

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа №318 с углублённым изучением итальянского языка
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

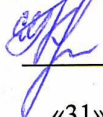
РАССМОТРЕНО
На заседании
методического объединения

Протокол № 1

От «31» августа 2021 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР



Красновская Е.М.

«31» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГБОУ средняя школа № 318



Кахиани И.А.

Приказ № 104

От «31» августа 2021 г.



ПРОГРАММА

Правильное питание – залог успешной жизни!

по совершенствованию организации горячего питания обучающихся.

Срок реализации 5 лет

Составитель:

Лаушкина Елена Александровна

Организатор питания



на 2021 – 2026 г.г.

1. Паспорт программы «Правильное питание – залог успешной жизни!»

ГБОУ средняя школа № 318 с углублённым изучением итальянского языка
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

1. Наименование программы	Программа «Правильное питание – залог успешной жизни!» на период с 2021 по 2026 гг.
2. Основание для разработки Программы	<p>Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; глава 18 Закона Санкт-Петербурга 09.11.2011 № 728-132 «Социальный кодекс Санкт-Петербурга», (с изменениями на 02.07.2014 года) Закона Санкт-Петербурга «О социальном питании в Санкт-Петербурге» от 08.10.2008 № 569-95; Закон Санкт-Петербурга «О дополнительных мерах социальной поддержки отдельных категорий граждан в части предоставления на льготной основе питания в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга» от 24.02.2009 № 32-13; Постановление Правительства Санкт-Петербурга «О мерах по реализации Закона Санкт-Петербурга «О социальном питании в Санкт-Петербурге» от 23.07.2009 № 873; Распоряжение администрации Фрунзенского района Санкт-Петербурга от 21.07.2009 № 870-р «О предоставлении на льготной основе питания в государственных образовательных учреждениях Фрунзенского района Санкт-Петербурга» от 31.07.2009 № 883 «О стоимости питания, предоставляемого на льготной основе в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга»; Постановление Правительства Санкт-Петербурга 09.11.2011 № 728-132 «Социальный кодекс Санкт-Петербурга», (с изменениями на 02.07.2014 года); Закон Санкт-Петербурга «О социальном питании в Санкт-Петербурге» от 08.10.2008 № 569-95, в соответствии со статьей 82-1; Закон Санкт-Петербурга от 09.11.2011 № 728-132 «Социальный кодекс Санкт-Петербурга» с изменениями в редакции от 03.06.2020 года (О внесении изменений в закон Санкт-Петербурга «Социальный кодекс Санкт-Петербурга»); Распоряжение Правительства Санкт-Петербурга от 03.04.2015 № 1479-р, «О мерах по реализации постановления Правительства Санкт-Петербурга» от 05.03.2015 № 247; Распоряжение Правительства Российской Федерации от 25 октября 2010 г. № 1873-р «Основы государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения до 2020 года» СанПиН 2.4.2.2821-10 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»; СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в ОУ, учреждениях начального и среднего профессионального образования»; Постановление главного санитарного врача РФ от 31.09.2006 года №30 «Об организации питания учащихся в ОУ»; Постановление от 27 октября 2020 года N 32</p>

	<p>Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения";</p> <p>Устав Государственного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 318 Фрунзенского района Санкт-Петербурга;</p>
3. Разработчик программы	Лаушкина Елена Александровна
4. Основные исполнители программы	Администрация, педагогический коллектив школы, работники школьной столовой, Совет по питанию, брокеражная комиссия, Комиссия родительского контроля за организацией горячего питания обучающихся
5. Цель Программы	формирование у обучающихся культуры питания как неотъемлемой составляющей здорового образа жизни и создание необходимых условий, способствующих укреплению их здоровья.
6. Основные задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> • Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; • Обеспечение доступности школьного питания; • Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании; • Предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; • Приведение материально-технической базы школьно столовой в соответствие с современными разработками и технологиями • Формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья; • Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания среди всех участников образовательного процесса; • Организация общественного Совета по питанию, в который войдут все участники образовательного процесса, осуществляющего контроль за выполнение Программы совместно с администрацией школы.
7. Основные направления Программы	<ul style="list-style-type: none"> • Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение реализации программы. • Методическое обеспечение, работа с педагогическим коллективом. • Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся • Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового питания. • Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока образовательного учреждения, расширению сферы

	услуг для учащихся и родителей.
8. Этапы реализации Программы	<p>1 этап Базовый -2021 год:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализ нынешнего состояния; - планирование реализации основных направлений программы; - создание условий реализации программы; - начало реализации программы. <p>2 этап Основной -2022 -2024 года:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами; - промежуточный мониторинг результатов; - корректировка планов в соответствии с целями и задачами и промежуточными результатами. <p>3 этап Заключительный - 2025-2026 год:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мониторинг результатов; - анализ результатов; - планирование целей и задач на предстоящий период.
9. Ожидаемые результаты реализации Программы	<ul style="list-style-type: none"> • Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; • Обеспечение доступности школьного питания • Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании; • Предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; • Приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями; • Пропаганда принципов здорового и полноценного питания; • Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания среди всех участников образовательного процесса; • Усиление контроля Совета по питанию и Комиссии родительского контроля за организацией горячего питания обучающихся • Улучшение санитарно-гигиенического состояния и эстетического оформления школьной столовой.
10. Организация контроля за исполнением программы	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка ежегодного доклада Совета по питанию о результатах деятельности школы по реализации Программы «Правильное питание – залог успешной жизни!»; • Общественный контроль за организацией и качеством питания школьников со стороны директора ОУ, бракеражной комиссии, ответственного по питанию в ОУ; • Размещение информации (сайт школы, стенды онлайн буклеты); • Информирование родителей на родительских собраниях.

2. Пояснительная записка

Значительное число современных проблем в системе общего образования, связано с негативной динамикой здоровья детей и подростков. Особую тревогу вызывает сам характер нарушений, которые часто являются следствием перенапряжения детского организма в процессе адаптации к качеству образовательной среды. Такие нарушения получили название «школьной патологии». Специалисты отмечают, что «школьные патологии» проявляются в развитии опорно-двигательной, пищеварительной, сердечнососудистой систем, ростом нервно – психических заболеваний, болезней органов дыхания, зрения. Вследствие этого наблюдается общее снижение уровня психологической комфортности у детей и подростков. И как общее проявление – отрицательная динамика социальной активности, что проявляется в инертности в учебной и трудовой деятельности, а нередко ведёт к неадекватному и даже агрессивному поведению.

Необходимость серьезно заниматься формированием культуры здоровья в системе общего образования, обусловлена рядом объективных причин:

- фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, а, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно начать развивать именно в этот период;
- в этом же возрасте закладываются и основы здорового образа жизни, как система норм и правил, усваиваемых ребенком в специально проектируемой деятельности;
- школьный период в развитии наиболее чувствителен в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

Рациональное 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.

Очевидно, что процесс обучения в школе не должен строиться за счет ресурсов здоровья ребенка, а должен быть направлен на сохранение и устранение нарушений в состоянии здоровья детей.

Для решения этой задачи и была разработана Программа, которая предполагает, что правильно организованное питание, несомненно, поможет сохранять здоровье школьников.

3. Характеристика Программы

«ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ – ЗАЛОГ УСПЕШНОЙ ЖИЗНИ!»

Программа курса по формированию культуры здорового питания обучающихся включает в себя три модуля:

- для обучающихся 1 - 4 классов, начальное общее образование;
- для обучающихся 5 - 9 классов, основное общее образование;
- для обучающихся 10 - 11 классов, среднее общее образование.

3.1 Цель и задачи Программы

Цель - формировать у обучающихся культуры питания как составляющей здорового образа жизни и создание необходимых условий, способствующих укреплению их здоровья.

Реализация Программы предполагает решение следующих задач:

- обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- обеспечение доступности школьного питания;
- гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- предупреждение (профилактика) среди обучающихся инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;
- формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания среди всех участников образовательного процесса;
- организация общественного Совета по питанию, в который войдут все участники образовательного процесса, осуществляющего контроль за выполнением Программы совместно с администрацией школы.

3.2 Исполнители Программы и сроки реализации

Исполнители программы – Администрация, педагогический коллектив школы, работники школьной столовой, Совет по питанию, брокеражная комиссия, Комиссия родительского контроля за организацией горячего питания обучающихся
Сроки реализации программы – 2021 - 2026 год

3.3 Принципы Программы

Программа предполагает реализацию следующих принципов:

1. Питание является одним из важнейших факторов определяющих здоровье обучающихся. Способствует профилактике заболеваний, повышению успеваемости, физическому и умственному развитию, создаёт условия для адаптации подрастающего поколения к окружающей среде.
 2. Демократизация управления: реализация неотъемлемых прав каждого субъекта (учеников, родителей, педагогов) организации питания.
 3. Компетентный подход к требованию, а именно обучению детей и подростков знаниям об основах здорового питания и здорового образа жизни.
- Вышеперечисленные принципы, лежащие в основе построения Программы, сориентированы на личность ребенка, на создание в школе условий для сохранения и укрепления здоровья детей и подростков, на свободное сотрудничество педагогов, семьи на целенаправленное взаимодействие, обеспечивающее совершенствование организации питания.

3.4 Ожидаемые результаты

Ожидаемые результаты:

- увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой до 100%.
- улучшение здоровья школьников благодаря повышению качества питания;
- модернизации школьной столовой.

В перспективе пропаганда правильного питания должна достичь следующих личностных, метапредметных и предметных результатов:

Применительно к модулю программы для обучающихся **1 - 4 классов:**

- **личностные результаты:** формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- **метапредметные результаты:** овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- **предметные результаты:** получение первоначальных представлений о созидательном и нравственном значении труда в жизни человека и общества; о мире профессий и важности правильного выбора профессии.

Применительно к модулю программы для обучающихся **5 - 9 классов:**

- **личностные результаты:** формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- **метапредметные результаты:** умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- **предметные результаты:** осознание роли техники и технологий для прогрессивного развития общества; формирование целостного представления о техносфере, сущности технологической культуры и культуры труда; уяснение социальных и экологических последствий развития технологий промышленного и сельскохозяйственного производства; овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач, моделирования, конструирования и эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда.

Применительно к модулю программы для обучающихся **10 - 11 классов:**

- **личностные результаты:** формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- **метапредметные результаты:** умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- **предметные результаты:** осознание роли техники и технологий для прогрессивного развития общества; формирование целостного представления о техносфере, сущности технологической культуры и культуры труда; уяснение социальных и экологических последствий развития технологий промышленного и сельскохозяйственного производства; овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач, моделирования, конструирования и эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда.

3.5. Основные направления деятельности и ожидаемые результаты реализации программы:

➤ **Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение участников реализации программы**

Основные мероприятия	Ожидаемый результат
<p>1. Организационные совещания: – порядок приема учащимися завтраков и обедов; - оформление документов и постановка на бесплатное на питание; - график дежурств и обязанности дежурного учителя и учащихся в столовой</p>	<p>Разработка нормативно-правовой и технологической документации по организации школьного питания. Создание системы производственного контроля. Использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации школьного питания. Проведение школьных мероприятий по формированию навыков здорового питания Проведение мероприятий по развитию культуры питания.</p>
<p>2. Совещание классных руководителей «Об организации горячего питания»</p>	
<p>3. Административное совещание по вопросам организации и развития школьного питания</p>	
<p>4. Методическое объединение классных руководителей 1 – 11-х классов образовательного учреждения по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение санитарно- гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний</p>	
<p>5. Организация работы школьной комиссии по питанию</p>	
<p>6. Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, буфета проведение целевых тематических проверок</p>	
<p>7. Совещание педагогического коллектива (вопрос педагогического совета) «Итоги работы школы в направлении организации питания и пропаганды правильного питания школьников»</p>	
<p>8. Родительская конференция «Правильное питание – здоровое питание»</p>	

➤ **Методическое обеспечение, работа с педагогическим коллективом**

Основные мероприятия	Ожидаемый результат
<p>1. Организация консультаций для классных руководителей 1 -4 классов: - работа по выявлению малообеспеченных и социально незащищенных учащихся, подготовке документации, подтверждающей указанный статус. - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно-гигиенических требований; - организация горячего питания – залог сохранения здоровья.</p>	<p>Высокий уровень просвещенности классных руководителей по вопросам организации рационального питания школьников.</p>
<p>2. Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания,</p>	<p>Представление опыта работы школы, педагогов, классных руководителей по вопросам организации питания</p>

внедрению новых форм обслуживания учащихся	
3. Информационное информирование участников программы, общественности о реализации основных направлений Программы	Участие родителей в праздниках, посвященных здоровому питанию.

➤ **Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся**

Основные мероприятия	Ожидаемый результат
<p>Проведение классных часов по темам:</p> <p><u>1-2 классы:</u> «Правила поведения в школьной столовой. Столовый этикет» «Гигиена питания» «Питание и здоровье»</p> <p><u>3-4 классы:</u> «Правильное питание – моё здоровье» «Твое здоровье и питание» «Заповеди здорового питания» «Здоровое питание – помощник в учёбе» «Здоровье не купишь, его разум дарит»</p> <p><u>5-6 классы:</u> «Зелень на столе – здоровье на сто лет» «Здоровье сгубишь - новое не купишь!» «Плох обед, если хлеба нет. Секреты здорового питания» «Здоровое питание – залог здоровья» «Питайся правильно! Правила здорового питания»</p> <p><u>7-8 классы:</u> «Я выбираю здоровый образ жизни!» «Здоровое питание – залог здоровья» «Пирамида здорового питания» «Пирамида здорового питания»</p> <p><u>9-11 классы:</u> «Это здорово жить здорово!» «Химия и питание или что мы едим?» «Здоровье всему голова, всего дороже» «Здоровым быть модно»</p>	<p>Сформированная позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков культуры питания.</p> <p>Сокращение заболеваемости учащихся.</p> <p>Увеличение численности охвата учащихся горячим питанием.</p>
<p>2. Школьные праздники и мероприятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> • День Столовой; • Клуб Влюблённых в Италию <p>«Итальянские рецепты». Итальянское меню: «Лучшее блюдо средиземноморья»;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Акция «Фастфуду – нет, здоровому питанию – да!»; • Классная игра – викторина «Мифы о еде»; • Праздник «Здоровое питание – это здорово»; • Конкурс рисунков «Моё любимое блюдо»; 	

<ul style="list-style-type: none"> • Масленица «Самые вкусные блины!»; • Мероприятия в рамках «Всемирного дня здоровья». «Ты то, что ты ешь»; • Конкурс «Самый лучший кулинар»; • Конкурс плакатов «Здоровое питание»; • Конкурс плакатов «Правильное питание – залог здоровья»; • Выпуск информационно-агитационных листовок «А у меня сегодня на столе ...» 	
---	--

➤ **Работа с родителями по вопросам организации школьного питания**

Основные мероприятия	Ожидаемый результат
1. Проведение классных родительских собраний по темам: - «Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни дома, питание учащихся»; - «Профилактика желудочно-кишечных заболеваний и инфекционных, простудных заболеваний. Итоги медицинских осмотров учащихся»	Улучшение осведомленности родителей в области рационального питания школьников. Участие родительского актива в контроле качества питания и уровня организации школьного питания. Увеличение количества обучающихся, питающихся за счет средств родителей. Вовлечение родителей к участию в школьных праздниках.
2. Индивидуальные консультации медсестры «Рациональное питание школьника»	
3. Родительская конференция «Правильное питание – здоровое питание»	
Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	
День открытых дверей для родителей с посещением школьной столовой	
Проведения анкетирования, мониторинговых исследований по вопросам здорового питания школьников и работы школьной столовой	

➤ **Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока образовательного учреждения, расширению сферы услуг для учащихся и родителей**

Основные мероприятия	Ожидаемый результат
1. Улучшение материально-технической базы, совершенствование эстетической среды школьной столовой	1. Замена технологического оборудования 2. Приобретение посуды и столовых приборов 3. Продолжение создания эстетической среды школьной столовой
2. Разработка новых блюд, изделий, их внедрение в систему школьного питания	1. Расширение ассортиментного перечня блюд 2. Использование современных технологий приготовления пищи

4. Характеристика ресурсов Программы

Материальные ресурсы

В школе имеются укомплектованные технологическим оборудованием и мебелью

- кухня - столовая;
- буфет.

Кадровые ресурсы:

Непосредственно в процессе реализации программы будут задействованы:

- работники школьной столовой: повар (1 ед.);
- медицинская сестра;(медпункт)
- организатор питания
- классные руководители
- уборщица;

председатель школьной комиссии по организации питания (представитель администрации)

Нормативно- методические ресурсы

1. Нормативно-методические документы:

- действующие санитарно-эпидемиологические правила, нормы, гигиенические нормативы, регламентирующие требования к данному виду учреждения, ко всем осуществляемым видам деятельности, работ, услуг, изготавливаемой продукции (в т.ч. кулинарной продукции);
- технические регламенты на закупаемые, реализуемые и изготавливаемые виды пищевых продуктов;
- нормы физиологической потребности в пищевых веществах и энергии;
- локальные акты ОУ по организации питания школьников: приказы, положения, протоколы.

2. Технические документы:

- техническая документация (технологические инструкции, рецептуры, технико-технологические карты, технические условия, сборники технологических нормативов) на изготавливаемую кулинарную продукцию – готовые блюда и кулинарные изделия и их полуфабрикаты;
- прочая производственная документация по вопросам технологии и санитарно-противоэпидемического режима (приказы, инструкции, положения и т.п.).

3. Рацион питания обучающихся, воспитанников, согласованный в установленном порядке с органом, уполномоченным осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор.

4. Внутренняя документация, определяющая функции, обязанность и ответственность работников (приказы, положения, должностные инструкции).

5. Договоры или контракты (государственные контракты) с поставщиками товаров и услуг:

- с поставщиками продовольственных товаров,
- на поставку воды питьевой, расфасованной в емкости, для организации питьевого режима обучающихся и воспитанников;
- на транспортное обеспечение (транспортные услуги), включая предоставление охлаждаемого транспорта;
- на поставку моющих и дезинфицирующих средств;
- на проведение дезинсекции и дератизации;
- на сервисное обслуживание холодильного, торгово-технологического, санитарно-технического (в т.ч. вентиляционного) оборудования, стоящего на балансе;
- на вывоз твердых бытовых отходов;
- на вывоз и утилизацию пищевых отходов;
- на проведение поверки весоизмерительного оборудования;
- на осуществление работ по производственному контролю со сторонними организациями (включая лабораторно-инструментальный производственный контроль).

6. Документы количественного учета пищевых продуктов, сырья, материалов и т.п., а также товарно-транспортные документы (накладные).

7. *Документы (заверенные копии), подтверждающие качество и безопасность на получаемые (закупаемые) пищевые продукты: удостоверение качества и безопасности предприятия-изготовителя, декларация о соответствии (для пищевых продуктов, подлежащих обязательной сертификации – сертификат соответствия), свидетельство о государственной регистрации (санитарно-эпидемиологическое заключение), ветеринарное свидетельство (на животноводческое сырье).*

8. *Документы, подтверждающие качество и безопасность моющих (санитарно-эпидемиологическое заключение, сертификат соответствия) и дезинфицирующих средств (свидетельство о государственной регистрации, сертификат соответствия); инструкции по применению (методические указания) на используемые дезинфицирующие средства.*

9. *Документы с информацией для потребителей:*

- ежедневное меню (ассортимент блюд и кулинарных изделий, скомплектованных по отдельным приемам пищи);

- информация об исполнителе услуг, прочая информация об услугах по производству и организации потребления продукции общественного питания.

10. *Личные медицинские книжки на персонал с отметками о прохождении обязательных медицинских осмотров (предварительных и периодических) и гигиенической аттестации*

5. Механизм реализации Программы

Функциональные обязанности участников программы:

1. *Задачи администрации школы:*

- Составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания.

- Организация питания школьников.

- Обеспечение порядка в столовой.

- Контроль культуры принятия пищи.

- Контроль проведения воспитательной работы со школьниками по привитию навыков культуры приема пищи.

2. *Обязанности работников столовой:*

- составление меню рационального питания на день и перспективного меню.

- включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод.

- обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи.

- использование современных технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

3. *Обязанности классных руководителей:*

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

- воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;

- проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;

- организация конкурсов и викторин на тему правильного питания.

4. *Обязанности родителей:*

- привитие навыков культуры питания в семье;

- выполнение рекомендаций классных руководителей и медработников по питанию в семье.

5. *Обязанности обучающихся:*

- соблюдение правил культуры приема пищи;

- дежурство по столовой;

- участие в конкурсах, смотрах по теме «Здоровое питание»

6. Мониторинг эффективности реализации программы

Основная цель деятельности, связанной с формированием полезных привычек и навыков в области правильного питания, заключается в укреплении здоровья ребенка, эффективность работы в данном случае не может определяться по изменениям в состоянии здоровья школьников, изменениям уровня распространенности заболеваний.

Здоровье - сложное, многоаспектное явление, зависящее от множества причин и факторов, имеющих различную природу - биологических, экономических, культурных, политических и т.д.

В качестве основного параметра эффективности работы образовательного учреждения по воспитанию основ культуры питания предлагаем рассматривать создание комплекса условий, в которых происходит формирование социальных компетенций, связанных с рациональным питанием (система представлений, оценок, навыков). В свою очередь, в структуре комплекса выделяется две составляющих: организация целенаправленного воспитательного воздействия, обеспечивающего формирование социальных компетенций, и определенная организация среды социального развития школьника, в которой формируемые знания, оценки и навыки были бы востребованы.

Определение эффективности осуществляется в ходе специальной оценочной процедуры, которая должна являться обязательным этапом деятельности, связанной с формированием основ культуры питания. Оценка эффективности выполняет целый ряд важных задач:

- диагностики - определение сферы и характера изменений, вызванных воспитательными воздействиями;
- коррекции - изменения в содержании и структуре реализуемой программы, связанной с формированием основ культуры питания с целью ее оптимизации;
- прогноза - планирования новых этапов реализации с учетом достигнутого.

Общая оценка эффективности деятельности по формированию основ культуры здоровья, культуры здорового питания формируется из оценки организации процесса воспитания и оценки результатов профилактики.

При оценке характера организации деятельности по формированию основ культуры питания выявляется степень его соответствия основным принципам :

- системность педагогического воздействия,
- комплексность педагогического воздействия,
- возрастная и социокультурная адекватность (содержание, формы и методы педагогического воздействия учитывают особенности конкретной возрастной группы, формируемые знания и умения имеют актуальную значимость для ребенка или подростка, востребованы в его повседневной жизни),
- участие семьи.

При оценке результатов педагогического воздействия определяются изменения в социальных компетенциях, нормативных представлениях и установках школьников, способных влиять на их поведение, связанное с питанием, а также изменения характеристик ситуации социального развития школьников, связанных с питанием (изменение режима и рациона питания в семье, изменение отношения семьи к вопросам питания).

При оценке эффективности воспитательной работы по формированию основ культуры питания соблюдаются следующие условия:

- регулярность (процедура оценки проводится по завершении этапа работы, связанного с достижением определенных целей);
- целесообразность (организацию процедуры оценки следует планировать с учетом сроков, необходимых для достижения тех или иных конкретных результатов. Слишком короткие или слишком продолжительные сроки не позволяют определить реальный вклад воспитательной работы в формирование основ культуры питания);

- объективность (оцениваются характеристики и факторы, непосредственно формируемые или изменяемые в ходе воспитательной работы, - знания, оценки, навыки).

Оценка эффективности может быть внутренней и внешней. Внутренняя оценка осуществляется непосредственными участниками, реализующими программы формирования основ культуры питания в образовательном учреждении. Для внешней оценки привлекаются специалисты-эксперты, не принимающие непосредственного участия в реализации программ.

В качестве оценки эффективности деятельности по формированию основ культуры питания может быть приведено анкетирование (Приложение 1).

I. Анкеты для родителей

Анкета для родителей №1

Уважаемые родители!

Мы просим вас принять участие в исследовании, цель которого - оценить эффективность программы обучения детей правильному питанию. Ваши ответы помогут нам в дальнейшем усовершенствовать ее содержание и формы реализации.

1. Как вы оцениваете значение питания для здоровья вашего ребенка:

- Очень высокое (здоровье ребенка очень сильно зависит от его питания).
- Высокое (здоровье ребенка зависит от его питания).
- Среднее (здоровье ребенка скорее зависит от питания).
- Ниже среднего (здоровье ребенка скорее не зависит от питания ребенка).
- Низкое (здоровье ребенка не зависит от его питания).

2. Насколько, по вашему мнению, важны следующие факторы для организации правильного питания ребенка? Расположите данные факторы в определенном порядке - от самого важного до наименее важного. Наиболее важный фактор будет иметь номер 1, второй по значимости - номер 2, и так далее, наименее важный фактор - номер 8:

- Наличие времени для организации правильного питания в семье.
- Наличие достаточных средств для организации правильного питания.
- Наличие знаний у родителей об основах правильного питания в семье.
- Сформированность традиций правильного питания в семье.
- Кулинарные умения и желание готовить у родителей.
- Наличие знаний о правильном питании у самого ребенка.
- Сформированность привычек в области питания у ребенка.
- Понимание взрослыми важности и значимости правильного питания для здоровья ребенка.

3. Какие проблемы, связанные с питанием ребенка, у Вас возникают?

- Нехватка времени для приготовления пищи дома.
- Недостаток знаний о том, каким должно быть питание ребенка.
- Нет условий для того, чтобы контролировать питание ребенка в течение дня.
- Недостаточно средств для того, чтобы обеспечить рациональное питание ребенка.
- Невозможность организовать регулярное питание ребенка в течение дня.
- Отсутствие единого понимания у всех членов семьи, каким должно быть правильное питание у ребенка (кто-то из взрослых разрешает есть сладости, кто-то запрещает и т.д.).
- Ребенок не соблюдает режим питания - ест тогда, когда захочет, ест менее 3 раз в день, заменяет основные приемы пищи перекусами.
- Ребенок не умеет вести себя за столом.
- Ребенок "увлекается" сладкими, острыми, жирными продуктами с высоким содержанием калорий: сладости, чипсы, сэндвичи или бутерброды, газированные напитки, сухарики и др.
- Ребенок отказывается от полезных продуктов и блюд.

4. Какие привычки и правила поведения за столом сформированы у Вашего ребенка и как часто они проявляются?

- Ест в одно и то же время - не нужно заставлять вовремя позавтракать, пообедать и т.д.
- Моет руки перед едой без напоминаний.
- Ест небольшими кусочками, не торопясь.
- Использует салфетку во время еды.
- Моет ягоды, фрукты, овощи перед тем, как их съесть.
- Читает книгу во время еды.
- Смотрит телевизор во время еды.
- Ест быстро, глотает большие куски

5. Как часто Ваш ребенок употребляет следующие продукты, блюда и напитки:	Каждый или почти каждый день	Несколько раз в неделю	Реже 1 раза в неделю	Не ест совсем
Продукты				
1. Каши (любые каши, в том числе овсяная, гречневая,				

рисовая и др.)				
2. Супы (любые)				
3. Кисломолочные продукты (ряженка, кефир, йогурт и т.д.)				
4. Творог/творожки, блюда из творога				
5. Свежие фрукты				
6. Свежие овощи и салаты из свежих овощей				
7. Хлеб, булка				
8. Мясные блюда				
9. Рыбные блюда				
10. Яйца и блюда из яиц				
11. Колбаса/сосиски				
12. Чипсы				
13. Сухарики в пакетиках				
14. Чизбургеры/бутерброды				
15. Леденцы				
16 Шоколад, конфеты				
17. Пирожные/торт				
НАПИТКИ				
18. Молоко				
19. Какао				
20. Сок/морс				
21. Компот/кисель				
22. Сладкая газированная вода (пепси-кола и т.п.)				
23. Минеральная вода				

6. Какие основные приемы пищи присутствуют в режиме дня Вашего ребенка, в том числе считая приемы пищи в школе?

- Завтрак
- Второй завтрак
- Обед
- Полдник
- Ужин

7. Можно ли сказать, что Ваш ребенок обычно питается в одно и то же время в будние дни?

- Да, ребенок питается в одно и то же время всегда
- Да, почти всегда питается в одно и то же время
- Нет, ребенок питается в разное время

8. Как Вы оцениваете необходимость обучения Вашего ребенка правильному питанию в школе?

- Это нужно
- Это скорее не нужно, чем нужно
- Это не нужно

9. Как Вы оцениваете возможные результаты обучения ребенка правильному питанию в школе?

- Это поможет мне в организации правильного питания моего ребенка
- Это скорее поможет мне организовать правильное питание для моего ребенка
- Это вряд ли поможет мне организовать правильное питание моего ребенка
- Это не поможет мне в организации правильного питания моего ребенка

Анкета для родителей №2

1. Сталкивались ли вы с проблемами в организации питания ребенка?

2. Какие темы, на ваш взгляд, вызвали наибольший интерес у вашего ребенка?

3. Какие разделы, по вашему мнению, были особенно полезны и важны для изучения?
4. Помогла ли вам программа решить проблемы с организацией питания детей?
5. Изменилось ли отношение вашего ребенка к режиму, гигиене и продуктам питания в ходе знакомства с программой?

Анкета для родителей №3.

1. Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?
2. Считаете ли Вы рациональной 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?

II. Анкеты для учащихся

Анкета для учащихся №1

Дорогие ребята!

Здоровый образ жизни – это не только зарядка, закаливание, занятия спортом, а еще питание, потому что «мы – это то, что мы едим». Это изречение кратко отражает суть проблемы. Клетки нашего организма обеспечиваются энергией и образуются из питательных веществ, полученных с пищей. Если пища содержит все органические и минеральные вещества, необходимые организму, то человек всегда будет здоров. Как питаетесь Вы? Попробуйте узнать о себе больше, выполнив задания анкеты. Отвечайте на вопросы теста индивидуально. Внимательно прочитав каждый вопрос, выберите один из трех (двух) ответов, который характерен для Вас. Обсудите результаты с родителями, ведь они организуют ваше питание.

1. Сколько раз в день Вы едите?
 - 1) 3-5 раз,
 - 2) 1-2 раза,
 - 3) 7-8 раз, сколько захочу.
2. Завтракаете ли Вы дома перед уходом в школу?
 - 1) да, каждый день,
 - 2) иногда не успеваю,
 - 3) не завтракаю.
3. Что Вы выберете из ассортимента в буфете для быстрого завтрака на перемене?
 - 1) булочку с компотом,
 - 2) сосиску, запеченную в тесте,
 - 3) кириешки или чипсы.
4. Едите ли Вы на ночь?
 - 1) стакан кефира или молока,
 - 2) молочную кашу или чай с печеньем (бутербродом),
 - 3) мясо (колбасу) с гарниром.
5. Употребляете ли Вы в пищу свежие овощи?
 - 1) всегда, постоянно,
 - 2) редко, во вкусных салатах,
 - 3) не употребляю.
6. Как часто на вашем столе бывают фрукты?
 - 1) каждый день,
 - 2) 2 – 3 раза в неделю,
 - 3) редко.
7. Употребляете ли Вы в пищу лук, чеснок, петрушку, укроп?
 - 1) все употребляю ежедневно в небольшом количестве,
 - 2) ем иногда, когда заставляют,
 - 3) лук и чеснок не ем никогда.
8. Употребляете ли в пищу молочные и кисломолочные продукты?
 - 1) ежедневно,
 - 2) 1-2 раза в неделю,
 - 3) не употребляю.

9. Какой хлеб предпочитаете?

- 1) хлеб ржаной или с отрубями,
- 2) серый хлеб,
- 3) хлебобулочные изделия из муки в/с.

10. Рыбные блюда в рацион входят:

- 1) 2 и более раз в неделю,
- 2) 1-2 раза в месяц,
- 3) не употребляю.

11. Какие напитки вы предпочитаете?

- 1) сок, компот, кисель;
- 2) чай, кофе;
- 3) газированные.

12. В вашем рационе гарниры бывают:

- 1) из разных круп,
- 2) в основном картофельное пюре,
- 3) макаронные изделия.

13. Любите ли сладости?

- 1) все лакомства являются «носителями пустых калорий», поэтому употребляю их умеренно,
- 2) пирожные, печенье, мороженое употребляю часто,
- 3) могу сразу съесть 0,5 кг конфет.

14. Отда \square те чаще предпочтение:

- 1) постной, вар \square ной или паровой пище,
- 2) жареной и жирной пище,
- 3) маринованной, копч \square ной.

15. Отличается ли ваш рацион в течение недели разнообразием блюд?

- 1) да, 2) нет.

Проанализировать сво \square питание Вы можете следующим образом: за первый вариант ответа -1 балл, за второй – 2 балла, за третий вариант – 3 балла.

Сложите свои результаты по итогам теста и соотнесите с критериями.

Если Вы набрали от 15 до 21 баллов, Вы сознательно относитесь к собственному здоровью, потому что организм получает разнообразные питательные компоненты с сохранившимися в них биоактивными веществами. А это важно для полноценной любой деятельности. И с режимом у Вас вс \square в порядке! Вы молодцы!

Если Вы набрали от 22 до 28 баллов, полноценным ваше питание назвать нельзя по нескольким причинам, но если Вы прислушаетесь к рекомендациям, то ваш рацион пополнится другими нужными для организма веществами.

29 – 44 балла. Вам нужно задуматься о сво \square м питании, как о режиме, так и о рационе. Чем быстрее Вы этим займ \square тесь, тем меньше проблем с излишним весом, нервными заболеваниями, заболеваниями желудочно-кишечного тракта, различными кожными высыпаниями у Вас возникнет!

Анкета для учащихся №2

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. Твои предложения.
6. Считаешь ли ты, что горячее питание повышает твою успеваемость?