



	<p>Программа по формированию культуры здорового питания на период с 2013 по 2017 гг.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Федеральный закон РФ от 29 декабря 2012 г. №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</li> <li>• СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»;</li> <li>• СанПиН 2.3.6. 1079-01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья»;</li> <li>• Закон Российской Федерации "О защите прав потребителей" (в ред. Постановления Правительства РФ от 10.05.2007 N 276);</li> <li>• Указание Главного государственного санитарного врача по РБ № С-112 от 20.02.02г.;</li> <li>• Методические рекомендации по проведению профилактических мероприятий, направленных на охрану и укрепление здоровья обучающихся в общеобразовательных учреждениях» 15.01.2008 №206-ВС;</li> <li>• Постановления Главы г.о. Новокуйбышевск «Об утверждении максимальных размеров на завтраки и комплексные обеды для обучающихся общеобразовательных учреждений городского округа Новокуйбышевск»;</li> <li>• договор № 237/18 по организации питания обучающихся, заключенного 27 декабря 2011 г. С НМУП «Фабрика школьного питания» (далее – ФШП);</li> </ul>
	<p>Администрация ГБОУ ООШ №18 г. Новокуйбышевска</p>
	<p>Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием.</p>
	<p>обеспечение обучающихся питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии,</p>

	<p>принципам рационального и сбалансированного питания;</p> <p>обеспечение доступности школьного питания;</p> <p>гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;</p> <p>предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;</p> <p>приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;</p> <p>пропаганда принципов здорового и полноценного питания;</p> <p>организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.</p>
<b>6. Этапы и сроки реализации Программы</b>	<p>Программа реализуется в период 2012 - 2016 гг. в три этапа:</p> <p>I этап – 2012-2013 организационный: организационные мероприятия; разработка и написание программы.</p> <p>II этап – 2013 – 2015 г: реализация программы</p> <p>III этап – 2015-2016 г.: обобщающий систематизация накопительного опыта, подведение итогов и анализ реализации программы.</p>
<b>7. Объемы и источники финансирования</b>	<p>Средства бюджета муниципального образования г. о. Новокуйбышевск</p> <p>Родительские средства</p>
<b>8. Ожидаемые результаты реализации Программы</b>	<p>наличие пакета документов по организации школьного питания;</p> <p>обеспечение обучающихся питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;</p> <p>обеспечение доступности школьного питания;</p> <p>обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;</p> <p>отсутствие среди обучающихся инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;</p> <p>приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;</p> <p>сохранение и укрепление здоровья школьников;</p>

увеличение охвата горячим питанием школьников и доведение его до 100%; улучшение эстетического состояния школьной столовой;
--

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Здоровье школьников в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны, генофонд нации, являясь при этом, наряду с другими демографическими показателями, чутким барометром развития страны.

*Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты.*

Школа и общество – сообщающиеся сосуды: изменения в обществе обязательно отражаются в жизни школы, в приоритетах, требованиях к ученику, структуре и содержанию образования. Нестабильность жизни в России за последнее столетие сделала историю реформ отечественного образования бурной и противоречивой. Но одно всегда оставалось неизменным – ведущая роль школы в решении проблем охраны и укрепления здоровья детей, создании нормальных условий для их роста и развития.

Одна из главных задач школы сегодня – помочь обучающимся осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью. 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.

Бесспорно, здоровье закладывается в детстве и формируется в юности. Соблюдение режима питания, витаминная обеспеченность, рациональное питание помогут школьникам избежать переутомления, повысить работоспособность и улучшить успеваемость.

Поэтому показателями здорового образа жизни школьника являются:

оптимальный, соответствующий возрасту режим двигательной активности

соблюдение рационального режима дня, учебного труда и отдыха

правильно организованное питание: соблюдение научно обоснованного рациона, калорийности пищи и режима питания

соблюдение требований психогигиены: адекватная реакция на стрессовые ситуации, отсутствие чувства напряжения, страха, тоски

соблюдение правил личной гигиены: гигиена тела, одежды, питания, сна, умственного и физического труда  
отсутствие вредных привычек и пристрастий.

Состояние здоровья определяется различными факторами:

- наследственностью,  
- внешней средой, а также одно из ведущих мест принадлежит фактору питания. Влияние питания на организм, в особенности на растущий, многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников.

Государственная политика в области здорового питания населения основывается на следующих принципах:

здоровье человека - важнейший приоритет государства  
пищевые продукты не должны причинять ущерб здоровью человека  
питание должно не только удовлетворять физиологические потребности организма человека в пищевых веществах и энергии, но и выполнять профилактические и лечебные задачи

**рациональное питание детей, как и состояние их здоровья, должны быть предметом особого внимания государства**

питание должно способствовать защите организма человека от неблагоприятных условий окружающей среды.

Это и послужило отправной точкой для создания **программы по формированию культуры здорового питания**, которая признана не только формировать у школьника рациональное отношение к собственному питанию, но и дать представление об основных принципах здорового образа жизни.

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:

- Федеральный закон РФ от 29 декабря 2012 г. №273 –ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»;
- СанПиН 2.3.6. 1079-01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья»;
- Закон Российской Федерации "О защите прав потребителей" (в ред. Постановления Правительства РФ от 10.05.2007 N 276);
- Указание Главного государственного санитарного врача по РБ № С-112 от 20.02.02г.;
- Методические рекомендации по проведению профилактических мероприятий, направленных на охрану и укрепление здоровья обучающихся в общеобразовательных учреждениях» 15.01.2008 №206-ВС;

- Постановления Главы г. о. Новокуйбышевск «Об утверждении максимальных размеров на завтраки и комплексные обеды для обучающихся общеобразовательных учреждений городского округа Новокуйбышевск»;
- договор № 237/18 по организации питания обучающихся, заключенного 27 декабря 2011 г. с НМУП «Фабрика школьного питания».

**Программа по формированию культуры здорового питания школьника** обеспечивает основную концепцию, которой руководствуется школа в планировании, реализации и оценке мероприятий по пропаганде здоровья и здорового питания. В ней учитываются действия всех значимых членов школьного сообщества: учащихся, педагогов, родителей, работников ГБОУ ООШ №18 г. Новокуйбышевска.

**Цель программы:** создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием.

### **Задачи**

обеспечение обучающихся питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;

обеспечение доступности школьного питания;

гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;

предупреждение (профилактика) среди обучающихся инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;

приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;

пропаганда принципов здорового и полноценного питания;

организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.

## **План мероприятий по формированию культуры здорового питания на 2012-2013 учебный год**

Цель: создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием.

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
	<b>1. Организация питания</b>		
1.	Назначение комиссии по организации и контролю горячего питания	Январь	Директор Исмаилова А.Р.
2.	Составление графика питания, дежурства по столовой.	Январь	Зам. Директора по ВР Корнеева Е.Н.
3.	Организация дежурства учителей по столовой.	Январь - май	Зам. Директора по ВР Корнеева Е.Н.
4.	Оформление документации по горячему питанию.	Январь - май	Зам. Директора по УВР Стародубцев Р.С.  Мед. Сестра Мешалкина И.В.
	<b>2. Классно-просветительская работа</b>		
1.	Систематическое ознакомление учащихся с правилами гигиены во время приема пищи	В течение года	Зам. Директора по ВР Корнеева Е.Н.  Классные руководители
2.	Проведение производственных совещаний и педсоветов с включением вопросов горячего питания учащихся.	В течение года регулярно	Директор Исмаилова А.Р.  Зам. Директора по УВР Стародубцев Р.С.  Зам. Директора по ВР Корнеева Е.Н.

4.	Проведение бесед по режиму питания учащихся.	В течение года	Классные руководители
5.	Рассмотрение вопросов питания на классных часах, внеклассных мероприятиях	В течение года	Классные руководители
6.	Выпуск информационных листовок по вопросам правильного питания в столовой.	1 раз в триместр	Зам. Директора по ВР Корнеева Е.Н. Классные руководители
7.	Организация выставки литературы по вопросам правильного питания.	Февраль, Апрель	Зав. библиотекой Большакова О.Ю.
8.	Конкурс газет и рисунков по гигиене и правильному питанию.	1 раз в триместр	Классные руководители
9.	Анкетирование учащихся по горячему питанию.	2 раза в год.	Зам. Директора по УВР Стародубцев Р.С. Зам. Директора по ВР Корнеева Е.Н.
10.	Размещение материала по горячему питанию на сайте школы.	В течение года	Зам. Директора по УВР Стародубцев Р.С.
<b>3. Контроль над горячим питанием учащихся.</b>			
1.	Проверка санитарно-гигиенического состояния обеденного зала.	ежедневно	Мед. Сестра Мешалкина И.В.
2.	Контроль за деятельностью классных руководителей в столовой.	ежедневно	Зам. Директора по УВР Стародубцев Р.С. Зам. Директора по ВР Корнеева Е.Н.



3.	Контроль за качеством приготовления пищи и за нормой вложений.	по плану	Зам. Директора по УВР Стародубцев Р.С. Мед. Сестра Мешалкина И.В.
4.	Контроль соблюдения питьевого режима.	Ежедневно	Зам. Директора по УВР Стародубцев Р.С. Зам. Директора по ВР Корнеева Е.Н. За. Директора по АХЧ Казанбаева Н.Ф.
5.	Проведение Дней проверок по горячему питанию.	1 раз в месяц	Зам. Директора по УВР Стародубцев Р.С. Зам. Директора по ВР Корнеева Е.Н.
6.	Составление мониторинга по питанию по классам, по параллелям.	1 раз в триместр	Зам. Директора по УВР Стародубцев Р.С. Бухгалтер
	<b>4.Работа с родителями.</b>		
1.	Рассмотрение вопросов об организации горячего питания на классных и общешкольных родительских собраниях. Агитационная работа по питанию среди родителей.	По плану	Зам. Директора по УВР Стародубцев Р.С. Зам. Директора по ВР Корнеева Е.Н. Классные руководители

2.	Информирование родителей по вопросам гигиены питания школьников.	По плану	Зам. Директора по УВР Стародубцев Р.С.  Зам. Директора по ВР Корнеева Е.Н.  Классные руководители  Мед. Сестра  Мешалкина И.В.
3.	Анкетирование родителей по организации горячего питания учащихся .	2 раза в год.	Зам. Директора по УВР Стародубцев Р.С.  Зам. Директора по ВР Корнеева Е.Н.

**План мероприятий  
по формированию культуры здорового питания  
на 2013-2014 учебный год**

Цель: создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием.

№	Основные мероприятия	Срок исполнения	Ответственные
<b><i>О рг ан из ац ио</i></b>			

**н  
о  
—  
ан  
ал  
и  
т  
ич  
ес  
ка  
я  
де  
я  
т  
ел  
ьн  
ос  
т  
ь,  
ин  
ф  
ор  
м  
ац  
ио  
нн  
ое  
об  
ес  
пе  
че  
ни  
е**

1.	<p>Организационное совещание. Организация горячего питания школьников: завтраки, обеды. График дежурства по столовой, обязанности дежурного учителя по столовой.</p>	<p>сентябрь, январь</p>	<p>Директор</p>
2.	<p>Совещание с классными руководителями. - Комплексный контроль за документацией, качеством питания, дежурством, культурой приема пищи.</p>	<p>сентябрь, январь</p> <p>ноябрь, март</p>	<p>Ответственный за организацию горячего питания</p>

3.	Совещание при директоре. Организация горячего питания учащихся	октябрь апрель	Директор
4.	Производственное совещание. Санитарно – эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях	сентябрь	Ответственный за организацию горячего питания, Мед. сестра
5.	Организация работы бракеражной комиссии по контролю за качеством и организацией школьного питания	в течение года	Директор, ответственный за организацию горячего питания
6.	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	Директор, ответственный за организацию горячего питания
<b>II.</b> <b>Ра</b> <b>бо</b> <b>та</b> <b>по</b> <b>вос</b> <b>пи</b> <b>та</b> <b>ни</b> <b>ю</b> <b>ку</b> <b>ль</b> <b>ту</b> <b>ры</b> <b>ни</b> <b>та</b> <b>ни</b> <b>я</b> <b>ср</b> <b>ед</b> <b>и</b> <b>уч</b> <b>ащ</b>			

<i>их ся</i>			
1.	Часы здоровья «Питание во благо»	1 раз в триместр	Классные руководители
2.	«Я здоровье берегу, сам себе я помогу»	сентябрь	Начальные классы
	« Я выбираю здоровый образ жизни»	Ноябрь	Классный руководители
	«Праздничный стол: любимое блюдо моей семьи	декабрь	Классный руководители
	«Десять шагов здорового питания»	февраль	Классный руководители.
	«Здоровое питание»	апрель	Классный руководители
3.	Выпуск стенгазет «Витамины любят счет»	Октябрь, май	
4.	Создание проектов и их защита «Мои любимые блюда»	май	Классный руководители Ответственный за организацию горячего питания
5.	Выпуск информационно- наглядных агитаций о здоровом питании « Здоровое питание школьников»	1 раз в триместр	Классные руководители, учитель изобразительного искусства.
	Выпуск листовок для кл. уголков «Профилактика инфекционных заболеваний»	1 раз в триместр	Классные руководители, учитель изобразительного искусства.
6.	Классные часы в школе «Наше здоровье»	по плану школы	зам. директор по ВР., ответственный по питанию
7.	Проведение интегрированных уроков по пропаганде питания школьников.	по плану учителей- предметников	Учителя- предметники

<b>III</b> <b>·</b> <b>Ра</b> <b>бо</b> <b>та</b> <b>по</b> <b>вос</b> <b>пи</b> <b>та</b> <b>ни</b> <b>ю</b> <b>ку</b> <b>ль</b> <b>ту</b> <b>ры</b> <b>пи</b> <b>та</b> <b>ни</b> <b>я</b> <b>сре</b> <b>ди</b> <b>ро</b> <b>ди</b> <b>те</b> <b>ле</b> <b>й</b>			
1.	Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»	в течение года	зам. директор по ВР. Мед. сестра
2.	Круглый стол. Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни. Питание обучающихся в школе и дома	октябрь	Зам. директора по ВР
3.	Час вопросов и ответов. Оптимальное питание – основа здорового детства и юношества	январь	Классные руководители
<b>IV.</b> <b>Ра</b> <b>бо</b> <b>та</b> <b>по</b> <b>ул</b> <b>уч</b> <b>ше</b>			

*ни  
ю  
ма  
те  
ри  
ал  
ьн  
о –  
те  
хн  
ич  
ес  
ко  
й  
баз  
ы  
ст  
ол  
ов  
ой,  
ра  
си  
ир  
ен  
ию  
сф  
ер  
ы  
ус  
луг  
дл  
я  
уч  
ащ  
их  
ся  
и  
ро  
ди  
те  
ле  
й*

1.	Работа по эстетическому оформлению обеденного зала столовой	август	администрация школы
----	---	--------	---------------------

2.	Обеспечение столовой новым технологическим оборудованием, посудой, разделочным инструментом	в течение года	ФШП, администрация школы
----	---	----------------	--------------------------



**План работы бракеражной комиссии по  
организации питания  
на 2013-2014 учебный год**

Мероприятия	Сроки
-------------	-------



1. Проверка двухнедельного меню.	Сентябрь
2. Проверка целевого использования продуктов питания и готовой продукции.	Ежемесячно
3. Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню.	Ежедневно
4. Организация просветительской работы.	Октябрь, апрель
5. Анкетирование учащихся и их родителей по питанию.	Ноябрь
6. Контроль за качеством питания.	Ежедневно
7. Проверка табелей питания.	Ежемесячно
9. Разработка наглядной агитации по здоровому питанию	февраль, март

**Мониторинг организации здорового питания обучающихся  
ГБОУООШ №18 г. Новокуйбышевска  
в 2013-2014 учебном году**

<b>Название мероприятия</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Сроки</b>
Изучение уровня владения основами здорового питания	Мониторинговое исследование	Октябрь май
Качество системы школьного питания (школьный уровень)	Мониторинговое исследование	Февраль-март Март-май
Мнение участников образовательного процесса о качестве школьного питания.	Социологическое исследование	Сентябрь  Декабрь  Май
«Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	Анкетирование родителей Анкетирование учащихся	Апрель-май

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

**1. Задачи администрации школы:**

Составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;

Контроль качества питания;

Контроль обеспечения правил поведения для обучающихся в столовой;

Контроль культуры принятия пищи;

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

Контроль расходования средств на питание в школьной столовой.

## **2. 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.

## **3. Обязанности классных руководителей:**

- Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;
- Воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;
- Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье; Организация конкурсов и викторин на тему правильного питания.

## **4. Обязанности родителей:**

- Прививать навыки культуры питания в семье;
- Оказывать помощь в обеспечении школы чистой питьевой водой;
- Выполнять рекомендации классных руководителей и мед. работника по питанию в семье.

## **5. Обязанности учащихся:**

- Соблюдать правила культуры приема пищи;
- Соблюдать правила поведения в школьной столовой;
- Принимать участие в выпуске тематических газет;
- Обновление информационного стенда «Здоровое питание школьников».

## ***Критерии эффективности реализации программы***

- сохранение и укрепление здоровья при стабильных результатах обучения;
- повышение приоритета здорового питания;
- повышение мотивации к здоровому образу жизни;

- поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей;
- улучшение состояния здоровья школьников по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи;
- повышение качества и безопасности питания учащихся;
- обеспечение всех обучающихся питанием;

### ***Ожидаемые конечные результаты программы:***

- наличие пакета документов по организации школьного питания;
- обеспечение обучающихся питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- обеспечение доступности школьного питания;
- обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- отсутствие среди обучающихся инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;
- сохранение и укрепление здоровья школьников;
- увеличение охвата горячим питанием школьников и доведение его до 100%;
- улучшение эстетического состояния школьной столовой;

### **Заключение**

Содержание программы позволяет осуществить связь со всеми предметами, изучаемыми в школе: русским языком (работа с текстами, затрагивающими тематику питания); математикой (эффективным средством формирования умений и навыков сохранения и укрепления здоровья являются задачи со здоровьесберегающим содержанием); окружающим миром; литературным чтением, ИЗО (рисунки, роспись посуды), технологией (изготовление муляжей фруктов и овощей) и других. Формированию представлений об основах культуры питания способствует не только система воспитательной внеурочной работы, но и через образовательный процесс, включающий уроки русского языка, математики, окружающего мира, литературного чтения, ИЗО, технологии.

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.

Учитывая тот факт, что дети и подростки первую половину дня находятся в школе и питание в школе должно составлять 60% - 70% ежедневного рациона учащихся, качество и эффективность школьного питания становятся важными факторами сохранения интеллектуального капитала и здоровья подрастающего поколения.

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. Проведённые беседы, экскурсии, занятия, конкурсы, праздники для детей, встречи с родителями, консультации и рекомендации для них, помогли в интересной и увлекательной форме окунуться к истории, сути и актуальности вопроса о правильном питании.