

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДАЛЕКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМЕНИ ДЕМУСА БОРИСА АНДРЕЕВИЧА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЧЕРНОМОРСКИЙ РАЙОН РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
(МБОУ «ДАЛЕКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМ. ДЕМУСА Б.А.»)**

УТВЕРЖДЕНА

Приказом МБОУ «Далековская
средняя школа им. Демуса Б.А.
от 29.08.2025 г. № 368

**ПРОГРАММА
«ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО
ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ»
на 2025-2026 учебный год
в МБОУ «Далековская средняя школа им.
Демуса Б.А.»**

Введение

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", администрацией муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения « Далековская средняя школа им. Демуса Б.А.» муниципального образования Черноморского района Республики Крым (далее-школа) была разработана программа по формированию культуры здорового питания.

Работа по формированию культуры здорового питания проводится по трем направлениям.

Первое - рациональная организация питания в школе, в школьной столовой, где все, от внешнего вида школьной столовой до состава продуктов для приготовления пищи, должно соответствовать принципам здорового питания и способствовать формированию здорового образа жизни. Структура, режим и организация питания в образовательном учреждении 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, дается 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 в семье. Питание детей в семье, как правило, нерационально и не сбалансировано, нарушен режим питания. Во многих семьях в питании мало овощей, фруктов, молочных продуктов, а предпочтение отдается колбасным и кондитерским изделиям.

Цели и задачи

Цели:

- Создать условия, способствующие укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, 100 - процентный охват 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 2 года. Ее поэтапная реализация будет осуществлена в период с 01.09.2025 по 31.08.2027 год.

Программа затрагивает участников образовательного процесса (обучающиеся 1-11 классов, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной (уроки), так и воспитательной деятельности.

Ожидаемые результаты:

- Улучшение качества питания школьников и обеспечение его безопасности.
- Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.
- Разработана и действует система мониторинга состояния здоровья учащихся.
- Постоянно оказывается социальная поддержка отдельным категориям учащихся.
- Повышена эффективность системы организации питания за счёт: - укрепления материально-технической базы школьной столовой; - внедрения новых форм организации питания учащихся школы.

Отлажена просветительская работа по формированию культуры школьного питания за счёт:

- реализации комплекса мероприятий образовательных программ по формированию культуры питания школьников;
- привлечения к профилактической работе формированию культуры питания родительской общественности, работников здравоохранения, средств массовой информации.

Механизм реализации программы

Производственный и общественный контроль за организацией питания

№ п/п	Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
1	Контроль за формированием рациона питания	Директор школы, ответственный за горячее питание; комиссия родительского контроля
2	Входной производственный контроль	Директор школы, специалист по АХО

3	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	специалист по АХО
4	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Бракеражная комиссия
5	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Бракеражная комиссия
6	Контроль за приемом пищи	Зам. директора по воспитательной работе, дежурный учитель, классный руководитель.

Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников

Задачи администрации школы:

Составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;
 Контроль качества питания;
 Контроль обеспечения порядка в столовой;
 Контроль культуры принятия пищи;
 Контроль проведения воспитательной работы со школьниками по привитию навыков культуры приема пищи;
 Составление рационального питания на день и перспективного меню;
 Включение в меню овощей, фруктов;
 Обеспечение столовой качественными' продуктами для приготовления пищи;
 Использование современных технологий приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

Обязанности классных руководителей:

Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма; организация конкурсов и викторин на тему правильного питания;
 Воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;
 Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;

Обязанности родителей:

Прививать навыки культуры питания в семье;
 Выполнять рекомендации классных руководителей и медицинских работников по питанию в семье.

Обязанности обучающихся:

Соблюдать правила культуры приема пищи;
 Принимать участие в мероприятиях по пропаганде здорового питания.

Обязанности работников столовой:

Обеспечение рационального питания в соответствии с цикличным меню;
 Включение в меню овощей, фруктов;
 Обеспечение пищеблока качественными продуктами для приготовления пищи;
 Использование при возможности современных технологий приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

План деятельности по реализации Программы

	Мероприятия	Сроки	Ответственные	Планируемый результат и

				выполнение
1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение				
1.	Назначение ответственного за организацию питания в школе	Август, ежегодно	Директор	Приказ
2	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	сентябрь, январь, май	Директор	Протокол
3.	Заседание комиссии родительского контроля по организации питания	1 раз в месяц	Председатель комиссии	Акт
4.	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	в течение года	заместитель директора по воспитательной работе	журнал бракеража
5.	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	заместитель директора по воспитательной работе	Приказ, справка
2. Работа с обучающимися				
1	Проведение уроков-здоровья	в течение года	классные руководители	
2	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ежемесячно	заместитель директора по воспитательной работе	аналитическая информация
3	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ежегодно	заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители	результаты анкетирования
4	Работа по оздоровлению	май-июнь	Директор школы, начальник	Работа оздоровительного

	обучающихся в летний период		оздоровительного лагеря	лагеря с дневным пребыванием детей
5	Выставка книг по теме: «Гигиена питания»	в течение года	Библиотекарь	Организация выставок
6	Проведение классных часов	в течение года(по плану)	классные руководители	Воспитательные модули
7	Проведение Дней здоровья	в течение года	учитель физкультуры, классные руководители	отчёт о проведении Дня здоровья
3. Работа с педагогическим коллективом				
1	Обсуждение вопросов горячего питания на педсоветах	в течение года	заместитель директора по воспитательной работе	Протокол
2	Организация консультаций для классных руководителей: соблюдение санитарно-гигиенических требований; организация горячего питания - залог сохранения здоровья	в течение года	медицинская сестра, заместитель директора по воспитательной работе	Аналитическая информация
3	Организация бесплатного горячего питания учащихся льготной категории	в течение года	директор, зам.директора (ответственный за питание)	приказ
4	Ведение пропаганды здорового питания: классные часы, беседы, викторины.	в течение года	классные руководители	Воспитательные модули
5	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	в течение года	зам.директора (ответственный за питание)	Ежедневный контроль

6	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся	ежегодно	зам.директора (ответственный за питание)	отчет за год
4. Работа с родителями				
	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях	в течение года	классные руководители, медицинская сестра	протоколы родительских собраний
	Изучение отношения родителей к организации горячего питания в школе	в течение года	классные руководители	протоколы родительских собраний
	Привлечение членов комиссии родительского контроля для содействия повышения качества работы школьной столовой.	в течение года	зам.директора (ответственный за питание)	протоколы
	Привлечение родителей проведению к внеклассных связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ	в течение года	классные руководители	Аналитическая информация
	Анкетирование родителей	май	зам.директора (ответственный за питание), классные руководители	
	родительские собрания	в течение года	зам.директора (ответственный за питание), классные	протоколы

			руководители	
5. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей				
1	Продолжение эстетического оформления зала столовой	ежегодно	заведующий хозяйством	акт проверки
2	Организация закупки технологического оборудования для столовой.	по мере поступления финансирования	директор, заведующий хозяйством	материалы о закупках, сметы
3	Организация закупки мебели для зала питания.	по мере поступления финансирования	директор, заведующий хозяйством	материалы о закупках, сметы

Интегрирование в учебные предметы отдельных тем по формированию культуры здорового питания у детей и подростков имеет большое значение.

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

Предмет	Содержание занятия
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
Окружающий мир	"Почему нужно правильно питаться", "О витаминах", "Умеем ли мы есть?" "Твоё здоровье. Правила здоровой жизни. О правильном питании". "Русская трапеза"