

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образования № 40 с углубленным изучением отдельных предметов»
городского округа город Уфа Республики Башкортостан**



РАССМОТРЕНО
на заседании педагогического совета
МБОУ «Центр образования № 40
с углубленным изучением отдельных предметов»
Протокол № 3 от «17» октября 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Центр образования № 40
с углубленным изучением отдельных предметов»
А.Р. Уразова
Приказ № 798р от «17» октября 2019 г.

СОГЛАСОВАНО
на заседании Управляющего совета
«Центр образования № 40
с углубленным изучением отдельных предметов»
Протокол № 5 от 17.10.2019 г.

**Программа
«Формирование культуры здорового питания»
на период с 2019 по 2023 год**

1. Паспорт программы «Формирование культуры здорового питания»

1. Наименование программы	Программа «Формирование культуры здорового питания» на период с 2019 по 2023 г.г.
2. Основания для разработки программы	<p>Закон Российской Федерации «Об образовании» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;</p> <p>Распоряжение Правительства Российской Федерации от 25 октября 2010 г. № 1873-р «Основы государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения до 2020 года»;</p> <p>СанПиН 2.4.2.2821-10 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»;</p> <p>СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, начального и среднего профессионального образования» (в ред. 25.03.2019г.);</p> <p>Постановление главного санитарного врача РФ от 31.09.2006 года № 30 «Об организации питания учащихся в ОУ»;</p> <p>Распоряжение Правительства Республики Башкортостан от 15.09.2016г. № 1031-р;</p> <p>Постановление Администрации городского округа город Уфа Республики Башкортостан от 13.09.2019г. № 1380 «Об установлении стоимости питания обучающихся муниципальных общеобразовательных организаций городского округа город Уфа Республики Башкортостан»;</p> <p>Решение Совета городского округа город Уфа Республики Башкортостан от 13.09.2019г. № 45/2 «О социальной поддержке обучающихся по предоставлению питания в муниципальных общеобразовательных организациях городского округа город Уфа Республики Башкортостан»;</p> <p>Письмо Министерства образования Республики Башкортостан от 07.06.2019г. № 16-7452 «О предоставлении бесплатного двухразового питания обучающимся с ограниченными возможностями здоровья»;</p> <p>Письмо Управления образования Администрации городского округа город Уфа Республики Башкортостан от 07.02.2019г. № 01-19/205 «О привлечении родителей к контролю за организацией питания»;</p> <p>План мероприятий по совершенствованию организации питания обучающихся общеобразовательных организаций городского округа город Уфа Республики Башкортостан на 2015-2019 г.г.</p>
3. Разработчик программы	Коннова Елена Марковна, заместитель директора по УВР
4. Основные исполнители программы	Администрация, педагогический коллектив центра образования, работники столовой (школа и детский сад), родители (законные представители).
5. Цель программы	Формирование культуры здорового питания учащихся, совершенствование организации питания
6. Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни; 2. Просвещение родителей (законных представителей) по вопросам организации правильного рационального питания детей. 3. Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания. 4. Обеспечение доступности дошкольного и школьного питания. 5. Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании. 6. Предупреждение (профилактика) инфекционных и

	<p>неинфекционных заболеваний среди детей и подростков, связанных с фактором питания.</p> <p>7. Пропаганда принципов здорового и полноценного питания</p>
7. Основные направления программы	<p>1. Организация рационального питания обучающихся.</p> <p>2. Обеспечение высокого качества и безопасности питания.</p> <p>3. Увеличение охвата горячим питанием.</p> <p>4. Организация образовательной разъяснительной работы по вопросам здорового питания.</p> <p>5. Пропаганда принципов здорового и полноценного питания.</p>
8. Этапы реализации программы	<p>1 этап - базовый 2019г.:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализ нынешнего состояния; - планирование реализации основных направлений программы; - создание условий реализации программы; - начало реализации программы. <p>2 этап - основной 2019-2022г.г.:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами; - промежуточный мониторинг результатов; - корректировка планов в соответствии с целями и задачами и промежуточными результатами. <p>3 этап - заключительный - 2022-2023г.г.:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мониторинг результатов; - анализ результатов; - планирование целей и задач на предстоящий период.
9. Ожидаемые результаты реализации программы	<p>1. Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания.</p> <p>2. Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании.</p> <p>3. Увеличение количества питающихся.</p>
10. Организация контроля за исполнением программы	<p>Общественный контроль за организацией и качеством питания воспитанников и школьников со стороны директора ОУ, бракеражной комиссии, ответственного по питанию в ОУ.</p> <p>Информирование родителей на родительских собраниях.</p>

2. Пояснительная записка

В настоящее время в Российской Федерации большое внимание уделяется вопросам обеспечения здорового питания населения. Правительством Российской Федерации утверждены «Основы государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения до 2020 года» (распоряжение Правительства Российской Федерации от 25 октября 2010 г. № 1873-р), которыми предусмотрен комплекс мероприятий, направленных на создание условий, обеспечивающих удовлетворение в соответствии с требованиями медицинской науки потребностей различных групп населения в здоровом питании с учетом их традиций, привычек и экономического положения.

Целями государственной политики в области здорового питания являются сохранение и укрепление здоровья населения, профилактика заболеваний, обусловленных неполноценным и несбалансированным питанием. Поэтому одной из задач является разработка образовательных программ для различных групп населения по вопросу здорового питания.

На современном этапе развития человеческого общества такие универсальные ценности, как жизнь и здоровье человека, приобретают особое значение. С одной стороны, потому, что они являются «структурообразующими факторами социальности», с другой - потому, что мы должны немедленно восстановить адекватное отношение к ним у подрастающего поколения.

Ребёнок должен расти здоровым, физически крепким, всесторонне развитым и выносливым. Из всех факторов внешней среды, оказывающих влияние на его физическое и нервно-психическое развитие, питание занимает ведущее место. Поэтому еще с раннего детства важно обеспечить полноценное и правильно организованное питание, являющееся залогом его здоровья. Всякое нарушение питания, как количественное, так, еще в большей мере, и качественное, отрицательно влияет на здоровье детей. Особенно вредны для организма нарушения питания в период наиболее интенсивного роста ребенка.

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. Такие нарушения получили название «школьной патологии». Специалисты отмечают, что «школьные патологии» проявляются в развитии опорно-двигательной, пищеварительной, сердечно - сосудистой систем, ростом нервно - психических заболеваний, болезней органов дыхания, зрения. Вследствие этого наблюдается общее снижение уровня психологической комфортности у детей и подростков. И как общее проявление - отрицательная динамика социальной активности, что проявляется в инертности в учебной и трудовой деятельности, а нередко ведет к неадекватному и даже агрессивному поведению.

Организм учащегося постоянно расходует много энергии. Эта энергия необходима ему для деятельности сердца, легких и других внутренних органов, для поддержания постоянной температуры тела. Учебные занятия, чтение, просмотр телевизионных передач также требуют расхода определенного количества энергии. С особенно большими энергетическими затратами связана работа, сопровождаемая сокращением мышц: движения, игры, занятия спортом, различные трудовые процессы. Основным источником энергии служит пища. Наряду с этим пища является «строительным материалом», необходимым для роста и развития организма. Очевидно, что процесс обучения не должен строиться за счет ресурсов здоровья ребенка, а должен быть направлен на сохранение и устранение нарушений в состоянии здоровья детей.

Культура питания – важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, что нашло отражение в федеральных государственных образовательных стандартах нового поколения (ФГОС). Формирование культуры здорового питания начинается с самых первых этапов обучения ребенка в школе и продолжается на протяжении всех лет обучения с учетом возрастного подхода.

Системная работа по формированию культуры здорового питания в нашей школе включает три направления: рациональную организацию питания школе; включение в учебно-воспитательный процесс программы формирования культуры здорового питания и

просветительскую работу с детьми, их родителями (законными представителями), педагогами и специалистами нашего образовательного учреждения. Такое сочетание направлений работы помогает создать и в школе, и дома такую среду, в которой возможно формирование культуры здорового питания и здорового образа жизни.

3. Характеристика Программы «Формирование культуры здорового питания»

Программа по формированию культуры здорового питания учащихся включает в себя четыре модуля:

- для воспитанников – дошкольное общее образование;
- для обучающихся 1 - 4 классов, начальное общее образование;
- для обучающихся 5 - 9 классов, основное общее образование;
- для обучающихся 10 - 11 классов, среднее общее образование.

4. Цель и задачи Программы

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

Реализация Программы предполагает решение следующих задач:

- обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- обеспечение доступности дошкольного и школьного питания;
- гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- предупреждение (профилактика) среди обучающихся инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- формирование у детей и родителей (законных представителей) потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания среди всех участников образовательных отношений.

5. Исполнители Программы и сроки реализации

Исполнители программы – Администрация, педагогический коллектив центра образования работники столовой (школа и детский сад), родители (законные представители).

Сроки реализации программы – 2019 - 2023 годы.

6. Принципы Программы

Программа предполагает реализацию следующих принципов:

- А. Питание является одним из важнейших факторов определяющих здоровье учащихся. Способствует профилактике заболеваний, повышению успеваемости, физическому и умственному развитию, создает условия для адаптации подрастающего поколения к окружающей среде.
- Б. Демократизация управления: реализация неотъемлемых прав каждого субъекта (учеников, родителей, педагогов) организации питания.
- В. Компетентный подход к требованию, а именно обучению детей и подростков знаниям об основах здорового питания и здорового образа жизни.

Вышеперечисленные принципы, лежащие в основе построения Программы, сориентированы на личность ребенка, на создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей и подростков, на свободное сотрудничество педагогов, семьи на целенаправленное взаимодействие, обеспечивающее совершенствование организации питания.

7. Ожидаемые результаты

- увеличение количества детей, питающихся в школьной столовой.
- улучшение здоровья школьников благодаря повышению качества питания.

В перспективе пропаганда правильного питания должна достичь следующих результатов:

Применительно к модулю программы для дошкольников:

- сформировать у детей гигиенические навыки, культуру поведения за столом;
- развивать умение сервировать стол, правильно пользоваться столовыми приборами;
- научить различать полезные и вредные продукты;
- сформировать единую систему правильного питания в детском саду и семьях воспитанников;
- научить детей и родителей (законных представителей) выбирать полезные продукты и готовить полезные блюда;
- сформировать гигиенические навыки и культуру приема пищи;
- воспитать у детей ответственное отношение к своему здоровью;
- научить придерживаться народных традиций в питании;
- укрепить физическое здоровье воспитанников и уменьшить уровень заболеваемости;
- укрепить взаимодействие между родителями (законными представителями) и педагогами.

Применительно модулю программы для обучающихся 1 - 4 классов:

- личностные результаты: формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- метапредметные результаты: овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- предметные результаты: получение первоначальных представлений о созидательном и нравственном значении труда в жизни человека и общества; о мире профессий и важности правильного выбора профессии.

Применительно к модулю программы для обучающихся 5 - 9 классов:

- личностные результаты: формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- метапредметные результаты: умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- предметные результаты: осознание роли техники и технологий для прогрессивного развития общества; формирование целостного представления о техносфере, сущности технологической культуры и культуры труда; уяснение социальных и экологических последствий развития технологий промышленного и сельскохозяйственного производства; овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач, моделирования, конструирования и эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда.

Применительно к модулю программы для обучающихся 10 - 11 классов:

- личностные результаты: принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- метапредметные результаты: владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения;
- предметные результаты: ориентированы на обеспечение преимущественно образовательной и общекультурной подготовки и должны отражать создание условий для развития навыков учебной, проектно-исследовательской, творческой деятельности, мотивации обучающихся к саморазвитию.

8. Направления реализации Программы

Работа по формированию культуры здорового питания будет проводиться по трем направлениям.

Первое – рациональная организация питания в столовой, где все от ее внешнего вида до состава продуктов должно соответствовать принципам здорового питания и способствовать формированию здорового образа жизни.

Второе – реализация образовательной разъяснительной программы по формированию культуры здорового питания у учащихся. 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. Программа предусматривает различные формы организации занятий и предполагает тесное взаимодействие с родителями (законными представителями).

Третье направление – просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей (законных представителей) в процесс формирования культуры здорового питания в семье.