питание	приказ
4	Ведение пропаганды здорового питания	ежегодно	классные руководители, воспитатели	планы воспитательной работы
5	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	ежегодно	директор, ответственный за питание, классные руководители, воспитатели	
6.	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся	ежегодно	Ответственный за питание	отчёт за год
4. Работа с родителями				
1	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях	ежегодно	классные руководители, воспитатели, зам. директора по ВР, медицинский работник	протоколы родительских собраний
2	Изучение отношения родителей к	ежегодно	классные руководители, воспитатели,	протоколы родительских собраний
	организации горячего питания в школе		зам. директора по ВР,	

3.	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	ежегодно	классные руководители, воспитатели	протоколы родительских собраний
4.	Индивидуальные консультации о правильном питании	ежегодно	Ответственный за питание	план
5.	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	май, ежегодно	Педагог-психолог	протоколы родительских собраний

5. Контроль за организацией горячего питания и работой школьной столовой

1	Оформление стенда «Питание-залог здоровья»	сентябрь, ежегодно	ответственный за питание	материалы стенда
2	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	ежемесячно	ответственный за питание	отчёт
3.	Расширение ассортимента продуктов питания.	постоянно	повар	меню
4	Соблюдение графика питания обучающихся	ежедневно	Классные руководители, воспитатели	
5	Личная гигиена обучающихся	ежедневно	Классные руководители, воспитатели	

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

1.	Продолжение эстетического оформления зала столовой	ежегодно	заместитель директора по ХЧ	акт проверки
2.	Организация закупки технологического оборудования для столовой.	по мере поступления финансирования	директор, заместитель директора по ХЧ	материалы о закупках, сметы
3.	Организация закупки мебели для зала питания.	по мере поступления финансирования	директор, заместитель директора по ХЧ	материалы о закупках, сметы
5	Организация косметического ремонта школьной столовой	июль-август	директор, заместитель директора по ХЧ	сметы

Интегрирование в учебные предметы отдельных тем по формированию культуры здорового питания у детей и подростков имеет большое значение.

Примерное 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 желудочнокишечного 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", Н.Гоголь "Вечера на хуторе близ Диканьки" и т.д.).
ОБЖ	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

**ПРОГРАММА по формированию культуры здорового питания имеет подпрограмму:
«Разговор о правильном питании».**

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

Она рассчитана на обучающихся и воспитанников в возрасте от 6 до 14 лет и состоит из трех частей:

«Разговор о правильном питании» - для младших школьников 6-8 лет;

«Две недели в лагере здоровья» - для детей 9-11 лет

«Формула правильного питания» - для школьников 12-14 лет.

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 обучающихся и воспитанников 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 культуре 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 и подростков.

Содержание программы "Разговор о правильном питании" отвечает следующим принципам:

- возрастная адекватность - соответствие используемых форм и методов обучения возрастным физиологическим и психологическим особенностям детей и подростков;
- 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 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.

Тематика программы охватывает различные аспекты рационального питания:

- «Разговор о правильном питании»

разнообразие питания:

«Самые полезные продукты»,

«Что надо есть, если хочешь стать сильнее»,

«Где найти витамины весной»,

«Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные продукты»,

«Каждому овощу свое время»;

гигиена питания: «Как правильно есть»;

режим питания: «Удивительные превращения пирожка»;

- рацион питания:

- «Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной»,

- «Плох обед, если хлеба нет»,

- «Полдник. Время есть булочки»,

- «Пора ужинать»,

- «Если хочется пить»;

культура питания:

«На вкус и цвет товарищей нет»,

«День рождения .

«Две недели в лагере»

- «Из чего состоит наша пища»

- «Здоровье в порядке – спасибо зарядке»

- «Закаляйся, если хочешь быть здоров»

- «Как правильно питаться, если занимаешься спортом»

- «Блюда из зерна»

- «Что можно есть в походе»

- «Вода и другие полезные напитки»

- «Необычное путешествие»

- «Олимпиада здоровья»

«Формула правильного питания»

разнообразие питания:

«Из чего состоит наша пища»,

«Что нужно есть в разное время года»,

«Как правильно питаться, если занимаешься спортом»; гигиена питания и приготовление пищи:

«Где и как готовят пищу»,

«Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен»; этикет:

1. «Как правильно накрыть стол»,

2. «Как правильно вести себя за столом»;

рацион питания:

«Молоко и молочные продукты»,

«Какую пищу можно найти в лесу»,

«Что и как приготовить из рыбы»,

«Дары моря»;

традиции и культура питания:

«Кулинарное путешествие по России».

рациональное питание как часть здорового образа жизни:

«Здоровье - это здорово»;

«Продукты разные нужны, продукты разные важны», режим питания:

«Режим питания»,

адекватность питания:

«Энергия пищи»,

гигиена питания и приготовление пищи:

«Где и как мы едим»,

«Ты готовишь себе и друзьям»;

потребительская культура:

«Ты - покупатель»;

традиции и культура питания:

«Кухни разных народов»,

«Кулинарное путешествие»,

«Как питались на Руси и в России»,

«Необычное кулинарное путешествие».

Реализация подпрограммы осуществляется в течение учебного периода при изучении отдельных тем по предметам естественного цикла, в рамках факультативной, кружковой, и внеурочной работы в рамках реализации регионального компонента учебного плана, направленного на формирование у школьников здорового образа жизни, летней оздоровительной компании, а также часть вопросов программы рассматривается в рамках внеклассной работы (система классных часов и внеклассных мероприятий согласно планов воспитательной работы 1-9 классов.

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.

Опыт реализации программы «Разговор о правильном питании» убедительно продемонстрировал ее эффективность. Как показывают опросы педагогов и родителей, программа «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.

Календарный план реализации программы на 2021 - 2023 уч. гг

№	мероприятие	ответственные
сентябрь		
1	Назначение ответственного за организацию питания в школе	директор школы
2	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	директор школы
3	Организация питания учащихся из малообеспеченных семей.	директор школы, 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» 5-9 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»	Соц. педагог, классные руководители
9	Оформление стенда «Питание-залог здоровья»	ответственный за питание, актив школы
10	Родительские собрания: «Режим и гигиена питания младших школьников» «Организация рационального питания подростков» «Организация рационального питания старшекласников»	классные руководители
октябрь		
1	Совещание классных руководителей: - об организации горячего питания. Презентация горячего питания.	заместитель директора по ВР, ответственный за питание
2	Совещание при директоре по вопросам:	директор школы, ответственный за

	- охват обучающихся горячим питанием, - соблюдение санитарно - гигиенических требований	питание, заместитель директора по ВР
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» 5-9 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	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
8	Выставка книг по теме: «Г и гиена 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» 5-9 класс: «Режим питания»	классные руководители
3	Проведение классных часов 1-2 класс: «Это удивительное молоко» (занятие - исследование) 3-4 класс: «Кулинарные обычаи» (игра - путешествие)	классные руководители
4	Конкурс проектов: оформление обеденного зала столовой (7-8 классы)	заместитель директора по ВР, классные руководители
5	Ведение мониторинга охвата горячим	ответственный за

	питанием учащихся	питание
6	Родительские собрания: «Питание подростков вне дома»	классные руководители
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» 5-9 класс: «Энергия пищи»	классные руководители
3	Проведение классных часов 1-3 класс: «Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков» (игра) 4-5 класс: «Питание и красота (практикум) 6-9 класс: «Правильное питание - залог здоровья»	классные руководители
4	Конкурс: выпуск видеоролика «Зачем нужна горячая еда?» (8-9классы)	Заместитель директора по ВР, классные руководители
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
8	Выставка книг по теме: «Г и гигиена питания».	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» 5-9 класс: «Где и как мы едим»	классные руководители
3	Проведение классных часов 7-9 класс: «Самые полезные продукты» 5-6класс: «Составим кроссворд о здоровье» «Весёлая минутка»	классные руководители
4	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
5	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
6	Родительские собрания:	классные

	«Значение витаминов и минеральных веществ в рационе питания младшего школьника. Профилактика витаминной недостаточности» «Продукты с особыми свойствами в рационе питания старшеклассников»	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» 5-9 класс: «Ты - покупатель»	классные руководители
3	Проведение классных часов 1-2класс: «Кулинарное путешествие по Простоквашино» 3 класс: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» 4 класс: «Удивительные превращения колоска» 5-9 класс: «Правильное питание - залог здоровья»	классные руководители
4	«Масленица»	Заместитель директора по ВР, классные руководители
5	Совещание при директоре по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - профилактика инфекционных заболеваний	директор школы, ответственный за питание, заместитель директора по ВР
6	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
7	Анкетирование учащихся по вопросам питания	Соц. педагог, классные руководители
7	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
март		
1	Проведение уроков-здоровья 1-4класс: «Где найти витамины весной» 5-6 класс: «Кулинарное путешествие» по России.	классные руководители

	7-9 класс: «Как питались на Руси и в России»	
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	ответственный за питание
5	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
6	Выставка книг по теме: «Гигиена питания»	библиотекарь
апрель		
1	Проведение уроков-здоровья 1 -2 класс: «Как утолить жажду» 3-4 класс: «Как правильно вести себя за столом» 5-9 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	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 по вопросам питания	Соц. педагог, классные руководители,
2	Проведение уроков-здоровья:	классные

	1 -4 класс: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» 5-6 класс: «Какую пищу можно найти в лесу» 7-9 класс: «Кулинарное путешествие»	руководители
3	Проведение классных часов 5 класс: «Кулинарные традиции моей семьи» (проект) 4 класс: «Секреты поварёнка» (круглый стол - о последствиях неправильного питания)	классные руководители,
5	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
7	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания	Соц. педагог, классные руководители
июнь		
1	Отчет об организации питания	ответственный за питание

V. Источники финансирования:

Финансовое обеспечение предоставления питания осуществляется за счет:

- средств бюджета, предоставленных на социальную поддержку малоимущих семей
- средств платы, взимаемой с родителей (законных представителей) за питание детей в образовательном учреждении.

VI. Ожидаемые результаты:

Рост удовлетворенности учащихся и родителей качеством организации школьного питания.

Улучшение качества питания школьников и обеспечение его безопасности.

Будут сформированы навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.

Будет разработана система мониторинга состояния здоровья обучающихся.

Постоянно оказываемая социальная поддержка отдельным категориям обучающихся.

Будет повышена эффективность системы организации питания за счёт:

- охвата учащихся школы горячим питанием до 100%;
- укрепления материально-технической базы школьной столовой;
- внедрения новых форм организации питания учащихся школы.

Будет улучшено состояние здоровья обучающихся школы за счёт:

- организации качественного и сбалансированного питания школьников с учетом их возрастных особенностей;
- осуществления витаминизации питания, использования в рационе питания продуктов, обогащённых микронутриентами.

Будет 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.

VII. Учебно-методическое обеспечение:

- информационная поддержка обучающихся и педагогов через сайт школы;
- оформление выставок в читальном зале школьной библиотеки посвященных данной тематике;
- использование ресурсов Интернета по получению информации связанной с реализацией программы;
- Библиотечный фонд (книгопечатная продукция).