

МБОУ «Самодедская школа»  
Плесецкого района Архангельской области



**Программа организации и развития  
питания школьников**

***"Здоровое питание"***

## **Информационная справка**

Практика организации питания убедили нас в преимуществе столовых, работающих непосредственно на сырье. Их полная автономность в приготовлении пищи, дает большую возможность обеспечения на месте блюд самого разнообразного меню. Отсутствие необходимости транспортировки пищи на длительное расстояние, её замораживания (охлаждения) и повторного разогрева дает возможность сохранить не только вкусовые достоинства, но и пищевую ценность.

С другой стороны, приготовление пищи в таких условиях требует наличия штата персонала в таких столовых, они должны быть оснащены полным оборудованием для обработки сырья, приготовления пищи, её раздачи, сбора и мытья посуды.

В нашей столовой большое внимание уделяется правильному хранению продуктов. В школе имеется 2 холодильника, предназначенные для хранения разного вида продуктов. Их наличие помогает сохранить качество продуктов до непосредственного их приготовления. Кроме того, в обязанности работника пищеблока входит выполнения всех норм хранения и реализации продуктов, а также выполнение всех санитарно-гигиенических норм.

Соблюдение норм хранения продуктов и калорийности питания контролируется. Кроме того, ведется санитарный журнал о допуске работника в столовой к работе.

В столовой работает 2 человека. Ношение спецодежды для работников пищеблока является обязательным. Это позволяет соблюдать необходимые санитарно – гигиенические нормы.

Школьная столовая полностью укомплектована необходимой посудой. Мытье и дезинфекция производятся с соблюдением всех норм санитарно-гигиенического режима.

Перед входом в помещение столовой для мытья рук учащимися организовано специальное место.

Большое значение имеет эстетический вид приготовляемых блюд, поэтому наш повар уделяет этому огромное внимание.

Большое внимание уделяется калорийности школьного питания. Учитывается возраст и особенности нагрузки школьников. Используется 10-дневное цикличное меню.

Необычайно приятна в нашей столовой атмосфера тепла и домашнего уюта. Персонал столовой всегда встречает детей доброжелательными улыбками и всех детей знает по именам. Поэтому дети всегда с удовольствием посещают школьную столовую.

Классные руководители ведут учета питания учащихся, проводят беседы с учащимися и их родителями о важности горячего питания. За качеством питания постоянно следит комиссия из членов школьной администрации. Качество получаемой сырой и готовой продукции проверяет бракеражная комиссия. Среди членов комиссий кроме администрации школы, учителей есть представители родителей учащихся. Их совместная работа позволяет контролировать организацию питания в школе, его качество, вносить необходимые коррективы и, в конечном счете, сохранить здоровье каждого ученика нашей гимназии.

## **Описание проблемы**

Значительное число современных проблем в системе общего образования, связано с негативной динамикой здоровья детей и подростков. Особую тревогу вызывает сам характер нарушений, которые часто являются следствием перенапряжения детского организма в процессе адаптации к качеству образовательной среды. В период получения общего образования организм учащегося испытывает повышенные нагрузки как умственные, так и физические. Нарушение питания в этот период может привести к расстройствам жизнедеятельности организма, в том числе к возникновению и прогрессированию различных заболеваний желудочно-кишечного тракта, органов кровообращения, изменениям со стороны эндокринной, костно-мышечной и центральной нервной систем. В настоящее время повсеместно продолжает возрастать число алиментарно-зависимых заболеваний у учащихся, напрямую связанных с нарушением правил рационального питания.

Соблюдение принципов рационального, сбалансированного, щадящего питания, оптимальное формирование рациона питания учащихся, правильное составление меню и приготовление пищи – важнейшие компоненты оздоровления детей с болезнями органов пищеварения и нарушения обмена веществ.

Поэтому здоровье ребенка рассматривается не только как цель, содержание и результат образовательного процесса, но и как критерий оценки качества и эффективности педагогической деятельности. Для решения этой задачи и была разработана Программа развития организации питания в школе, которая предполагает, что правильно организованное питание, несомненно, поможет сохранять здоровье школьников.

### **Актуальность программы**

Необходимость серьезно заниматься формированием культуры здоровья в системе общего образования обусловлена рядом объективных причин:

- 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 же возрасте закладываются и 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.

Вопросы организации школьного питания в последние годы вызывают повышенный интерес. 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 школы сегодня уделяет большое внимание вопросам жизни и здоровья детей и подростков. Особенно сейчас остро встал вопрос об увеличении охвата учащихся горячим питанием. 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.

**ЦЕЛЬ программы** организации и развития школьного питания:

*Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания и поиск новых форм организации горячего питания.*

**ЗАДАЧИ программы** организации и развития школьного питания:

1. *Способствовать формированию здоровой личности.*
2. *Добиться увеличения охвата обучающихся горячим питанием.*
3. *Внедрить новые формы организации питания.*
4. *Обеспечить благоприятные условия для качественного образовательного процесса.*

### **В ПРОГРАММЕ ПРИНИМАЮТ УЧАСТИЕ:**

#### **Семья:**

организация контроля за питанием:

- родительский комитет класса
- Управляющий совет школы.

#### **Администрация:**

- индивидуальные беседы;
- пропаганда санитарно-гигиенических знаний среди участников образовательного процесса, основ здорового образа жизни

#### **Педагогический коллектив:**

- совещания;
- родительские собрания, классные часы, беседы о ЗОЖ, рациональном питании;
- приобщение к занятиям в спортивных секциях;

- пропаганда здорового образа жизни

**Медицинский работник** (медсестра )

- контроль за здоровьем обучающихся
- контроль за состоянием столовой и пищеблока

## ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ

*1-е направление*

**Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение**

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Организационное совещание – порядок приема учащимися обедов; - график дежурств и обязанности дежурного учителя и учащихся в столовой	Сентябрь, январь	Зам. директора по УВР ответственный за организацию питания
2. Совещание классных руководителей: - об организации горячего питания.	Сентябрь, январь	Зам. директора по УВР
3. Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	Сентябрь, май	Директор школы
4. Организационное совещание по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение сан. гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний	Октябрь, февраль	Администрация
5. Организация работы бракеражной комиссии по питанию (педагоги, родители)	В течение года	Администрация
6. Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	В течение года	Администрация, бракеражная комиссия

*2-е направление:*

**Методическое обеспечение**

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. 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 УВР, ответственный по питанию
2. Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся	В течение года	Администрация

*3-е направление:*

**Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся**

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Проведение классных часов по темам: - режим дня и его значение; - культура приема пищи; - острые кишечные заболевания и их профилактика	Сентябрь	Классные руководители, медсестра, учитель технологии, учитель биологии, зам. директора по УВР
2. Игра – праздник для учащихся начальной и основной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	Октябрь	Зам. директора по УВР, классный руководитель,
3. Презентация горячего питания. - конкурс газет среди учащихся 3 – 5 классов «О вкусной и здоровой пище»; - оформление обеденного зала столовой; - выпуск классных газет о правильном питании (5-8 кл.), рекламных плакатов «Новое поколение выбирает правильное питание» (9-11 кл.).	Октябрь	Учитель ИЗО, классные руководители
4. Беседы с учащимися 7-9 кл. «Берегите свою жизнь»	Декабрь	Классный руководитель
5. Конкурс среди учащихся 5 – 11 классов «А ну-ка, девочки»	Март	Кл. руководитель
6. Анкетирование учащихся: - Школьное питание - По вопросам питания	Октябрь, февраль, апрель	Администрация, кл. руководитель
7. Беседы «Азбука здорового питания»	В течение года	Кл.руководители

#### 4-е направление –

#### Работа с родителями по вопросам организации школьного питания

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Проведение классных родительских собраний по темам: - совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни дома. Питание учащихся. - профилактика желудочно-кишечных заболеваний и инфекционных, простудных заболеваний. Итоги медицинских осмотров учащихся.	В течении года	Кл. руководители
2. Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»	Декабрь	Администрация
3. Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	Май	Классный руководитель

#### 5-е направление:

#### Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей

Основные мероприятия	Срок	Исполнители
1. Продолжение эстетического	Август, сентябрь	Администрация

оформления зала столовой		
2. Разработка новых блюд, изделий, их внедрение в систему школьного питания	В течение года	Повар

### ОСНОВНЫЕ ПРИКАЗЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В ШКОЛЕ

- Приказ об организации питания на учебный год
- Приказ о создании бракеражной комиссии в учебном году.
- Приказ о назначении ответственных за организацию питания в школе в учебном году.

### ОСНОВНЫЕ ИНСТРУКЦИИ И ПОЛОЖЕНИЯ:

- Должностная инструкция повара
- Положение о бракеражной комиссии
- Положение по питанию.

### ГРАФИК РАБОТЫ СТОЛОВОЙ

- 11.35-11.55 – обед 1-5 классов, учителя начальной школы  
 12.40- 13.00 – обед 6-11 классов, учителя старших классов.

### ГРАФИКИ ДЕЖУРСТВА В СТОЛОВОЙ

- график дежурства учителей

### КОНТРОЛЬ ЗА ОРГАНИЗАЦИЕЙ ПИТАНИЯ

- ежедневный: ведение табеля учёта питания, организация дежурства учителя, администратора,
- ежемесячный: анализ охвата горячим питанием.

### ПРИЛОЖЕНИЯ

#### ВИДЫ АНКЕТ

##### Анкета "Питание глазами родителей"

1. Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?
2. Считаете ли Вы рациональной организацию горячего питания в школе?
3. Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой?
4. Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи?
5. Удовлетворены ли Вы работой буфета?

##### Анкета "Питание глазами обучающихся"

1. Удовлетворяет ли тебя система организации питания в школе?
2. Устраивает ли тебя ежедневное меню?
3. Удовлетворен ли ты качеством приготовления пищи?
4. Удовлетворен ли ты работой обслуживающего персонала?
5. Удовлетворен ли ты графиком питания. Твои предложения.
6. Считаешь ли ты, что горячее питание повышает твою успеваемость?

##### Анкета для ученика "Завтракал ли ты?"

1. Что ты ел на завтрак?
2. Считаешь ли ты завтрак необходимым?
3. Какие твои любимые овощи?
4. Какие овощи ты не ешь?
5. Сколько раз в день ты ешь овощи?
6. Любишь ли ты фрукты?
7. Какие фрукты твои любимые?
8. Сколько раз в день ты ешь свежие фрукты?
9. Что ты ешь чаще всего между основными приемами пищи?
10. Какой напиток ты пьешь чаще всего?

11. Считаешь ли ты продукты, которые употребляешь полезными для себя?
12. Считаешь ли ты, что твой вес: нормальный, избыточный, недостаточный?