

**Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области**

**«Вологодский многопрофильный лицей»**

РАССМОТРЕНА  
Протокол заседания методического  
объединения  
от 26.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕНА  
приказом директора лицея  
от «27» августа 2021 № 250-од



А.А. Макарьин

СОГЛАСОВАНО \*  
Протокол педагогического совета  
от 28.08.2021 № 1

**Программа "Культура здорового питания"**

г. Вологда

2021

## **Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения**

Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательных учреждениях, 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. 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.

Администрация и педагогический коллектив БОУ ВО "Вологодский многопрофильный лицей" 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. Очень важно, чтобы школа стала началом распространения знаний и умений в построении здорового питания. В связи с этим в лицее разработана программа «Культура здорового питания» .

## **Цели, задачи и сроки реализации Программы**

Цель программы:

- Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни, поиск новых форм обслуживания детей, увеличение охвата обучающихся горячим питанием.

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 «Культура здорового питания» рассчитана на 5 лет.

Ее поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2021 – 2022 по 2026-2027 учебные годы. Программа затрагивает всех участников образовательного процесса (обучающихся 1-11 классов, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в урочной, внеурочной деятельности (элективы, факультативы), так и в системе дополнительного образования (кружки), воспитательной деятельности.

Стратегия реализации программы:

1 этап Базовый -2021 - 2022 учебный год:

- анализ нынешнего состояния;
- планирование реализации основных направлений программы;
- создание условий реализации программы;
- начало реализации программы.

2 этап Основной -2022 – 2026 учебные годы:

- 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 Заключительный –2026 - 2027 учебный год:

- завершение реализации программы;
- мониторинг результатов;
- анализ результатов.

## Основные направления деятельности

### 1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Организационное совещание — организация горячего питания обучающихся; оформление бесплатного питания категориям обучающихся, установленных постановлением правительства РФ от 20 июня 2020 № 900	Август	Классные руководители, социальный педагог, заместитель директора по АХР
2. Совещание классных воспитателей: - О получении обучающимися бесплатного питания для школьников младших классов (1-4) и льготного питания	Сентябрь	Социальный педагог
3. Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	Октябрь, административный совет	Директор лицея
4. Заседание МО воспитателей 1-11-х классов по вопросам: - Охват учащихся горячим питанием - Соблюдение санитарно-гигиенических требований.	Октябрь	Классные руководители, социальный педагог
5. Осуществление ежедневного контроля за работой столовой администрацией школы	В течение года	Бракеражная комиссия
6. Организация работы школьной комиссии по контролю за организацией питания	В течение года. Рассмотрение предложений - раз в четверть	Комиссия по контролю за организацией питания обучающихся
7. Размещение двухнедельного перспективного меню обучающихся лицея 7-11 лет и для 11-18 лет, размещение ежедневного фактического меню Положения об организации питания - режим питания на Пролетарской и	Август 2021	Администрация лицея, зам директора по АХР

Ярославской в разделе Родителям - медработник в лицее <a href="https://vml35.ru/medrabotnik-v-liczee/">https://vml35.ru/medrabotnik-v-liczee/</a>		
8. Ведение группы Питание ВМЛ ВКонтакте		Заведующие столовой, заместитель директора по АХЧ
9. Встреча Родительского совета с организатором питания "Центропит", формат встречи "Вопрос- ответ", предложения в организацию питания	Сентябрь-октябрь 2021	Заместитель директора по ВР, председатель РС
10. Утверждение Положений о порядке доступа законных представителей обучающихся в столовую БОУ ВО "Вологодский многопрофильный лицей", Положение о родительском контроле за организацией питания обучающихся.	Сентябрь -октябрь 2021	Заместитель директора по ВР, председатель РС
11. Выборы Председателя Комиссии по контролю за организацией питания и формирование состава Комиссии. Разработка и принятие плана работы, графика заседаний, режима рейдов в столовые Пролетарской и Ярославской. Размещение информации на сайте лицея в разделе Родителям	Сентябрь -октябрь 2021	Заместитель директора по ВР, председатель РС

## 2. Методическое обеспечение

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Организация консультаций для классных руководителей 1-4, 5-8, 9-11 классов: - Культура поведения обучающихся во время приема пищи, соблюдение санитарногигиенических требований; - Организация горячего	В течение года	Медицинский работник Соц. педагог Заместитель директора по ВР

питания - залог сохранения здоровья		
2. Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания обучающихся	В течение года	Администрация, Комиссия по контролю за ОП
3. Выставка книг и журналов в библиотеке «Простые истины о здоровье и питании», (представленная литература связана с вопросами правильного питания, рецепты блюд и напитков).	Ноябрь, январь	Библиотекарь
4. Изготовление буклетов по здоровому питанию	В течение года	ШУС
5. Оформление стендов у столовой	В течение года	Медицинский работник
6. Подбор диагностических материалов, разработка анкет	Первый этап (базовый)	Заместитель директора по ВР, заместитель директора по АХВ

### **3. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для обучающихся и их родителей**

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Эстетическое оформление зала столовой	Август	Работники столовой, администрация, организатор питания
2. Разработка новых блюд и в течение года их внедрение в систему школьного питания	В течение года	Организатор питания, заведующая столовой, Комиссия по контролю за ОП
3. Включение в меню блюд, которые были рекомендованы в результате проверок, опросов, конкурсов	Май	Заместитель директора по ВР, заместитель директора по АХВ, организатор питания

#### 4. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
В рамках учебных предметов включение тем по пропаганде здорового питания (ОБЖ, биология, ИЗО, физическая культура и пр.)	В течение года	Учителя предметники
Беседы по темам: «Режим дня и его значение» «Культура приема пищи» «Острые кишечные заболевания и их профилактика»	Сентябрь	Воспитатели, медработник, психологи
Акция «Мы за здоровое питание!»	Октябрь	ШУС, воспитатели
Конкурс рисунков и плакатов на тему правильного питания и здорового образа жизни.	Ноябрь	Учитель ИЗО
Проведение классных часов по темам: «Здоровое питание – отличное настроение!» «Секреты здорового питания»(1 – 4 классы) «Правильное питание – залог здоровья» (5 – 8 классы) «Здоровое питание - здоровая нация» «Есть или не есть? – Сделай свой выбор» (9 – 11 классы)	Январь, Неделя спорта	Воспитатели
Уроки-практикумы «Столовый этикет»	Февраль	Воспитатели
Праздник «Широкая Масленица»	Февраль-март	Воспитатели, педагоги-организаторы, родители
Дни здоровья	Сентябрь, март	Учителя физической культуры, педагоги-организаторы
Конкурс листовок среди обучающихся 5- 9 классов «О вкусной и здоровой пище»	Апрель	Воспитатели, ШУС
Конкурс проектов по пропаганде здорового питания: «Что помогает нам расти»	В течение года	Воспитатели, преподаватели биологии

(1 - 4 классы) «Пища на любой вкус» (5 - 7 классы) Меню на каждый день» (8 - 9 классы) «Гигиена питания» (10 – 11 классы)		
Выступление агитбригады «Здоровье в наших руках»	Январь	Воспитатели, ШУС
Мониторинг, анкетирование обучающихся: - Организация горячего питания в школе. - Школьное питание: качество и разнообразие обедов - За что скажем поварам спасибо?	Сентябрь  Декабрь  Апрель	Заместитель директора по ВР, заместитель директора по АХВ, организатор питания

**5. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди родителей обучающихся**

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
Проведение родительских собраний по темам: «Совместная работа семьи и школы по организации здорового питания» «Здоровый ребёнок – ребёнок со здоровой психикой» «Полноценное питание ребёнка и обеспечение организма всем необходимым».	В течение года (родительские собрания, родительские всеобучи)	Воспитание, ЦСПС
Профилактика желудочнокишечных заболеваний, инфекционных, простудных заболеваний	В течение года Информирование на сайте лица	Медработник
Итоги медицинских осмотров обучающихся	Март, Родительский совет	Медработник, руководитель ЦСПС
Родительский лекторий «Здоровое школьное питание»	В течение года, всеобучи: октябрь, декабрь, февраль, март	Врач диетолог
Мониторинг, анкетирование родителей «Мониторинг организации питания» «Ваши предложения по развитию школьного	Май-июнь	Психологи, воспитатели



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

Родительский контроль за организацией питания обучающихся осуществляется родителями (законными представителями) обучающихся совместной с администрацией БОУ ВО "Вологодский многопрофильный лицей" в целях:

- улучшения организации питания обучающихся в Учреждении;
- проведения мониторинга результатов родительского контроля, формирования предложений для принятия решений по улучшению питания в учреждении. Деятельность Комиссии осуществляется в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Методическими рекомендациями МР 2.4.0180-20 «Родительский контроль за организацией питания детей в общеобразовательных организациях», утвержденными Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 18.05.2020 и Уставом Учреждения.

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

### План мероприятий

родительского контроля за организацией питания обучающихся

№ п/п	Мероприятия	Сроки
1.	Проверка меню. Проверка готовности столовой и пищеблока.	Сентябрь
2.	Санитарно-техническое содержание столовой (помещения для приема пищи), состояние обеденной мебели, столовой посуды, наличие салфеток и т.п.;	В течение учебного года
3.	Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню.	В течение учебного года
4.	Организация просветительской работы.	Октябрь, февраль, апрель
5.	Анкетирование учащихся и их родителей по питанию.	Ноябрь, март
6.	Контроль за качеством питания.	В течение учебного года

## **Ожидаемые конечные результаты**

Выполнение Программы «Культура здорового питания» позволит лицеею достигнуть следующих результатов:

1. Развить систему мониторинга состояния здоровья обучающихся;
2. Обеспечить учащихся необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
3. Развить механизмы координации и контроля в системе школьного питания;
4. Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей;
5. Организовать работу обучающихся семинаров по вопросам организации питания;
6. Организовать правильное, сбалансированное питание детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;
7. Оказывать социальную поддержку отдельным категориям обучающихся;
8. Укрепить материально-техническую базу школьной столовой. Оснастить недостающим технологическим оборудованием школьный пищеблок;
9. Увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой;
10. Улучшить качество питания школьников и обеспечить его безопасность;
11. В перспективе организация рационального питания школьников может позволить достичь следующих основных целей:
  - рост учебного потенциала детей и подростков;
  - улучшение состояния здоровья школьников, уменьшение случаев ожирения, дистрофии и других заболеваний, связанных с питанием, а в перспективе - улучшение репродуктивного здоровья;
  - снижение риска развития сердечнососудистых, эндокринных, желудочнокишечных заболеваний в период обучения в школе и в течение дальнейшей жизни
  - повышение их общего культурного уровня.