****

 **Программа «Здоровое питание»**

 **МБОУ Поповская СОШ на 2019-2020 учебный год**

Здоровое питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательном учреждении, 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 том числе ЖКТ. Важнейшим условием для поддержания здоровья, высокой работоспособности и выносливости человека является полноценное и правильное питание. 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. 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.

 Повышению общего уровня культуры питания может способствовать не только система воспитательной внеурочной работы, но и собственно образовательный процесс, включающий уроки русского языка, математики, окружающего мира, литературного чтения, ИЗО, технологии.

 Всё это открывает дополнительные возможности для развития учащихся, позволяя применять в новых условиях знания, умения, навыки, приобретённые на других уроках. Интерес к проблеме правильного питания, отношение к ней в значительной степени обуславливается психологическим климатом семьи. Работа с родителями начинается с установления контакта с семьёй, выработки согласованных действий и единых требований.

Цели, задачи и сроки реализации Программы

Основной целью Программы является создание условий, способствующих укреплению здоровья школьников, формированию культуры здорового питания. Программа носит комплексный характер и направлена на решение медико-биологических, производственно-технологических, организационных, научных и кадровых проблем питания детей и подростков. В связи с этим из цели программы следуют следующие задачи: формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье и вести здоровый образ жизни;

 - формирование у школьников знаний и навыков по рациональному питанию, их роли в сохранении и укреплении здоровья;

 - профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием детей и подростков;

- информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием, расширение знаний об истории и традициях своего народа;

- воспитание уважения культуры своего и других народов;

- просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков и гигиены питания;

- поиск новых форм обслуживания детей, увеличение охвата учащихся горячим питанием.

 1-й этап – подготовительный

Цель: изучение сложившейся на данный момент системы питания в школе и определение основных направлений её совершенствования.

Задачи:

 1. Определение степени информированности всех участников программы о здоровом питании;

2. Выделение факторов, влияющих на формирование позитивного отношения к здоровому питанию;

3. Мониторинг существующих условий организации питания.

2-й этап – основной

Цель: создание условий способствующих укреплению здоровья школьников, формирование культуры здорового питания.

Задачи: 1. Предоставление участникам программы информации об актуальности здорового питания;

2. Организация мероприятий по воспитанию культуры здорового питания;

3. Организация мероприятий по методическому обеспечению;

3-й этап – заключительный

Цель: анализ эффективности реализации программных мероприятий, корректировка.

Задачи: 1. Выделение основных недостатков и достижений в проделанной работе;

2. Определение изменений личностных позиций в отношении проблемы здорового питания;

 3. Определение дальнейших направлений работы по улучшению качества здорового питания. Программа затрагивает всех участников образовательного процесса (учащихся с 1-11 классы, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной (уроки, факультативы), так и внеурочной и воспитательной деятельности.

Основные планируемые показатели эффективности

 Поэтапная реализация плановых мероприятий по различным направлениям программы «Здоровое питание» позволит школе достичь следующих результатов в организации школьного питания:

1. Совершенствовать системы мониторинга состояния здоровья обучающихся;

2. Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей;

3. Увеличить количества детей, питающихся в школьной столовой до 100%;

4. Повысить общий уровень культуры обучающихся.

 План мероприятий «Здоровое питание»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование мероприятия | Сроки проведения | Ответственные  |
| 1. Создание условий, необходимых для организации здорового питания |
| 1.1 | Изучение нормативных документов по гигиеническим требованиям к организации питания детей и подростков. | август, сентябрь | Администрация школы |
| 1.2 | Проведение текущего ремонта школьной столовой. | Июль, август | Зам. директора по АХР |
| 1.3 | Назначение ответственного по питанию | сентябрь | Администрация школы |
| 1.4 | Проведение работы по обеспечению льготным питанием учащихся | постоянно | Члены родительского комитета ,ответственный за питание  |
| 1.5 | Проведение мониторинга по охвату питанием учащихся | ежемесячно | Ответственный за питание |
| 2. Организация и проведение диагностических мероприятий |
| 2.1 | Опрос родителей по совершенствованию организации школьного питания. | Сентябрь, январь | Члены школьной комиссии по питанию, ответственный за питание  |
| 2.2 | Исследование уровня знаний обучающихся о здоровом питании. | Сентябрь, октябрь | Зам. директора по ВР |
| 2.3 | Мониторинг состояния здоровья обучающихся. | Октябрь, апрель | Зам. директора по ВР |
| 2.4 | Анкетирование обучающихся и родителей по культуре питания. | октябрь | Зам. директора по ВР |
| 3. Организация и проведение мероприятий по здоровому питанию |
| 3.1 | Проведение бесед, классных часов на темы:- «Режим питания. Правила поведения за столом»»;- «Здоровое питание»;- «Здоровое питание и распорядок дня современного школьника»;- «Питание и здоровье»;- «Обработка пищевых продуктов перед употреблением. Правила ухода за посудой»;- «Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья»;- «Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и готовых блюд». | В течение года | Классные руководители, учителя биологии и ОБЖ. |
| 3.2 | Конкурс «Дружный и здоровый класс». | В течение года | Зам. директора по ВР, уч.по внеурочной деятельности,классные руководители,старшая вожатая |
| 3.3 | Оформление информационных стендов»:- «Мы – здоровое поколение»;- «Что необходимо знать, чтобы быть физически здоровым» | В течение года | Зам. директора по ВР, уч.по внеурочной деятельности,классные руководители,старшая вожатая |
| 3.6 | Выпуск информационно-агитационных листовок «А у меня сегодня на столе» | В течение года | Зам. директора по ВР, уч.по внеурочной деятельности,классные руководители,старшая вожатая |
| 3.7 | Рекламная акция «Мы – за здоровую пищу!» | сентябрь | Зам. директора по ВР, уч.по внеурочной деятельности,классные руководители,старшая вожатая |
| 3.8 | Конкурс домашних рецептов «Вкусная и здоровая пища». | декабрь | Учитель технологии, классные руководители |
| 3.9 | Проведение фотовыставки «Как оформить стол».  | декабрь | Учитель технологии, классные руководители |
| 3.10 | Конкурс плакатов «Здоровое питание». | апрель | Зам. директора по ВР, уч.по внеурочной деятельности,классные руководители |
| 4. Работа с родителями. |
| 4.1 | Индивидуальное консультирование родителей по вопросам организации школьного питания. | В течение года | классные руководители |
| 4.2 | Информирование родителей по вопросам здорового питания с использованием буклетов, информационных стендов. | В течение года | Администрация школы, классные руководители |
| 4.3 | Круглый стол «Школьное питание. Каким ему быть?» для учителей, обучающихся, родителей и работников столовой. | октябрь | Администрация школы  |
| 4.4 | Лекторий для родителей «Правильное питание - залог здоровья».  | ноябрь | Администрация школы |