

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ГИМНАЗИЯ №4 Г.УСТЬ-ДЖЕГУТЫ»**

РАССМОТРЕНО

на заседании педагогического совета
от 17.09.2020г. протокол № 2

УТВЕРЖДЕНО

приказом от 31.08.2020г.
534/4 от 17.09.2020г.

А.М.Байкулова



ПРОГРАММА
по формированию культуры здорового питания
на 2020-2023 учебные годы



г.Усть-Джегута, 2020

П А С П О Р Т
программы по формированию культуры здорового питания в
МКОУ «Гимназия № 4 г.Усть-Джегуты»

Наименование	Программа по формированию культуры здорового питания в МКОУ «Гимназия № 4 г.Усть-Джегуты»
Кадровое обеспечение программы	Директор гимназии, заместитель директора по учебно-воспитательной работе, заместители директора по учебной работе, педагог-библиотекарь, преподаватель-организатор ОБЖ, медицинские работники, классные руководители, учителя-предметники, работники школьной столовой
Цели, задачи	<p>Сохранение и укрепление здоровья обучающихся, обеспечение обучающихся качественным сбалансированным питанием, совершенствование системы организации питания в гимназии, способствующей формированию у школьников здорового образа жизни и навыков рационального здорового питания, формирование общей культуры правильного питания.</p> <p>Задачи программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✚ обеспечение всех обучающихся гимназии сбалансированным горячим питанием; ✚ пропаганда здорового питания (проведение классных часов, конкурсов, лекций, дискуссий); ✚ формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья; ✚ формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы гимназии и работу с родителями; ✚ внедрение современных методов мониторинга состояния питания; ✚ дальнейшее совершенствование материально-технологического оборудования столовой.
Важнейшие целевые показатели ожидаемые результаты	<p>и</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; — сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей; — улучшить качество питания обучающихся и обеспечить его безопасность; — развить механизмы координации и контроля в системе школьного питания; — укрепить материально-техническую базу школьной столовой. Оснастить недостающим технологическим оборудованием школьный пищеблок.

Сроки и этапы реализации	<p><u>1 этап - Базовый - 2020 год:</u> — планирование реализации основных направлений программы; — создание условий для реализации программы; — начало реализации программы.</p> <p><u>2 этап - Основной - 2021-2022 годы:</u> — поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами; — промежуточный мониторинг результатов; — корректировка планов в соответствии с целями, задачами и промежуточными результатами.</p> <p><u>3 этап - Заключительный - 2023 год:</u> — завершение реализации программы; — мониторинг результатов; — анализ результатов.</p>
Формы представления результатов программы	Ежегодный доклад – анализ заместителя директора по УР о результатах деятельности гимназии по реализации программы.
Управление программой	Управление осуществляется администрацией гимназии.



Пояснительная записка.

Одной из важных задач гимназии сегодня является формирование у детей ответственного отношения к своему здоровью.

Школьники должны узнать и принять для себя основные принципы здорового образа жизни.

Здоровье и развитие обучающихся во многом зависят от полноценного сбалансированного питания и эффективности его организации в школе, так как именно в школьном возрасте, когда активно формируются привычки, наибольшее значение имеет воспитание навыков рационального питания.

Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в гимназии, 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.

Школа 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 школе 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.

Многие обучающиеся имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. Основные проблемы питания школьников связаны с нарушением режима питания вне стен школы. 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 во всех школах должна стать приоритетным направлением деятельности школы.

Остается актуальной задача обеспечения горячим питанием всех обучающихся школы, улучшения качества, разнообразия блюд и безопасности питания детей школьного возраста.

Культура питания - важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, что нашло отражение в федеральных государственных образовательных стандартах нового поколения (ФГОС). Формирование культуры здорового питания начинается с самых первых этапов обучения ребенка в школе и продолжается на протяжении всех лет обучения с учетом возрастного подхода.

Системная работа по формированию культуры здорового питания в нашей гимназии включает три направления: рациональную организацию питания в гимназии; включение в

учебный процесс образовательной программы формирования культуры здорового питания и просветительскую работу с детьми, их родителями (законными представителями), педагогами и специалистами нашей гимназии. Такое сочетание направлений работы помогает создать и в гимназии, и дома такую среду, в которой возможно формирование культуры здорового питания и здорового образа жизни.

Характеристика контингента учащихся и их семей.

Категория семьи	Количество семей	В них детей	Из них школьников
Многодетные	158	821	219
Малообеспеченные	84	228	92
Неполные	109	186	114
Семьи «группы риска»	23	45	31
Опекаемые	5	11	9

Цели, задачи и сроки реализации программы

Цели программы:

- обеспечение школьников качественным сбалансированным питанием;
- совершенствование системы организации питания в образовательном учреждении, способствующей формированию здорового образа жизни у школьников и навыков рационального здорового питания;
- формирование общей культуры правильного питания.

Для реализации поставленных целей необходимо решить следующие задачи:

- обеспечение всех обучающихся гимназии сбалансированным горячим питанием;
- пропаганда здорового питания (проведение классных часов, конкурсов, лекций, дискуссий);
- формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья;
- формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы гимназии и работу с родителями;
- внедрение современных методов мониторинга состояния питания;
- дальнейшее совершенствование материально-технологического оборудования столовой.

Ожидаемые конечные результаты

Выполнение программы позволит школе достигнуть следующих результатов:

- 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 учащихся необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;

- сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей;
- развить механизмы координации и контроля в системе школьного питания;
- улучшить качество питания школьников и обеспечить его безопасность;
- укрепить материально-техническую базу школьной столовой. Оснастить недостающим технологическим оборудованием школьный пищеблок.

В перспективе организация рационального питания школьников может позволить достичь следующих основных целей:

- Рост учебного потенциала детей и подростков.
- Улучшение состояния здоровья школьников, уменьшение случаев ожирения, дистрофии и других заболеваний, связанных с питанием, а в перспективе - улучшение репродуктивного здоровья.
- Снижение риска развития сердечно-сосудистых, эндокринных, желудочно-кишечных заболеваний в период обучения в школе и в течение дальнейшей жизни.
- Улучшение успеваемости школьников.
- Повышение общего культурного уровня школьников.

Основные направления реализации программы

1. Организация и регулирование школьного питания:

- развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся, обеспечения их необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
- развитие механизмов координации и контроля в системе школьного питания;
- организация правильного, сбалансированного питания детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;
- обеспечение доступности, безопасности и эффективности школьного питания;
- оказание социальной поддержки отдельным категориям обучающихся;
- использование разных форм и методик организации питания.

2. Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей.

- Пропаганда здорового питания (проведение игр, конкурсов, лекций, акций, классных часов).
- Пропаганда здорового питания на родительских собраниях.
- Единый классный час один раз в четверть посвятить вопросам горячего питания, охране здоровья, активному образу жизни.
- В библиотеке оформить выставку по вопросам здорового питания, здорового образа жизни.
- Проводить дни здоровой пищи, с приглашением родителей с целью проведения дегустации школьных блюд.
- Создать систему поэтапного формирования компетентностей учащихся по вопросам здорового питания.

3. Укрепление материально-технической базы школьной столовой предусматривает:

- оснащение недостающим материально-технологическим оборудованием школьного пищеблока;

— совершенствование дизайна школьной столовой.

4.Повышение квалификации персонала предусматривает:

- проведение бесед, классных часов, конкурсов, выставок, презентаций школьных обедов для родителей и обучающихся;
- повышение профессионального уровня работников школьной столовой через систему повышения квалификации;
- участие в профессиональных смотрах и конкурсах кулинарного мастерства.



1. ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ.

При разработке данной программы по совершенствованию организации школьного питания мы учитывали не только требования, предъявляемые ФГОС и СанПиН, но и реальную ситуацию в нашей гимназии.

В гимназии работа по формированию культуры здорового питания проводится по трем направлениям:

1. Рациональная организация питания в гимназии, в школьной столовой, где все должно соответствовать принципам здорового питания и способствовать формированию здорового образа жизни. Структура, режим и организация питания в гимназии соответствуют не только всем гигиеническим требованиям, но и служат примером здорового питания;

2. Реализация образовательных программ по формированию культуры здорового питания. При формировании культуры здорового питания ведется 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. Например, на протяжении уже многих лет зарекомендовала себя комплексная программа, которая используется в начальной школе - программа "Разговор о правильном питании". Программа предусматривает различные формы организации занятий, наиболее эффективные в разном возрасте и предполагает тесное взаимодействие с родителями.

При реализации образовательной программы в гимназии соблюдаются 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.

3. 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 сбалансированно, нарушен режим питания. Во многих семьях, даже живущих в сельской местности, в питании мало овощей, фруктов, молочных продуктов, а предпочтение отдается колбасным и кондитерским изделиям и т.п. Только 20% родителей нашей школы знакомы с общими принципами организации здорового питания.

Работа по формированию культуры здорового питания как составной части здорового образа жизни в гимназии носит системный характер, обеспечивающий преемственность и непрерывность данного процесса на различных ступенях образования, ведется с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, регионального и этнокультурного компонентов.

Педагоги гимназии, реализующие образовательные программы формирования культуры здорового питания, знают основы современной государственной политики в сфере питания; федеральные законы, региональные нормативные правовые акты и СанПиН, регулирующие деятельность в сфере питания; основы возрастной физиологии и гигиены.

2. СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ (ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ)

Полноценное, сбалансированное питание является важнейшим 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, сопровождающийся повышенными умственными и физическими нагрузками. Организация питания в каждой возрастной группе школьников в гимназии имеет свои особенности, учитывающие изменения, происходящие в детском организме на каждом этапе. Школьный период можно условно разделить на три возрастные группы - 7-11 лет, 11-14 лет, 14-18 лет.

Организация питания осуществляется на основе принципов «щадящего питания». При приготовлении блюд соблюдаются щадящие технологии: варка, запекание, припускание, пассирование, тушение, приготовление на пару. При приготовлении блюд не применяется жарка. Исключены из меню копченые, маринованные, жареные блюда, острые блюда, пряности и специи, жирные продукты, то есть питание организовано с учетом особенностей детского организма.

В меню учтены продукты, насыщенные микро- и макроэлементами: хлеб пшеничный обогащенный, соль йодированная, витаминизированные напитки, кисломолочные продукты, обогащенные витаминами и минералами.

В гимназии созданы следующие условия по организации питания обучающихся.

Для общественного питания образовательного учреждения и для обслуживания обучающихся в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.2.1178-02 в гимназии оборудована столовая.

Помещения столовой размещаются на первом этаже гимназии.

Оборудование, инвентарь, посуда, тара, являющиеся предметами производственного окружения, соответствуют санитарно-эпидемиологическим требованиям, предъявляемым к организациям общественного питания, и выполнены из материалов, допущенных для контакта с пищевыми продуктами.

Столовая гимназии обеспечена достаточным количеством столовой посуды и приборами. В столовой используется посуда (тарелки, стаканы), отвечающая требованиям безопасности для материалов, контактирующих с пищевыми продуктами. Столовые приборы (ложки, вилки), посуда для приготовления и хранения готовых блюд изготовлены из пищевого металла.

В столовой имеется обеденный зал на 136 посадочных места, зал оснащен удобной мебелью: стульями и 6 местными столами, позволяющими проводить их обработку с применением моющих и дезинфицирующих средств.

В столовой разработана нормативно-правовая документация, обеспечивающая деятельность столовой и ее работников, инструкции и рекомендации для сотрудников. Помещения и оборудование столовой соответствуют нормам и требованиям СанПина, об этом свидетельствуют акты приемки школы к новому учебному году.

В гимназии за счет средств федерального бюджета обеспечиваются бесплатным горячим питанием (обеда) дети начальной школы с 1 по 4 классы.

Обучающиеся посещают столовую организованно в течение 3-х перемен, что позволяет обеспечить максимально комфортное питание.

Режим питания школьников в гимназии.

Время завтрака и обеда для обучающихся установлено расписанием:

Завтрак

08⁴⁵ - 08⁵⁵ - класс предшкольной подготовки

Обед

После третьего урока в перемену

После четвертого урока в перемену



СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Организация и регулирование школьного питания

Мероприятия	Срок	Ответственный
Совещание классных руководителей об организации горячего питания.	Август, ежегодно	Директор
Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания: - охват учащихся горячим питанием; - соблюдение санитарно-гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний.	Сентябрь, Февраль	Директор
Проверка готовности школьной столовой к новому учебному году	август	Директор, заместитель директора по АХР
Консультация «Ознакомление классных руководителей, работников школьной столовой с нормативными документами, регулирующими школьное питание»	сентябрь	Заместитель директора по УР
Составление графика дежурства по столовой	сентябрь	Зам. директора по УР, ответственный за организацию питания
Создание бракеражной комиссии	сентябрь	Директор
Заседание и общешкольного родительского комитета «Организация питания в школе»	сентябрь, апрель	Зам. директора по УВР
Руководство организацией питания на основе СанПиН 2.4.2. 2821–10 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»	В течение года	Повар школьного питания
Формирование нормативно-правовой базы по организации питания в гимназии	сентябрь	Зам. директора по УР, ответственный за организацию питания
Проверка должностных обязанностей работников пищеблока	сентябрь	Зам. директора по АХР
Согласование примерного меню в соответствии с санитарными нормами	еженедельно	Повар, зам. директора по УР
Контроль за наличием инструкции по эксплуатации технологического оборудования на пищеблоке, по технике безопасности	В течение года	Зам. директора по АХР и медицинская сестра (по согласованию)
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	Зам. директора по УР, бракеражная комиссия

Контроль за организацией питания в гимназии, выполнение мероприятий по его улучшению	В течение года	Зам. директора по УР, ответственный за организацию питания
Контроль за выполнением требований СанПиН 2.4.2. 2821–10 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»	В течение года	Повар, мед. работники гимназии
Контроль за выполнением программы производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемиологических мероприятий	В течение года	Повар, медицинские работники гимназии (по согласованию)
Создание группы родительского контроля	Август-сентябрь	Директор, заместитель директора по УР, ответственный за организацию питания
Утверждение графика родительского контроля	Сентябрь	Директор

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	Директор, заместители директора УВР, УР
Заседание общешкольного родительского комитета «Организация питания в школе»	ноябрь, апрель	Зам. директора по УВР
Проведение акции «Здоровое питание»	декабрь-январь	Зам. директора по УВР
Размещение информации об организации питания на официальном сайте гимназии	в течение года	Зам. директора по УР, ответственный за наполнение сайта
Организация консультаций для классных руководителей: — культура поведения учащихся во время приема пищи, — соблюдение санитарно-гигиенических требований, — организация горячего питания – залог сохранения здоровья.	в течение года	Зам. директора по УВР
<i>Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся</i>		
Проведение классных часов, уроков здоровья, внеклассных мероприятий по воспитанию культуры питания среди обучающихся	в течение года	Зам.директора по УВР, классные руководители
Конкурс рисунков среди учащихся начальной школы «Умные продукты», «Правила правильного питания»	ноябрь	Зам. директора по УВР

Фестиваль электронных презентаций учащихся 5-11 классов «Правильное питание - здоровое питание»	апрель	Зам. директора по УВР, учитель информатики
<i>Работа по воспитанию культуры питания среди родителей обучающихся</i>		
Проведение классных и общешкольных родительских собраний	ежегодно	Зам. директора по УВР, классные руководители
Праздничные конкурсы с привлечением родителей и общественности	ежегодно	Зам. директора по УВР, классные руководители
Проведение заседаний общешкольного родительского совета по вопросу организации питания в гимназии	декабрь, апрель	Зам. директора по УР, УВР

3. Укрепление материально-технической базы школьной столовой

Название мероприятия	Сроки	Ответственный
Своевременное приобретение посуды и столовых приборов	В течение года	Зам. директора по АХР
Поддержание эстетического состояния зала столовой	В течение года	Зам. директора по АХР
Приобретение и эксплуатация нового технологического оборудования	В течение года	Зам. директора по АХР
Организация закупки мебели для обеденного зала	По мере поступления финансирования	Директор
Ремонт помещений школьной столовой.	Ежегодно	Директор
Ремонт канализаций и водоснабжения.	Ежегодно	Директор
Ремонт электрооборудования.	Ежегодно	Директор
Ремонт вентиляций.	Ежегодно	Директор
Продолжение эстетического оформления зала столовой.	В течение года	Заместитель директора по УР
Разработка новых блюд, изделий и внедрение в систему школьного питания.	В течение года	Повар

4. Повышение квалификации работников столовой

Участие в профессиональных кулинарных конкурсах	В течение года	Повар
Проведение бесед, конкурсов, дегустаций, презентаций готовой продукции среди обучающихся и родителей	В течение года	Повар

5. Мониторинг реализации программы

Направление мониторинга	Диагностика	Сроки	Ответственный
Охват учащихся горячим питанием	Анализ результатов посещаемости	ежедневно, ежемесячно	Зам. директора по УР, ответственный за организацию питания, классные руководители
Сохранение и укрепление здоровья учащихся	Анализ состояния здоровья школьников по результатам медицинских осмотров. Анализ заболеваемости детей	ежегодно	Мед. работники гимназии, учителя физкультуры, классные руководители
Уровень удовлетворенности учащихся, родителей, организацией питания в гимназии	Анкетирование	ежегодно	Зам. директора по УР
Материально-техническая база столовой	Анализ результатов приёмки столовой к началу нового учебного года	ежегодно	Директор гимназии, зам. директора по АХР
Формирование у школьников навыков здорового питания	Собеседование. Наблюдение.	ежегодно	Зам. директора по УР
Качество организации питания	Анкетирование, опросы, посещение столовой, анализ приготовления пищи и норм раскладки, санитарно-гигиенического состояния обеденного зала	ежедневно	Зав. производством, зам. директора по УВР

6. 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.

ОБЖ	Обсуждение продуктов питания, отрицательно влияющих на состояние здоровья. Рациональное питание. Гигиена питания.
Окружающий мир	Если хочешь быть здоров. Наше питание. Почему нужно есть много овощей и фруктов? Почему нужно чистить зубы и мыть руки? Здоровый образ жизни.
Русский язык	Работа с текстами, затрагивающими тематику питания и здорового образа жизни
Математика	Задачи со здоровьесберегающим содержанием
ИЗО	Рисунки, роспись посуды
Технология	Изготовление муляжей фруктов и овощей. Материал из раздела «Кулинария»

7. МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ И ОБЩЕСТВЕННЫЙ КОНТРОЛЬ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ.

№	Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
1.	Контроль за формированием рациона питания	Директор, комиссия
2.	Входной производственный контроль	Директор
3.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Директор
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	Дежурные классные руководители

8. ВЫПОЛНЕНИЕ ЗАДАЧ И ОБЯЗАННОСТЕЙ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В РЕШЕНИИ ВОПРОСОВ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ.

1. Задачи администрации гимназии:

- 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;
 - Контроль расходования средств на питание в школьной столовой.

2. 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 технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

3. Обязанности классных руководителей:

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

4. Обязанности родителей:

- Прививать навыки культуры питания в семье;
- Выполнять рекомендации классных руководителей и медработников по питанию в семье.

5. Обязанности учащихся:

- Соблюдать правила культуры приема пищи;
- Принимать участие в мероприятиях по формированию культуры здорового питания.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Формированию представлений об основах культуры питания способствует не только система воспитательной работы, но и образовательный процесс. Содержание программы позволяет осуществить связь со всеми предметами, изучаемыми в школе: русским языком (работа с текстами, затрагивающими тематику питания); 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) и других.

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, 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. Беседы, экскурсии, занятия, конкурсы, праздники для детей, встречи с родителями, консультации и рекомендации для них помогут в интересной и увлекательной форме прикоснуться к истории, сути и актуальности вопроса о правильном питании.

Данная программа рассчитана на 2 года и предполагает постоянную работу по её дополнению и совершенствованию.

В этом учебном году следует **уделить особое внимание решению следующих задач:**

- отработка системы выявления уровня здоровья обучающихся лица и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения;
- контроль проведения воспитательной работы с обучающимися по привитию навыков культуры приема пищи;
- проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;
- организация конкурсов и викторин на тему правильного питания;
- проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;
- расширение участников в реализации программы;
- принимать участие в мероприятиях по пропаганде здорового образа жизни.