

**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА КРАСНОЯРСКА  
ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 73 имени Т.К. Кравцова»**

---

ул. Мелькомбинатская, 2, г. Красноярск, 660058, тел/факс 221-04-35, 221-64-14,  
sch73@mailkrsk.ru, ОГРН 1022402147041, ИНН/КПП 2463038090/246301001

УТВЕРЖДЕНО  
Директором МБОУ СШ № 73  
\_\_\_\_\_ Т.В. Хлебникова  
Приказ № 03-02-229  
от «31» августа 2023

Программа  
формирования культуры здорового питания  
«Правильное питание - путь к здоровью и успешному обучению»

Программу составил  
Маркова Н.А.

Красноярск, 2023

Паспорт программы формирования здорового питания в МБОУ СОШ №73

Наименование	Программа формирования здорового питания в МБОУ СОШ №73
Кадровое обеспечение программы	Директор школы, заместитель директора по воспитательной работе, заместитель директора по учебной работе, ответственный за питание, преподаватель-организатор ОБЖ, классные руководители, учителя-предметники, работники школьной столовой
Цели, задачи	<p>Сохранение и укрепление здоровья обучающихся, обеспечение обучающихся качественным сбалансированным питанием, совершенствование системы организации питания в образовательном учреждении, способствующей формированию у школьников здорового образа жизни и навыков рационального здорового питания, формирование общей культуры правильного питания.</p> <p>Задачи программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Обеспечение всех обучающихся школы сбалансированным горячим питанием.</li> <li>Пропаганда здорового питания (проведение классных часов, конкурсов, лекций, дискуссий).</li> <li>- Формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья.</li> <li>- Формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы школы и работу с родителями.</li> </ul>
Важнейшие целевые показатели и ожидаемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой до 100 %.</li> </ul> <p>Организовать правильное, сбалансированное питание детей и подростков с учетом их возрастных особенностей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Обеспечить обучающихся необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании.</li> <li>- Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.</li> </ul> <p>Улучшить качество питания обучающихся и обеспечить его безопасность.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Укрепить материально-техническую базу школьной столовой.</li> </ul> <p>Оснастить недостающим технологическим оборудованием школьный пищеблок.</p>

## Пояснительная записка

Одной из важных задач школы сегодня является формирование у детей ответственного отношения к своему здоровью. Школьники должны узнать и принять для себя основные принципы здорового образа жизни. Здоровье и развитие обучающихся во многом зависят от полноценного сбалансированного питания и эффективности его организации в школе, так как именно в школьном возрасте, когда активно формируются привычки, наибольшее значение имеет воспитание навыков рационального питания.

Рациональное питание обучающихся — одно из условий создания здоровьесберегающей среды в школе, 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 законе Российской Федерации "Об образовании" сохранена обязанность образовательного учреждения организовывать питание обучающихся, выделять помещение для питания детей, предусматривать перерыв достаточной продолжительности. Школа представляет собой жизненно важную среду, используя которую можно оказывать влияние на процесс правильного питания и формировать у школьников верные навыки и стереотипы в данном вопросе. В школе существуют эффективные возможности, для проведения работы по охране здоровья и здоровому питанию. Именно школьный возраст является тем периодом, когда происходит основное развитие ребенка и формируется образ жизни, включая тип питания.

Организованное школьное питание регламентируется санитарными правилами и нормами и поэтому в значительной степени удовлетворяет принципам рационального питания.

Многие обучающиеся имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. Основные проблемы питания школьников связаны с нарушением режима питания вне стен школы. Обычно это связано с недостаточной информированностью и/или попустительством со стороны родителей.

Нужно объяснить ребенку, как питание важно для него и его организма. Чтобы учиться хорошо, надо хорошо кушать. А организация полноценного питания в школе должно стать приоритетным направлением деятельности школы.

Остается актуальной задача обеспечения горячим питанием всех обучающихся школы, улучшения качества, разнообразия блюд и безопасности питания детей школьного возраста.

## Цели, задачи и сроки реализации программы

Цели программы:

- обеспечение школьников качественным сбалансированным питанием;
- совершенствование системы организации питания в образовательном учреждении, способствующей формированию здорового образа жизни у школьников и навыков рационального здорового питания;
- формирование общей культуры правильного питания.
- Для реализации поставленных целей необходимо решить следующие **задачи**:
- Обеспечение всех обучающихся школы сбалансированным горячим питанием
- Пропаганда здорового питания (проведение классных часов, конкурсов, лекций, дискуссий).
- Формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья.
- Формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы школы и работу с родителями.
- Внедрение современных методов мониторинга состояния питания.
- Дальнейшее совершенствование технологического оборудования столовой.

## Ожидаемые конкретные результаты

Выполнение программы позволит школе достигнуть следующих результатов:

- Увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой до 100%.
- Организовать сбалансированное питание детей и подростков с учетом их возрастных особенностей.
- Оказывать социальную поддержку отдельным категориям обучающихся.
- Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей. Улучшить качество питания

школьников и обеспечить его безопасность.

- Укрепить материально-техническую базу школьной столовой. Оснастить недостающим технологическим оборудованием школьный пищеблок.
- Развить механизмы координации и контроля в системе школьного питания.

## **Основные направления реализации программы.**

### **1. Организация и регулирование школьного питания:**

- развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся, обеспечения их необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
- развитие механизмов координации и контроля в системе школьного питания;
- организация правильного, сбалансированного питания детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;
- обеспечение доступности, безопасности и эффективности школьного питания;
- оказание социальной поддержки отдельным категориям обучающихся;
- использование различных методик организации питания.

### **2. Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей.**

- Пропаганда здорового питания (проведение игр, конкурсов, лекций, акций, классных часов).
- Пропаганда здорового питания на родительских собраниях.
- Единый классный час один раз в четверть посвятить вопросам питания, охране здоровья, активному образу жизни.
- Проводить дни здоровой пищи, с приглашением родителей с целью проведения дегустации школьных блюд.
- Создать систему поэтапного формирования компетентностей учащихся по вопросам здорового питания.

### **3. Повышение квалификации персонала предусматривает:**

- проведение бесед, классных часов, конкурсов, выставок, презентаций школьных обедов для родителей и обучающихся
- повышение профессионального уровня работников школьной столовой через систему повышения квалификации,
- участие в профессиональных смотрах и конкурсах кулинарного мастерства.

### **4. Мониторинг реализации программы**

## Содержание программы

### 1. Организация и регулирование школьного питания

Мероприятие	Срок	Ответственный
Проверка готовности школьной столовой к новому учебному году	август	Директор, завхоз
Консультация «Ознакомление классных руководителей, работников школьной столовой с нормативными документами, регулиющими школьное питание»	сентябрь	Зам. директора по ВР
Составление графика дежурства по столовой, утверждение списка обучающихся на льготное питание	сентябрь	Зам. директора по ВР, ответственный за организацию питания
Создание бракеражной комиссии	сентябрь	Директор школы
Заседание общешкольного родительского комитета «Организация питания в школе»	сентябрь, апрель	Зам. директора по ВР
Руководство организацией питания на основе СанПиН «Санитарно-эпидемиологические требования к организации обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» в действующей редакции	В течение года	Завхоз
Формирование нормативно—правовой базы по организации питания в школе	сентябрь	Зам. директора по ВР, ответственный за организацию питания
Проверка должностных обязанностей работников пищеблока	сентябрь	Завхоз
Организация контроля ведения документации (журнал бракеража готовой продукции; журнал бракеража продуктов и производственного сырья, поступающего на пищеблок; журнал витаминизации третьих блюд; журнал контроля исправности холодильного оборудования)	В течение года	Зам. директора по ВР, бракеражная комиссия
Контроль организации питания в школе, выполнение мероприятий по его улучшению	В течение года	Зам. директора по ВР, ответственный за организацию питания
Контроль выполнения требований СанПиН «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»	В течение года	Завхоз, Ответственный за питание

## 2. Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей

Название мероприятия	Сроки	Ответственный
Планирование работы по охвату горячим питанием обучающихся школы, по формированию навыков здорового питания	сентябрь	Директор, зам. директора по ВР
Заседание общешкольного родительского комитета «Организация питания в школе»	ноябрь, апрель	Зам. директора по ВР
Конференция для родителей «Ваш взгляд на ЗОЖ»	март	Зам. директора по ВР
Размещение информации об организации питания на школьном сайте	В течение года	Зам. директора по ВР
Организация консультаций для классных руководителей: культура поведения учащихся во время приема пищи; соблюдение санитарно-гигиенических требований; организация горячего питания – залог сохранения здоровья.	В течение года	Зам. директора по ВР
<b>Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся</b>		
Проведение классных часов, уроков здоровья, внеклассных мероприятий по воспитанию культуры питания среди обучающихся	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители
Буклеты «Умные продукты », «Правила правильного питания»	сентябрь, декабрь 2023, март, апрель 2024	Зам. директора по ВР
Конкурс блюд среди семей «Правильное питание-это красиво»	ноябрь	Ответственная по питанию, учитель технологии
Дегустация «Травяные чаи»	Февраль 2024	Ответственная по питанию, учитель технологии
Квест «Какие продукты я бы взял на необитаемый остров»	Декабрь 2023	Ответственная по питанию, учитель технологии, социальный педагог
Неделя «Этикет приема пищи»	Январь, май 2024	Ответственный по питанию, классные руководители
Видеорепортаж «Мы едим для того, чтобы жить или живем для того, чтобы есть?»	Февраль 2024	Зам. директора по ВР Ответственный по питанию
<b>Формирование основ здорового образа жизни</b>		
Дружеские встречи по волейболу	Сентябрь-ноябрь 2023	Учитель физкультуры
Весел«Папа, мама, я- спортивная семья»ые старты	Октябрь-декабрь 2023	Учитель физкультуры
	Ноябрь 2023	Учитель физкультуры
Туристические походы	Март 2024	Учитель биологии
Презентация через фотосессию «ЗОЖ в нашей семье»	Апрель 2024	Руководитель фотостудии
Флэш-моб «Умей дружить»	Декабрь 2023	Руководитель кружка «Умей дружить»

## Мониторинг реализации программы

Направление мониторинга	Диагностика	Сроки	Ответственный
Охват обучающихся горячим питанием	Анализ результатов посещаемости	Ежедневно, ежемесячно	Зам. директора по ВР, ответственный за организацию питания, классные руководители
Сохранение и укрепление здоровья обучающихся	Анализ состояния здоровья школьников по результатам медицинских осмотров; анализ заболеваемости детей	ежегодно	учитель физкультуры, кл. руководители
Уровень удовлетворенности обучающихся, родителей, организацией питания в школе	Анкетирование	ежегодно	Зам. директора по ВР
Материально-техническая база столовой	Анализ результатов приемки столовой к началу нового учебного года	ежегодно	Директор школы, завхоз
Формирование у школьников навыков здорового питания	Собеседование, наблюдение.	ежегодно	Зам. директора по ВР
Качество организации питания	Анкетирование, опросы, посещение столовой, анализ приготовления пищи и норм раскладки. санитарно-гигиенического состояния обеденного зала, визуальный осмотр	ежедневно	Завхоз, зам. директора по ВР