

МБОУ Одинцовская гимназия № 14.

Проект
по совершенствованию организации питания
и формированию культуры здорового питания обучающихся
«Здоровое школьное питание - здоровое поколение»

Одинцовский

муниципальный район

Актуальность программы

- ❖ **В Конвенции о правах ребенка подчеркивается, что современное образование должно стать здоровьесберегающим.**
- ❖ **В законе РФ «Об образовании» сохранение и укрепление здоровья детей выделено в приоритетную задачу.**

На современном этапе развития человеческого общества такие универсальные ценности, как жизнь и здоровье человека, приобретают особое значение. Школьник должен расти здоровым, физически крепким, всесторонне развитым и выносливым. Из всех факторов внешней среды, оказывающих влияние на его физическое и нервно-психическое развитие, питание занимает ведущее место. Поэтому еще с раннего детства важно обеспечить полноценное и правильно организованное **питание**, являющееся залогом его здоровья. Всякое нарушение питания, как количественное, так, еще в большей мере, и качественное, отрицательно влияет на здоровье детей. Особенно вредны для организма нарушения питания в период наиболее интенсивного роста ребенка. Организм школьника постоянно расходует много энергии. Эта энергия необходима ему для деятельности сердца, легких и других внутренних органов, для поддержания постоянной температуры тела. Учебные занятия, чтение, просмотр телевизионных передач также требуют расхода определенного количества энергии. С особенно большими энергетическими затратами связана работа, сопровождаемая сокращением мышц: движения, игры, занятия спортом, различные трудовые процессы. Основным источником энергии служит пища. Наряду с этим пища является «строительным материалом», необходимым для роста и развития организма. 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.

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 ребёнка в школе и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учетом возрастного подхода.

Системная работа по формированию культуры здорового питания включает три направления:

- рациональная организация питания в образовательном учреждении;
- включение в учебный процесс образовательных программ формирования культуры здорового питания;
- просветительская работа с детьми, их родителями (законными представителями), педагогами и специалистами образовательных учреждений.

Только сочетание всех направлений работы поможет создать в школе и дома такую среду, в которой возможно формирование культуры здорового питания и здорового образа жизни.

Обоснование необходимости реализации Программы.

Проект «Правильное питание здорового поколения» разработана в соответствии со следующими документами:

Конституцией РФ; Конвенцией ООН о правах ребенка;

Законом РСФСР “О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения”; Федеральным законом “Об основных гарантиях прав ребенка Российской Федерации”; Законом РФ “Об образовании”;

Основами законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан. Проект «Правильное питание здорового поколения» представляет собой объединённый замыслом и целью комплекс нормативно-правовых, организационных и методических мероприятий, призванных обеспечить решение основных задач в области сохранения физического здоровья обучающихся.

Положив в основу своей деятельности фразу *«Компетентный учитель – здоровый ученик»*, мы можем использовать разнообразные приемы здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе для сохранения и укрепления здоровья детей, формирования у них устойчивой мотивации к здоровому и безопасному образу жизни, учет возрастных особенностей обучающихся; учет возрастных особенностей обучающихся;

Проект призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка. Проект подтверждает особый статус детства как периода, не зависящего от социальных, политических, национальных и других отличий. Проект находится в числе приоритетных направлений деятельности органов образования и здравоохранения и служит основой сотрудничества и консолидации общественности школы и родителей.

Для реализации проекта требуется объединение усилий социальных институтов: семья, школа, учреждения здравоохранения, консультативно-профилактические центры

Формирование и сбережение здоровья – социальная потребность сохранения здоровья и здорового образа жизни человека сегодня одно из стратегических направлений деятельности. Для его реализации требуется взаимодействие всех субъектов образовательного процесса в выборе путей, способов, средств индивидуальной и творческой деятельности. Необходимо создать условия для осуществления этой деятельности, поиска стимулов для утверждения здорового питания, расширения круга лиц, организаций, различных социальных структур, вовлеченных в позитивный процесс созидания здоровья, развития личности и повышения эффективности образования, воспитания личности, обладающей твердыми

установками на создание и сохранение здоровья, формирования и соблюдения принципов здорового образа жизни.

Ответственное отношение к здоровому питанию – это достаточно сильное психическое «новообразование», которое включает:

отношение всех участников образования к здоровому питанию как ценности; формирование представлений о себе как о здоровом человеке; способность использовать в поведении всю информацию, которая служит

сохранению и укреплению здоровья, причем энергия опасения должна преобразоваться в энергию действия;

конкретные привычки здорового питания; установка образовательного процесса на здоровое питание осуществляется через

деятельность всех участников образовательного процесса.

Проект затрагивает всех участников образовательного процесса (обучающихся с 1 по 11 классы, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной (уроки, факультативы), так и воспитательной деятельности.

Темы раздела проекта «Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся» обеспечивают интегрированную последовательную работу по привитию навыков здорового образа жизни, как на уроках так и во внеурочной деятельности.

Ребята получают знания:

- о здоровом питании, - сведения о необходимых питательных веществах, дефиците питательных

веществ, - о принципах управления весом для здоровья,

- о правильном и неправильном употреблении диетических добавок,
- о безопасном приготовлении, обработке и хранении еды;

- критическую оценку информации о питании, несоответствующих действительности сведений, рекламы пищевых продуктов; а также умения оценивать личные привычки в еде, ставить цели для их улучшения и достигать их.

Обучающие мероприятия программы должны подчеркивать привлекательные черты здорового питания, привлекать к участию всех обучающихся, соответствовать развитию и быть увлекательными. Проект должен привлекать семьи в качестве партнёров в образовательном процессе их детей.

Школьный преподавательский состав должен сотрудничать с учреждениями и группами, осуществляющими обучение здоровому питанию среди населения, чтобы давать единообразные сведения ученикам и их семьям. Специалистов, приглашённых для бесед с обучающимися, необходимо ориентировать на соответствующий проект школы.

В течение каждого учебного дня школьный проект питания должен обеспечивать завтрак и обед для учащихся 1-4 классов в соответствии с организованной внеурочной деятельностью.

Информация об ингредиентах, используемых при приготовлении школьного питания, должна предоставляться родителям по их просьбе. Родители должны быть осведомлены о такой возможности.

Всё оборудование и помещения по предоставлению пищи должны соответствовать действующим стандартам в отношении здоровья, безопасного приготовления еды, ее обработки и хранения; стандартам питьевой воды, санитарных условий и технике безопасности на рабочем месте. Для реализации вышеназванных задач в школе и разработан проект «Правильное питание здорового поколения»

2. Ресурсы, которыми располагает общеобразовательное учреждение для эффективного решения поставленных задач: кадровые, методические, материально-технические, информационные, другие.

2.1 Нормативно-правовые:

- локальные акты, регламентирующие деятельность школы по организации обеспечения здорового питания (положения, правила);

2.2. Научно-методические:

- методические рекомендации для отдельных подразделений школы, исполнителей по направлениям программы - критерии и показатели оценки результативности реализации программы.

2.3. Кадровые:

- наличие профессиональных кадров;
- создание условий для повышения квалификации, подготовки и переподготовки специалистов, участвующих в реализации новой модели.

2.4. Информационные:

- работа сайта по освещению организации и развитию школьного питания;
- мониторинг мероприятия по организации и развитию школьного питания;
- мероприятия по широкому информированию общественности о результатах деятельности школы по организации и развитию школьного питания.

2.5. Материально-технические:

- в пищеблоке имеется горячий цех, цех для обработки мяса и рыбы, овощной цех;
- проведен косметический ремонт;
- имеется обеденный зал на 130 посадочных мест;

3. ЦЕЛЬ ПРОЕКТА:

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

4. Основные задачи по организации питания:

1. Обеспечение горячим питанием всех категорий обучающихся.
2. Создание благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся с привлечением средств родителей (законных представителей);
3. Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока школы;
4. Повышение культуры питания;
5. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;
6. Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.

Основные принципы политики школы в области здорового питания: рациональное питание детей, здоровье обучающегося - важнейшие приоритеты школы;

питание должно способствовать защите организма от неблагоприятных условий окружающей среды.

Организация питания в школе, с нашей точки зрения, предполагает следующие **аспекты:**

- организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение;
- методическое обеспечение;
- работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся;
- организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для обучающихся и их родителей.

5. Сроки реализации Проекта: 2016-2019 учебный год.

6. Перечень и описание программных мероприятий (виды мероприятий) по совершенствованию организации питания.

Выполнение поставленных в рамках проекта задач предусматривает проведение комплекса программных мероприятий.

В систему программных мероприятий входят следующие **направления:**

6.1. Развитие материально-технической базы школьных пищеблоков:

- анализ состояния организации питания в образовательном учреждении, выявление потребности в оборудовании школьного пищеблока в соответствии с их назначением, площадью, проектной мощностью;
- последовательная работа по оснащению технологическим оборудованием школьной столовой;
- создание условий для организации школьного питания в соответствии с санитарными и санитарно-противоэпидемиологическими (профилактическими) правилами.

6.2. Обеспечение качественного школьного питания:

- выполнение требований к школьному рациону: он должен состоять из горячего завтрака и обеда для обучающихся 1-4 классов. В рацион школьного питания должны входить только продукты с высокой пищевой и биологической ценностью, он должен быть дифференцирован по своей энергетической ценности и содержанию белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных солей и микроэлементов солей и микроэлементов в зависимости от возраста (группа 7-11 и 12-17 лет);

- восполнение дефицита витаминов и других микроэлементов в школьном питании обучающихся за счет корректировки рецептуры и технологии приготовления пищи, обеспечение всех учащихся одноразовым сбалансированным горячим питанием по рационам, обогащенным витаминами и другими микроэлементами;

- изыскание источников снижения затрат на производство и реализацию продуктов школьного питания, позволяющих расширить охват горячим питанием обучающихся.

6.3. Формирование культуры школьного питания:

- систематизация работы по просвещению школьников по вопросам здорового образа жизни, культуры питания и ответственности за свое здоровье;

- обобщение и распространение опыта организации качественного и сбалансированного питания.

7. Ожидаемые конечные результаты реализации Проекта.

Реализация мероприятий Программы позволит осуществить:

➤ Создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровья детей.

➤ Улучшение качества школьного питания, обеспечение его безопасности, сбалансированности.

➤ Приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными требованиями технологии пищевого производства и организации обслуживания учащихся школы.

➤ Повышение доступности сбалансированного питания для более широкого контингента обучающихся.

➤ Внедрение новых технологий производства продукции школьного питания и методов обслуживания обучающихся.

➤ Объединение всех участников образовательного процесса в их активной деятельности по формированию здорового питания, отношению к здоровью и здоровому образу жизни как ценности, формирование культуры здоровья и чувства ответственности за своё здоровье.

➤ Взаимосвязь и взаимодополнение деятельности школы, специалистов здравоохранения по сохранению здоровья и формированию здорового образа жизни.

8. Система организации контроля за исполнением Проекта.

Контроль за ходом реализации Проекта осуществляется администрацией школы, бракеражной комиссией.

9. Критерии оценки достижения результатов по каждому направлению: качественные, количественные, сроки и этапы реализации.

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

1. Количественные показатели:

- количество обучающихся, получающих горячее питание в школе;
- степень включенности всех субъектов образовательного процесса в реализацию программы;
- степень оснащения пищеблока технологическим оборудованием;
- количество авторских методических разработок по вопросам питания;
- показатели здоровья обучающихся.

2. Качественные показатели:

- наличие в школе программы по воспитанию культуры питания;
- отсутствие замечаний со стороны Роспотребнадзора к качеству организации питания в школе;
- увеличение процента охвата питанием школьников;
- условия для предоставления качественного питания каждому участнику образовательного процесса;
- уровень культуры питания обучающихся;
- степень удовлетворенности всех участников образовательного процесса организацией питания;
- педагогическое и управленческое творчество;
- наличие современной базы для организации здорового питания.

3. Сроки и этапы реализации:

1 этап Базовый:

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

2 этап Основной:

- поэтапная реализация проекта в соответствии с целями и задачами;
- промежуточный мониторинг результатов;
- корректировка планов в соответствии с целями, задачами и промежуточными результатами.

3 этап Заключительный:

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

План мероприятий проекта.

1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение.

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания.	Август	Директор школы
Организационное совещание – график дежурств и обязанности дежурного учителя в столовой. Создание бракеражной комиссии	Сентябрь Сентябрь	Замятина С.И. Лысых Е.Ю.
Совещание классных руководителей: - охват обучающимися горячим питанием; - соблюдение санитарно-гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний.	Октябрь, январь	Замятина С.И.
Осуществление ежедневного контроля за работой столовой администрацией школы, проведение целевых тематических проверок.	В течение года	Администрация школы

2. Методическое обеспечение.

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
Организация консультаций для классных руководителей 1 – 4-х, 5 – 8-х, 9 –11-х классов:	В течение года	Заместитель директора по ВР, врач.
- «Культура поведения обучающихся во время приёма пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований»; - «Организация горячего питания – залог сохранения здоровья».		
Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания обучающихся.	В течение года	Администрация школы

**3. Работа по воспитанию культуры питания,
пропаганде здорового образа жизни среди учащихся.**

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
Конкурс поделок из природного материала «Осенние дары»	Сентябрь	Классные руководители
«Здоровое питание школьников» беседа 9 класс	Сентябрь	Классный руководитель
Час дискуссии «Здоровым быть модно» 8 класс	Сентябрь	Классные руководители
День школьного молока	Октябрь	Классные руководители
«Здоровое питание- необходимость нашей жизни» беседа 5 класс	Октябрь	Классный руководитель
«Мы то, что мы едим» беседа 6 класс	Октябрь	Классный руководитель
«Здоровое питание- здоровый я» беседа 7 класс	Октябрь	Классный руководитель
«Приятного аппетита» круглый стол 4 класс	Октябрь	Классные руководители
«Здоровый образ жизни» классный час 7 класс	Ноябрь	Классный руководитель
«Здоровый ли образ жизни вели наши предки» 9 класс	Ноябрь	Классный руководитель
«Культура здорового питания: Русская кухня» 11 класс	Ноябрь	Классный руководитель
«Здоровое питание: мифы и реальность» классный час 10 класс	Декабрь	Классный руководитель
Экскурсия на хлебопекарню с. Холодное 9, 11 классы	Декабрь	Классные руководители
«Музыкальный винегрет» мини сценки 6 кл. для 1-2 кл.	Январь	Учителя музыки и технологии
«Как мы относимся к своему здоровью» классный час 5 класс	Январь	Классный руководитель
Диспут: «Почему её назвали «Масленица»? 5 класс	Февраль	Классный руководитель
«Традиции русской Масленицы» 6 класс	Март	Классный руководитель
«Компьютерный коллаж» творческая работа	Февраль	Учитель информатики
«Витамины красоты» викторина 4 класс	Март	Классные руководители
«Полезные и вредные продукты» викторина 7 класс	Март	Классный руководитель
Театральная постановка «Сказка про	Апрель	Классный

овощи и фрукты» 4класс		руководитель
«Белки- это жизнь» проект 1 класс	Апрель	Классные руководители
«Здоровье - ключ к успеху» создание видеоролика 8 класс	Апрель	Классные руководители
Анкетирование обучающихся: Школьное питание: качество и разнообразие обедов;	Октябрь	Нестеренко О.М., кл. руководители
	Февраль	
	Апрель	
За что скажем поварам спасибо? Анкетирование родителей «Ваши предложения по развитию школьного питания»	Май	Нестеренко О.М.

4. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди родителей учащихся.

5.

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
Проведение родительских собраний по темам: - совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни дома. Питание обучающихся. - профилактика желудочно-кишечных заболеваний, инфекционных, простудных заболеваний; -итоги медицинских осмотров обучающихся.	Сентябрь Октябрь Май	Зам. директора по ВР Кл. руководители
Индивидуальные консультации врача «Как кормить нуждающегося в диетпитании»	По необходимости	Журавлева Е.О.
Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»	Февраль	Классные руководители
Встреча врача с родителями - «Личная гигиена ребёнка»	Апрель	Журавлева Е.О.
Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	Май	Классные руководители

5. Реализация программы «Разговор о правильном питании»

№	Название кружка	Внеурочная деятельность	От какой организации	Класс	Кол-во часов	Кол-во учащихся
1	«Разговор о правильном питании» (во 2 полугодии)	Внеуроч. деят-ть	МБОУ «Холодняя СОШ»	1	0,5	13
2	«Разговор о правильном питании» (во 2 полугодии)	Внеуроч. деят-ть	МБОУ «Холодняя СОШ»	2	0,5	12
3	«Три недели в лагере здоровья» (во 2 полугодии)	Внеуроч. деят-ть	МБОУ «Холодняя СОШ»	3	0,5	12
4	«Две недели в лагере здоровья» (во 2 полугодии)	Внеуроч. деят-ть	МБОУ «Холодняя СОШ»	4	1	9

6. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и их родителей.

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
Эстетическое оформление зала столовой.	Август 2017г.	Администрация
Ремонт подвала столовой	Июнь – июль 2017г.	Директор гимназии
Ремонт пищеблока	Июнь – август 2017г.	Директор гимназии
Дополнительное оборудование (мебель для столовой)	к 1 сентября	Директор гимназии
Реконструкция столовой на 750 мест	2018-2020 г.	Директор гимназии
Замена оборудования пищеблока столовой	2018-2020 г. 2017г.	Директор гимназии

7. Работа с родителями

Общешкольное родительское собрание	сентябрь	Администрация
Классные родительские собрания «Здоровое питание в вашей семье»	сентябрь- октябрь	классные руководители
Просветительская работа среди родителей о правильном	в течение года	классные руководители

и полноценном питании обучающихся на родительских собраниях.		
Изучение отношения родителей к организации горячего питания в школе.	в течение года	классные руководители
Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗО, школьных конкурсов о правильном питании.	в течение года	классные руководители

8. Мониторинг реализации программы.

Направление мониторинга	Диагностика	Сроки	Ответственный
Охват обучающихся горячим питанием	Анализ результатов посещаемости	ежедневно ежемесячно ежегодно	Нестеренко О.М. классные руководители
Сохранение и укрепление здоровья обучающихся	Анализ состояния здоровья школьников по результатам медицинских осмотров. Анализ заболеваемости детей	ежегодно	директор ОУ учитель физкультуры врач кл. руководители
Уровень удовлетворенности обучающихся, родителей, педагогов организацией питания в школе	Анкетирование	ежегодно	заместитель директора по ВР
Материально-техническая база столовой	Смотр помещения (оборудование, оснащение) Анализ результатов приёмки столовой к началу нового учебного года Оснащение пищеблока необходимым оборудованием	ежегодно	директор ОУ, зам. директора по ВР
Формирование у школьников навыков здорового питания	Собеседование Наблюдение	ежегодно	заместитель директора по ВР
Качество организации питания	Наблюдение, анкетирование, опросы, посещение столовой, анализ приготовления пищи и норм раскладки, санитарно-гигиенического состояния обеденного зала	ежедневно	Директор ОУ, заместитель директора по ВР

Формирование нового имиджа школьной столовой	Опрос, анкетирование и другие практики по выявлению общественного мнения	ежегодно	директор ОУ заместитель директора по ВР
--	---	----------	---