


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №4» городского округа город Стерлитамак
Республики Башкортостан

Рассмотрена и рекомендована
к утверждению на заседании
Совета гимназии
протокол от 29.08.2023г. № 4

Утверждена приказом
директора МАОУ «Гимназия
№4» г.Стерлитамак РБ
Силантьевой И.А. 
от 15.08.2023г. № 281

ПРОГРАММА
«Школа – территория здорового питания»
на 2023 – 2026гг

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка.....	3
1. Актуальность проблемы (значимость проблемы и подход).....	4
2. Обоснование необходимости разработки Программы.....	5
3. Паспорт Программы.....	7
4. Содержание Программы	10
4.1. Организация и регулирование школьного питания.....	10
4.2. Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей.....	11
4.2.1. Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся...	12
4.2.2. Работа по воспитанию культуры питания среди родителей обучающихся.....	13
.....	
4.3. Укрепление материально-технической базы школьной столовой.....	14
.....	
4.4. Повышение квалификации работников столовой.....	14
4.5. Система мониторинга за ходом реализации Программы «Школа - территория здорового питания».....	15
4.6. Контрольная деятельность.....	15
4.7. Примерное содержание тематических уроков по рациональному питанию в рамках различных учебных предметов.....	16
5. Подпрограмма «Разговор о правильном питании».....	17
6. Ожидаемые результаты.....	20
7. Приложения.....	21

Пояснительная записка

Культура питания - важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, что нашло отражение в обновленных федеральных государственных образовательных стандартах (обновленные ФГОС).

Формирование культуры здорового питания должно начинаться с самых первых этапов обучения ребёнка в гимназии и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учетом возрастного подхода.

Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательных учреждениях, снижения отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования. Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии. В Законе РФ "Об образовании в Российской Федерации" № 273 - ФЗ от 26.12.2012 г. сохранена обязанность образовательной организации организовывать питание обучающихся, выделять помещение для питания детей, предусматривать перерыв достаточной продолжительности.

Гимназия 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 гимназии 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.

Организованное школьное питание регламентируется санитарными правилами и нормами, и поэтому в значительной степени удовлетворяет принципам рационального питания. Недостатком в организации питания школьников является составление меню с учетом не столько физиологической потребности детей в биологически ценных веществах, сколько с учетом стоимости продуктов, хотя в последнее время данная практика преодолевается. Хотя по-прежнему существует противоречие между низкой ценой школьного питания и желанием соответствия установленным нормативам питания детей.

Многие учащиеся имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. Основные проблемы питания школьников связаны с нарушением режима питания вне стен гимназии, злоупотреблением чипсами, фаст-фудами, сухариками, конфетами, шоколадными батончиками и т.д. Обычно это связано с недостаточной информированностью и/или попустительством со стороны родителей. Нужно объяснить ребенку, как питание важно для него и его организма. Чтобы учиться хорошо, надо хорошо кушать. А организация полноценного питания в школе должно стать приоритетным направлением ее деятельности.

Поэтому нужна системная работа по формированию культуры здорового питания, которая включает три направления:

- рациональная организация питания в образовательной организации;
- включение в учебный процесс образовательных программ формирования культуры здорового питания;
- просветительская работа с детьми, их родителями (законными представителями), педагогами и специалистами образовательных учреждений.

Только сочетание всех направлений работы поможет создать в гимназии и дома такую среду, в которой возможно формирование культуры здорового питания и здорового образа жизни.

1. Актуальность проблемы (значимость проблемы и подход)

Необходимость серьезно заниматься формированием культуры здоровья в системе общего образования обусловлена рядом объективных причин:

- 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 же возрасте закладываются и основы здорового образа жизни, как система норм и правил, усваиваемых ребенком в специально проектируемой деятельности;
- школьный период в развитии наиболее сенситивен в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

Вопросы организации школьного питания в последние годы вызывают повышенный интерес. Основу предполагаемых подходов составляет внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня. Поэтому администрация гимназии сегодня уделяет большое внимание вопросам жизни и здоровья детей и подростков. Сейчас особенно остро встал вопрос об увеличении охвата учащихся горячим питанием. Питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени дети проводят в гимназии, то и полноценно питаться они должны здесь же.

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.

В организации питания большое значение имеют режим или ритм питания для каждой возрастной группы, правильное распределение рациона питания по отдельным приемам пищи. Немаловажное значение отводится кулинарной обработке, оформлению пищи и обстановке, в которой осуществляется ее прием, включая воспитание гигиенических навыков подготовки к приему пищи .

В России структура питания детей, особенно школьного возраста, характеризуется продолжающимся снижением потребления наиболее ценных в биологическом отношении мяса и мясопродуктов, молока и молочных

продуктов, рыбы и рыбных продуктов, яиц, растительного масла, фруктов и овощей. При этом существенно увеличивается потребление хлеба и мучных продуктов, а также картофеля. Вследствие этого на первый план выходят следующие нарушения пищевого статуса:

- дефицит животных белков, достигающий 15–20% от рекомендуемых величин, особенно в группах населения с низкими доходами;
- дефицит полиненасыщенных жирных кислот на фоне избыточного поступления животных жиров;
- выраженный дефицит большинства витаминов: С — у 70–100% обследованных, витаминов группы В и фолиевой кислоты — у 60–80%, бета-каротина — у 40–60%.

Совершенствование системы питания в гимназии напрямую связано с сохранением здоровья нации и задачами улучшения демографической ситуации в стране. Здоровое, рациональное питание имеет первостепенное значение для предупреждения многих хронических заболеваний, определяющих в настоящее время в России преждевременную смертность и низкую ожидаемую продолжительность жизни.

2. Обоснование необходимости разработки Программы

Программа «Школа – территория здорового питания» разработана в соответствии со следующими документами:

- Конституцией Российской Федерации;
- Конвенцией ООН о правах ребенка;
- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка Российской Федерации»;
- Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 - ФЗ от 26.12.2012 г.;
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

Основами законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан и другими нормативно правовыми актами.

Программа «Школа – территория здорового питания» представляет собой объединённый замыслом и целый комплекс нормативно-правовых, организационных и методических мероприятий, призванных обеспечить решение основных задач в области сохранения физического здоровья учащихся. Положив в основу своей деятельности фразу «**Компетентный учитель - здоровый ученик**», мы можем использовать разнообразные приемы здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе для сохранения и укрепления здоровья детей, формирования у них устойчивой мотивации к здоровому и безопасному образу жизни, учет возрастных особенностей обучающихся; учет возрастных особенностей обучающихся;

Программа призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка. Программа подтверждает особый статус детства как периода, не зависящего от социальных, политических, национальных и других отличий. Программа находится в числе приоритетных направлений деятельности органов образования и здравоохранения и служит основой сотрудничества и консолидации общественности гимназии и родителей.

Для реализации программы требуется объединение усилий социальных институтов: семья, гимназия, учреждения здравоохранения, консультативно-профилактические центры. Формирование и сбережение здоровья - социальная потребность сохранения здоровья и здорового образа жизни человека сегодня одно из стратегических направлений деятельности. Для его реализации требуется взаимодействие всех субъектов образовательного процесса в выборе путей, способов, средств индивидуальной и творческой деятельности. Необходимо создать условия для осуществления этой деятельности, поиска стимулов для утверждения здорового питания, расширения круга лиц, организаций, различных социальных структур, вовлеченных в позитивный процесс созидания здоровья, развития личности и повышения эффективности образования, воспитания личности, обладающей твердыми установками на создание и сохранение здоровья, формирования и соблюдения принципов здорового образа жизни.

Ответственное отношение к здоровому питанию - это достаточно сильное психическое «новообразование», которое включает:

- отношение всех участников образовательного процесса к здоровому питанию как ценности;
- формирование представлений о себе как о здоровом человеке;
- способность использовать в поведении всю информацию, которая служит сохранению и укреплению здоровья, причем энергия опасения должна преобразоваться в энергию действия;
- конкретные привычки здорового питания;
- установка образовательного процесса на здоровое питание осуществляется через деятельность всех участников образовательного процесса.

Программа затрагивает всех участников образовательного процесса (учащихся с 1-11 классы, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной (уроки, факультативы, элективы), так и воспитательной деятельности. Ребята получают знания:

- о здоровом питании,
- сведения о необходимых питательных веществах, дефиците питательных веществ,
- о принципах управления весом для здоровья,
- о правильном и неправильном употреблении диетических добавок,
- о безопасном приготовлении, обработке и хранении еды;
- критическую оценку информации о питании, несоответствующих действительности сведений, рекламы пищевых продуктов; а также умения оценивать личные привычки в еде, ставить цели для их улучшения и достигать их.

Обучающие мероприятия программы подчеркивают привлекательные черты здорового питания, привлекать к участию всех учащихся, соответствовать развитию и быть увлекательными. Программа должна привлекать семьи в качестве партнёров в образовательном процессе их детей.

Педагогический состав должен сотрудничать с учреждениями и группами, осуществляющими обучение здоровому питанию среди населения, чтобы давать единообразные сведения ученикам и их семьям. Специалистов, приглашённых для бесед с учащимися, необходимо ориентировать на соответствующую программу гимназии.

В течение каждого учебного дня школьная программа питания должна обеспечивать обед (завтрак для учащихся 1-4 классов) в соответствии с организованной внеурочной деятельностью.

Информация об ингредиентах, используемых при приготовлении школьного питания, должна предоставляться родителям по их просьбе. Родители должны быть осведомлены о такой возможности.

Всё оборудование и помещения по предоставлению пищи должны соответствовать действующим стандартам в отношении здоровья, безопасного приготовления еды, ее обработки и хранения; стандартам питьевой воды, санитарных условий и технике безопасности на рабочем месте. Для реализации вышеназванных задач в гимназии и разработана программа «Школа – территория здорового питания»

3. Паспорт Программы «Школа – территория здорового питания»

Наименование программы	«Школа – территория здорового питания»
Цель Программы «Школа – территория здорового питания»	Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, увеличение охвата учащихся горячим питанием.
Основные задачи Программы «Школа – территория здорового питания»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обеспечить горячим питанием все категории учащихся. 2. Создать благоприятные условия для организации рационального питания обучающихся с привлечением средств родителей (законных представителей); 2. Укрепить и модернизировать материальную базу помещений пищеблока гимназии; 3. Повысить культуру питания; 4. Обеспечить санитарно-гигиеническую безопасность питания; 5. Проводить систематическую разъяснительную работу среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.
Сроки реализации Программы	2023-2026 г.

<p>Участники Программы «Школа – территория здорового питания»</p>	<p>Администрация: - индивидуальные беседы; - пропаганда санитарно-гигиенических знаний среди участников образовательного процесса, основ здорового образа жизни. Педагогический коллектив (учителя-предметники, классные руководители, воспитатели ГПД, вожатая): - совещания; - родительские собрания, классные часы, беседы о ЗОЖ, рациональном питании; - пропаганда здорового образа жизни. Медицинские работники: - индивидуальные беседы; - контроль за здоровьем обучающихся Социальный педагог: - выявление неблагополучных семей, посещение на дому; - помощь в выборе занятий по интересам; - санитарно-гигиеническое просвещение. Заведующий библиотекой: -библиотечные уроки; -выставки книг; -творческие выставки учащихся; Преподаватель-организатор ОБЖ -организация дней здоровья; - агитационно-разъяснительная работа с участием совета учащихся и волонтерского отряда; -подготовка буклетов, плакатов Родители учащихся: - организация контроля за питанием: родительский комитет класса и гимназии. Работники школьной столовой: - индивидуальные беседы</p>
<p>Содержание Программы «Школа – территория здорового питания»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Организация и регулирование школьного питания • Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей • Укрепление материально-технической базы школьной столовой • Повышение квалификации работников столовой • Система мониторинга за ходом реализации Программы • Контрольная деятельность • Примерное содержание тематических уроков по рациональному питанию в рамках различных учебных предметов <p>Подпрограмма «Разговор о правильном питании».</p>
<p>Важнейшие целевые показатели и ожидаемые результаты</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой до 100 %. - Организовать правильное, сбалансированное питание детей и подростков с учетом их возрастных особенностей. - Оказывать социальную поддержку отдельным категориям обучающихся. - Обеспечить обучающихся необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании.

	<ul style="list-style-type: none"> - 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.
Сроки и этапы реализации Программы «Школа – территория здорового питания»	<p>1 этап - Базовый - 2023 год:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирование реализации основных направлений Программы; - создание условий для реализации Программы; - начало реализации Программы; - просвещение родителей в вопросах культуры здорового питания детей с мониторингом оздоровительной работы в гимназии. <p>2 этап - Основной - 2023-2025 годы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами; - промежуточный мониторинг результатов; - корректировка планов в соответствии с целями, задачами и промежуточными результатами. <p>3 этап - Заключительный - 2026 год:</p> <ul style="list-style-type: none"> - завершение реализации программы; - мониторинг результатов; - анализ результатов.
Формы представления результатов Программы	<p>Анализ результатов деятельности гимназии по реализации программы.</p>
Критерии оценки достижения результатов Программы	<p>Оценка результативности реализации Программы осуществляется на основе использования системы объективных критериев, которые выступают в качестве обобщенных оценочных показателей (индикаторов):</p> <p>1. Количественные показатели:</p> <ul style="list-style-type: none"> • количество учеников, получающих горячее питание в гимназии; • степень включенности всех субъектов образовательного процесса в реализацию программы; • степень оснащения пищеблока технологическим оборудованием; • количество авторских методических разработок по вопросам питания; • показатели здоровья учащихся. <p>2. Качественные показатели:</p> <ul style="list-style-type: none"> • наличие в гимназии программы по воспитанию культуры питания; • отсутствие замечаний со стороны Роспотребнадзора к качеству организации питания в гимназии; • сохранение процента охвата питанием школьников; • условия для предоставления качественного питания каждому участнику образовательного процесса;

	<ul style="list-style-type: none"> • уровень культуры питания учащихся; • степень удовлетворенности всех участников образовательного процесса организацией питания; • педагогическое и управленческое творчество; • наличие современной базы для организации здорового питания.
Управление Программой	Управление осуществляется администрацией гимназии.
Источники Финансирования Программы	<ul style="list-style-type: none"> • Средства Федерального бюджета • Средства Регионального бюджета • Средства бюджета муниципального образования • Внебюджетные средства • Средства Попечительского совета МАОУ «Гимназия №4» городского округа г.Стерлитамак РБ

4.

Содержание программы

4.1. Организация и регулирование школьного питания

Мероприятия	Срок	Ответственный
Проверка готовности школьной столовой к новому учебному году	август	директор, заместитель директора по хозяйственной работе
Консультация «Ознакомление классных руководителей, работников школьной столовой с нормативными документами, регулирующими школьное питание»	сентябрь	социальный педагог
Утверждение списка обучающихся на льготное питание	сентябрь	заместитель директора по ВР, социальный педагог, ответственный за организацию питания
Создание бракеражной комиссии	сентябрь	директор гимназии
Заседание общешкольного родительского комитета «Организация питания в школе»	ноябрь, апрель	администрация гимназии
Руководство организацией питания на основе СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»	в течение года	ООО «Центр социального питания», повар -бригадир
Формирование нормативно-правовой базы по организации питания в гимназии	сентябрь	Администрация гимназии, ответственный за организацию питания
Проверка должностных обязанностей работников пищеблока	сентябрь	директор, заместитель директора АХР

Согласование примерного меню в соответствии с санитарными нормами	еженедельно	АХР
---	-------------	-----

Контроль за наличием инструкции по эксплуатации технологического оборудования на пищеблоке, по технике безопасности	в течение года	заместитель директора по АХР
Организация контроля за ведением документации (журнал бракеража готовой продукции; журнал бракеража продуктов и производственного сырья, поступающего на пищеблок; журнал витаминизации третьих блюд; журнал контроля за исправностью холодильного оборудования)	в течение года	директор, ответственный за организацию питания, медицинский работник
Контроль за организацией питания в гимназии, выполнение мероприятий по его улучшению	в течение года	заместитель директора, ответственный за организацию питания
Контроль за выполнением требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»	в течение года	заместитель директора, ответственный за организацию питания
Контроль за выполнением программы производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемиологических мероприятий	в течение года	заместитель директора, ответственный за организацию питания

4.2.

Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей

Название мероприятия	Сроки	Ответственный
Планирование работы по охвату горячим питанием обучающихся гимназии, по формированию навыков здорового питания	сентябрь	администрация гимназии
Заседание общешкольного родительского комитета «Организация питания в гимназии»	ноябрь, апрель	администрация гимназии
Проведение акции «Здоровое питание»	декабрь-январь	заместитель директора по ВР, вожатая, преподаватель-организатор ОБЖ
Размещение информации об организации питания на сайте гимназии	в течение года	инженер-программист, заместитель директора по хозяйственной работе, социальный педагог, ответственный за организацию питания

<p>Организация консультаций для классных руководителей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно-гигиенических требований, - организация горячего питания – залог сохранения здоровья. 	в течение года	заместитель директора по ВР, социальный педагог
4.2.1. Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся		
Неделя правильного питания (организация бесед, встреч, выставок, информационных стендов, подготовка информационных памяток)	сентябрь	заместитель директора по ВР, вожатая, руководитель кафедры классных руководителей, классные руководители
<p>Проведение классных часов, уроков здоровья, внеклассных мероприятий по воспитанию культуры питания среди учащихся</p> <p>Проведение классных часов по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Режим дня и его значение; - Культура приема пищи; - Пирамида здорового питания - Здоровое школьное питание - Здоровая еда для здоровых людей - Правильное питание - залог долголетия 	в течение года	заместитель директора по ВР, социальный педагог, классные руководители
Конкурс рисунков среди учащихся начальной школы «Умные продукты», «Правила правильного питания» и т.п.	ноябрь	вожатая, руководитель кафедры классных руководителей,

		классные руководители
Фестиваль электронных презентаций учащихся 5-11 классов «Правильное питание - здоровое питание»	апрель	вожатая, руководитель кафедры классных руководителей, классные руководители
Акция «Мойдодыр»	октябрь	вожатая, руководитель кафедры классных руководителей, классные руководители
Акция «Общество чистых тарелок»	ноябрь	вожатая, руководитель кафедры классных руководителей, классные руководители
Рекламная акция «Мы - за здоровое питание!»	в течение года	вожатая, совет учащихся
Конкурс домашних рецептов « Любимое блюдо моей семьи»	март	вожатая, учитель технологии, классные руководители
Цикл бесед «Разговор о правильном питании»	в течение года в рамках работы ГПД	Воспитатели ГПД
4.2.2. Работа по воспитанию культуры питания среди родителей обучающихся		
Проведение родительских собраний по темам: - совместная работа семьи и гимназии по формированию здорового образа жизни дома - питание учащихся - проведение классных и общешкольных родительских собраний	по отдельному графику родительских собраний	администрация гимназии, классные руководители
Индивидуальные консультации для родителей по организации питания ребенка	регулярно	администрация гимназии, классные руководители, социальный педагог
Родительское собрание 1-х классах «Основные факторы, способствующие укреплению и сохранению здоровья первоклассников»	октябрь	классные руководители
Встреча с родителями медицинских работников «Личная гигиена ребёнка»	в рамках родительских собраний	работники

		больницы
Изучение отношения родителей к организации горячего питания в гимназии.	в течение года	классные руководители
Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ, школьных конкурсов о правильном питании	в течение года	заместитель директора по ВР, вожатая, руководитель кафедры классных руководителей, классные руководители
Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	май	Администрация гимназии, классные руководители
Проведение заседаний общешкольного родительского комитета по вопросу организации питания в гимназии	ноябрь, апрель	администрация гимназии

4.3.

Укрепление материально-технической базы школьной столовой

Своевременное приобретение посуды и столовых приборов	в течение года	директор, заместитель директора по хозяйственной работе
Поддержание эстетического состояния зала столовой	в течение года	директор, заместитель директора по хозяйственной работе
Приобретение и эксплуатация нового технологического оборудования	в течение года	директор, заместитель директора по хозяйственной работе

4.4. Повышение квалификации работников столовой

Обучение работников школьной столовой на курсах повышения квалификации	по мере необходимости	директор, заместитель директора по хозяйственной работе
Проведение бесед, конкурсов, дегустаций, презентаций готовой продукции среди обучающихся и родителей	в течение года	директор, заместитель директора

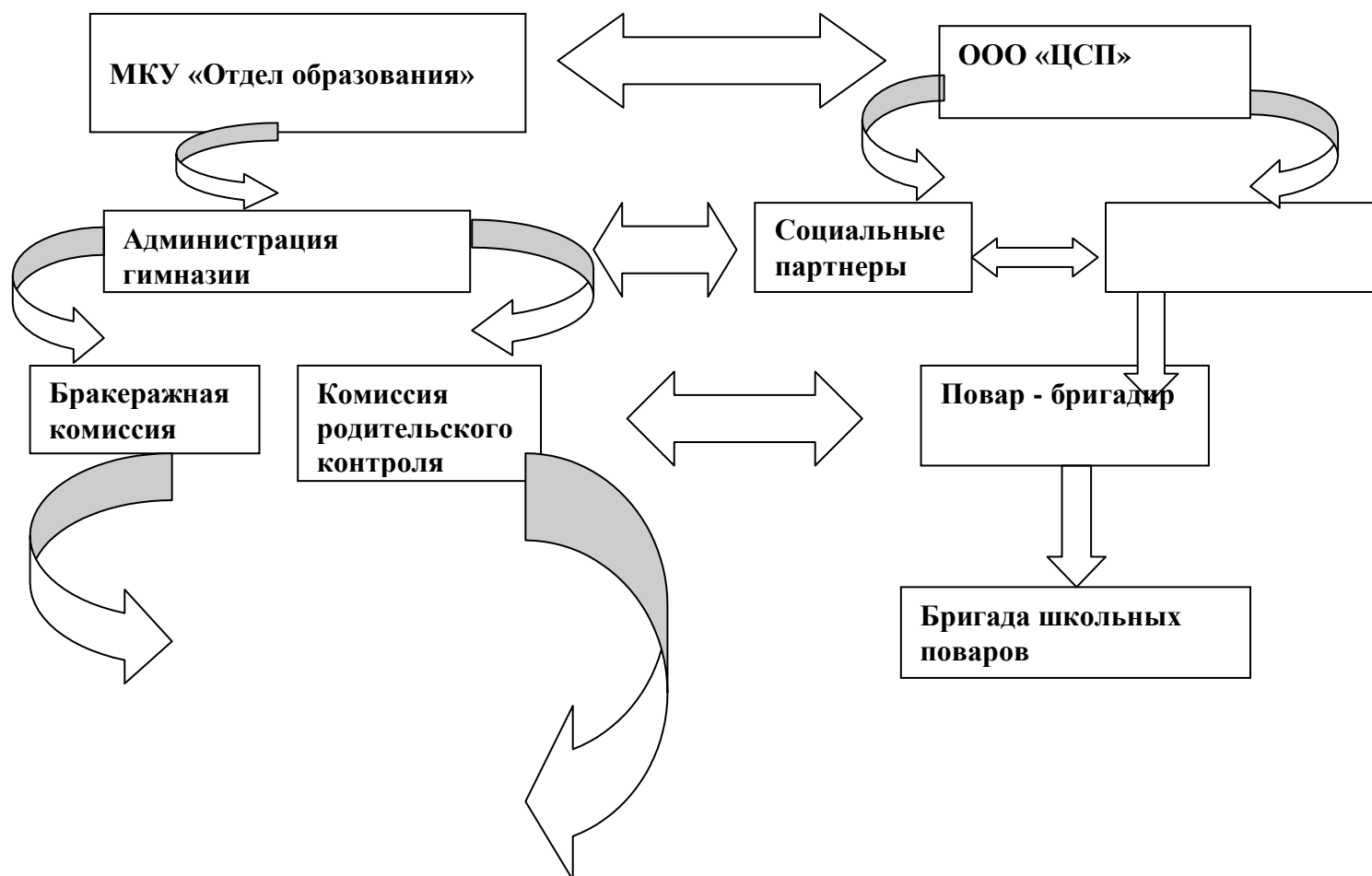
**4.5. Система мониторинга за ходом реализации Программы
«Школа – территория здорового питания»**

Направление мониторинга	Диагностика	Сроки	Ответственный
Охват учащихся горячим питанием	анализ результатов посещаемости	ежедневно, ежемесячно	ответственный за организацию питания, классные руководители
Сохранение и укрепление здоровья учащихся	анализ состояния здоровья школьников по результатам медицинских осмотров	ежегодно	медицинские работники, классные руководители
Материально-техническая база столовой	анализ результатов приёмки столовой к началу нового учебного года	ежегодно	директор, заместитель директора по хозяйственной работе
Формирование у школьников навыков здорового питания	собеседование, наблюдение.	ежегодно	администрация гимназии
Качество организации питания (уровень удовлетворенности учащихся, родителей, организацией питания в гимназии)	анкетирование, опросы, посещение столовой, анализ приготовления пищи и норм раскладки, санитарно-гигиенического состояния обеденного зала	ежедневно	администрация гимназии, классные руководители, социальный педагог

4.6. Контрольная деятельность

Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием пищеблока.	ежедневно	заместитель директора по хозяйственной работе
Контроль за качеством поступаемых продуктов, сроками реализации, качеством приготовления блюд	ежедневно	бракеражная комиссия, комиссия родительского контроля
Контроль за технологией приготовления блюд	ежедневно	бракеражная комиссия, администрация гимназии
Контроль за деятельностью классных руководителей по вопросам формирования навыков здорового питания у учащихся	в течение года	заместитель директора по ВР
Контроль за охватом учащихся горячим питанием	в течение года	заместитель директора, ответственный за организацию питания

Контрольная деятельность за Программой «Школа – территория здорового питания»



4.7. 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 желудочно-кишечного тракта. Витамины. Микроэлементы. Их значение для организма человека.
География	Национальные кухни и блюда. Подход с точки зрения рационального питания.
ИЗО	Рисунок «Мое меню», «Витамины в жизни человека»
Иностранный язык	Чтение, пересказ текста по рациональному питанию или проблемам со здоровьем, вызванным нерациональным питанием.
История	Рассмотрение эпидемий голода, холеры и т.д. с позиции рационального питания, соблюдения мер гигиены.
Технология	Обучение приготовлению блюд вкусной и здоровой пищи. Обучение правилам этикета.

Литература	Обсуждение меню персонажей литературного произведения (А.Пушкин «Евгений Онегин», А.Толстой «Война и мир», Н.Гоголь «Вечера на хуторе близ Диканьки» и т.д.).
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

5. Подпрограмма «Разговор о правильном питании».

Программа по совершенствованию организации питания учащихся *«Школа – территория здорового питания»* имеет подпрограмму: **«Разговор о правильном питании»**. Она рассчитана на школьников в возрасте от 7 до 14 лет

Паспорт подпрограммы

Наименование подпрограммы	«Разговор о правильном питании».
Цель	формирование у детей и подростков основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - 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; - 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.

<p>Содержание программы</p>	<p>Содержание программы «Разговор о правильном питании» отвечает следующим принципам:</p> <ul style="list-style-type: none"> -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 с 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.
<p>«Разговор о правильном питании» - для младших школьников 7-8 лет</p>	<p>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»;</p> <p>Гигиена питания: «Как правильно есть»;</p> <p>Режим питания: «Удивительные превращения пирожка»;</p> <p>Рацион питания: «Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной», - «Плох обед, если хлеба нет», «Полдник. Время есть булочки», «Пора ужинать»,</p>
	<p>«Если хочется пить»;</p> <p>Культура питания: «На вкус и цвет товарищей нет», «День рождения».</p>
<p>«Организация летних оздоровительных лагерей» - для школьников 7-14 лет</p>	<p>Разнообразие питания: «Из чего состоит наша пища», «Что нужно есть в разное время года», «Как правильно питаться, если занимаешься спортом»;</p> <p>Гигиена питания и приготовление пищи: «Где и как готовят пищу», «Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен»</p> <p>Этикет: «Как правильно накрыть стол», «Как правильно вести себя за столом»</p> <p>Рацион питания: «Молоко и молочные продукты», «Блюда из зерна»,</p>

	<p>«Какую пищу можно найти в лесу», «Что и как приготовить из рыбы», «Дары моря»; Традиции и культура питания: «Кулинарное путешествие по России».</p>
<p>«Формула правильного питания» - для школьников 12-14 лет.</p>	<p>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».</p>

Реализация подпрограммы осуществляется в течение учебного периода и летней оздоровительной компании, а также часть вопросов программы рассматривается в рамках внеклассной работы (система внеклассных часов и внеклассных мероприятий согласно планов воспитательной работы 1-8 классов), при изучении отдельных тем по предметам естественного цикла, в рамках факультативной и кружковой работы, в рамках реализации регионального компонента учебного плана, направленного на формирование у школьников здорового образа жизни.

Так, ряд тем первой части Программы «Разговор о правильном питании» может быть использован на уроках чтения, русского языка, математики, рисования, окружающего мира и т.д.

Темы второй части Программы «Две недели в лагере с дневным пребыванием» могут также использоваться на уроках чтения, русского языка, математики, рисования, окружающего мира, ОБЖ, а также уроках обслуживающего труда.

Темы третьей части Программы «Формула правильного питания», могут быть включены в содержание уроков литературы, русского языка, математики, биологии, географии, истории, музыки, изобразительного искусства, ОБЖ.

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.

6. Ожидаемые результаты

Реализация мероприятий Программы позволит осуществить:

- Создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровья детей.

- Улучшение качества школьного питания, обеспечение его безопасности, сбалансированности.

- Приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными требованиями технологии пищевого производства и организации обслуживания учащихся гимназии.

- Повышение доступности сбалансированного питания для более широкого контингента учащихся.

- Внедрение новых технологий производства продукции школьного питания и методов обслуживания учащихся.

- Объединение всех участников образовательного процесса в их активной деятельности по формированию здорового питания, отношению к здоровью и здоровому образу жизни как ценности, формированию культуры здоровья и чувства ответственности за своё здоровье.

- Взаимосвязь и взаимодополнение деятельности гимназии, специалистов здравоохранения по сохранению здоровья и формированию здорового образа жизни.

Обеспечить данные результаты возможно будет через:

- повышение эффективности системы организации школьного питания;
- безопасность и сбалансированность питания учащихся в соответствии с требованиями СанПиН, возрастными и физиологическими потребностями школьников в пищевых веществах и энергии;

- формирование у участников образовательного процесса культуры здорового питания;

- укрепление материально-технической базы школьной столовой;

положительную динамику оценки качества организации питания в гимназии со стороны учащихся и родителей (законных представителей).

Анкета «Питание глазами родителей»

1. Удовлетворяет ли Вас система организации питания в гимназии?
2. Считаете ли Вы рациональной организацию горячего питания в гимназии?
3. Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой?
4. Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи?

Анкета «Питание глазами обучающихся»

1. Удовлетворяет ли тебя система организации питания в гимназии?
2. Устраивает ли тебя ежедневное меню?
 1. Удовлетворен ли ты качеством приготовления пищи?
 2. Удовлетворен ли ты работой обслуживающего персонала?
 3. Удовлетворен ли ты графиком питания. Твои предложения.
 4. Считаешь ли ты, что горячее питание повышает твою успеваемость?

Анкета для ученика «Завтракал ли ты?»

1. Что ты ел на завтрак?
2. Считаешь ли ты завтрак необходимым?
3. Какие твои любимые овощи?
4. Какие овощи ты не ешь?
5. Сколько раз в день ты ешь овощи?
6. Любишь ли ты фрукты?
7. Какие фрукты твои любимые?
8. Сколько раз в день ты ешь свежие фрукты?
9. Что ты ешь чаще всего между основными приемами пищи?
10. Какой напиток ты пьешь чаще всего?
11. Считаешь ли ты продукты, которые употребляешь полезными для себя?