****

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ПРИНЯТОПедагогическим советомПротокол №1 от 29.08.2024г |  | УТВЕРЖДЕНОПриказом директора№ от 29.08.2024 г\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.М. Чередилина |

**Программа по совершенствованию организации питания обучающихся**

**в МБОУ «СШ№9»**

г.Тверь

2024г.

**I. Общие положения**

Программа по совершенствованию организации питания обучающихсяразработана в целях реализации федерального проекта «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек (Укрепление общественного здоровья)» национального проекта «Демография» и в соответствии с Планом мероприятий Роспотребнадзора по реализации мероприятий федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» на 2019 год и перспективный период 2020-2024 годов, утвержденным приказом Роспотребнадзора от 25.01.2019 № 29, для решения задач по формированию среды, способствующей повышению информированности граждан об основных принципах здорового питания. Программа представляет собой объединённый замыслом и целью комплекс нормативно-правовых, организационных и методических мероприятий, призванных обеспечить решение основных задач в области сохранения физического здоровья учащихся.

**II. Целевой раздел**

***2.1. Актуальность программы.***

Здоровое питание является одним из **базовых условий здоровья детей**, формирует **здоровые стереотипы питания**, здоровое пищевое поведение подрастающего поколения на перспективу. В настоящее время у значительного числа детей уже к школьному возрасту формируются **патологические пищевые привычки** - избыточный по калорийности ужин, чрезмерное потребление соли и сахара, легких углеводов (предпочтение продукции с высоким содержанием сахара (кондитерские изделия, сладкие выпечка и напитки), жира и соли (колбасные изделия и сосиски, фаст-фуд), отмечаются значительные по продолжительности перерывы между основными приемами пищи, множественные неупорядоченные перекусы. Это повышает **риски формирования патологии желудочно-кишечного тракта, эндокринной системы, увеличивает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, избыточной массы тела, сахарного диабета.**

Второй аспект проблемы - **недополучение детьми** на этапе роста и развития **необходимого количества основных питательных веществ, минералов, витаминов**, что также может послужить причиной формирования нарушений здоровья детей, в первую очередь это - **заболевания, обусловленные дефицитом биологически ценных веществ в рационе ежедневного питания ребенка, снижение умственной и физической работоспособности детей, когнитивных и функциональных возможностей растущего организма.**

В 2019 году Федеральным законом от 01.03.2020 N 47-ФЗ1 было введено **понятие здорового питания**, предусматривающее обязательность **реализации ряда принципов**, в том числе:

1) использование в меню блюд, рецептуры которых, предусматривают сохранность исходной биологической ценности пищевых продуктов, пищевых продуктов со сниженным содержанием насыщенных жиров, простых сахаров, поваренной соли, а также пищевых продуктов, обогащенных витаминами, пищевыми волокнами и биологически активными добавками;

2) соответствие энергетической ценности энергозатратам, химического состава блюд - физиологическим потребностям организма в макро- и микронутриентах;

3) разнообразие меню;

4) оптимальный режим питания;

5) соблюдение санитарно-эпидемиологических требований на всех этапах обращения пищевых продуктов (готовых блюд);

6) исключение использования фальсифицированных пищевых продуктов.

Вопросы организации работы с детьми и подростками, их родителями по популяризации знаний о здоровом пищевом поведении, здоровом питании, на фоне регистрируемой динамики распространенности ожирения, сахарного диабета, а также принятых на государственном уровне стратегических документов по организации питания детей, приобретают **особую актуальность.**

***2.2. Цель программы.***

Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, увеличение охвата учащихся горячим питанием.

***2.3. Задачи программы.***

1. Обеспечить горячим питанием все категории обучающихся.

2. Формирование базовых знаний об основах физиологии пищеварения и значимости режима питания, основных компонентов пищи, профилактике нарушений здоровья, обусловленных пищевым фактором.

3. Формирование у детей необходимых навыков обеспечивающих им осознанную потребность в здоровом питании как основном элементе образа жизни.

***2.4. Целевая аудитория программы.***

**Администрация:**

- организация питания обучающихся с учетом продолжительности пребывания обучающихся в школе, в соответствии с утвержденным меню;

- осуществление контроля за организацией питания в школе;

- анкетирование (мониторинг) «Удовлетворенность качеством питания в школе».

**Педагогический коллектив (учителя-предметники, классные руководители):**

- обучение школьников основам здорового питания в рамках реализации учебных программ;

- родительские собрания, классные часы, беседы о ЗОЖ, рациональном питании;

- пропаганда здорового образа жизни.

**Медицинские работники:**

- организация работы ученического и родительского лектория по основам и правилам здорового питания и культуре питания для родителей, обучающихся;

**Социальный педагог:**

- выявление неблагополучных семей, посещение на дому;

*-* санитарно-гигиеническое просвещение.

**Педагог-библиотекарь:**

- библиотечные уроки по ЗОЖ;

- выставки книг;

- творческие выставки обучающихся;

**Советник по ВР:**

- организация дней здоровья;

- агитационно-разъяснительная работа с участием Совета старшеклассников

-подготовка буклетов, плакатов

**Родители (законные представители) обучающихся:**

- организация контроля за питанием.

**Работники школьной столовой:**

- составление рационального меню;

- осуществление контроля над качеством готовой продукции;

- обеспечение приема пищи обучающихся согласно графику питания.

***2.5. Механизмы реализации программы.***

Программа реализуется в форме тематических классных часов, родительских собраний, иных организационных мероприятий, проводимые совместно с обучающимися и родителями.

**III. Содержательный раздел**

***3.1. Сроки и этапы реализации***

**1 этап - Базовый – 1 полугодие 2024-2026 учебного года:**

- планирование реализации основных направлений программы;

- создание условий для реализации программы;

- начало реализации программы;

- просвещение родителей в вопросах культуры здорового питания детей с мониторингом оздоровительной работы в школе.

**2 этап - Основной 2 полугодие - 2024-2025 годы:**

- поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами;

- промежуточный мониторинг результатов;

- корректировка планов в соответствии с целями, задачами и промежуточными результатами.

**3 этап - Заключительный - 2026 год:**

- завершение реализации программы;

- мониторинг результатов;

- анализ результатов.

***3.1. Важнейшие целевые показатели и ожидаемые результаты.***

1. Увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой до 100 %.

2. Организовать правильное, сбалансированное питание детей и подростков с учетом их возрастных особенностей.

3. Оказывать социальную поддержку отдельным категориям обучающихся.

4. Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.

5. Улучшить качество питания школьников и обеспечить его безопасность.

6. Развить систему мониторинга состояния здоровья обучающихся.

7. Развить механизмы координации и контроля в системе школьного питания.

Программа предусматривает **комплексное рассмотрение вопросов здорового питания**, ознакомление с принципами здорового питания, значимостью здорового питания в профилактике нарушений роста и развития, риска формирования заболеваний.

В результате освоения программы у обучающихся должны быть **сформированы необходимые навыки и умения, обеспечивающие детям осознанную потребность в здоровом питании, как основном элементе здорового образа жизни, составления рационального режима дня и рациона здорового питания.**

***3.2. Формы представления результатов Программы.***

Анализ результатов деятельности школы по реализации программы.

***3.3. Критерии оценки достижения результатов Программы.***

Оценка результативности реализации Программы осуществляется на основе использования системы объективных критериев, которые выступают в качестве обобщенных оценочных показателей (индикаторов):

**1. Количественные показатели:**

• количество учеников, получающих горячее питание в школе;

**2. Качественные показатели:**

• наличие в школе программы по воспитанию культуры питания;

• отсутствие замечаний со стороны Роспотребнадзора к качеству организации питания в школе;

• сохранение процента охвата питанием школьников;

• условия для предоставления качественного питания каждому участнику образовательного процесса;

• уровень культуры питания учащихся;

• степень удовлетворенности всех участников образовательного процесса организацией питания;

***3.4. Управление программой***

Управление осуществляется администрацией школы.

**IV. Содержание программы**

***1. Организация и регулирование школьного питания.***

***Первое полугодие 2024-2025учебного года***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Мероприятия** | **Срок** | **Ответственные** |
| **Родительский контроль за организацией горячего питания обучающихся**  | еженедельно | Ответственный за питание в школе, кл. руководители, родители (законные представители |
| **Изучение основных направлений Программы здорового питания** | март  | учителя-предметники, кл.руководители, мед. работник, соц. педагог, педагоги-библиотекари, Советник по ВР, родители (законные представители) |
| **Пропаганда по совершенствованию горячего питания в школе**:- обучение школьников основам здорового питания в рамках реализации учебных программ;- проведение классных часов, уроков здоровья, внеклассных мероприятий по воспитанию культуры питания среди обучающихся; | март-май  | учителя-предметники, классные руководители, мед. работник, соц. педагог, педагоги – библиотекари |
| **Включение в тематику род. собраний содержание о культуре правильного питания**:- здоровое питание является одним из базовых условий здоровья детей. | апрель  | кл. руководители, родители (законные представители) |
| **«Всемирный день здоровья» 7 апреля**1. Фестиваль **электронных презентаций** учащихся 5-11 классов «Правильное питание - здоровое питание», демонстрация в рекреации 2 этажа.2. Библиотечная выставка о здоровом питании.3. Конкурс плакатов «Здоровое питание – залог здоровья» | первая неделя апреля  | кл. руководители, педагоги-библиотекари, Советник по ВР |
| **Анкетирование «Удовлетворенность качеством питания в школе»**. Предварительный мониторинг. | апрель  | Администрация школы, обучающиеся, родители (законные представители) |
| **Цикл бесед «Разговор о правильном питании»** | май | кл. руководители, мед. работник |
| **Предварительный мониторинг. Анализ.** | май | Администрация школы, обучающиеся, родители (законные представители) |

***2. Организация и регулирование школьного питания на 2024- 2025 учебный год***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Мероприятия** | **срок** | **ответственные** |
| **Проверка готовности школьной столовой к новому учебному году**:- ознакомление классных руководителей, работников школьной столовой с нормативными документами, регулирующими школьное питание, графиком, режимом работы;- утверждение списка обучающихся на льготное питание. | август | директор, заместитель директора по общим вопросам, заместитель директора по ВР, работники столовой, соц.педагог |
| **Создание бракеражной комиссии** | сентябрь | директор |
| **Заседание общешкольного родительского комитета «Организация питания в школе»** | сентябрь | директор, заместитель директора по ВР |
| **Руководство организацией питания на основе СанПиН** 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» | в течение года | Директор, заместитель директора по общим вопросам работники столовой, мед.работникк |
| **Формирование нормативно-правовой базы по организации питания в школе** | сентябрь | директор, заместитель директора по ВР |
| **Согласование примерного меню в соответствии с санитарными нормами** | сентябрь | Директор, работники столовой, мед.работник |
| **Организация контроля за ведением документации** (журнал бракеража готовой продукции; журнал бракеража продуктов и производственного сырья, поступающего на пищеблок; журнал контроля за исправностью холодильного оборудования) | в течение года | заместитель директора по общим вопросам работники столовой, мед.работник |
| **Контроль за организацией питания в школе**, выполнение мероприятий по его улучшению | в течение года | Директор, работники столовой, мед.работник, ответственный за питание |

***3. Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Мероприятия** | **срок** | **ответственные** |
| **Планирование работы по охвату горячим питанием обучающихся школы**, по формированию навыков здорового питания**.****Включение в тематику род. собраний содержание о культуре правильного питания**:- здоровое питание является одним из базовых условий здоровья детей. | сентябрь | заместитель директора по ВР, кл.руководители |
| **Проведение акции «Здоровое питание»** | сентябрь | заместитель директора по ВР, кл.руководители, Советник по ВР, педагоги-библиотекари |
| **Заседание общешкольного родительского комитета «Организация питания в школе»** | ноябрь, апрель | заместитель директора по ВР, классные руководители |
| **Размещение информации об организации питания на школьном сайте** | в течение года | ответственный за питание, администратор сайта школы |
| **Организация просвещения для классных руководителей:** - культура поведения учащихся во время приема пищи; - соблюдение санитарно-гигиенических требований;- организация горячего питания – залог сохранения здоровья. | в течение года | заместитель директора по ВР, классные руководители |

***4. Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Мероприятия** | **срок** | **ответственные** |
| Неделя правильного питания (организация бесед, встреч, выставок, информационных стендов, подготовка информационных памяток) | сентябрь | заместитель директора по ВР, Советник по ВР, руководитель ШМК классных руководителей, классные руководители |
| Проведение классных часов, уроков здоровья, внеклассных мероприятий по воспитанию культуры питания среди учащихся. Проведение классных часов по темам: - режим дня и его значение; - культура приема пищи; - пирамида здорового питания;- здоровое школьное питание; - здоровая еда для здоровых людей;- правильное питание - залог долголетия. | в течение года | заместитель директора по ВР, социальный педагог, классные руководители, медицинский работник. |
| Конкурс рисунков среди учащихся начальной школы «Умные продукты», «Правила правильного питания» и т.п. | ноябрь |  руководитель ШМКкл.руководителей начальной школы, кл руководители 1-4 кл. |
| Рекламная акция «Мы - за здоровое питание!» | ноябрь | руководитель ШМК кл.руководителей начальной школы, кл руководители 5-11 кл. |
| Фестиваль электронных презентаций учащихся 5-11 классов «Правильное питание - здоровое питание» | апрель | руководитель ШМК кл.руководителей начальной школы, кл руководители 5-11 кл. |

***5. Мониторинг реализации программы***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Направление мониторинга** | **Диагностика** | **Сроки** | **Ответственные** |
| Охват обучающихся горячим питанием | анализ результатов постановки на питание | ежедневно, ежемесячно | ответственный за организацию питания, классные руководители |
| Формирование у школьников навыков здорового питания  | анализ состояния здоровья школьников по результатам медицинских осмотров | ежегодно | медицинские работники, классные руководители |
| Материальнотехническая база столовой | анализ результатов приёмки столовой к началу нового учебного года | ежегодно | директор, заместитель директора по общим вопросам |
| Качество организации питания (уровень удовлетворенности учащихся, родителей, организацией питания в школе) | анкетирование, опросы, посещение столовой, заседание комиссии из числа родителей (протокол) | Ежечетвертно, раз в полугодие | Заместитель директора по ВР, ответственный за питание, мед.работник |

***6. Примерное содержание тематических уроков по рациональному питанию в рамках различных учебных предметов***

|  |  |
| --- | --- |
| **Биология** | Основные компоненты пищи, их значение. Физиология пищеварения, значение рационального питания для нормального функционирования желудочно-кишечного тракта. Жевание. Роль правильного измельчения пищи во рту для профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта. Витамины. Микроэлементы. Их значение для организма человека. |
| **География** | Национальные кухни и блюда. Подход с точки зрения рационального питания. |
| **ИЗО** | Рисунок «Мое меню», «Витамины в жизни человека» |
| **Иностранный язык** | Чтение, пересказ текста по рациональному питанию или проблемам со здоровьем, вызванным нерациональным питанием. |
| **История** | Рассмотрение эпидемий голода, холеры и т.д. с позиции рационального питания, соблюдения мер гигиены. |
| **Технология** | Обучение приготовлению блюд вкусной и здоровой пищи. Обучение правилам этикета. |
| **Литература** | Обсуждение меню персонажей литературного произведения (А. Пушкин «Евгений Онегин», А. Толстой «Война и мир», Н. Гоголь «Вечера на хуторе близ Диканьки» и т.д.) |
| **ОБЖ** | Обсуждение продуктов питания, отрицательно влияющих на состояние здоровья. |
| **Обществознание** | Обсуждения проблемы питания в обществе. |
| **Русский язык** | Диктант, изложение или сочинение на тему рационального питания, компонентов пищи или заболеваний, связанных с питанием. |
| **Физика** | Использование физических факторов (температура, измельчение и т.д.) для обработки пищи. Роль правильной обработки пищи (например, кипячения) для профилактики различных заболеваний. |
| **Химия** | Пищевые добавки и их отрицательное влияние на здоровье. Белки, жиры, углеводы как компоненты пищи и их значение для организма |
| **Информатика** | Чертеж пирамиды рационального питания |

***7. «Разговор о правильном питании» - классные часы по совершенствованию организации питания обучающихся***

**Цель -** формирование у детей и подростков основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

**Задачи:**

- формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье, как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;

- формирование у обучающихся знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укрепления здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;

- формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;

- информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем; - просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

**Тематика классных часов по совершенствованию организации питания обучающихся**

|  |  |
| --- | --- |
| **1 – 4 классы**  | **Разнообразие питания:** «Продукты полезные и вредные»;«Кто чем питается?!»«Витамины и их польза для нашего организма. Вкусная азбука»«Быстрое питание - скорое заболевание»**Гигиена питания:** «Основы рационального питания»; «Режим питания»**Рацион питания:** «Из чего состоит наша пища»Обед без овощей – праздник без музыки»«Продукты на столе. Пищевые риски»«Сегодня полезное питание – завтра здоровая нация»**Культура питания:** «Правила поведения в местах общественного питания»;Практикум «Культура поведения за столом»«На вкус и цвет товарищей нет»«День рождение». |
| **5-11 классы** | **Разнообразие питания:** «Потребность ребенка в пищевых веществах, витаминах и микроэлементах»«Важнейшие компоненты пищи, необходимые для поддержания обмена веществ, функционирования органов и тканей, гармоничного роста и развития»«Принципы здорового питания»«Пищевая ценность продукта»**Гигиена питания:** «Основы рационального питания»; «Режим питания»**Рацион питания:** «Нездоровое пищевое поведение - риски избыточной массы тела, сахарного диабета, заболеваний органов пищеварения, эндокринной системы, системы кровообращения»«Влияние витаминов на процессы роста и развития ребенка, источники витаминов»«Влияние микро- и макроэлементов на процессы роста и развития ребенка, источники микро- и макроэлементов»«Вредными для здоровья компоненты питания. Сокращения их количества в ежедневном употреблении»**Культура питания:** «Правила поведения в местах общественного питания»;Практикум «Культура поведения за столом» «Кухни разных народов»«Кулинарное путешествие»«Как питались на Руси и в России» |
| На классных часах используются **разнообразные формы и методы**, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающий непосредственное участие детей в работе, стимулирующий их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности, распространенными при этом являются игровые методики, ситуационные, образно-ролевые игры, а также элементы проектной деятельности, дискуссионные формы. |

**Приложение 1**

**Питание в столовой МБОУ "СШ№9"**

**Анкета школьника (заполняется вместе с родителями)**

**1. Класс, литера**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**2. Питаетесь ли Вы столовой?**

а) да

б) нет

**3. Если нет, то по какой причине (возможно несколько вариантов ответа)**

а) Правильный рацион питания – не моё

б) Не вкусно готовят

в) Готовят нелюбимую пищу

г) остывшая пища

д) маленькие порции

е) Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**4.** **Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?**

а) Да

б) Нет

в) Затрудняюсь ответить

**5.** **Удовлетворяет ли Вас санитарное состояние школьной столовой?**

а) Да

б) Нет

в) Затрудняюсь ответить

**6. В школе Вы получаете:**

а) горячий завтрак

б) горячий обед (суп)

в) горячий обед (второе)

г) горячий обед (суп + второе)

д) 2-х разовое горячее питание (завтрак и обед)

е) не питаюсь

**7. Наедаетесь ли в школе?**

а) да

б) иногда

в) нет

**8. Хватает ли продолжительности перемены для того, чтобы поесть в школе?**

а) да

б) нет

**9. Устраивает ли меню в столовой?**

а) да

б) нет

в) иногда

**10. Считаете ли Вы питание в школе здоровым и полноценным?**

а) да

б) нет

**11. Ваши предложения по изменению меню:**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**12. Ваши предложения по улучшению питания в школе:**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**