

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 5

«Утверждаю»  
Директор МБОУ СОШ № 5

Волкова Е.В.

## *Программа «Здоровое питание для школьника»*



Социальный педагог  
Чернышова  
Фатима Идрисовна

п. Ключи - 1  
2014 год

## Паспорт программы

<b>Наименование программы</b>	« Здоровое питание для школьника»
<b>Исполнитель программы</b>	МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 5»
<b>Основание для разработки</b>	Постановление от 29 декабря 2010 г. № 189 Об утверждении САНПИН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»; Федеральный закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (№ 29 – ФЗ, от 02.01.2000 г.); Примерное десятидневное меню горячих завтраков и обедов для образовательных школ Усть-Камчатского муниципального района согласованное с главным врачом ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Камчатском крае в Усть-Камчатском районе»; Устав МБОУ СОШ № 5
<b>Цели и задачи программы</b>	Цель: обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний. Задачи: <ul style="list-style-type: none"><li>• обеспечение соответствия школьного питания детей установленным нормам и стандартам, региональным, экологическим, социальным особенностям;</li><li>• обеспечение доступности школьного питания;</li><li>• приведение материально-технической базы ОУ в соответствие с современными разработками и технологиями;</li><li>• организация образовательно-разъяснительной</li></ul>
<b>Сроки и этапы</b>	2014-2015 гг.

## Характеристика 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. Такие нарушения получили название «школьной патологии». Специалисты отмечают, что «школьные патологии» проявляются в развитии опорно-двигательной, пищеварительной, сердечно - сосудистой систем, ростом нервно - психических заболеваний, болезней органов дыхания, зрения. Вследствие этого наблюдается общее снижение уровня психологической комфортности у детей и подростков. И как общее проявление — отрицательная динамика социальной активности, что проявляется в инертности в учебной и трудовой деятельности, а нередко ведет к неадекватному и даже агрессивному поведению.

Уровень распространенности хронической патологии среди учащихся 1-9 классов на заболевания органов пищеварения приходится 9,5% процентов. Одновременно отмечается рост числа заболеваний, связанных с недостаточным питанием:

- ' анемии в 1,5 раза
- ожирения на 17,2%
- гастрит и дуоденит на 5,5 %
- функциональные расстройства желудка в 2 раза

Поэтому в программе учреждения 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.

Одна из главных задач школы сегодня – помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью. Для этого школьники должны узнать и, главное, принять для себя основные принципы здорового образа жизни, а это возможно только в результате серьезной кропотливой совместной работы педагогов, родителей и самого ребенка.

Бесспорно, здоровье закладывается в детстве и формируется в юности. Соблюдение режима питания, витаминная обеспеченность, рациональное питание помогут школьникам избежать переутомления, повысить работоспособность и улучшить успеваемость.

Правительство России приняло Концепцию государственной политики в области здорового питания населения России.

Государственная политика в области здорового питания населения основывается на следующих принципах:

- здоровье человека - важнейший приоритет государства
- пищевые продукты не должны причинять ущерб здоровью человека
- питание должно не только удовлетворять физиологические потребности организма человека в пищевых веществах и энергии, но и выполнять профилактические и лечебные задачи
- рациональное питание детей, как и состояние их здоровья, должны быть предметом особого внимания государства
- питание должно способствовать защите организма человека от неблагоприятных условий окружающей среды.

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (№ 29 – ФЗ, от 02.01.2000 г.), санитарными нормами и правилами, утвержденными совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпидемнадзором:

САНПИН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»

Программа «Здоровое питание для школьника» обеспечивает основную концепцию, которой руководствуется школа в планировании, реализации и оценке мероприятий по пропаганде здоровья и здорового питания. В ней учитываются действия всех значимых членов школьного сообщества: учащихся, педагогов, родителей.

**Цель программы** обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.

**Задачи программы:**

- обеспечение соответствия школьного питания детей установленным нормам и стандартам, региональным, экологическим, социальным особенностям;
- обеспечение доступности школьного питания;
- приведение материально-технической базы ОУ в соответствие с современными разработками и технологиями;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания;
- разработка системы оценок качества школьного питания, в том числе учитывая показатели снижения заболевания.

## **В программе принимают участие:**

### ***Семья:***

организация контроля за питанием:

- родительский комитет
- Совет школы

### ***Администрация:***

- индивидуальные беседы;
- пропаганда санитарно-гигиенических знаний среди участников образовательного процесса

### ***Педагогический коллектив:***

- совещания;
- семинары;
- приобщение в кружки и секции;
- пропаганда здорового образа жизни

### ***Медицинский работник:***

- уроки здоровья
- индивидуальные беседы
- контроль за здоровьем обучающихся
- контроль за состоянием столовой и пищеблока

### ***Социальный педагог:***

- выявление неблагополучных семей, посещение на дому
- помощь в выборе занятий по интересам
- санитарно-гигиеническое просвещение

## Программа «Здоровое питание школьника»

№	основные мероприятия	срок исполнения	ответственные
<b><i>I. Организационно – аналитическая деятельность, информационное обеспечение</i></b>			
1.	Организационное совещание. Организация горячего питания школьников: завтраки, обеды, полдники. График дежурства по столовой, обязанности дежурного учителя и учащихся по столовой.	сентябрь, декабрь	директор школы, зам. директора по ВР, соц. педагог
2.	Совещание с классными руководителями. - Обеспечение учащихся из малообеспеченных семей льготным питанием. - Комплексный контроль за документацией, качеством питания, дежурством, культурой приема пищи.	сентябрь, октябрь, январь, апрель	Руководитель МО кл. руководителей; зам. директора по ВР, соц. педагог
3.	Совещание при директоре. Организация горячего питания учащихся	Сентябрь, январь	Директор школы, Соц. педагог
4.	Производственное совещание. Санитарно – эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях (САНПИН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»)	сентябрь	Соц. педагог, медсестра, повар
5.	Организация работы комиссия по контролю за качеством и организацией школьного питания	в течение года	Бракеражная комиссия
6.	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	Соц. педагог
<b><i>II. Работа по воспитанию культуры питания среди учащихся</i></b>			
1	2. <i>Игра</i> — праздник для учащихся начальной и основной школы «Дары осени»	октябрь	Зам. директора по ВР, педагог-организатор, классные руководители,

2.	Конкурс газет среди учащихся нач. классов «О вкусной и здоровой пище»	Ноябрь	Учитель ИЗО, педагог-организатор
3.	Беседы с учащимися 9-11 кл. «Берегите свою жизнь»	Декабрь	Классные руководители
4.	Конкурс среди учащихся 5-7 классов «Хозяюшка»	Март	учитель технологии, кл. руководители
5.	Анкетирование учащихся: - Школьное питание - По вопросам питания	октябрь, февраль, апрель	Соц. педагог, кл. руководители
6.	Выпуск информационных бюллетеней о здоровом питании «Наше здоровье»	1 раз в четверть	Пресс-центр классов
<b><i>III. Работа по воспитанию культуры питания среди родителей</i></b>			
1.	Родительский лекторий «Рацион вашего ребенка»	в течение года	Зам. директора по ВР, соц. педагог, педагог-организатор, классные руководители
2.	Консультации врача	ежемесячно	Медсестра, врач ДП
4.	Неделя семьи. Кулинарный конкурс	май	соц. педагог, педагог-организатор, классные руководители
<b><i>IV. Работа по улучшению материально – технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей</i></b>			
1.	Работа по эстетическому оформлению обеденного зала столовой	август	администрация школы, педагоги
2.	Обеспечение столовой новым технологическим оборудованием, посудой, разделочным инструментом	в течение года	администрация школы
3.	Разработка новых блюд, изделий, их внедрение в систему школьного питания	в течение года	Школьная медсестра, зав. столовой, соц. педагог



## ***Организация деятельности комиссии по контролю за организацией и качеством питания обучающихся***

В своей деятельности комиссия руководствуется законодательными и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, приказами и распоряжениями органов управления образованием, уставом и локальными актами школы.

Состав школьной комиссии утверждается приказом директора школы на каждый учебный год.

Члены комиссии из своего состава выбирают председателя. Работа комиссии осуществляется в соответствии с планом, согласованным с администрацией школы. Результаты проверок и меры, принятые по устранению недостатков оформляются актами и рассматриваются на заседаниях комиссии с членов Управляющего совета.

Заседание комиссии оформляется протоколом и доводится до сведения администрации школы.

### ***Основные направления деятельности комиссии:***

- Оказывает содействие администрации школы в организации питания обучающихся.
- Осуществляет контроль:
  1. За целевым использованием продуктов питания и готовой продукции;
  2. За соответствием рационов питания согласно утверждённому меню;
  3. За качеством готовой продукции;
  4. За санитарным состоянием пищеблока;
  5. За выполнением графика поставок продуктов и готовой продукции, сроками их хранения и использования;
  6. За организацией приёма пищи учащимися;
  7. За соблюдением графика работы столовой.
- Проводит проверки качества сырой продукции, поступающей на пищеблок, условий её хранения, соблюдения сроков реализации, норм вложения и технологии приготовления пищи, норм раздачи готовой продукции и выполнения других требований, предъявляемых надзорными органами и службами.
- Организует и проводит опрос учащихся по ассортименту и качеству отпускаемой продукции и представляет полученную информацию руководству школы.
- Вносит администрации школы предложения по улучшению обслуживания обучающихся.

- Оказывает содействие администрации школы в проведении просветительской работы среди обучающихся и их родителей (законных представителей) по вопросам рационального питания.
- Привлекает родительскую общественность и различные формы самоуправления школы к организации и контролю за питанием обучающихся.

## Результат

**Конечная цель данной программы** - улучшение здоровья школьников при правильной организации качественного, сбалансированного и здорового питания. Питание - это процесс усвоения организмом питательных веществ (белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные соли), необходимых для поддержания жизни, здоровья и работоспособности.

При правильно организованном питании человек меньше подвергается различным заболеваниям и легче с ними справляется. Рациональное питание имеет огромное значение для предупреждения многих заболеваний и преждевременного старения.

Питание следует организовать таким образом, чтобы оно обеспечило нормальное развитие и слаженную деятельность всего организма. Для этого пищевой рацион должен быть сбалансирован по качеству и количеству белков, жиров, углеводов и других необходимых для жизнедеятельности компонентов пищи с потребностями человека, соответственно его роду занятия, возрасту, полу.

Меню в школьной столовой составляется именно с учетом рекомендаций о потребности растущего организма в энергии и пищевых веществах.

Задача школы привести деятельность пищеблока, столовой, организацию питания в соответствие новым правилам и нормам СанПиН, которые направлены на обеспечение здоровья обучающихся и предотвращение возникновения и распространения инфекционных (и неинфекционных) заболеваний и пищевых отравлений, связанных с организацией питания в общеобразовательных учреждениях.