

СОГЛАСОВАНО
Председатель профкома
_____ А.Д. Неустроева
Протокол от _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ № 18 п. Октябрьский
_____ В.Н. Шакирова
Приказ _____

ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ

В МАОУ ООШ № 18 п. Октябрьский в 2015-2016 учебном году обучается 523 учащихся. Вопросы школьного питания в школе постоянно находятся в центре внимания. В 2014-2015 учебном году 2-разовым питанием были обеспечены 100% учащихся школы. Охват горячим питанием составляет 98,3%. Средняя стоимость одного дня питания в 2015-2016 учебном году составила 50 руб.

В школьной столовой имеется 150 посадочных мест. 1-4 классы 243 человека питаются бесплатно за счет бюджетных средств, льготным бесплатным питанием охвачено 121 человек, в том числе 8 обучающихся специальных коррекционных классов, 2 обучающиеся на дому, вторым платным питанием в размере 28 рублей в день охвачено 50 человек.

Организация питания школьников требует должного внимания.

Существующие проблемы: слабые знания о правильном питании среди родителей и учащихся; низкая культура питания; несоблюдение норм сбалансированного питания из-за отсутствия возможностей у многих родителей оплачивать питание в полном объёме - требуют комплексного системного подхода. Поэтому нами и разработана программа по формированию правильного питания.

Актуальность программы

Необходимость серьезно заниматься вопросами формирования культуры правильного питания в школе обусловлена рядом следующих 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.

Пояснительная записка.

В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» забота о здоровье человека отнесена к приоритетным направлениям государственной политики в области образования. Проблема формирования здорового образа жизни, сбережение и укрепление здоровья школьников требует усилий врачей, учителей, а также родителей.

Главная цель всей работы по здоровьесбережению детей - воспитывать потребность вести здоровый образ жизни, выполнять правила сохранения и укрепления здоровья: отказаться от вредных привычек, сочетать труд и отдых, содержать в чистоте свое тело, одежду, жилище, правильно питаться. Питание обеспечивает основные жизненные функции организма, особое значение это имеет в детском возрасте. Для растущего организма очень важно рациональное

питание. Включение учащихся в процесс формирования здорового образа жизни помогает накопить необходимый опыт и знания по укреплению своего здоровья; быть внимательным к себе, своему самочувствию, настроению; развивать навыки общения, речь; расширять кругозор, познавательные интересы, творческие способности; обратить внимание родителей на связь состояния здоровья с гигиеной питания.

Цель программы:

- Создать условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, увеличение охвата учащихся горячим питанием
- Формировать у детей основы культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Задачи

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 школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием детей и подростков;
- освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания;
- информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием, расширение знаний об истории и традициях питания 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;
- повышение гигиенической грамотности детей и родителей в вопросах питания;
- просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Программа «Культура здорового питания» рассчитана на 3 года. Ее поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2015 по 2018 год.

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

Основные задачи по организации питания:

1. Обеспечение бесплатным питанием категорий учащихся, установленных администрацией района;
2. Создание благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся с привлечением средств родителей (законных представителей);
3. Повышение культуры питания;
4. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;
5. Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.

1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Организационное совещание — порядок приема учащимися завтраков; оформление бесплатного питания	Август	Классные руководители, ответственный по питанию, директор школы
2. Совещание классных руководителей: - О получении учащимися завтраков	Октябрь	Ответственный по питанию
3. Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	Ноябрь	Директор школы
4. Совещание классных руководителей 1-11-х классов по вопросам: - Охват учащихся горячим питанием - Соблюдение санитарных гигиенических требований - Профилактика инфекционных заболеваний.	Ноябрь Февраль в течение года	Ответственный по питанию
5. Осуществление ежедневного контроля за работой столовой администрацией школы.	В течение года	Администрация, бракеражная комиссия

2. Методическое обеспечение

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Организация консультаций для классных руководителей 1-4, 5-9, 10-11 классов: - Культура поведения учащихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований; - Организация горячего питания - залог сохранения здоровья	В течение года	Медицинский работник Замдиректора по ВР.
2. Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся	В течение года	Администрация школы
3. Выставка в библиотеке «Простые истины о здоровье и питании», (представленная литература, связанная с вопросами правильного питания, рецепты блюд и напитков).	Декабрь – март	библиотекарь

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

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
-----------------------------	--------------	--------------------

1. Эстетическое оформление зала столовой	октябрь - ноябрь	Администрация школы
--	------------------	---------------------

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

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
<p>Интегрирование уроков по правильному питанию (биология, русский язык, математика, окружающий мир, литературное чтение, ИЗО).</p> <p>Проведение классных часов по темам: «Красиво! Вкусно! Полезно!» «Правильное питание – залог здоровья», «Здоровое питание - здоровая нация», «Традиции чаепития»</p> <p>Акция «Мы за здоровое питание!»</p> <p>- Беседы по темам: «Режим дня и его значение» «Культура приема пищи» «Хлеб — всему голова» «Острые кишечные заболевания и их профилактика»</p>	<p>в течение года</p> <p>Октябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Декабрь</p>	<p>учителя - предметники</p> <p>Классные руководители,</p> <p>Классные руководители,</p> <p>Замдиректора по ВР.</p>
Игра для учащихся начальной школы «Золотая осень»	Октябрь	Учителя начальной школы
Конкурс газет среди учащихся 5-9 кл. «О вкусной и здоровой пище» Конкурс рисунков и плакатов на тему правильного питания и здорового образа жизни.	Ноябрь	учитель ИЗО
Беседы с учащимися 1-9 кл. «Береги своё здоровье»	Декабрь	Классные руководители, медработник
<p>Уроки-практикумы «Столовый этикет»</p> <p>Конкурс четверостиший «Правильное питание – залог здоровья!»,</p> <p>Праздник «Широкая Масленица»</p> <p>Проекты: «Гигиена питания», «Меню на каждый день» «Пища на любой вкус», «Что помогает нам расти».</p> <p>Работа с книгой (чтение и обсуждение рассказов, сказок, стихов).</p> <p>Игры, соревнования.</p>	<p>Февраль</p> <p>Март</p>	<p>Учителя технологии</p> <p>Замдиректора по ВР.</p> <p>учителя физкультуры</p> <p>Классные руководители</p> <p>Библиотекарь</p> <p>учителя физкультуры</p> <p>Классные руководители</p>

Выпуск газет	Март	Классные руководители, старший вожатый
Анкетирование учащихся: - Школьное питание: качество и разнообразие обедов - За что скажем поварам спасибо?	Октябрь Февраль Апрель	Замдиректора по ВР. Классные руководители
Создание альбома « Интересное о полезном ».	Май	Классные руководители

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

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Проведение родительских собраний по темам: Совместная работа семьи и школы «Здоровый ребёнок – ребёнок со здоровой психикой». «Здоровая пища для всей семьи». «Учите детей быть здоровыми». «Полноценное питание ребёнка и обеспечение организма всем необходимым». «Формирование здорового образа жизни младших школьников». Профилактика желудочно-кишечных заболеваний, инфекционных, простудных заболеваний Итоги медицинских осмотров учащихся	Сентябрь 2015 г Октябрь (апрель 2016г) декабрь февраль 2016 г	Классные руководители, медработник. Классные руководители, медработник
2. Индивидуальные консультации медсестры «Как кормить нуждающегося в диетпитании»	по необходимости	медработник
3. Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»	Февраль	Замдиректора по ВР
4. Встреча медработника с родителями «Личная гигиена ребенка»	Апрель	Медработник, классные руководители
5. Анкетирование родителей «Ваши предложения на следующий учебный год по развитию школьного питания»	Май (ежегодно)	Классные руководители

8. Заключение

Содержание программы позволяет осуществить связь биологии с другими предметами, изучаемыми в школе: русским языком (работа с текстами, затрагивающими тематику питания,

использование тетради-помощницы «Учу слова из словаря»); 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). 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.

Помимо организации горячего питания учащихся одной из основных составляющих программы по совершенствованию питания является формирование культуры здорового питания детей и подростков и проведение информационно – просветительской работы с родителями по проблеме формирования потребности в здоровом питании.

Рациональное здоровое питание детей и подростков в организованных коллективах является необходимым условием обеспечения их здоровьем. Нарушение питания в школьном возрасте служит одной из важных причин возникновения алиментарно-зависимых заболеваний, распространённость которых значительно увеличилась за последние годы.