



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ «Акбулатюртовская СОШ»  
Мацев И.А.

**ПРОГРАММА**  
**по здоровому питанию обучающихся**  
**в МБОУ «Акбулатюртовская СОШ»**  
**на 2021-2022 учебный год.**

# Программа

## Здоровое питание в школе

### Информационная справка

В нашей столовой большое внимание уделяется правильному хранению продуктов. В школе имеется 3 холодильника, предназначенные для хранения разного вида продуктов, причем каждого вида отдельно. Их наличие помогает сохранить качество продуктов до непосредственного их приготовления. Кроме того, в обязанности работника столовой входит выполнения всех норм хранения и реализации продуктов, а также выполнение всех санитарно-гигиенических норм.

Соблюдение норм хранения продуктов и калорийности питания контролируется директором школы или ответственным по питанию ежедневно.

В столовой работает 2 человека: повар и кухонный рабочий. Ношение спецодежды для работника столовой является обязательным. Это позволяет соблюдать необходимые санитарно – гигиенические нормы.

Школьная столовая полностью укомплектована необходимой посудой. Ее чистоте уделяется повышенное внимание. Мытье и дезинфекция производятся с соблюдением всех норм санитарно-гигиенического режима.

Перед входом в помещение столовой для мытья рук учащимися организовано специальное место.

Большое внимание уделяется калорийности школьного питания. Используется десятидневное меню для обучающихся с 7 до 11 лет и с 11 лет и старше, утверждённое начальником ТОУ Роспотребнадзора по Республики Дагестан, в Хасавюртовском районе.

Необычайно приятна в нашей столовой атмосфера тепла и домашнего уюта. Повар столовой всегда встречает детей доброжелательной улыбкой и всех детей знает по именам. Поэтому дети всегда с удовольствием посещают школьную столовую.

Классные руководители проводят беседы с учащимися и их родителями о важности горячего питания. За качеством питания постоянно следит бракеражная комиссия.

### Описание проблемы

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. В период получения общего образования организм учащегося испытывает повышенные нагрузки как умственные, так и физические. Нарушение питания в этот период может привести к расстройствам жизнедеятельности организма, в том числе к возникновению и прогрессированию

различных заболеваний желудочно-кишечного тракта, органов кровообращения, изменениям со стороны эндокринной, костно-мышечной и центральной нервной систем. В настоящее время повсеместно продолжает возрастать число алиментарно-зависимых заболеваний у обучающихся, напрямую связанных с нарушением правил рационального питания.

Соблюдение принципов рационального, сбалансированного, щадящего питания, оптимальное формирование рациона питания учащихся, правильное составление меню и приготовление пищи – важнейшие компоненты оздоровления детей с болезнями органов пищеварения и нарушения обмена веществ.

Поэтому в программе школы здоровье ребенка рассматривается не только как цель, содержание и результат образовательного процесса, но и как критерий оценки качества и эффективности педагогической деятельности. Для решения этой задачи и была разработана Программа развития организации питания в школе, которая предполагает, что правильно организованное питание, несомненно, поможет сохранять здоровье школьников.

#### Актуальность программы

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.

#### **ЦЕЛЬ** программы организации и развития школьного питания:

Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания и поиск новых форм организации горячего питания.

#### **ЗАДАЧИ** программы организации и развития школьного питания:

1. обеспечение бесплатным питанием льготных категорий учащихся из малоимущих семей;
2. создание благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся с привлечением средств родителей (законных представителей);
3. укрепление и модернизация материальной базы школьной столовой;
4. повышение культуры питания;
5. обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;
6. проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.

Основные **принципы** политики школы в области здорового питания:

- рациональное питание детей, здоровье ученика – важнейшие приоритеты школы;
- питание должно способствовать защите организма от неблагоприятных условий окружающей среды.

### **В ПРОГРАММЕ ПРИНИМАЮТ УЧАСТИЕ:**

#### **Семья:**

организация контроля за питанием:

- родительский комитет класса
- Управляющий совет школы

#### **Администрация:**

- индивидуальные беседы;
- пропаганда санитарно-гигиенических знаний среди участников образовательного процесса, основ здорового образа жизни

#### **Педагогический коллектив:**

- совещания;
- родительские собрания, классные часы, беседы о ЗОЖ, рациональном питании;
- приобщение к занятиям спортом;
- пропаганда здорового образа жизни

#### **Медицинский работник:**

- индивидуальные беседы
- контроль за здоровьем обучающихся

### **ГРАФИК РАБОТЫ СТОЛОВОЙ**

10 ч 10 мин – завтрак

13 ч 00 мин – обед

**План мероприятий  
по организации здорового питания  
в МБОУ «Цвелодубовская ООШ» на 2015 – 2016 учебный год**

Дата	Мероприятие	Ответственный
сентябрь	Организация горячего питания в новом учебном году (педсовет, совещание при директоре родительское и классные собрания).	Администрация, классные руководители.
	Классные часы «Гигиенические правила питания».	Классные руководители
октябрь	Классный час "Важность регулярного питания."	Классные руководители
	Доклад для родителей «Здоровье вашей семьи».	Администрация
ноябрь	Мероприятие для учащихся 1-4 классов «Праздник осени».Конкурс	Классные руководители
	Выставка рисунков.	Учитель искусства
декабрь	Классные часы «Мы за правильное питание».	Классные руководители
	Видеолекторий для учащихся: «Трактат для детей, желающих стать культурными людьми».	Зам.дир.по ВР
январь	Обновление стенда «Здоровое питание», информации на сайте школы.	Классные руководители, ответственный по питанию
февраль	Анкетирование учащихся 1-9 классов	Классные руководители
	Классные часы « <u>Правильное питание – залог здоровья!</u> »».	Классные руководители
март	Игра-викторина для учащихся 1-4 классов: «Морковка, яблоки, лимон – наши лучшие друзья».	Классные руководители
	Выставка рисунков о пользе здорового питания (1-4 класс).	Учитель искусства

<p><b>апрель</b></p>	<p>Круглый стол для детей на тему: «Продукты на нашем столе. Полезные и вредные».</p> <p>Анкетирование родителей по вопросу организации горячего питания детей в школе</p> <p>Урок-практикум «Сервировка стола к ужину»</p>	<p>Классные руководители</p> <p>Классные руководители</p> <p>Учитель технологии</p>
<p><b>май</b></p>	<p>«Открытый микрофон» о качестве питания в школьной столовой.</p> <p>Информация для родителей на классных родительских собраниях «Здоровое питание школьника»</p>	<p>Участники образовательного процесса, повар</p> <p>Классные руководители, администрация</p>

### **Анкета "Питание глазами родителей"**

1. Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?
2. Считаете ли Вы рациональной организацию горячего питания в школе?
3. Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой?
4. Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи?
5. Удовлетворены ли Вы работой повара?

### **Анкета "Питание глазами обучающихся"**

1. Удовлетворяет ли тебя система организации питания в школе?
2. Устраивает ли тебя ежедневное меню?
3. Удовлетворен ли ты качеством приготовления пищи?
4. Удовлетворен ли ты работой обслуживающего персонала?
5. Удовлетворен ли ты графиком питания. Твои предложения.
6. Считаешь ли ты, что горячее питание повышает твою успеваемость?

### **Анкета для ученика "Завтракал ли ты?"**

1. Что ты ел на завтрак?
2. Считаешь ли ты завтрак необходимым?
3. Какие твои любимые овощи?
4. Какие овощи ты не ешь?
5. Сколько раз в день ты ешь овощи?
6. Любишь ли ты фрукты?
7. Какие фрукты твои любимые?
8. Сколько раз в день ты ешь свежие фрукты?
9. Что ты ешь чаще всего между основными приемами пищи?
10. Какой напиток ты пьешь чаще всего?
11. Считаешь ли ты продукты, которые употребляешь полезными для себя?
12. Считаешь ли ты, что твой вес: нормальный, избыточный, недостаточный?