

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №8  
г.Бузулук

**ПРОГРАММА**

**«ТВОЙ ЗДОРОВЫЙ РАЦИОН»**  
на 2014-2018 годы

Принято  
на педагогическом совете  
школы  
Протокол № \_\_\_\_  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2014г.

Согласовано  
с Управляющим советом  
школы  
Протокол № \_\_\_\_ от  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2014г.

Утверждено  
приказом  
от  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2014г.  
№ \_\_\_\_\_

## **Содержание**

Содержание .....	2
I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	2
II. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ.....	4
III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	5
IV. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	7
V. ЭФФЕКТИВНОСТЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	7
Примерная анкета «Питание глазами учащихся» .....	8
Примерная анкета «Питание глазами родителей» .....	8

## II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Под здоровым питанием понимают питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствующее укреплению его здоровья и профилактике заболеваний. В настоящее время вопросам обеспечения именно здорового питания уделяется большое внимание. Правительством Российской Федерации утверждены «Основы государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения до 2020 года» (распоряжение Правительства РФ от 25 октября 2010 года №1873-р), которыми предусмотрен комплекс мероприятий, направленных на создание условий, обеспечивающих удовлетворение в соответствии с требованиями медицинской науки потребностей различных групп населения в здоровом питании с учетом их традиций, привычек и экономического положения.

В МОАУ СОШ №8 созданы все условия для качественной организации питания учащихся. В соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.5.2409-08 в школе оборудована столовая, которая размещена на первом этаже здания образовательного учреждения и включает в себя производственные, бытовые и складские помещения для пищевых продуктов, обеденный зал. В состав производственных помещений входят варочный цех, рабочая зона для разделки овощей, мяса, рыбы, раздаточная зона. В помещении столовой также располагается буфет, осуществляющий реализацию готовых изделий, салатов и напитков.

Во всех производственных цехах установлены раковины, моечные ванны с подводкой холодной и горячей воды. Холодная и горячая вода, используемая в технологических процессах обработки пищевых продуктах и приготовления блюд, мытье столовой и кухонной посуды, оборудования, инвентаря, санитарной обработке помещений, соблюдения правил личной гигиены отвечает требованиям, предъявляемым к питьевой воде.

При обеденном зале столовой установлено 5 умывальников, рядом с умывальниками располагаются дозаторы для мыла, электросушилка.

Оборудование, инвентарь, посуда, тара, являющиеся предметами производственного окружения, соответствуют санитарно-эпидемиологическим требованиям, предъявляемым к организациям общественного питания, и выполнены из материалов, допущенных для контакта с пищевыми продуктами. Все установленное в производственных помещениях технологическое и холодильное оборудование находится в исправном состоянии.

Производственные столы, предназначенные для обработки пищевых продуктов, имеют покрытие, устойчивое к действию моющих и дезинфицирующих средств и отвечают требованиям безопасности для материалов, контактирующих с пищевыми продуктами.

Столовая школы обеспечена достаточным количеством столовой посуды и приборами. В столовой используется фаянсовая и стеклянная посуда (тарелки, стаканы), отвечающая требованиям безопасности для материалов, контактирующих с пищевыми продуктами. Столовые приборы (ложки, вилки), посуда для приготовления и хранения готовых блюд изготовлены из нержавеющей стали.

При столовой имеется обеденный зал на 180 посадочных мест, зал оснащен удобной деревянной мебелью: лавками и 6-ти местными столами.

В столовой разработана нормативно-правовая документация, обеспечивающая деятельность столовой и ее работников: инструкции и рекомендации для сотрудников, журналы бракеража пищевых продуктов и продовольственного сырья, учета температурного режима холодильного оборудования и другие. Помещения и оборудование столовой соответствуют нормам и требованиям СанПиНа, об этом свидетельствуют акты приемки школы к новому учебному году.

Учащиеся первой смены посещают столовую организованно с учителем в течение 5-ти перемен, что позволяет обеспечить максимально комфортное питание.

**Актуальность программы обусловлена наличием следующих проблем:**

- просветительская работа среди учащихся и их родителей о необходимости здорового и правильного питания школьников недостаточна;
- увеличение количества детей, страдающих заболеваниями обмена веществ, желудочно-кишечного тракта;
- воспитанию культуры поведения детей во время приема пищи уделяется недостаточно внимания как в семье, так и в школе.

Программа предусматривает проведение мониторинга и контроля за качеством питания учащихся.

В ходе мониторинга планируется анкетирование родителей и учащихся. Примерные анкеты – Приложение №1.

## **II. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

### **ЦЕЛЬ:**

Формирование у учащихся культуры питания как составляющей здорового образа жизни и создание необходимых условий для укрепления их здоровья.

### **ЗАДАЧИ:**

1. Формирование у обучающихся знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья
2. Формирование готовности обучающихся заботиться и укреплять собственное здоровье
3. Профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием обучающихся
4. Информирование обучающихся о национальных традициях, связанных с питанием, расширение знаний об истории питания
5. Формирование и развитие представлений у обучающихся о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей
6. Просвещение родителей в вопросах организации правильного питания
7. Формирование чувства уважения к культуре своего народа, культуре и традициям других народов

## СРОК РЕАЛИЗАЦИИ:

Сентябрь 2014 г. – май 2018 г.

## III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение

<b>основные мероприятия</b>	<b>сроки</b>	<b>исполнители</b>
Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	август	Директор
Организационное совещание: - Организация школьного питания; - Утверждение графика дежурства и обязанности дежурного учителя и учащихся в столовой.	сентябрь, декабрь	Зам.директора по ВР, ответственный за питание
Совещание классных руководителей: «Планирование работы по формированию культуры питания»	сентябрь	Администрация
Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, буфета, проведение целевых тематических проверок	в течение года	Администрация, бракеражная комиссия
Мониторинг организации питания.	в течение уч.года	Ответственный за питание
Выпуск информационных бюллетеней, стенгазет по вопросам организации питания учащихся; размещение информации на сайте школы	в течение учебного года	Медработник школы, ответственный за обновление сайта.

### *Работа по воспитанию культуры питания среди учащихся*

<b>основные мероприятия</b>	<b>сроки</b>	<b>исполнители</b>
1. Проведение классных часов по темам: - «Еда или заменители» (о вредном воздействии консервантов и красителей на здоровье человека) - «Хлеб- всему голова» - «Щи да каша – пища наша».	ежегодно (сентябрь - май)	классные руководители, медсестра
2. Конкурс газет среди учащихся 5 – 8 классов «О вкусной и здоровой пище»	ноябрь 2011	учитель ИЗО
3. Беседы с учащимися 10-11 кл. «Правильная и здоровая пища»	ежегодно декабрь 2012	учитель ОБЖ
4. Презентация исследовательских проектов «Что мы едим?»	ежегодно апрель	Учителя-предметники
5. Конкурс рисунков среди учащихся начальной школы на темы «Портрет повара»,	ежегодно март	Классные руководители,

«Школьная столовая в будущем»		ответственный за организацию питания
6. Уроки химии и биологии в рамках декады предметов естественного цикла «Исследование пищевых добавок»	апрель	учителя химии и биологии
7. Анкетирование учащихся: - По вопросам организации школьного питания	ежегодно сентябрь, май	кл.руководители
8. Цикл бесед «Азбука здорового питания»	ежегодно апрель	Классные руководители, медработник
9. Конкурс презентаций и творческих работ на темы «Витамины», «Мое любимое блюдо», «Полезный салат»	декабрь	Ответственный за организацию питания

### ***Работа по воспитанию культуры питания среди родителей учащихся***

<b>основные мероприятия</b>	<b>сроки</b>	<b>исполнители</b>
1. Размещение информации на стенде и на школьном сайте	сентябрь	Ответственный за организацию питания
2. Проведение родительских собраний и всеобучей по темам: «Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни»; «Оценка работы школы по организации горячего питания»	По отдельному плану	Администрация школы, медработник
3. Индивидуальные консультации медработника школы «Как кормить ребёнка, нуждающегося в диетпитании»	по запросу	медработник
4. Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи», «Питание учащихся дома», «Профилактика желудочно-кишечных, инфекционных и простудных заболеваний».	По отдельному плану	Классные руководители
5. Анкетирование родителей «Питание глазами родителей»	ноябрь	классные руководители
6. Опрос родителей «Оценка работы школы по организации горячего питания», родительский контроль за работой школьной столовой с составлением актов	Ежемесячно по графику	классные руководители, Ответственный за организацию питания

#### **IV. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Учебно-методическое, информационное и материально-техническое обеспечение должно включать в себя:

- библиотечные ресурсы, в том числе – литература по технологии и организации здорового питания учащихся
- оснащение компьютерами и информационными ресурсами Интернет
- соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил, санитарно и социально-бытовых условий, требований пожарной безопасности
- соблюдение требований охраны здоровья, в том числе – медицинское обслуживание и организация отдыха

#### **V. ЭФФЕКТИВНОСТЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Реализация программных мероприятий «Твой здоровый рацион» позволит решить ряд социальных проблем, направленных на формирование у обучающихся знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, позволит родителям повысить свои знания в вопросах организации правильного питания школьников. Данная программа так же поможет снизить уровень заболеваний, связанных с неправильным питанием среди детей и подростков, улучшить показатели физического развития учеников, повысить сопротивляемость организма к различным заболеваниям, воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды, улучшить показатели успеваемости школьников.

*Анкета «Питание глазами учащихся»*

№ п/п	Вопросы анкеты	Ответы	
		Да (%)	Нет (%)
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?		
6	Считаешь ли ты, что горячее питание повышает твою успеваемость?		
7	Считаешь ли ты рациональным организацию горячего питания в школе?		
8	Удовлетворен ли ты санитарным состоянием столовой?		
9	Удовлетворен ли ты работой буфета?		

*Анкета «Питание глазами родителей»*

№ п/п	Вопросы анкеты	Ответы	
		Да (%)	Нет (%)
1	Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?		
2	Считаете ли Вы рациональным организацию горячего питания в школе?		
3	Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой?		
4	Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи?		
5	Удовлетворены ли Вы работой буфета?		