Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа №25 имени трижды Героя Советского Союза Александра Ивановича Покрышкина станицы Должанской

муниципального образования Ейский район

|  |  |
| --- | --- |
| Принято  на педагогическом совете  от 30.08.2024 г.  протокол № 1 | УТВЕРЖДЕНО  Директор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /О.Н. Барабаш/  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**Программа мероприятий**

**«Школа здорового питания»**

**по воспитанию культуры правильного питания на основе принципов здорового питания**

**Обоснование необходимости реализации Программы:**

*«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя.*

*От жизнерадостности, бодрости детей зависит их*

*духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие,*

*прочность знаний и вера в свои силы»*

**В.А.Сухомлинский**

Программа мероприятий по воспитанию культуры правильного питания на основе принципов здорового питания вызвана необходимостью создания условий в образовательным учреждении, обеспечивающих развитие культуры здоровья учащихся и вызвана следующими причинами:

- Необходимостью формирования здорового образа жизни учащегося с детского возраста (здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью);

- Системностью усвоения норм и правил, необходимых учащимся в специально проецируемой деятельности;

- Физиологическими сенситивными особенностями в развитии человеческого организма.

В связи с этим рациональное питание учащихся является одним из условий создания здоровьесберегающей среды. Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии. Важнейшим условием для поддержания здоровья, высокой работоспособности и выносливости человека является полноценное и правильное питание.

Основу предполагаемых подходов составляет внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня. Поэтому администрация МБОУСОШ № 25 сегодня уделяет большое внимание вопросам жизни и здоровья детей и подростков. Школьного питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени учащиеся проводят в школе, то и полноценно питаться они должны здесь же.

Очень важно, чтобы школы стала началом распространения знаний и умений в построении здорового питания. В связи с этим в школе разработана программа организации развития питания школьников «Школа здорового питания».

**Цель программы:**

Создать условия для обеспечения здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.

**Задачи программы:**

* Обеспечить соответствие школьного питания детей установленным нормам и стандартам, региональным, экологическим, социальным и культурным особенностям.
* Обеспечить сбалансированность и максимальное разнообразие рациона питания по всем пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры и жирные кислоты, витамины, минеральные соли и микроэлементы, а также минорные компоненты пищи.
* Обеспечить 100% учащихся школьным питанием.
* Привести материально-техническую базу школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями.
* Организовать проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) обучающихся о необходимости горячего  
  питания.  
  Прогнозируемый результат:  
  -улучшение состояния здоровья школьников по показателям  
  заболеваний, зависящим от качества питания;  
  -увеличение охвата горячим питанием обучающихся;  
  -повышение уровня знаний родителей и обучающихся школы по  
  вопросам здорового питания, здорового образа жизни.  
  -обеспечение благоприятных условий для организации режима дня  
  детей и подростков.

| **№ п/п** | **Содержание мероприятия** | **Дата** | **Ответственный** |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. | Оформление папки «Питание» (приказы, списки, нормативные документы и тд.) | До 10 сентября | Ответственный по питанию |
| 2. | Разъяснительная работа с родителями об обязательном горячем питании учащихся | постоянно | Администрация, кл. рук. |
| 3. | Родительские собрания «Формирование здорового пищевого поведения школьников» | сентябрь | Администрация |
| 4. | День рационального питания | сентябрь | Мед. работник |
| 5. | Анкетирование «Школьное питание» | сентябрь | Кл. рук. |
| 6. | Оформление уголка питания | сентябрь | От. по питанию |
| 7. | Заседание школьного управляющего совета по теме: «Организация питания обучающихся в соответствии с СанПиН» | сентябрь | Директор |
| 8. | Урок презентация: «Из чего варят кашу и как сделать кашу вкусной» | октября | Зам. дир. по ВР |
| 9. | Классный час «Мои друзья – витамины» | октябрь | Классные руководители |
| 10. | Классный час «Зачем нужен режим питания» | октябрь | Мед. работник |
| 11. | Конкурс рисунков «Витамины» | ноябрь | Уч.Изо |
| 12. | Викторина «Состязания юных валеологов» | ноябрь | Уч. биологии |
| 13. | Конкурс стенгазет «Горячий завтрак» | ноябрь | Классные руководители |
| 14. | Классный час «Быстрая еда: мода или антимода. Что нас питает, как мы питаемся» | ноябрь | Отв. по питанию |
| 15. | Урок – викторина «Мы выбираем правильный образ жизни!» (5-7 кл) | ноябрь | Отв. по питанию |
| 16. | Классный час «Реклама продуктов «Хорошо или плохо» | В течение года | Кл. рук., члены волонтёрского движения |
| 17. | Беседы с родителями «О правильном питании» (1-11 кл) | В течение года | Кл. руководители |
| 18. | Беседа «Разговор о правильном питании»  (1-11 кл) | Классные часы по расписанию | Кл. руководители |
| 19. | Посещение столовой родителями и членами родительского комитета (1-11 кл) | По графику дежурства классов | Кл. руководители |
| 20. | Круглый стол с педагогическими, медицинскими работниками «Рациональное питание и здоровье» | 1 раз в четверть | Зам. дир. по ВР |
| 21. | Анкетирование педагогических работников «Школьное питание» | декабрь | Отв. по питанию |
| 22. | Конкурс методических разработок классных часов по питанию | декабрь | Рук. МО кл. рук. |
| 23. | Классный час «Твой рацион – это ты» | декабрь | Классные руководители |
| 24. | Беседа «Режим питания» | декабрь | Мед. работник |
| 25. | Урок – презентация «Здоровье – это здорово!» (8-9 кл) | декабрь | Косенкова Н.В. |
| 26. | Игра – урок «Формула правильного питания» (3-4 кл) | декабрь | Косенкова Н.В. |
| 27. | Познавательный урок «Вредная пища» (1-4, 5-7, 8-11 кл) | январь | Минина Н.Е. |
| 28. | Ведение системного мониторинга охвата учащихся школы горячим питанием | ежемесячно | Отв. по питанию |
| 29. | День открытых дверей для родителей и жителей микрорайона | 1 раз в четверть | Администрация |
| 30. | Привлечение родителей для контроля за питанием в школьной столовой | В течение года | Зам. дир. по ВР |
| 31. | Родительский лекторий «Роль семьи в формировании здорового образа жизни» | ежемесячно | Кл. рук. |
| 32. | Классный час «Аукцион идей: почему в школе ученик должен питаться» | январь | Мед. работник |
| 33. | Викторина «Состязание юных валеологов» | январь | Уч. биологии |
| 34. | Проведение исследовательских работ по теме «Генетически модифицированные продукты» | февраль | Уч. биологии |
| 35. | Обзор книг по теме «Здоровое питание» | В течение года | Библиотекарь |
| 36. | Ведение системного мониторинга охвата учащихся школы горячим питанием | В течение года | Классные руководители |
| 37. | Театрализованное представление «Здоровое питание – здоровое поколение» | март | Рук. кружка |
| 38. | Ярмарка проектов «Школа здоровья»:  - конкурс иллюстрированных рефератов «Книга о вкусной и здоровой пище»,  - конкурс буклетов «Здоровое питание – здоровое поколение»  - конкурс агитбригад «Мы за здоровое поколение»  - конкурс «овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты» | апрель | Зам. дир. по ВР  Кл.руковдители |
| 39. | Ярмарка проектов «Школа здоровья»:  Конкурс компьютерных презентаций «Правильное питание – залог здоровья» | апрель | Кл. рук. |