

Утверждено:
Директор ГБОУ школы № 59
г. Краснодара
_____ Л.А. Трофименко

ПРОГРАММА

по формированию культуры здорового питания у обучающихся

ГБОУ школы № 59 г. Краснодара

АКТУАЛЬНОСТЬ

Здоровое питание - один из важнейших факторов нормального развития и здоровья детей. Полноценное, сбалансированное питание является необходимым условием нормального функционирования человеческого организма, особенно в период роста и развития. На период от 7 до 18 лет, который ребёнок проводит в школе, приходится наиболее интенсивный соматический рост организма в то же время, сопровождающийся повышенными умственными и физическими нагрузками. Недостаточное или несбалансированное питание в младшем школьном возрасте приводит к отставанию в физическом и психическом развитии, которое, по мнению специалистов, практически невозможно скорректировать в дальнейшем. Организация питания в каждой возрастной группе школьников имеет свои особенности, учитывающие изменения, происходящие в детском организме на каждом этапе. Школьный период можно условно разделить на три возрастные группы - 7 - 11 лет, 12 - 14 лет, 14-18 лет.

Одной из важнейших задач совершенствования организации школьного питания является формирование у детей культуры здорового питания, повышение квалификации руководящих и педагогических кадров, работников сферы школьного питания в части формирования культуры здорового питания, а также осуществление соответствующей просветительской работы среди детей, их родителей (законных представителей) и педагогического коллектива.

Культура питания - важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся. Формирование культуры здорового питания должно начинаться с самых первых этапов обучения ребенка в школе и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учетом возрастного подхода.

**СИСТЕМНАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ
ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ВКЛЮЧАЕТ ТРИ НАПРАВЛЕНИЯ:**

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 образовательных учреждениях должны не только соответствовать всем гигиеническим требованиям, но и служить примером здорового питания;

второе - реализация образовательных программ по формированию культуры здорового питания. При формировании культуры здорового питания наиболее эффективна комплексная и системная работа, когда постепенно формируются основы гигиены и режима питания, дается представление о полезных продуктах и полезной пище, о необходимых питательных веществах, о рациональной структуре питания;

третье направление - просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье. Только сочетание всех направлений работы поможет создать и в школе, и дома такую среду, в которой возможно формирование культуры здорового питания и здорового образа жизни.

Цель программы: формирование культуры здорового питания участников образовательного процесса.

Задачи:

1. Способствовать формированию ответственного отношения обучающихся к своему здоровью;
2. Повысить ответственность родителей за обеспечение детей питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам сбалансированного питания;
3. Систематизировать работу педагогических коллективов по формированию культуры здорового питания.

Прогнозируемый результат:

увеличение охвата горячим питанием школьников; улучшение состояние здоровья детей по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи;

обеспечение благоприятных условий для организации учебно-воспитательного процесса. Достижение поставленных целей возможно при включении в работу по ее реализации всех участников образовательного процесса (учащихся с 1-11 классы, родителей, администрации ОУ, педагогов).

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.

Задачи классных руководителей:

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

Задачи родителей:

- прививать навыки культуры питания в семье;
- выполнять рекомендации классных руководителей и медицинских работников по питанию в семье.

Обучающимся необходимо:

- соблюдать правила культуры приема пищи;
- принимать участие в мероприятиях по пропаганде здорового питания.

ПЛАН РАБОТЫ ПО ВОСПИТАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ, ПРОПАГАНДЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ УАЩИХСЯ, А ТАКЖЕ ИХ РОДИТЕЛЕЙ

№	Мероприятие	Сроки	Ответственные
Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение			
1	Назначение ответственного за организацией питания	сентябрь	Директор
2	Совещание при директоре по вопросам организации питания	Август, май	Директор
3	Заседание школьной комиссии по контролю организации и качеством питания по вопросам: -охват учащихся горячим питанием; -соблюдение санитарно-гигиенических требований; -профилактика инфекционных заболеваний.	ежемесячно	Председатель комиссии
4	Организация работы бракеражной комиссии	В течение года	Ответственный за питание
5	Осуществление ежедневного контроля работы столовой, проведение целевых тематических проверок	В течение года	Ответственный за питание
6	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и контроля школьного питания, внедрению новых форм обслуживания уч-ся	В течение года	Ответственный за питание, администрация

Работа с обучающимися			
1	Проведение уроков здоровья	В течение года	Классные руководители, медицинский работник
2	Праздник для обучающихся «Осенний калейдоскоп». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	октябрь	Заместитель директора по ВР
3	Проведение классных часов	В течение года	Классные руководители, воспитатели
4	«Масленица»	февраль	Заместитель директора
5	Ведение мониторинга охвата горячим питанием	В течение года	Заместитель директора
6	Анкетирование родителей и учащихся по вопросам питания	В течение года	Заместитель директора
7	Выставка книг по теме «Гигиена питания»	май	библиотекарь
Работа с родителями (законными представителями)			
1	Консультирование родителей по вопросам организации горячего питания	В течение года	Ответственный за питание
2	Проведение тематических родительских собраний по вопросам воспитания культуры здорового питания	В течение года	Классные руководители
3	Проведение мониторинга родительского контроля в рамках организации горячего питания в учреждении	В течение года	администрация
4	Привлечение родителей к организации внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного питания ЗОЖ	В течение года	Классные руководители
5	Анкетирование родителей и вопросам питания	В течение года	Заместитель директора