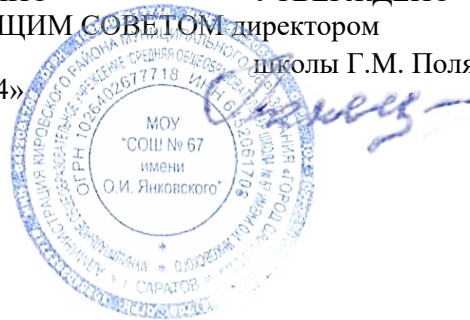


**МОУ «СОШ 67 им.О.И. Янковского»**

РАССМОТРЕНО  
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ  
СОВЕТОМ Протокол  
№1 от «28.08.2024»

СОГЛАСОВАНО  
УПРАВЛЯЮЩИМ СОВЕТОМ  
Протокол №1  
от «30.08.2024»

УТВЕРЖДЕНО  
директором  
школы Г.М. Полянской



**ПРОГРАММА ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ  
ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ И  
ОБУЧАЮЩИХСЯ  
НА 2024-2027 ГОД**

**Срок реализации программы: 3 года**

**Саратов 2024**

## **Введение**

Согласно методическим рекомендациям «Формирование культуры здорового питания обучающихся, воспитанников», разработанным Институтом возрастной физиологии РАО в рамках реализации мероприятия «Организационно-аналитическое сопровождение мероприятий приоритетного национального проекта «Образование», администрацией МОУ «СОШ № 67 им.О.И. Янковского » была разработана программа по формированию культуры здорового питания.

Работа по формированию культуры здорового питания проводится по трем направлениям.

**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, о культуре питания разных народов и т.п. При реализации образовательных программ необходимо соблюдать принципы формирования культуры здорового питания, важнейшими из которых являются:

- научная обоснованность и практическая целесообразность;
- возрастная адекватность;
- необходимость и достаточность информации;
- модульность структуры;
- системность и последовательность;
- вовлеченность семьи в реализацию программы.

**Третье** направление - просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье. Специальные исследования, проведенные Институтом возрастной физиологии РАО, показывают, что питание детей в семье, как правило, нерационально и не сбалансировано, нарушен режим питания.

### **Цели и задачи**

#### **Цели:**

- Создать условия, способствующие укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания обучающихся, улучшение качества горячего питания.

- Сформировать у обучающихся основы культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

- Обеспечение разнообразия рациона питания.

#### **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 «Формирование культуры здорового питания» рассчитана на 3 года. Ее поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2024 по 2027год.

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

**Ожидаемые результаты:**

1. Улучшение качества питания школьников и обеспечение безопасности горячего питания.
2. Сформированность навыков, знание основ здорового питания у обучающихся и их родителей.
3. Эффективная система мониторинга состояния здоровья обучающихся.
4. Повышение эффективности системы организации питания за счёт:
  - улучшение качества горячего питанием;
  - беспечение разнообразия рациона питания.
  - укрепления материально-технической базы школьной столовой;
  - внедрения новых форм организации питания учащихся школы.
6. Улучшение состояния здоровья обучающихся школы за счёт:
  - организации качественного и сбалансированного питания школьников с учетом их возрастных особенностей;
  - осуществления витаминизации питания, использования в рационе питания продуктов, обогащённых микронутриентами.
7. Создание системы отлаженной просветительской работы по формированию культуры школьного питания за счёт:
  - реализации комплекса мероприятий образовательных программ по формированию культуры питания школьников;
  - привлечения к профилактической работе формированию культуры

питания родительской общественности, работников здравоохранения, средств массовой информации.

### **Механизм реализации программы**

#### **Производственный и общественный контроль за организацией питания:**

№	Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
1	Контроль за формированием рациона питания	Директор школы, ответственный за горячее питание Школьная комиссия
2	Входной производственный контроль	Директор школы, медицинский работник
3	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Заместитель директора по АХЧ
4	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Бракеражная комиссия
5	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Бракеражная комиссия
6	Контроль за приемом пищи	Дежурный администратор; классные руководители

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

##### **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.

##### **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 технологий приготовления пищи для сохранения

питательной ценности продуктов.

**Обязанности 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.

**Обязанности родителей:**

Прививать навыки культуры питания в семье;

Выполнять рекомендации классных руководителей и медицинских работников по питанию в семье.

**Обязанности обучающихся:**

Соблюдать правила культуры приема пищи;

Принимать участие в мероприятиях по пропаганде здорового питания.

**План деятельности по реализации Программы**

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные	Планируемый результат и выполнение
<b>1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение</b>				
1	Назначение ответственного за организацию питания в школе	Сентябрь, ежегодно	Директор школы	Приказ
2	Совещание классных руководителей об организации горячего питания. Презентация горячего питания.	Октябрь, ежегодно	Заместитель директора по ВР	Протокол совещания
3	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	сентябрь, май, ежегодно	директор	Протокол, план работы

4	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - соблюдение сан. гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний	октябрь, февраль, ежегодно	Члены комиссии	протокол, план работы
5	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	в течение года	зам. директора по ВР	план работы, акты проверок
6	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	зам. директора по ВР	материалы отчётов
<b>2.Работа с обучающимися.</b>				
1	Проведение уроков здоровья	ежегодно	Классные руководители	планы уроков
2	1. Классные часы в 1-11 классах в рамках «Недели школьного питания»; 2. Мастер-класс «Безопасность у плиты. Блины» 3. Урок-презентация «Калории и ещё раз калории». 4.Инструктажи-пятиминутки «Правила поведения в столовой» для учащихся 1-11 классов. 5.Информационный час «Национальная еда» -6. Участие в	Декабрь, ежегодно  Март, ежегодно  1 раз в месяц  В течение года  Октябрь  Октябрь-ноябрь	Классные руководители	Материалы конкурсов

	социологическом опросе обучающихся 1-4 классов и их родителей (законных представителей) о качестве питания в школьной столовой			
3	Игра - праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	октябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	Отчёт о проведении праздника
4	«Масленица»	март, ежегодно	зам. директора по ВР	Отчёт о проведении праздника
5	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Декабрь, май ежегодно	зам. директора по ВР	аналитическая информация
6	Анкетирование учащихся по вопросам питания	Ноябрь, апрель ежегодно	зам. директора по ВР	Результаты анкетирования
7	Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (каникулярное время)	ежегодно	Директор	План работы
8	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	Апрель, ежегодно	Заведующая школьной библиотекой	план выставок, список предложенной литературы
9	Проведение классных часов	В течение года	Классные руководители	Планы классных часов
10	Викторина «О том, что вкусно и полезно» для младшего и среднего звена»	Октябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	материалы викторины
11	Конкурс на самый интересный проект оформления школьной столовой	октябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	материалы конкурса
12	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	ежегодно	зам. директора по ВР, учителя - предметники	Проект

13	Проведение Дней здоровья	ежегодно	Учителя физической культуры	Отчёт о проведении Дня здоровья
<b>3. Работа с педагогическим коллективом</b>				
1	Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях, семинарах классных руководителей	ежегодно	Директор школы, руководитель МО классных руководителей	протоколы
2	Организация консультаций для классных руководителей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно-гигиенических требований, - организация горячего питания - залог сохранения здоровья	ежегодно	зам. директора по ВР, медицинский работник	Отчёт о консультациях за год
3	Ведение пропаганды здорового питания	ежегодно	Классные руководители	Планы воспитательной работы
4	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	ежегодно	Классные руководители директор, комиссия	
5	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрении новых форм обслуживания учащихся	ежегодно	зам. директора по ВР	отчёт за год
<b>4. Работа с родителями</b>				



1	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях	ежегодно	Классные руководители, заместитель директора по ВР, медицинский работник	протоколы родительских собраний
2	Изучение отношения родителей к организации горячего питания в школе	ежегодно	Классные руководители, заместитель директора по ВР, медицинский работник	протоколы родительских собраний
3	Привлечение членов школьной комиссии для содействия повышения качества работы школьной столовой.	ежегодно	директор школы	Протоколы заседаний
4	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	ежегодно	Классные руководители	протоколы родительских собраний
5	Индивидуальные консультации о правильном питании	ежегодно	Медицинский работник	план воспитательной работы
6	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	май, ежегодно	зам. директора по ВР	протоколы родительских собраний
<b>5. Контроль за организацией горячего питания и работой школьной столовой</b>				
1	Оформление стенда «Здоровое питание»	сентябрь, ежегодно	Ответственный за горячее питание	Материалы стенда
2	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе	1 раз в четверть	ответственный за горячее питание	отчёт

3	Расширение ассортимента продуктов питания.	постоянно	Заведующая складом, медицинский работник	меню
4	Соблюдение графика питания учащихся	ежедневно	Классные руководители	
5	Личная гигиена учащихся	ежедневно	Классные руководители	
<b>6. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей</b>				
1	Продолжение эстетического оформления зала столовой	ежегодно	Заместитель директора по АХЧ, педагог-организатор	акт проверки
2	Организация закупки технологического оборудования для столовой.	По мере поступления финансирования	директор, заместитель директора по АХЧ	Материалы о закупках, сметы
3	Организация текущего ремонта школьной столовой	июль-август	директор, заместитель директора по АХЧ	сметы

Интегрирование в учебные предметы отдельных тем по формированию культуры здорового питания у детей и подростков имеют большое значение.

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», Ю.С.Рытхэу «Сон в начале тумана» 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

### Календарный план реализации программы на 2023 - 2026 учебный год

№	мероприятие	ответственные
<b>Сентябрь</b>		
1.	Назначение ответственного за организацию питания в школе	директор
2.	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	директор
3.	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	Члены бракеражной комиссии
4.	Проведение уроков-здоровья: 1-2 класс: «Если хочешь быть здоров» 3-4 класс: «Из чего состоит наша пища» 5-6 класс: «Здоровье - это здорово»	классные руководители
5.	Проведение классных часов: 1-4 классы: «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище) 5-11 классы: «Цена ломтика»	классные руководители
6.	Ведение мониторинга качества питания учащихся	ответственный за питание
7.	Анкетирование родителей «Питание наших детей»	ответственный за питание, классные руководители
8.	Оформление стенда «Здоровое питание»	ответственный за питание

9.	Родительские собрания: «Режим и гигиена питания младших школьников» «Организация рационального питания подростков» «Организация рационального питания старшеклассников»	Классные руководители
<b>октябрь</b>		
1.	Совещание классных руководителей: - об организации горячего питания. Презентация горячего питания.	Заместитель директора по ВР, ответственный за питание
2.	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - соблюдение санитарно - гигиенических требований	директор школы, ответственный за питание, заместитель директора по ВР
3.	Работа бракеражной комиссии по питанию ответственный за питание	Классные руководители
4.	Проведение уроков-здоровья 1-2 класс: «Самые полезные продукты» 3-4 класс: «Что нужно есть в разное время года» 5-6 класс: «Продукты разные нужны, блюда разные важны»	Классные руководители
5.	Проведение классных часов 3 класс: «Правила поведения в столовой» (занятие - практикум) 5 класс: «Правильное питание - залог здоровья» 6 класс: «Здоровое питание»	классные руководители
6.	Игра - праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	заместитель директора по ВР, классные руководители
7.	Выставка книг по теме: «Гигиена питания»	Заведующая школьной библиотекой
<b>ноябрь</b>		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Члены бракеражной комиссии
2.	Проведение уроков-здоровья 1-4 класс: «Как правильно есть» 5-9 класс: «Где и как готовят пищу» 10-11 класс: «Режим питания»	Классные руководители

3.	Проведение классных часов 1-4 классы: «Это удивительное молоко» (занятие - исследование) 5-9 классы: «Кулинарные обычаи» (игра - путешествие)	Классные руководители
4.	Конкурс: оформление обеденного зала столовой (7-8 классы)	Заместитель директора по ВР, классные руководители
5.	Социологическое исследование среди обучающихся и родителей с целью выяснения вкусовых предпочтений детей, удовлетворенность ассортиментом и качеством потребляемых блюд, вкусовые предпочтения детей, удовлетворенность ассортиментом и качеством потребляемых блюд, удовлетворенности организацией питания, условия соблюдения правил личной гигиены обучающихся	Социальный педагог
6.	Родительские собрания: «Питание подростков вне дома»	классные руководители
<b>декабрь</b>		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Члены бракеражной комиссии
2.	Проведение уроков-здоровья 1-2 классы: «Как сделать кашу вкусной» 3-4 классы: «Молоко и молочные продукты» 5-6 класс: «Энергия пищи»	Медицинский работник
3.	Проведение классных часов 1-4 классы: «Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков» (игра) 5-8 классы: «Питание и красота (практикум)» 9-11 классы: «Правильное питание - залог здоровья»	классные руководители
4.	Выставка книг по теме: «Красиво! Вкусно! Полезно!».	Заведующая школьной библиотекой
<b>январь</b>		
1.	Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы) «Правильное питание» (5-6 классы)	заместитель директора по ВР, классные руководители
2.	Проведение уроков-здоровья 1 -2 класс: «Плох обед, если хлеба нет» 3-4 класс: «Блюда из зерна» 5-6 класс: «Где и как мы едим»	Классные руководители
<b>февраль</b>		
1.	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	Комиссия по контролю за организацией питания

2.	Проведение классных часов 2 класс: «Кулинарное путешествие по Простоквашино» (инсценировка сказки) 3 класс: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» 5 класс: «Удивительные превращения колоска» 8 класс: «Правильное питание - залог здоровья»	Классные руководители
3.	«Масленица»- внеклассные мероприятия	заместитель директора по ВР, педагог-организатор, классные руководители
4.	Заседание школьной комиссии по вопросам: - степень удовлетворенности горячим питанием, профилактика инфекционных заболеваний	директор школы, медицинский работник, заместитель директора по ВР
5.	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	Члены комиссии
6.	Анкетирование учащихся по вопросам питания	Социальный педагог, заместитель директора по ВР
7.	Выставка книг по теме: «Правильное питание».	Заведующая школьной библиотекой
<b>март</b>		
1.	Проведение уроков-здоровья 1-2 классы: «Где найти витамины весной» 3 -4 классы: «Кулинарное путешествие» по России. 5-6 классы: «Как питались на Руси и в России» 7-8 классы: «Поешь рыбки - будут ноги прятки» (игра - конкурс) 9-11 класс: «Где найти витамины весной» (игра - путешествие)	Классные руководители, медицинский работник
2.	Беседа «Что я - знаю о воде?»	Медицинский работник
3.	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	Члены комиссии
4.	Выставка книг по теме: «Простые истины о здоровье и питании».	Заведующая школьной библиотекой
<b>апрель</b>		

1.	Проведение уроков-здоровья 1-4 классы: «Как правильно вести себя за столом» 5-6 класс: «Кухни разных народов» Проведение классных часов 7-11 классы: «Умеем ли мы правильно питаться?»	классные руководители, педагог- организатор, медицинский работник
2.	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	классные руководители
3.	Работы бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	Члены бракеражной комиссии
4.	Проверка санитарно-технического содержания обеденного зала, обеденной мебели, столовой посуды	Члены комиссии по проведению мероприятий родительского контроля организации и качества горячего питания обучающихся в школьной столовой
5.	Родительские собрания: «Формирование основ культуры питания и здорового образа жизни у младших школьников» «Воспитание культуры питания у подростков» «Особенности питания подростков во время экзаменов, при интенсивных учебных нагрузках»	классные руководители
май		
1.	Анкетирование учащихся по вопросам питания	Заместитель директора по ВР, социальный педагог, классные руководители
2.	Проведение уроков-здоровья: 1 -2 классы: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» 3-4 классы: «Кулинарное путешествие» 5-8 классы: «Кулинарные традиции моей семьи» (проект) 9-11 классы: Круглый стол - о последствиях неправильного питания	классные руководители
3.	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	Члены бракеражной комиссии

4.	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	Заместитель директора по ВР, социальный педагог, классные руководители
<b>июнь</b>		
1.	Отчет об организации питания	Председатель комиссии комиссию по проведению мероприятий родительского контроля организации и качества горячего питания обучающихся в школьной столовой