

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №1»**

---

646024 Омская область, г. Исилькуль, ул. Первомайская, д. 70.

телефон: 21-299, электронный адрес: [ousosh1@yandex.ru](mailto:ousosh1@yandex.ru)

Рассмотрен на заседании  
Педагогического совета.  
Протокол №1 от 31.08.2023г.

СОГЛАСОВАНО  
Протокол собрания трудового  
коллектива от 30 .08.2023 г. № 1

Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ №1»  
\_\_\_\_\_  
Н.М. Полонец  
Приказ № 107А от 31.08.2023 г.

**ПРОГРАММА**  
**по совершенствованию организации**  
**горячего питания МБОУ «СОШ №1»**  
**на 2023-2028 год**

## 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 МБОУ «СОШ №1» 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 в школьном буфете, 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 ФБУН "Новосибирский Научно-Исследовательский Институт Гигиены" федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, показывают, что питание детей в семье, как правило, нерационально и не сбалансировано, нарушен режим питания. Во многих семьях в питании мало овощей, фруктов, молочных продуктов, а предпочтение отдается колбасным и кондитерским изделиям и т.п. Только 20% родителей знакомы с общими принципами организации здорового питания.

## Цели и задачи

### Цели:

- Создать условия, способствующие укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, увеличение охвата учащихся горячим питанием.
- Сформировать 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 «Формирование культуры здорового питания» рассчитана на 3 года. Ее поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2020 по 2023 год.

Программа затрагивает участников образовательного процесса (обучающиеся 1-4 классов, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной (уроки), так и воспитательной деятельности.

#### **Ожидаемые результаты:**

- Улучшение качества питания школьников и обеспечение его безопасности.
- Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.
- Разработана и действует система мониторинга состояния здоровья учащихся.
- Постоянно оказывается социальная поддержка отдельным категориям учащихся.
- Повышена эффективность системы организации питания за счёт:
  - 100% охвата обучающихся 1-4 классов школы горячим питанием;
  - укрепления материально-технической базы школьной столовой;
  - внедрения новых форм организации питания учащихся школы.

Отлажена просветительская работа 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, медсестра школы
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	зам. директора по ВР	план работы
3	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение сан. гигиенических	Ежегодно	директор	план работы

	требований; - профилактика инфекционных заболеваний			
5	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	Ежегодно	Ответственный, мед.работник	Заполнение журнала
6	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	Ежегодно	Ответственный, мед.работник	Заполнение журнала
<b>2. Работа с обучающимися.</b>				
1	Конкурс поделок из овощей и фруктов.	Сентябрь, ежегодно	Советники, классные руководители	фотоотчет
2	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ежегодно	зам. директора по ВР	аналитическая информация
3	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ежегодно	зам. директора по ВР	результаты анкетирования
4	Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (каникулярное время)	ежегодно	Директор	план работы ДОЛ
5	Выпуск буклетов 1-4 и 5-9 классов по теме: «О вкусной и здоровой и здоровой пище»	ежегодно	Заместитель директора по УВР, классные руководители	фотоотчет
6	Проведение классных часов		классные руководители	планы классных часов
7	Проведение Дней здоровья	ежегодно	учителя физкультуры, слветники	отчёт о проведении Дня здоровья
8	Конкурс фотографий и рецептов 1-4 и 5-7 классов по теме: «Любимое блюдо нашей семьи»	Март	Советники, классные руководители	фотоотчет
<b>3. Работа с педагогическим коллективом</b>				
1	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

2	Организация бесплатного питания учащихся из малообеспеченных семей.	ежегодно	директор, ответственный за питание	приказ
3	Ведение пропаганды здорового питания	ежегодно	классные руководители,	планы воспитательной работы
4	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	ежегодно	директор, ответственный за питание, классные руководители	
5	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся	ежегодно	зам. директора по УВР, по ВР	отчёт за год
<b>4. Работа с родителями</b>				
1	Выступления на родительских собраниях по темам: «Совместная работа семьи и школы по формированию здорового питания у школьников»; «Профилактика заболеваний ЖКТ у детей и подростков»; «Повышение иммунитета с помощью полезных продуктов питания»	ежегодно	Классные руководители, 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	Рейды проверки школьной столовой «Изучение эффективности системы питания в школе», «Соблюдение санитарно-гигиенических норм»	Декабрь - апрель, ежегодно	Директор, члены Родительского контроля, заместитель директора по ВР, мед.работник	Акты проверки
4.	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием	ежегодно	классные руководители	протоколы родительских собраний

	правильного отношения к ЗОЖ.			
5.	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания	апрель, ежегодно	зам. директора по ВР	протоколы родительских собраний
<b>5. Контроль за организацией горячего питания и работой школьной столовой</b>				
1	Составление актов по проверке организации горячего питания в школе	ежемесячно	ответственный за горячее питание	отчёт
2	Расширение ассортимента продуктов питания.	постоянно	повар	меню
3	Соблюдение графика питания учащихся	ежедневно	Классные руководители	
4	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	Директор, завхоз	акт проверки
2	Организация закупки технологического оборудования для столовой.	по мере поступления финансирования	Директор, завхоз	материалы о закупках, сметы
3	Организация закупки мебели для зала питания.	по мере поступления финансирования	Директор, завхоз	материалы о закупках, сметы
4	Организация текущего и капитального ремонта школьной столовой	июль-август	Директор, завхоз	сметы

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

**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" 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

## ПРОГРАММА

по формированию культуры здорового питания имеет подпрограмму:  
**«Разговор о правильном питании».**

**Целью** подпрограммы является формирование у детей и подростков основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Она рассчитана на школьников в возрасте от 6,6 до 14 лет и состоит из трех частей:  
 «Разговор о правильном питании» - для дошкольников и младших школьников 6-8 лет;  
 «Организация летних оздоровительных лагерей» - для школьников 7-15 лет;  
 «Формула правильного питания» - для школьников 12-14 лет.

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;
- освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания;
- формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
- информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях 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;
- развитие коммуникативных навыков у детей и подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
- просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.



Содержание программы "Разговор о правильном питании" отвечает следующим **принципам:**

- возрастная адекватность - соответствие используемых форм и методов обучения возрастным физиологическим и психологическим особенностям детей и подростков;
- научная обоснованность и достоверность - содержание комплекта базируется на данных научных исследований в области питания детей и подростков;
- практическая целесообразность - содержание комплекта отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с организацией питания детей и подростков;
- динамическое развитие и системность - содержание каждого из последующих модулей программы, цели и задачи обучения определялись с учетом тех сведений, оценочных суждений и поведенческих навыков, которые были сформированы у детей и подростков в результате изучения предыдущих модулей;
- вовлеченность в реализацию программы родителей учащихся;
- культурологическая сообразность - в содержании программы отражены исторически сложившиеся традиции питания, являющиеся частью культуры народов России и других стран.

**Тематика программы охватывает различные аспекты рационального питания:**

***разнообразие питания:***

- «Самые полезные продукты»,
- «Что надо есть, если хочешь стать сильнее»,
- «Где найти витамины весной»,
- «Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные продукты»,
- «Каждому овощу свое время»
- «Что нужно есть в разное время года»,

***гигиена и режим питания:***

- «Как правильно есть»
- «Из чего состоит наша пища»,
- «Как правильно питаться, если занимаешься спортом»;

***рацион питания:***

- «Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной»,
- «Плох обед, если хлеба нет»,
- «Полдник. Время есть булочки»,
- «Пора ужинать»,
- «Если хочется пить»
- «Молоко и молочные продукты»,
- «Блюда из зерна»,
- «Какую пищу можно найти в лесу»,
- «Что и как приготовить из рыбы»,
- «Дары моря»;

***культура питания:***

- «На вкус и цвет товарищей нет»,
- «Режим питания»
- «Энергия пищи»

***гигиена питания и приготовление пищи:***

- «Где и как мы едим»,
- «Ты готовишь себе и друзьям»
- «Где и как готовят пищу»,
- «Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен»;

***этикет:***

1. «Как правильно накрыть стол»,

2. «Как правильно вести себя за столом»;

**традиции и культура питания:**

«Кухни разных народов»,

«Кулинарное путешествие. Как питались на Руси и в России»,

«Необычное кулинарное путешествие».

Реализация подпрограммы осуществляется в течение учебного периода и летней оздоровительной компании, а также часть вопросов программы рассматривается в рамках внеклассной работы (система внеклассных часов и внеклассных мероприятий согласно планов воспитательной работы 1-9 классов), при изучении отдельных тем по предметам естественного цикла, в рамках факультативной и кружковой работы, в рамках реализации регионального компонента учебного плана, направленного на формирование у школьников здорового образа жизни.

В ходе реализации Программы, используются разнообразные формы и методы, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающий непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующий их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности, распространенными при этом являются игровые методики, ситуационные, образно-ролевые игры, а также элементы проектной деятельности, дискуссионные формы.

**Календарный план реализации программы на учебный год**

№	мероприятие	ответственные
<b>сентябрь</b>		
1	Назначение ответственного за организацию питания в школе	директор школы
2	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	директор школы
3	Организация бесплатного питания учащихся из малообеспеченных семей детей с ОВЗ и детей участников СВО	директор школы, ответственный за питание
4	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
5	Проведение классных часов в начальной школе «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище)	классные руководители
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
7	Анкетирование родителей «Питание наших детей»	ответственный за питание, классные руководители
8	Оформление стенда «Питание-залог здоровья»	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: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно – гигиенических требований	директор школы, ответственный за питание, заместитель директора по УВР
3	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
4	Проведение классных часов 3 класс: «Правила поведения в столовой» (занятие – практикум) 5 класс: «Правильное питание – залог здоровья» 6 класс: «Здоровое питание»	классные руководители
5	Конкурс поделок из овощей и фруктов.	Советники, классные руководители
<b>ноябрь</b>		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
2	Проведение уроков–здоровья «Как правильно есть» «Где и как готовят пищу»	классные руководители
3	Родительские собрания: «Питание подростков вне дома»	классные руководители
<b>декабрь</b>		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
2	Проведение уроков–здоровья «Энергия пищи»	классные руководители
3	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
<b>январь</b>		
1	Конкурс рисунков: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы)	Советники, классные руководители
2	Проведение уроков–здоровья « В здоровом теле – здоровый дух»	классные руководители, учителя физкультуры
3	Проведение классных часов 5 класс: «Составим кроссворд о здоровье «Весёлая минутка»	классные руководители
4	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
5	Родительские собрания: «Значение витаминов и минеральных веществ в рационе питания школьника. Профилактика витаминной недостаточности» «Продукты с особыми свойствами в рационе питания старшеклассников»	классные руководители
<b>февраль</b>		
1	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	ответственный за питание
2	Заседание школьной комиссии по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - профилактика инфекционных заболеваний	директор школы, ответственный за питание,

		заместитель директора по ВР
3	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
<b>март</b>		
1	Проведение классных часов 2 класс: «Поешь рыбки – будут ноги прытки» (игра – конкурс) 3 класс: «Где найти витамины весной» (игра – путешествие) 5 класс: «Что я – знаю о воде?»	Советники, классные руководители
2	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
<b>апрель</b>		
1	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ответственный за питание, классные рук.
2	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	ответственный за питание, классные руководители
3	Работы бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
4	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
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
<b>май</b>		
1	Школьный спортивный праздник «День здоровья»	Учителя физкультуры, советники, классные руководители
2	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
3	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
<b>июнь</b>		
	Отчет об организации питания	ответственный за питание