



**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ЧУКОТСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА
«ЧУКОТСКИЙ ОКРУЖНОЙ ПРОФИЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ»**

П Р И К А З

13 сентября 2021 года

г. Анадырь

№ 01-06/ 21

Об утверждении плана информационно-просветительской
работы по повышению уровня культуры питания
обучающихся лиц

В соответствии с требованиями Федерального Закона от 30.03.1999 г. № 52 «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции», СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», санитарных правил СП 1.1.1058-01 «Организация и проведение производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий», иными нормативно-правовыми актами, а также во исполнение решений заседания рабочей группы по вопросам организации питания обучающихся Государственного автономного общеобразовательного учреждения Чукотского автономного округа «Чукотский окружной профильный лицей»,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить Программу по формированию культуры здорового питания воспитанников и обучающихся лиц (Приложение №1).
1. Утвердить План информационно - просветительской работы по повышению уровня культуры питания обучающихся лиц (Приложение №2).

Директор лицея

В.В. Самыгина

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЧУКОТСКИЙ ОКРУЖНОЙ ПРОФИЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ»

Принята Педагогическим советом
протокол № 1 от 31.08.2021

Утверждена
Приказ № 01-06/21 от 13.09.2021

ПРОГРАММА
*по формированию культуры здорового
питания воспитанников и обучающихся
на 2021-2025 годы*



Паспорт программы.

Образовательное учреждение	Государственное автономное общеобразовательное учреждение «Чукотский окружной профильный лицей»
Юридический адрес	689000 г. Анадырь, улица Беринга,1
Контактный телефон	(42722) 2-85-87
Директор школы	Самыгина Вера Викторовна
Название Программы	Программа по формированию культуры здорового питания воспитанников и обучающихся на 2021-2025 годы
Автор Программы	Байтлеуова Бекзада Сериковна
Сроки реализации	2021- 2025 годы
Заказчик	Администрация лицея
Адресаты	обучающиеся лицея, их родители
Цель	формирование у обучающихся культуры питания как составляющей здорового образа жизни и создание необходимых условий, способствующих укреплению их здоровья.
Задачи	1.формирование и развитие представлений обучающихся о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей; 2. формирование готовности обучающихся заботиться и укреплять собственное здоровье; 3. профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием обучающихся; 4. информационно-разъяснительной работы со школьниками и родителями по вопросам правильного и здорового питания 5. информирование обучающихся о национальных традициях,связанных с питанием, расширение знаний об историипитания; 6. формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов; 7. укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.
Ожидаемый результат	- Рост удовлетворенности учащихся и родителей качеством организации школьного питания; - Увеличение количества детей и подростков, питающихся в столовый лицей до 99%; - Повышение культуры питания лицеистов, приобретение навыков здорового и правильного питания у обучающихся и их родителей; - Позитивная динамика состояния здоровья обучающихся (снижение уровня заболеваний, связанных с фактором питания); -Обеспечение льготным питанием детей из семей различных категорий.
Основание для разработки Программы	Конвенция о правах ребенка. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка». Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.37) Федеральным законом от 01.03.2020 N 47-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О качестве и безопасности пищевых продуктов" СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»

1. Пояснительная записка.

Рациональное питание обучающихся – одно из условий сохранения здоровья и создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательных учреждениях, снижение отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования.

Под здоровым питанием понимают питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствующие укреплению его здоровья и профилактике заболеваний. В настоящее время вопросам обеспечения именно здорового питания населения уделяется большое внимание.

Структура питания на сегодняшний день характеризуется недостаточным потреблением ценным в биологическом отношении пищевых продуктов, таких как мясо, мясопродукты, молоко и молочные продукты, рыба и рыбные продукты, растительное масло, фрукты и овощи. При этом выявляется выраженная тенденция к повышению потребления хлеба и хлебобулочных изделий, а также картофеля. Так же очень серьезной является проблема недостаточности в питании минеральных веществ и микроэлементов, таких как кальций, железо, йод, селен, цинк. Все это приводит к резкому снижению устойчивости организма к неблагоприятным факторам окружающей среды за счет нарушения функционирования систем антиоксидантной защиты и, как следствие, - к развитию иммунодефицитных состояний.

Полноценное питание – существенный и постоянно действующий фактор, обеспечивающий адекватные процессы роста и развития организма, а также укрепление здоровья в детском и подростковом возрасте. Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты. Пищевой рацион детей должен быть сбалансирован в зависимости от возраста, пола, климатогеографической зоны проживания, характера деятельности и величины физической нагрузки.

Необходимо помнить, что 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 возрасте закладываются основы здорового образа жизни, как система норм и правил, усваиваемых ребенком в специально проектируемой деятельности;
- школьный период в развитии наиболее сенситивен в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья;
- формируется сознательное, уважительное отношение к себе и своему здоровью от начала жизни до преклонного возраста.

Правильное питание обеспечивает нормальный рост и развитие детей; способствует профилактике заболеваний, продлению жизни людей, повышению работоспособности; создает условия для адекватной адаптации к окружающей среде.

Лицею принадлежит ведущая роль в решении проблем охраны и укрепления здоровья детей, создании нормальных условий для их роста и развития. Одна из главных задач лицея сегодня – помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью, одной из составляющих которого является организация правильного питания. Для этого лицеисты 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 ребенка.

2. Общая характеристика программы.

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

Основные задачи программы:

1. Формирование и развитие представлений обучающихся о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;
2. Формирование готовности обучающихся заботиться и укреплять собственное здоровье;
3. Профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием обучающихся;
4. Информационно-разъяснительной работы с лицеистами, родителями по вопросам правильного и здорового питания
5. Информирование обучающихся о национальных традициях, связанных с питанием, расширение знаний об истории питания;
6. Формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
7. Укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Участники программы:

Администрация лицея, педагогический коллектив, родители обучающихся, зав. производством столовой лицея, ответственный за питание, обучающиеся 8- 11 классов.

Этапы реализации Программы

- Сентябрь - декабрь 2021 года – постановка целей, задач, разработка и составление направлений реализации программ
- Январь 2022года по май 2025 года – введение в действие и реализация основных направлений деятельности по программе
- Май – июнь 2025 года – подведение итогов: анализ выполнения программы, результаты.

3. Описание места программы в учебном плане.

Реализация данной Программы направлена на формирование и повышение уровня знаний обучающихся и родителей о правильном питании и ЗОЖ.

В ходе реализации Программы используются разнообразные формы и методы работы, обеспечивающие непосредственное участие детей и их родителей, стимулирующие их интерес и дающие возможность проявить свои творческие способности. Данная работа проводится с учетом возрастных особенностей детей и подростков.

Формы реализации программы:

- ✓ встреча - беседа с учащимися с приглашением специалистов;
- ✓ классный час;
- ✓ родительское собрание;
- ✓ Презентация «Я-то, что я ем» (с использованием видеороликов и фильмов);
- ✓ День национальной кухни;
- ✓ конкурсы по приготовлению различных блюд;
- ✓ беседы с воспитанниками интерната;
- ✓ мастер-классы по приготовлению блюд (интернат);
- ✓ выпуск газет, информационных листов.

Формированию представлений об основах культуры питания способствует не только система воспитательной внеурочной работы, но и образовательный процесс, включающий уроки русского языка (работа с текстами, затрагивающими тематику питания); математики (эффективным средством формирования умений и навыков сохранения и укрепления здоровья являются задачи со здоровьесберегающим

содержанием), окружающего мира, литературного чтения, ИЗО (рисунки, роспись посуды), технологии (приготовление блюд, разработка меню, изготовление муляжей фруктов и овощей) и других.

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.

Таким образом, такое содержание программы по формированию у детей основ культуры питания позволяет подвести детей к пониманию того, что составляющей здорового образа жизни является правильное питание. Проведение лекций, бесед, занятий, конкурсы, встречи со специалистами, консультации и рекомендации для родителей помогают в интересной и увлекательной форме окунуться в историю, суть и актуальность вопроса о правильном питании.

4. Содержание программы.

Программа по формированию культуры здорового питания включает 3 модуля: для обучающихся 8-11 классов. Состоит из 3 разделов:

1. Организационная работа
2. Методы и формы работы по воспитанию культуры питания школьников
3. Формы работы с родителя

1.Организационная работа

№	Основные мероприятия	Ответственные	Срок выполнения
1	Организационные совещания при директоре по вопросам составления графика приема учащимися завтраков и обедов, составление графика дежурств и обязанностей дежурного учителя и учащихся в столовой.	администрация лицей	1 раз в полугодие
2	Проведение планерок классных руководителей 8-11 классов по вопросам: обеспечение учащихся из малообеспеченных семей горячим питанием, охват горячим питанием учащихся, соблюдением санитарно-гигиенических требований, культура приема пищи и др.	администрация лицей, ответственный за питание	1 раз в триместр
3	Осуществление контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	ответственный за питание, комиссия по контролю за питанием	ежедневно, 1 раз в месяц
4	Анкетирование педагогов и учащихся по вопросам организации питания в лицее и вне ее.	ответственный за питание	2 раза в год
5	Организация бесплатного питания учащихся из малообеспеченных семей	ответственный за питание, психолог	ежедневно
6	Разработка интегрированных уроков поразличным предметам	учителя - предметники	по плану учителя-предметника
7	Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей	администрация лицей, зав. производством,	в течение года
8	Эстетическое оформление зала столовой	зав. производством, администрация лицей	постоянно

2. Методы и формы работы по воспитанию культуры питания школьников

1	Классные часы		
8-11классы			
1. «Как устроен человек»		классные руководители,	по планам
2. «Личная гигиена»			классных руководителей

3. «Чтобы зубы не болели. Состав пищи и здоровые зубы» 4. «Береги зрение смолоду. Влияние питания на сохранение зрения.» 5. «Как правильно питаться. Все ли мы знаем о здоровой пище» 6. «Наше здоровье в наших руках. Создай свою пирамиду здоровья» 7. «В здоровом теле – здоровый дух» 8. «Любо обед, если хлеба нет» 9. «Режим питания и его значение». 10. «Инфекционные заболевания» 11. «Поговорим о правильной и здоровой пище» 12. «Правильное питание – залог здоровья и красоты» 13. «Здоровье человека и факторы его определяющие» 14. «Пирамида здоровья питания» 15. «Алimentарно-зависимые заболевания» 16. «Санитария и гигиена питания» 17. «Каждому продукту свое время» 18. «Как быть красивым и здоровым» 19. «Берегите свою жизнь» «Алimentарно-зависимые заболевания» 20. «Энергетическая и минеральная ценность продуктов»		
2 Неделе национальной кухни		
Приготовление национальных блюд: Конкурс среди учащихся 8-11 классов	зав. производством, заведующая интернатом, воспитатели интерната	1 раз в полугодие
3 Презентация «Я - то, что я ем»	классные руководители	По плану классных руководителей
4 Выпуск информационных листовок, посвященных правильному питанию и профилактике инфекционных заболеваний	зам. директора по ВР, педагог-организатор, классные руководители	1 раз в триместр
5 Конкурс творческих работ «Правильное питание»	классные руководители	октябрь
6 Проведение цикла бесед с учащимися 8-11 классов по формированию ЗОЖ с приглашением специалистов	зам. директора по ВР, соц. педагог, классные руководители	по плану классных руководителей
7 Конкурс «Любимое блюдо моей семьи» с учащимися 8-11 классов		по отдельному плану
8 Творческий конкурс «Мое питание не только вкусное и полезное, но и... красивое»		по отдельному плану
3.Формы работы с родителями		

1	Общешкольные родительские собрания с привлечением медицинского работника: ✓ «Значение режима дня и правильного питания». ✓ «Культура питания и профилактика инфекционных заболеваний» ✓ «Здоровье ребенка основа успешности в обучении» ✓ «Личная гигиена». Итоги медицинских осмотров» ✓ «Профилактика простудных заболеваний. Роль вакцинации»	зам. директора по ВР, психолог, классные руководители	по плану
2	Анкетирование родителей 1. «Удовлетворенность организацией школьного питания» 8-11 классы 2. «Мои предложения по развитию школьного питания»	психолог, классные руководители, ответственный за питание	2 раз в год
3	Лекторий для родителей с приглашением специалистов на классные родительские собрания	классные руководители	по плану классных руководителей
4	Участие родительского комитета в контроле качества питания и уровня организации школьного питания	администрация лицей, родительский комитет	1 раз в триместр
5	Индивидуальные консультации медицинского работника для родителей	мед. работник лицей	По мере необходимости

5. Источники финансирования:

За счет средств окружного бюджета.

6. Ожидаемые результаты:

- Рост удовлетворенности учащихся и родителей качеством организации питания;
- Увеличение количества детей и подростков, питающихся в столовый лицей до 95%;
- Повышение культуры питания лицеистов, приобретение навыков здорового и правильного питания у обучающихся и их родителей;
- Позитивная динамика состояния здоровья обучающихся (снижение уровня заболеваний, связанных с фактором питания);

7. Учебно-методическое обеспечение:

- информационная поддержка обучающихся и педагогов через сайт лицея;
- оформление выставок в читальном зале школьной библиотеки посвященных данной тематике;
- использование ресурсов Интернета по получению информации связанной с реализацией программы;

Заключение

Формированию представлений об основах культуры питания способствует не только система воспитательной работы, но и образовательный процесс.

Содержание программы по формированию у детей основ культуры питания позволяет подвести детей к пониманию того, что составляющей здорового образа жизни является правильное питание. Беседы, экскурсии, занятия, конкурсы, праздники для детей, встречи с родителями, консультации и рекомендации для них помогут в интересной и увлекательной форме прикоснуться к истории, сути и актуальности вопроса о правильном питании.