

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ № 27»



**Утверждаю**

Директор МБОУ ЦО №27

О.И. Маленков

**ПРОГРАММА**  
**мероприятий по воспитанию культуры правильного**  
**питания на основе принципов здорового питания**  
**на 2022-2025 годы**

**2023 г.**

## **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", разработана программа по формированию культуры здорового питания.

Работа по формированию культуры здорового питания проводится по трем направлениям:

1. рациональная организация питания в школе. Школьная столовая должна соответствовать всем гигиеническим требованиям, служить примером здорового питания.

2.- 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.

3.- 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 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 2023 по 2027 год.

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

### **Ожидаемые результаты:**

- Улучшено качество питания детей и обеспечена его безопасность.
- Сформированы навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.
- Разработана и действует система мониторинга состояния здоровья обучающихся.
- Постоянно оказывается социальная поддержка отдельным категориям обучающихся.
- Повышена эффективность системы организации питания за счёт:
  - увеличения охвата обучающихся горячим питанием до 100%;
  - укрепления материально-технической базы пищеблоков и столовых;
- внедрения новых форм организации питания обучающихся.
- Улучшено состояние здоровья обучающихся за счёт:
  - организации качественного и сбалансированного питания детей с учетом их возрастных особенностей;

7. Отлажена просветительская работа по формированию культуры питания за счёт:

- реализации комплекса мероприятий образовательных программ по формированию культуры питания обучающихся;
- 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, медсестра.
2.	Входной производственный контроль	Заведующий производством, медсестра
3.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Заведующие хозяйством.
4.	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Бракеражная комиссия, медсестра
5.	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Бракеражная комиссия
6.	Контроль за приемом пищи	Дежурный администратор, классные руководители, воспитатели

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

***Задачи администрации:***

Составление режима питания; контроль качества питания;  
контроль обеспечения порядка в столовой;  
контроль культуры принятия пищи обучающимися;

Контроль проведения воспитательной работы с обучающимися по привитию навыков культуры приема пищи;

***Обязанности работников пищеблоков и столовых:***

Обеспечение качественными продуктами для приготовления пищи;  
использование современных технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

***Обязанности классных руководителей, воспитателей:***

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 и привитие культурно-гигиенических навыков 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, воспитателей 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	Сентябрь, ежегодно	директор	приказ
2	Совещание классных руководителей об организации горячего питания.	Октябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	протокол совещания
3	Совещание при директоре по вопросам	сентябрь, май, ежегодно	директор	протокол, план работы

	организации и развития школьного питания			
4	Заседание комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение сан. гигиенических требований; профилактика инфекционных заболеваний	октябрь, февраль, ежегодно	Совет по питанию	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	Общественная комиссия, зам. директора	материалы отчётов
<b>2. Работа с обучающимися.</b>				
1	Проведение уроков– здоровья	ежегодно	классные руководители	планы уроков
2.	Конкурс Рисунков : «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы)	Январь, ежегодно	классные руководители	материалы конкурсов

	обеденного зала.	ежегодно		
3	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»	февраль, ежегодно	зам. директора	отчёт о проведении праздника
5.	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Декабрь, май ежегодно	совет по питанию зам. директора	аналитическая информация
6	Анкетирование родителей по вопросам питания	Май, ежегодно	Совет по питанию	результаты анкетирования
7.	Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (каникулярное время)	ежегодно	Зам. директора по ВР	план работы ДОЛ
8	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	Апрель, ежегодно	библиотекарь	план выставок, список предложенной литературы
9	Проведение классных часов		классные руководители	планы классных часов
10	Викторина «О том, что вкусно и полезно» для младшего и	Октябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	материалы викторины

	среднего звена»			
11				
12	Конкурс «Хозяюшка»	март, ежегодно	зам. директора по ВР, учитель технологии	отчёт о проведении конкурса
13.	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	ежегодно, апрель	зам. директора по ВР, учителя - предметники	
14.	Проведение Дней здоровья	ежегодно	учителя физкультуры	отчёт о проведении Дня здоровья
<b>3. Работа с педагогическим коллективом</b>				
1.	Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях, семинарах классных руководителей	ежегодно	директор	протоколы
2	Организация консультаций для классных руководителей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно-гигиенических требований - организация горячего питания – залог	ежегодно	зам. директора, медицинский работник	отчёт о консультациях за год



	сохранения здоровья			
3.	Организация бесплатного питания обучающихся	ежегодно	директор, ответственный по питанию	приказ
4	Ведение пропаганды здорового питания	ежегодно	классные руководители	планы
5	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	ежегодно	директор, ответственный за питание, классные руководители	
6.	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития питания, внедрению новых форм обслуживания обучающихся	ежегодно	Совет по питанию	отчёт за год
<b>4. Работа с родителями</b>				
1	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании обучающихся на родительских собраниях	ежегодно	классные руководители, зам. директора, медицинский работник, воспитатели.	протоколы родительских собраний

2	Изучение отношения родителей к организации горячего питания	ежегодно	классные руководители, зам. директора, медицинский работник	протоколы родительских собраний
3	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	медицинская сестра	план воспитательной работы
6	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	май, ежегодно	Совет по питанию	протоколы родительских собраний
<b>5. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для обучающихся и родителей</b>				
1	Продолжение эстетического оформления зала столовой	ежегодно	заведующий хозяйством	акт проверки
2	Организация текущего ремонта пищеблоков и столовых	июль-август	Заведующий хозяйством	сметы

**Календарный план реализации программы  
(школьные отделения)**

№	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 бесплатного питания учащихся из малообеспеченных семей.	директор, ответственный за питание
4	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
5	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
6	Проведение классных часов: 2 класс: «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище) 3 класс: «Цена ломтика»	классные руководители
7	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
8	Анкетирование родителей «Питание наших детей»	ответственный за питание, классные руководители
9	Оформление стенда «Питание-залог здоровья»	ответственный за питание
10	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
3	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
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	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»	библиотекарь
ноябрь		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
2	Проведение уроков–здоровья 1-2 класс: «Как правильно есть» 3-4 класс: «Где и как готовят пищу» 5-6 класс: «Режим питания»	классные руководители
3	Проведение классных часов 3 класс: «Это удивительное молоко» (занятие – исследование) 4 класс: «Кулинарные обычаи» (игра – путешествие)	классные руководители
4		
5	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
6	Родительские собрания: «Питание подростков вне дома»	классные руководители

7	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
декабрь		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за питание
2	Проведение уроков–здоровья «Энергия пищи»	классные руководители
3	Проведение классных часов «Правильное питание – залог здоровья»	классные руководители
4	Выставка книг по теме: «Красиво! Вкусно! Полезно!».	библиотекарь
январь		
1	Конкурс рисунков: «О вкусной и здоровой пище» «Правильное питание»)	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
февраль		
1	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	ответственный за питание
2	Проведение уроков–здоровья : «На вкус и цвет товарищей нет»	классные руководители
3	Проведение классных часов «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» «Удивительные превращения колоска»	классные руководители
4	«Масленица»	заместитель директора по ВР, классные руководители

5	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
6	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ответственный за питание, классные руководители
7	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
8	Выставка книг по теме: «Правильное питание».	библиотекарь
март		
1	Проведение уроков–здоровья «Где найти витамины весной»	классные руководители
2	Проведение классных часов «Что я – знаю о воде?»	классные руководители
4	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
5		
6	Выставка книг по теме: «Простые истины о здоровье и питании».	библиотекарь
апрель		
1	Проведение уроков–здоровья «Как правильно вести себя за столом» : «Кухни разных народов»	классные руководители
2	Проведение классных часов «Умеем ли мы правильно питаться?» <sup>3</sup>	классные руководители

3	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	классные руководители
5	Работы бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за питание
7	Родительские собрания: «Формирование основ культуры питания и здорового образа жизни у младших школьников»	классные руководители
май		
1	Анкетирование учащихся и родителей по вопросам питания	ответственный за питание, классные руководители
2	Проведение уроков–здоровья: : «Какую пищу можно найти в лесу»	классные руководители
3	Проведение классных часов «Кулинарные традиции моей семьи»(проект)	классные руководители
5	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
6	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания	ответственный за питание, классные руководители
июнь		
1	Отчет об организации питания	ответственный за питание

--	--



	•
	•

--	--	--

## РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ:

Месяц	Формы работы
<b>Октябрь</b>	1. Анкетирование родителей «Здоровое питание – здоровый ребенок» 2. Выставка детского творчества «Что мы знаем о полезных продуктах» 3. Рекомендации для родителей. «Как приучить ребенка есть овощи и фрукты» 4. Развлечение «Витаминиада». Совместное чаепитие.
<b>Ноябрь</b>	1. Конкурс фотографий «Мой домашний обед». 2. Совместное творчество с дошкольником «Моя любимая каша». 3. Методические рекомендации для родителей «Как уберечься от повышенных нитратов в овощах и фруктах?»
<b>Декабрь</b>	1. Развлечение с родителями «Путешествие на остров Здоровья» 2. Совместная деятельность «Книга полезных рецептов» 3. Беседа «Питание и здоровье дошкольника»
<b>Январь</b>	1. Конкурс пирогов для родителей «Моя домашняя выпечка» 2. Приглашение родителей в «Детское кафе». 3. Ярмарка хлебных изделий. Выпечка домашнего печенья
<b>Февраль</b>	1. Конкурс плакатов «Мы за правильное питание»
<b>Март</b>	1. Осторожно - Аллергия!!! Наглядная информация для родителей. 2. Конкурс рецептов: «Любимый салат нашей семьи». Опрос среди родителей, умение воспитанников владеть столовыми приборами дома.
<b>Апрель</b>	1. Конкурс-соревнование «Пирамида здорового питания моего ребенка». 2. Задание на дом : посадить, вырастить и сделать(зарисовать) вывод.
<b>Консультации родителей:</b>	для <ul style="list-style-type: none"> <li>- Организация питания в выходные дни</li> <li>- Рецепты витаминных блюд</li> <li>- Рекомендуемые нормы содержания витаминов в питании ребенка</li> <li>- Правила поведения за столом</li> <li>- Здоровье ребенка в руках взрослых</li> <li>- Родителям на заметку</li> <li>- Режим дня – залог здоровья дошкольника</li> <li>- Физическое развитие дошкольника</li> <li>- Активный отдых всей семьей</li> <li>- Лечение соками</li> <li>- Рекомендации для родителей «Как приучить ребенка есть овощи</li> </ul>