Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №2 г. Никольска

/Е.Н. Малькова/

**Проект «Здоровое питание»**

**по формированию культуры здорового питания**

**I.Обоснование актуальности проекта.**

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 проецируемой деятельности;

школьный период в развитии наиболее интенсивен 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. Их решению посвящен проект «Здоровое питание». 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 учебного заведения сегодня уделяет большое внимание вопросам жизни и здоровья детей и подростков. Особенно сейчас остро встал вопрос об организации правильного школьного питания. 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 школе, то и полноценно питаться они должны здесь же.

Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в школе, 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 Российской Федерации "Об образовании" сохранена обязанность образовательного учреждения организовывать питание обучающихся, выделять помещение для питания детей, предусматривать перерыв достаточной продолжительности (статья 51).

Для решения этой задачи разработан проект «Здоровое питание», который предполагает, что правильно организованное питание поможет сохранять здоровье школьников.

Значительное число современных проблем в системе общего образования связано с негативной динамикой здоровья детей и подростков. Особую тревогу вызывает сам характер нарушений, которые часто являются следствием перенапряжения детского организма в процессе адаптации к качеству образовательной среды. Такие нарушения получили название «школьной патологии». Специалисты отмечают, что «школьные патологии» проявляются в развитии опорно-двигательной, пищеварительной, сердечно – сосудистой систем, росте нервно – психических заболеваний, болезней органов дыхания, зрения. По статистике 3,8% учащихся в школе имеют заболевания органов пищеварения. Совершенствование системы школьного питания возможно только при условии комплексного решения в этой сфере, учитывающее здоровьесберегающие, медицинские, воспитательные, правовые, социальные, финансовые, технологические аспекты.

**II. Цели, задачи и сроки реализации Проекта**

Цель:

1. Обеспечение качественным питанием обучающихся в школе.

Задачи:

1. Обеспечение обучающихся качественным, сбалансированным питанием.

2. Разработка и внедрение новых форм организации горячего питания.

3. Внедрение современных методов мониторинга состояния питания.

4. Укрепление и обновление материально-технического оборудования столовой.

5. Обеспечение бесплатным и льготным питанием различных категорий учащихся.

6. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания.

7. Формирование культуры питания и навыков самообслуживания.

8. Пропаганда здорового питания (проведение конкурсов, лекториев, праздников).

9. Формирование у детей и родителей (законных представителей) потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья.

Срок реализации Проекта: 2022 -2023 годы.

Проект затрагивает всех участников образовательного процесса (учащихся с 1-11 классы, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной, так и воспитательной деятельности, в том числе и в летнем пришкольном оздоровительном лагере.

**III. Ресурсное обеспечение Проекта**

Источниками финансирования Проекты являются целевые федеральные программы, родительские средства.

**IV. Индикаторы оценки эффективности реализации Проекта**

Доля учащихся, получающих горячее питание – 100 %

**V. Ожидаемые результаты реализации Проекта.**

Реализация мероприятий Проекта позволит увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой, улучшить качество питания школьников и обеспечение его безопасности, внедрить новые схемы питания школьников и использование современного высококачественного

оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня.

**VI. Основные направления реализации Проекта.**

1.Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение.

2.Укрепление материально-технической базы столовой, расширение сферы услуг для учащихся и родителей.

3.Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся.

4.Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди родителей учащихся.

**VII. Обучение правильному питанию:**

Темы по питанию следует интегрировать в последовательную, общеобразовательную программу обучения здоровому образу жизни. В центре проекта обучения здоровому питанию - обучение здоровому образу жизни. Проект обучения правильному питанию разрабатывается для содействия учащимся в усвоении: знаний о питании, включая, но не ограничиваясь преимуществами здорового питания, сведений о необходимых питательных веществах, дефиците питательных веществ, принципах управления весом для здоровья, правильном и неправильном употребление диетических добавок, безопасном приготовлении, обработке и хранении еды;

умений, связанных с питанием, включая, но, не ограничиваясь, планирование здоровых завтраков, обедов и ужинов, понимание и использование ярлыков на продуктах, 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 проекта обучения правильному питанию должны подчеркивать привлекательные черты здорового питания, привлекать к участию всех учащихся, соответствовать развитию и быть увлекательными. Проект должен привлекать семьи в качестве партнёров в образовательном процессе их детей. Специалистов, приглашённых для бесед с учащимися, необходимо ориентировать на соответствующий проект школы.

**VII. Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Проекта.**

| № | Наименование мероприятия | Сроки | Ответственные |
|---|---|---|---|
| I. I. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение. | | | |
| 1 | Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания. | Август | Директор |
| 2 | Создание бракеражной комиссии. | Сентябрь | Директор |
| 3 | Составление графика дежурства учителей в школьной столовой. | Сентябрь | Заместитель директора по УВР |
| 4 | Составление графика дежурства учащихся в | Сентябрь | Заместитель директора |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | школьной столовой. | | по ВР |
| 5 | Составление графика питания. | Сентябрь | Заместитель директора по УВР |
| 6 | Составление отчета по организации горячего питания в школе. | Ежемесячно | Бухгалтерия |
| 7 | Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню. | Ежедневно | Фельдшер, заместитель директора по УВР |
| 8 | Осуществление постоянного контроля за работой столовой, состоянием питания, соблюдением санитарно-эпидемиологических норм питания. | В течение года | Директор,<br>Бракеражная комиссия |
| 9 | Создание банка данных учащихся с желудочно-кишечным заболеваниями. | Сентябрь | фельдшер |
| 10 | Совершенствование практики и системы профилактического осмотра детей, посещающих школу. | Ежегодно | фельдшер |
| 11 | Ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям. | В течение года | фельдшер |
| 12 | Информирование родителей о возможности получения льготного и бесплатного питания. | Сентябрь, в течение года | Заместитель директора по ВР, классные руководители |
| 13 | Согласование перспективного меню. | В течение года | Директор |
| 14 | Обеспечение продуктами питания, обогащенными витаминами и микроэлементами. | В течение года | ИП Морозова Т.В. |
| 15 | Производственные совещания по вопросам:<br>- «Охват учащихся горячим питанием»;<br>- «Соблюдение санитарно-гигиенических требований»;<br>-«Профилактика инфекционных заболеваний». | 1раз в четверть | Директор |
| 16 | Организация бесплатного горячего и льготного питания учащихся согласно реестрам адресной социальной помощи. | В течение года | Заместитель директора по ВР |

| | | | |
|---|---|---|---|
| II. Укрепление материально-технической базы столовой, расширение сферы услуг для учащихся и родителей. | | | |
| 1 | Улучшение материально-технологического оборудования школьной столовой. Обновление и ремонт технологического и холодильного оборудования, обеспечение инвентарем. | Ежегодно | Директор, заместитель директора по АХЧ |
| 2 | Ремонт помещений школьной столовой. | Ежегодно | Директор, ИП Морозова Т.В. |
| 3 | Ремонт канализаций и водоснабжения. | Ежегодно | Директор, ИП Морозова Т.В. |
| 4 | Ремонт электрооборудования. | Ежегодно | Директор, ИП Морозова Т.В. |
| 5 | Ремонт вентиляций. | Ежегодно | Директор, ИП Морозова Т.В. |
| 6 | Обновление кухонного инвентаря, кухонной посуды. | По мере необходимости | ИП Морозова Т.В. |
| 7 | Обновление столовой посуды, столовых приборов. | По мере необходимости | ИП Морозова Т.В. |
| 8 | Реализация в практической деятельности школы требований СанПиНа в вопросах организации горячего питания. | постоянно | Директор, заместитель директора по УВР, бракеражная комиссия |
| 9 | Проведение педагогических и социально-просветительских мероприятий по профилактике алкоголизма, наркомании, табакокурения среди детей и подростков. | В течение года | Зам. дир. по ВР |
| 10 | Формирование методической библиотеки, видеотеки по вопросам здорового питания, здорового образа жизни. | В течение года | Библиотекарь |
| 11 | Эстетическое оформление зала столовой. | В течение года | Зам. дир. по ВР |
| 12 | Разработка новых блюд, изделий и внедрение в систему школьного питания. | В течение года | ИП Морозова Т.В. |
| III. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся. | | | |
| 1 | Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся. | Ежедневно | Классные руководители, заместитель директора |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | Ежемесячный мониторинг охвата питанием | | по УВР |
| 2 | Проведение мониторинга отношения учащихся к организации горячего питания в школе. | Каждую четверть | Классные руководители, заместитель директора по ВР |
| 3 | Проведение классных часов по темам:<br>- «Культура здорового питания»<br>- «Режим дня и его значение»,<br>- «Культура приема пищи»,<br>- «Хлеб – всему голова»,<br>- «Острые кишечные заболевания и их профилактика»<br>-«Твоё здоровье в твоих руках»;<br>-«Как следует питаться»;<br>- «О чём может рассказать упаковка»;<br>-«Основы правильного питания»;<br>- Лекция «Культура питания» | В течение года | Заместитель директора по ВР<br>Классные руководители<br>Медицинский работник |
| 4 | Конкурс рисунков о полезных продуктах. | Октябрь | Заместитель директора по ВР |
| 5 | Конкурс газет, плакатов на тему правильного питания | Октябрь | Заместитель директора по ВР<br>Учитель ИЗО |
| 6 | Знакомство со школьной столовой | Сентябрь | Учителя начальных классов |
| 7 | Праздник «Здравствуй, осень золотая!» | Октябрь | Педагог-организатор |
| 8 | Встреча весны «Здравствуй, масленица!» | Март | Заместитель директора по ВР |
| 9 | Всемирный день здоровья | Апрель | Заместитель директора по ВР |
| IV. Работа по воспитанию культуры питания, здорового образа жизни среди родителей учащихся. | | | |
| 1 | Просветительская работа среди родителей о | 1 раз в | Заместитель директора |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях «Основы формирования у ребенка навыков здорового образа жизни. Атмосфера жизни семьи как фактор физического и психического здоровья ребенка. Профилактика вредных привычек и социально обусловленных заболеваний у детей». Общешкольные и классные родительские собрания. | четверть | по ВР,<br>Классные руководители |
| 2 | Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ. | В течение года | Классные руководители |
| 3 | Родительский лекторий «Правильное и полноценное горячее питание – залог здоровья каждого ребенка». | Октябрь | Заместитель директора по УВР,<br>классные руководители |
| 4 | Проведение мониторинга отношения родителей к организации горячего питания в школе. | Ноябрь | Заместитель директора по ВР,<br>классные руководители |
| 5 | Организация бесплатного, льготного горячего питания для учащихся. | В течение года | Заместитель директора по ВР |
| 6 | «Дни открытых дверей». Дегустация блюд школьной столовой. | Октябрь, апрель | Заместитель директора по ВР, ИП Морозова Т.В. |
| 7 | Контроль родительской общественности за качеством питания. | постоянно | Члены родительских комитетов |

**VIII. Организация деятельности бракеражной комиссии по контролю за организацией и качеством питания обучающихся**

Бракеражная комиссия по контролю за организацией и качеством питания обучающихся в своей деятельности руководствуется законодательными и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, приказами и распоряжениями органов Управления образования Никольского района, уставом и локальными актами образовательного учреждения.

Состав бракеражной комиссии утверждается приказом директора школы на каждый учебный год. Работа комиссии осуществляется в соответствии с планом.

Результаты проверок и меры, принятые по устранению недостатков оформляются актами и рассматриваются на заседаниях комиссии с приглашением заинтересованных лиц.

Основные направления деятельности комиссии:

Осуществляет контроль:

1. За рациональным использованием финансовых средств, выделенных на питание обучающихся;

2. За целевым использованием продуктов питания и готовой продукции;

3. За соответствием рационов питания согласно утвержденному меню;

4. За качеством готовой продукции;

5. За санитарным состоянием пищеблока;

6. За выполнением графика поставок продуктов и готовой продукции, сроками их хранения и использования;

7. За организацией приема пищи обучающихся;

8. За соблюдением графика работы столовой.

<u>План работы комиссии по контролю и качеством питания школы</u>

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. Использование финансовых средств на питание учащихся.

Декабрь, апрель

5. Организация просветительской работы.

в течение года

6. Анкетирование учащихся и их родителей по питанию.

Сентябрь, Октябрь

7. Контроль за качеством питания.

Ежедневно

8. Проверка табелей питания.

9. Разработка буклетов по здоровому питанию

в течение года.