



Утверждаю
Директор МБОУ «ЯНШ № 13»
А.Н. Мухина

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ ПО ЗДОРОВОМУ ПИТАНИЮ В МБОУ

«Ялтинская начальная школа № 13»»

Здоровое 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, в том числе ЖКТ. Важнейшим условием для поддержания здоровья, высокой работоспособности и выносливости человека является полноценное и правильное питание.

Питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени дети проводят в школе, то и полноценно питаться они должны здесь же. Особенно актуально улучшение качества здорового питания в условиях введения ФГОС.

Повышению общего уровня культуры питания может способствовать не только система воспитательной работы, внеурочных занятий «Час здоровья», но и собственно образовательный процесс, включающий уроки русского языка, математики, окружающего мира, литературного чтения, ИЗО, труд (технологии).

Всё это открывает дополнительные возможности для развития учащихся, позволяя применять в новых условиях знания, умения, навыки, приобретённые на других уроках. Интерес к проблеме правильного питания, отношение к ней в значительной степени обуславливается психологическим климатом семьи. Работа с родителями начинается с установления контакта с семьёй, выработки согласованных действий и единых требований.

Цели:

1. Совершенствование системы питания.
2. Формирование у детей ценностного отношения к основам культуры питания.

Задачи:

1. Расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила.
2. Формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.
3. Предупреждение заболеваний и сохранение здоровья школьников.
4. Просвещение педагогов и родителей в вопросах организации правильного питания.

Прогнозируемый результат:

1. Улучшение состояния здоровья школьников по показателям заболеваний, зависящим от качества питания.
2. 100% охват горячим питанием обучающихся.
3. Обеспечение благоприятных условий для организации режима дня детей и подростков.
4. Повышение уровня знаний родителей и обучающихся школы по вопросам здорового питания, здорового образа жизни.

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
1. Создание условий, необходимых для организации здорового питания			
1.1	Изучение нормативных документов по гигиеническим требованиям к организации питания детей и подростков.	январь	Администрация школы, члены комиссии по питанию
1.2	Проведение мониторинга по охвату питанием учащихся	ежемесячно	ответственный за питание
1.3	Организация питьевого режима с использованием кипяченой воды	постоянно	Заведующий хозяйством
2. Организация и проведение диагностических мероприятий			
2.1	Анкетирование родителей и учащихся по совершенствованию и организации школьного питания	Январь, май	Зам. директора по УВР, члены комиссии по питанию, ответственный за питание
2.2	Анкетирование обучающихся и родителей по культуре питания.	апрель	Зам. директора по УВР, члены комиссии по питанию, ответственный за питание
3. Организация и проведение мероприятий по здоровому питанию			
3.1	<u>Проведение бесед, классных часов на темы:</u> «Режим питания. Правила поведения за столом»; «Здоровое питание и распорядок дня современного школьника»; «Питание и здоровье»; «Обработка пищевых продуктов перед употреблением. Правила ухода за посудой»; «Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья»; «Болезни, передаваемые через пищу»; «Режим питания и его значение»; «Из чего состоит наша пища»; «Что нужно есть в разное время года» «Как надо питаться, если занимаешься спортом».	В течение года	Классные руководители, учителя окружающего мира, физической культуры, мед. сестра

3.2	Оформление информационных стендов»: «Мы – здоровое поколение»; «Что необходимо знать, чтобы быть физически здоровым»	В течение года	Педагог организатор, члены РДШ
3.3	Выпуск информационно-агитационных листовок «А у меня сегодня на столе ...»	В течение года	Педагог организатор, члены РДШ
3.4	Конкурс домашних рецептов «Вкусная и здоровая пища»; «Кухни разных народов»; «Кулинарное путешествие».	декабрь	Учитель технологии, педагог организатор, члены РДШ
3.5	Конкурс плакатов «Здоровое питание».	апрель	Зам. директора по УВР, классные руководители, педагог-организатор
3.6	Урок – практикум «Столовый этикет»	май	Учитель технологии, классные руководители, педагог организатор
4. Работа с родителями.			
4.1	Индивидуальное консультирование родителей по вопросам организации школьного питания.	В течение года	Администрация, мед. сестра, классные руководители
4.2	Лекторий для родителей «Правильное питание - залог здоровья».	март	Администрация, мед. сестра, классные руководители