****

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ПРИНЯТО  Педагогическим советом  Протокол №1 от 29.08.2024г |  | УТВЕРЖДЕНО  Приказом директора  № 260 от 29.08.2024 г  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Н.М. Чередилина |

**Программа мероприятий**

**по формированию культуры**

**правильного питания**

**Срок реализации: 4 года**

Разработали:

заместитель директора по ВР

М.Ю. Кулагина

педагог-психолог В.А. Ким

г. Тверь

2024г.

**Паспорт программы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование Программы** | Программа по формированию культуры здорового питания на период с 2024 по 2028 гг. |
| **Основание для разработки**  **Программы** | Конвенция о правах ребѐнка.  Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка».  Федеральным законом №29-ФЗ от 02.01.2022 года О [санитарно-](https://docs.cntd.ru/document/566276706#6540IN) [эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-](https://docs.cntd.ru/document/566276706#6540IN) [эпидемиологические требования к организации общественного питания](https://docs.cntd.ru/document/566276706#6540IN)  [населения"](https://docs.cntd.ru/document/566276706#6540IN) |
| **Цель Программы** | Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания  школьников. |
| **Основные задачи Программы** | 1. Обеспечить детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; 2. Обеспечить доступность школьного питания; 3. Обеспечить гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании; 4. Вести разъяснительную работу среди учащихся и родителей (законных представителей) по профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; 5. Пропагандировать принципы здорового и полноценного питания; 6. Увеличить охват учащихся горячим питанием; 7. Организовать образовательно-разъяснительную работу по вопросам здорового питания. |
| **Этапы и сроки реализации**  **Программы** | Программа реализуется в период 2024 - 2027 гг. в три этапа:  I этап – 2024 г. организационный:   * организационные мероприятия; * разработка и написание программы.  1. этап – 2025 – 2026 г: реализация программы. 2. этап – 2027 г. обобщающий: систематизация накопительного опыта, подведение итогов и анализ реализации программы. |
| **Ожидаемые результаты реализации Программы** | * Наличие пакета документов по организации школьного питания; * обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; * обеспечение доступности школьного питания; обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании; * отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; * сохранение и укрепление здоровья школьников; * улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой |

Пояснительная записка

Культура питания - важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, что нашло отражение в федеральных государственных образовательных стандартах нового поколения (ФГОС). Формирование культуры здорового питания должно начинаться с самых первых этапов обучения ребѐнка в школе и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учѐтом возрастного подхода.

Согласно методическим рекомендациям "Формирование культуры здорового питания обучающихся, воспитанников", разработанным Институтом возрастной физиологии РАО в рамках реализации мероприятия "Организационно-аналитическое сопровождение мероприятий приоритетного национального проекта "Образование", разработана программа по формированию культуры здорового питания.

Работа по формированию культуры здорового питания проводится по трѐм направлениям.

Первое - рациональная организация питания в школе, в школьной столовой, где все, от внешнего вида школьной столовой до состава продуктов, должно соответствовать принципам здорового питания и способствовать формированию здорового образа жизни.

Структура, режим и организация питания в образовательных учреждениях должны не только соответствовать всем гигиеническим требованиям, но и служить примером здорового питания.

Второе - реализация образовательных программ по формированию культуры здорового питания. При формировании культуры здорового питания наиболее эффективна комплексная и системная работа, когда постепенно формируются основы гигиены и режима питания, даѐтся представление о полезных продуктах и полезной пище, о необходимых питательных веществах, о рациональной структуре питания, о культуре питания разных народов и т.п.

При реализации образовательных программ необходимо соблюдать принципы формирования культуры здорового питания, важнейшими из которых являются:

* научная обоснованность и практическая целесообразность;
* возрастная адекватность;
* необходимость и достаточность информации;
* модульность структуры;
* системность и последовательность;
* вовлеченность семьи в реализацию программы.

Третье направление

- просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания семье.

Под здоровым питанием понимают питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствующее укреплению его здоровья и профилактике заболеваний.

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 ребѐнка. 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.

Поэтому показателями здорового образа жизни школьника являются:

* оптимальный, соответствующий возрасту режим двигательной активности;
* соблюдение рационального режима дня, учебного труда и отдыха;
* правильно организованное питание: соблюдение научно обоснованного рациона, калорийности пищи и режима питания;
* соблюдение требований психогигиены: адекватная реакция на стрессовые ситуации, отсутствие чувства напряжения, страха, тоски;
* соблюдение правил личной гигиены: гигиена тела, одежды, питания, сна, умственного и физического труда;
* отсутствие вредных привычек и пристрастий.

Состояние здоровья определяется различными факторами:

* наследственностью;
* внешней средой, а также одно из ведущих мест принадлежит фактору питания.

Влияние питания на организм, в особенности на растущий, многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников.

Питание является важнейшим фактором здоровья человека. Это и послужило отправной точкой для создания программы по формированию культуры здорового питания, которая признана не только формировать у школьника рациональное отношение к собственному питанию, но и дать представление об основных принципах здорового образа жизни.

Программа разработана в соответствии :

* со Статьей 37 Федерального закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями на 14 июня 2022г.;
* Федеральным законом от 30.03.1999 года №52-ФЗ " О санитарно- эпидемиологическом благополучии населения" (с изменениями на 28 августа 2020 года);

Приказами:

-Минздравсоцразвития России №213н

-Минобрнауки России №178 от 11.03.2012года;

* Федеральным законом №29-ФЗ от 02.01.2022года «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (в редакции от 1 января 2022года).
* [Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-](https://docs.cntd.ru/document/566276706#6540IN) [эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"](https://docs.cntd.ru/document/566276706#6540IN) ;
* СанПин 3.1\2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологическиек требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других обьектов социальной инфроструктуры для детей и молодѐжи в условиях распространения новой короновирусной инфекции (Соvid-19);
* [Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20. "Санитарно-](https://docs.cntd.ru/document/566276706#6540IN) [эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"](https://docs.cntd.ru/document/566276706#6540IN).

**Цели:**

1. Цели и задачи

* Создать условия, способствующие укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, охватвсех учащихся горячим питанием.
* Сформировать у детей основы культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

**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 «Формирование культуры здорового питания» рассчитана на 4 года. Еѐ поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2024 по 2027 год.

Программа затрагивает всех участников образовательного процесса учащихся, родителей, педагогов .

1. Ожидаемые результаты:

* улучшение качества питания детей и обеспечена его безопасность;
* формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей;
* оказание социальной поддержки отдельным категориям, обучающимся;
* реализации комплекса мероприятий образовательных программ по формированию культуры питания обучающихся.

1. Основные направления реализации Программы.
2. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение.
3. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся.
4. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди родителей учащихся.
   1. **Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания обучающихся**

Задачи администрации:

* составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;
* контроль качества питания;
* контроль обеспечения порядка в столовой; контроль культуры принятия пищи обучающимися;
* контроль проведения воспитательной работы с обучающимися по привитию навыков культуры приѐма пищи;

Обязанности работников пищеблоков аутсорсенговой компании:

* обеспечение качественными продуктами для приготовления пищи;

Обязанности классных руководителей, воспитателей:

* проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;

-воспитание навыков культуры поведения и привитие культурно- гигиенических навыков во время приѐма пищи;

* проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье.

Обязанности родителей:

* прививать навыки культуры питания в семье;
* выполнять рекомендации классных руководителей, воспитателей и медицинских работников по питанию в семье.

Обязанности обучающихся:

* соблюдать правила культуры приѐма пищи;
* принимать участие в мероприятиях по пропаганде здорового питания.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | | **сроки** | **ответственные** | **основание** |
|  | | | | | |
| 1. | Назначение ответственного за  организацию питания | ежегодно | | Директор | Приказ |
| 2. | Рассмотрение вопроса о состоянии питания на совещании при директоре | Согласно плана совещаний | | Ответственный за организацию питания | Протокол совещания |
| 3. | Организация работы  бракеражной комиссии по питанию | В течение года | | Ответственный за  организацию питания | Акты проверок |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **2. Работа с обучающимися.** | | | | | |
| 1. | Проведение уроков– Здоровья. | В течение года | | Классные руководители | Планы работы |
| 2. | Проведение воспитательных мероприятий | В течение года | | Воспитатели | План работы |
| 3. | Проведение анкетирования  по удовлетворѐнностью питание в школьной столовой | Октябрь февраль | |  | План работы |
| **3. Работа с педагогическим коллективом** | | | | | |
| 1. | Консультация классных руководителей по вопросам постановки на питание обучающихся | В течение года | Классные руково | | План работы |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 2. | Постановка на питание | Ежедневно | Ответственный по питанию | Приказ |
| **3. Работа с родителями** | | | | |
| 1. | Создание комиссии родительского контроля за организацией и качеством  питания | Август-сентябрь | Ответственный за организацию питания | Приказ |
| 2. | Рассмотрение вопросов о здоровом, рациональном  питании на родительских собраниях или ОРК | В течение года | Воспитатели, классные руководители | Протоколы собраний |
| 3. | Информирование  на сайте школы о здоровом питании родителей. | В течение года | Классные руководители | Протоколы собраний |

* 1. План деятельности по реализации Программы

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№п/п** | **мероприятие** | **ответственный** |
| **Сентябрь** | | |
| 1. | Назначение ответственного за организацию  питания в школе | директор |
| 2. | Совещание при директоре по вопросам  организации и развития школьного питания | директор |
| 3. | Организация работы бракеражной комиссии  по питанию | Ответственный за организацию  питания |
| 4. | Проведение воспитательных мероприятий: | Воспитатели ГПД |
| 5. | Ведение мониторинга охвата горячим питанием  учащихся | Ответственный за организацию  питания |
| 6. | Оформление стенда «Здоровый образ жизни» | Педагог- организатор |
| 7. | Работа комиссии родительского контроля за  организацией и качеством питания | Ответственный за организацию  питания |
| **Октябрь** | | |
| 1. | Работа бракеражной комиссии по питанию | Ответственный за организацию питания |
| **2.** | Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания. | Ответственный за организацию питания |
| **НОЯБРЬ** | | |
| **1.** | Работа бракеражной комиссии по питанию | Ответственный за организацию  питания |
| **2.** | Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания | Ответственный за организацию питания |
| **3.** | Проведение воспитательных мероприятий | Классные руководители |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **4.** | | Обучение по санитарно-просветительской программе  «ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ (ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА)» | Ответственный за питание . |
| **Декабрь** | | | |
| **1.** | Работа бракеражной комиссии по питанию | | Ответственный за организацию питания |
| **2.** | Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания. | | Ответственный за организацию питания |
| **3** | Знакомство с рецептурными книгами и сайтами с   * рецептами. «Приготовить легко!» | | Педагог-организатор |
| **Январь** | | | |
| **1.** | | Работа бракеражной комиссии по питанию | Ответственный за организацию  питания |
| **2** | | Совещание при директоре по вопросам  организации и развития школьного питания |  |
| **3.** | | Работа комиссии родительского контроля за  организацией и качеством питания | Ответственный за организацию  питания |
| **4.** | | Проведение воспитательных мероприятий | Классные руководители |
| **ФЕВРАЛЬ** | | | |
| **1.** | | Работа бракеражной комиссии по питанию | Ответственный за организацию питания |
| **2.** | | Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания | Ответственный за организацию питания |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **3.** | Проведение анкетирования учащихся о удовлетворѐнности качеством питания в школе | | Ответственный за организацию питания | |
| **Март** | | | | |
| **1.** | Работа бракеражной комиссии по питанию | | Ответственный за организацию питания | |
| **2.** | Рассмотрение вопроса о значении организации правильного питания на заседании ОРК  дома. | | Ответственный за организацию питания | |
| **Апрель** | | | | |
| **1.** | Работа бракеражной комиссии по питанию | | Ответственный за организацию питания | |
| **2.** | Уроки здоровья | | Советник директора по ВР и педагог психолог | |
| **Май** | | | | |
| **1.** | | Работа бракеражной комиссии по питанию. | | Ответственный за организацию питания |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **2.** | * Конкурс рисунков:«Витаминное лето!» | Классные руководители |
| **Июнь** | | |
| **1.** | Уроки здоровья | Начальник ЛДП |