

**Рассмотрена**  
на педагогическом совете  
МАОУ Лицей № 1  
Протокол №  
от «28» августа 2023 г

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор МАОУ Лицей №1  
Е.Н. Куксенко  
Приказ №  
от «01» сентября 2023г.



## **ПРОГРАММА ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ**

г.Красноярск

## Пояснительная записка

Образование детей в сфере здоровья является необходимым условием выполнения требований Федерального Государственного образовательного стандарта, предъявляемого к любым образовательным учреждениям.

Необходимость серьезно заниматься формированием культуры здоровья в системе общего образования обусловлена рядом объективных причин:

- фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, а, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно начать развивать именно в этот период;
- в этом же возрасте закладываются и основы здорового образа жизни, как система норм и правил, усваиваемых ребенком в специально проектируемой деятельности;
- школьный период в развитии наиболее интенсивен в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

Вопросы организации школьного питания в последние годы вызывают повышенный интерес. Основу предполагаемых подходов составляет внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня. Поэтому администрация учебного заведения сегодня уделяет большое внимание вопросам жизни и здоровья детей и подростков. Особенно сейчас остро встал вопрос об организации правильного школьного питания. Питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени дети проводят в школе, то и полноценно питаться они должны здесь же.

Сейчас особенно остро встал вопрос об организации правильного школьного питания. Питание должно быть сбалансированным. Чтобы полноценно развиваться, в течение дня ребенок должен получать необходимый минимум пищевых и минеральных веществ.

Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в школе, 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 (статья 51).

Значительное число современных проблем в системе общего образования связано с негативной динамикой здоровья детей и подростков. Особую тревогу вызывает сам характер нарушений, которые часто являются следствием перенапряжения детского организма в процессе адаптации к качеству образовательной среды. Такие нарушения получили название «школьной патологии». Специалисты отмечают, что «школьные патологии» проявляются в развитии опорно-двигательной, пищеварительной, сердечно – сосудистой систем, росте нервно – психических заболеваний, болезней органов дыхания, зрения. Совершенствование системы школьного питания возможно только при условии комплексного решения в этой сфере, учитывающее здоровьесберегающие, медицинские, воспитательные, правовые, социальные, финансовые, технологические аспекты.

Поэтому питание, как фактор риска, который негативно сказывается на росте, развитии и здоровье детей, некомпетентность в области здорового питания педагогических работников, обучающихся и их родителей, отсутствие образовательных программ по формированию культуры питания у обучающихся в школе послужили обоснованием для составления данной комплексной программы.

## 1. Актуальность программы

На современном этапе развития человеческого общества такие универсальные ценности, как жизнь и здоровье человека, приобретают особое значение. Из всех факторов внешней среды, оказывающих влияние на физическое и нервно-психическое развитие ребенка, питание занимает ведущее место. Поэтому важно обеспечить полноценное и правильно организованное питание, являющееся залогом его здоровья. Всякое нарушение питания, как количественное, так и качественное, отрицательно влияет на здоровье детей. Особенно вредны для организма нарушения питания в период наиболее интенсивного роста ребенка. Очевидно, что процесс обучения в образовательной организации не должен строиться за счет ресурсов здоровья ребенка, а должен быть направлен на сохранение и устранение нарушений в состоянии здоровья детей. Формирование культуры здорового питания должно начинаться с самых первых этапов обучения ребёнка и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учетом возрастного подхода.

Социальная потребность в формировании и сбережении здоровья ребенка одна из стратегических направлений деятельности МАОУ Лицея №1. Для ее реализации требуется взаимодействие всех субъектов образовательного процесса в выборе путей, способов, средств индивидуальной и творческой деятельности. Необходимо создать условия для осуществления этой деятельности, поиска стимулов для утверждения здорового питания, расширения круга лиц, организаций, различных социальных структур, вовлеченных в позитивный процесс созидания личности, обладающей твердыми установками на сохранение здоровья, формирования и соблюдения принципов здорового образа жизни.

Новизна и отличительная особенность данной программы заключается в использовании технологии комплексного педагогического воздействия как на группы (классы) детей и подростков, так и на каждого в отдельности. Только, комплексный подход, предполагающий организацию целенаправленного воспитательного воздействия, может обеспечить формирование культуры здорового образа жизни в общем и культуры питания, в частности. Включая в образовательный процесс такую технологию формирования здорового питания, необходимо соблюдение следующих направлений:

1. Реализация воздействия в направлении трех составляющих: формирование культуры здорового питания, культуры двигательной активности и осуществление профилактической деятельности.

2. Комплексность предполагает включение в процесс реализации программы объединение усилий различных социальных институтов (учреждения здравоохранения, образовательных учреждений, социальных партнеров).

3. Комплексное воздействие на целевую группу детей педагогов - предметников, классных руководителей, медиков, других специалистов невозможно без родителей (законных представителей ребенка).

4. Просветительская работа с детьми, их родителями (законными представителями), специалистами образовательных учреждений.

Только сочетание всех направлений работы поможет создать такую среду, в которой возможно формирование культуры здорового питания и здорового образа жизни.

Программа затрагивает всех участников образовательного процесса (обучающихся 1-11 классов, родителей, педагогов) и реализуется как в образовательной, так и в воспитательной деятельности, а также обеспечивает интегрированную последовательную работу по привитию навыков здорового образа жизни, как в урочной, так и во внеурочной деятельности.

## **2. Цель и задачи Программы**

*Цель программы по формированию культуры здорового питания - совершенствование системы организации питания в образовательном учреждении, способствующей формированию у обучающихся основ культуры питания, как части общей культуры здоровья.*

Реализация Программы предполагает решение *следующих задач:*

- обеспечение обучающихся питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- формирование и развитие представлений у обучающихся о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания;
- расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила;
- формирование представлений о рациональном питании как важной составляющей здорового образа жизни, здорового стиля поведения;
- профилактика среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории питания и традициях своего народа.

**3. Ресурсы, которыми располагает общеобразовательное учреждение для эффективного решения поставленных задач:** кадровые, методические, материально-технические, информационные, другие.

*3.1 Нормативно-правовые:*

- локальные акты, регламентирующие деятельность образовательной организации по организации обеспечения здорового питания (положения, правила);

### *3.2 Научно-методические:*

- методические рекомендации для исполнителей по направлениям программы;

- критерии и показатели оценки результативности реализации программы.

### *3.3 Кадровые:*

- наличие профессиональных кадров;
- создание условий для повышения квалификации, подготовки и переподготовки специалистов, участвующих в реализации программы.

### *3.4 Информационные:*

- работа сайта по освещению организации и развитию школьного питания;

- мониторинг мероприятия по организации и развитию школьного питания;

### *3.5 Материально-технические:*

- в пищеблоке имеется современное оборудование;

- имеется обеденный зал на 160 посадочных мест.

## **4. Сроки и этапы реализации Программы**

### *1 этап Подготовительный -2023-2024 гг.:*

- анализ состояния сформированности культуры питания;

- планирование реализации основных направлений Программы;

- создание условий реализации Программы;

- начало реализации Программы.

### *2 этап Основной -2024 -2026 гг.:*

- поэтапная реализация Программы в соответствии с целями и задачами;

- промежуточный мониторинг результатов;

- корректировка планов в соответствии с целями и задачами и промежуточными результатами.

### *3 этап Обобщающий - 2026-2027 гг.:*

- завершение реализации Программы;

- мониторинг результатов;

- анализ результатов и обобщение опыта.

## **5. Перечень и описание программных мероприятий по совершенствованию организации питания.**

Выполнение поставленных в рамках Программы задач предусматривает проведение комплекса программных мероприятий.

В систему программных мероприятий входят следующие направления:

### *5.1 Развитие материально-технической базы пищеблока:*

- анализ состояния организации питания в Лицее, выявление потребности в оборудовании пищеблока в соответствии с их назначением, площадью, проектной мощностью;
- последовательная работа по оснащению технологическим оборудованием столовой Лицея;
- совершенствование дизайна школьной столовой;
- создание условий для организации питания в соответствии с санитарными и санитарно-противоэпидемиологическими (профилактическими) правилами.

#### *5.2 Обеспечение качественного питания:*

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

#### *5.3 Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей:*

- систематизация работы по просвещению обучающихся, родителей по вопросам здорового образа жизни, культуры питания и ответственности за свое здоровье;
- пропаганда здорового питания (проведение игр, конкурсов, лекций, акций, классных часов)
- пропаганда здорового питания на родительских собраниях.
- один раз в триместр классный час посвящать вопросам горячего питания, охране здоровья, активному образу жизни.
- проводить дни здоровой пищи, с приглашением родителей с целью проведения дегустации школьных блюд.

#### *5.4 Повышение квалификации персонала предусматривает:*

- повышение профессионального уровня специалистов в области школьного питания через систему повышения квалификации;
- участие в профессиональных смотрах и конкурсах;
- проведение бесед, классных часов, конкурсов, выставок, презентаций школьных обедов для родителей и обучающихся.
- обобщение и распространение опыта организации качественного и сбалансированного питания.

## **6. Ожидаемые результаты**

- Организовать правильное, сбалансированное питание обучающихся с учетом их возрастных особенностей;
- Сформировать у обучающихся представление о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;

- Сформировать навыки здорового питания у обучающихся;
- Повысить уровень знаний о правильном и здоровом питании у обучающихся, педагогического состава и родителей;
- Отсутствие у обучающихся инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- Улучшение состояния здоровья обучающихся;
- Расширение знаний об истории питания и традициях своего народа;
- 

Объединение всех участников образовательного процесса в их активной деятельности по формированию здорового питания, отношению к здоровью и здоровому образу жизни как ценности, формирование культуры здоровья и чувства ответственности за своё здоровье; образовательного учреждения, специалистов здравоохранения по сохранению здоровья и формированию здорового образа жизни.

В перспективе организация рационального питания воспитанников позволит достичь следующих результатов:

- Рост учебного потенциала детей и подростков;
- Улучшение состояния здоровья обучающихся,
- Улучшение успеваемости обучающихся;
- Повышение общего культурного уровня обучающихся.

## **7. Критерии оценки достижения результатов по каждому направлению: качественные, количественные.**

Оценка результативности реализации Программы осуществляется на основе использования системы объективных критериев, которые выступают в качестве обобщенных оценочных показателей (индикаторов):

### *1. Количественные показатели:*

- ✓ степень включенности всех субъектов образовательного процесса в реализацию Программы;
- ✓ степень оснащения пищеблока технологическим оборудованием;
- ✓ количество авторских методических разработок по вопросам питания;
- ✓ показатели здоровья обучающихся.

### *2. Качественные показатели:*

- ✓ отсутствие замечаний со стороны СЭС к качеству организации питания в Лицее;
- ✓ уровень культуры питания обучающихся;
- ✓ степень удовлетворенности всех участников образовательного процесса организацией питания;
- ✓ педагогическое и детское творчество.

## **8. План мероприятий Программы**



№	Наименование мероприятия	Сроки	Ответственные
I. I. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение.			
1	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания.	Август	Директор
2	Создание бракеражной комиссии.	Сентябрь	Директор
3	Составление графика дежурства учителей в школьной столовой.	Сентябрь	Заместитель директора по УВР
5	Составление графика питания.	Сентябрь	Заместитель директора по УВР, отв.по питанию
6	Составление отчета по организации горячего питания в школе.	Ежемесячно	Бухгалтерия
7	Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню.	Ежедневно	Фельдшер, заместитель директора по УВР
8	Осуществление постоянного контроля за работой столовой, состоянием питания, соблюдением санитарно-эпидемиологических норм питания.	В течение года	Директор, Бракеражная комиссия
9	Создание банка данных учащихся с желудочно-кишечными заболеваниями.	Сентябрь	фельдшер
10	Ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям.	В течение года	фельдшер
11	Информирование родителей о возможности получения льготного и бесплатного питания.	Сентябрь, в течение года	Социальные педагоги, классные руководители
12	Согласование перспективного меню.	В течение года	Директор
13	Производственные совещания по вопросам: - «Охват учащихся горячим питанием»; - «Соблюдение санитарно-гигиенических требований»; -«Профилактика инфекционных заболеваний».	1 раз в четверть	Директор

14	Организация бесплатного, льготного питания учащихся	В течение года	Социальные педагоги
15	Организация альтернативной формы питания «Шведский стол»	Сентябрь, в течение года	Заместитель директора по УВР, зав. столовой
<p>II. Укрепление материально-технической базы столовой, расширение сферы услуг для учащихся и родителей.</p>			
1	Улучшение материально-технологического оборудования школьной столовой. Обновление и ремонт технологического и холодильного оборудования, обеспечение инвентарем.	Ежегодно	Директор, заместитель директора по АХЧ
2	Модернизация производства выпечных и кондитерских изделий для школьного питания.	2023-2024	Директор
3	Ремонт помещений школьной столовой.	Ежегодно	Директор
4	Ремонт канализаций и водоснабжения.	Ежегодно	Директор
5	Ремонт электрооборудования.	Ежегодно	Директор
6	Ремонт вентиляций.	Ежегодно	Директор
7	Реализация в практической деятельности школы требований СанПиНа в вопросах организации горячего питания.	постоянно	Директор, заместитель директора по УВР, бракеражная комиссия
8	Проведение педагогических и социально-просветительских мероприятий по профилактике алкоголизма, наркомании, табакокурения среди детей и подростков.	В течение года	Зам. дир. по УВР, Социальные педагоги
9	Формирование методической библиотеки, видеотеки по вопросам	В течение года	Зав. библиотекой

	здорового питания, здорового образа жизни.		
10	Продолжение эстетического оформления зала столовой.	В течение года	Зам. дир. по УВР
11	Разработка новых блюд, изделий и внедрение в систему школьного питания.	В течение года	Заведующая столовой
<p>III. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся.</p>			
1	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся. Ежемесячный мониторинг охвата питанием	Ежедневно	Классные руководители, Социальные педагоги
2	Проведение мониторинга отношения учащихся к организации горячего питания в школе.	Май	Классные руководители, Социальные педагоги
3	Проведение классных часов по темам: - «Азбука здорового питания» - «Режим дня и его значение», - «Культура приема пищи», - «Хлеб – всему голова», - «Острые кишечные заболевания и их профилактика» -«Твое здоровье в твоих руках»; -«Как следует питаться»; - «О чём может рассказать упаковка»; -«Основы правильного питания»; - Лекция «Культура питания»	В течение года	Заместитель директора по ВР  Классные руководители  Медицинский работник поликлиники  Социальные педагоги
4	Конкурс рисунков о полезных продуктах.	Апрель	Заместитель директора по ВР

5	Конкурс газет, плакатов на тему правильного питания	Апрель	Заместитель директора по ВР Учитель ИЗО
7	Знакомство со школьной столовой	сентябрь	учителя начальных классов
8	Праздник «Здравствуй, осень золотая!»	Октябрь	Зав. кафедрой начальной школы
9	Встреча весны «Здравствуй, масленица!»	Март	Заместитель директора по УВР, организаторы
10	Утренники «Окончание начальной школы».	Май	Зав. кафедрой начальной школы
11	Создание и работа экспозиции «Традиции питания», «Посуда прошлого века»	2024-2026	Зав. библиотекой
12	Всемирный день здоровья	Апрель	Заместитель директора по ВР
IV. Работа по воспитанию культуры питания, здорового образа жизни среди родителей учащихся.			
1	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях «Основы формирования у ребенка навыков здорового образа жизни. Атмосфера жизни семьи как фактор физического и психического здоровья ребенка. Профилактика вредных привычек и социально обусловленных заболеваний у детей». Общешкольные и классные родительские собрания.	1 раз в четверть	Заместитель директора по УВР, фельдшер, Классные руководители Социальные педагоги
2	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	В течение года	Классные руководители
3	Родительский лекторий «Правильное и полноценное питание – залог здоровья каждого ребенка».	апрель	Заместитель директора по УВР, Классные руководители, фельдшер,

4	Проведение мониторинга отношения родителей к организации горячего питания в школе.	Декабрь, Май	Заместитель директора по УВР, классные руководители
5	Организация бесплатного, льготного питания для учащихся.	В течение года	Социальный педагог
6	«Дни открытых дверей». Дегустация блюд школьной столовой.	Октябрь, апрель	Заместитель директора по УВР, отв. по питанию, зав. производством
7	День пожилого человека. Концерт, праздничный обед. Праздник для ветеранов. Концерт, праздничный обед.	Сентябрь, май	Заместитель директора по УВР, зав. производством, совет ветеранов
8	Контроль родительской общественности за качеством питания.	постоянно	Члены родительских комитетов

### 9. Организация деятельности бракеражной комиссии по контролю за организацией и качеством питания обучающихся

Бракеражная комиссия по контролю за организацией и качеством питания обучающихся существует с 2020 года. В своей деятельности комиссия руководствуется законодательными и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, приказами и распоряжениями органов управления образованием, уставом и локальными актами образовательного учреждения.

Состав бракеражной комиссии утверждается приказом директора школы на каждый учебный год. Работа комиссии осуществляется в соответствии с планом.

Результаты проверок и меры, принятые по устранению недостатков оформляются актами и рассматриваются на заседаниях комиссии с приглашением заинтересованных лиц.

Основные направления деятельности комиссии:

*Осуществляет контроль:*

1. За рациональным использованием финансовых средств, выделенных на питание обучающихся;
2. За целевым использованием продуктов питания и готовой продукции;
3. За соответствием рационов питания согласно утвержденному меню;
4. За качеством готовой продукции;
5. За санитарным состоянием пищеблока;
6. За выполнением графика поставок продуктов и готовой продукции, сроками их хранения и использования;

7. За организацией приема пищи обучающихся;
8. За соблюдением графика работы столовой.

*План работы комиссии по контролю и качеством питания школы*

1. Проверка двухнедельного меню - Сентябрь
2. Проверка целевого использования продуктов питания и готовой продукции - Ежемесячно
3. Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню - Ежедневно
4. Использование финансовых средств на питание учащихся - Декабрь, апрель
5. Организация просветительской работы - в течение года
6. Анкетирование учащихся и их родителей по питанию - май
7. Контроль за качеством питания - Ежедневно
8. Проверка табелей питания.
9. Разработка буклетов по здоровому питанию - в течение года.

## Приложение

### **1. Нормативно-правовая база по организации питания**

- Приказ об организации питания в МБОУ Лицей№1 на учебный год
2. Приказ о создании Бракеражной комиссии по приемке продуктов питания и проверке качества питания
- Функциональные обязанности ответственного за организацию питания

### **2. Организация работы столовой**

- Режим работы столовой
- График посещения
- Дежурство обучающихся и преподавателей

### **3. Организация работы ответственного по питанию**

- 1) Отчеты по организации питания (ежеквартально)
- 2) Акты проверки работы столовой
- 4) График контроля за организацией питания