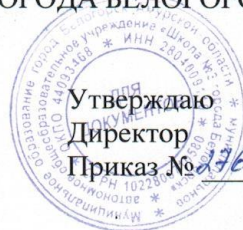


МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ШКОЛА № 3 ГОРОДА БЕЛОГОРСК»



Утверждаю
Директор Т.С. Мохова
Приказ № 36 от «30» 12 2020г.

ПРОГРАММА
ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО
ПИТАНИЯ
НА 2021-2023 ГОДЫ

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа по формированию культуры здорового питания
Координатор программы	Муниципальное казенное учреждение «Комитет по образованию и делам молодежи Администрации города Белогорск»
Участники программы	МАОУ «Школа №3 города Белогорск»
Цель программы	Создание системы мер по формированию культуры здорового питания, повышению престижа здорового образа жизни у обучающихся общеобразовательных организаций г. Белогорск
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обеспечение соответствия условий здорового питания обучающихся МАОУ «Школа №3 города Белогорск». 2. Увеличение числа обучающихся МАОУ «Школа №3 города Белогорск», получающих горячее питание. 3. Повышение уровня информированности обучающихся МАОУ «Школа №3 города Белогорск», их родителей (законных представителей), педагогических работников и иных сотрудников МАОУ «Школа №3 города Белогорск» о культуре здорового питания
Сроки реализации программы	2021 - 2023 годы
Основные направления программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рациональная организация питания в МАОУ «Школа №3 города Белогорск». 2. Включение в учебный процесс общеобразовательных программ по формированию культуры здорового питания обучающихся МАОУ «Школа №3 города Белогорск». 3. Просветительская работа с родителями (законными представителями) обучающихся МАОУ «Школа №3 города Белогорск», сотрудниками МАОУ «Школа №3 города Белогорск»
Конечные результаты реализации программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обеспечение охвата горячим питанием обучающихся МАОУ «Школа №3 города Белогорск» (доля, 100%). 2. Наличие утвержденного примерного меню горячих завтраков и обедов (в том числе 10-дневного меню) для обучающихся МАОУ «Школа №3 города Белогорск» г. Белогорск (доля, 100%). 3. Модернизация материально-технической базы пищеблока и обеденного зала (столовой). 4. Осуществление общественного (родительского) контроля за организацией питания МАОУ «Школа №3 города Белогорск». 5. Формирование системы взаимодействия МАОУ «Школа №3 города Белогорск» и ведомственных структур при реализации программы.

	<p>6. Создание системы информационно-методического и психолого-педагогического сопровождения МАОУ «Школа №3 города Белогорск» по повышению уровня культуры здорового питания обучающихся МАОУ «Школа №3 города Белогорск».</p> <p>7. Создание информационного пространства для родителей (законных представителей) по пропаганде и популяризации культуры здорового питания, здорового образа жизни обучающихся МАОУ «Школа №3 города Белогорск».</p>
--	---

2. Характеристика сферы реализации программы

Одной из важных задач МАОУ «Школа №3 города Белогорск» сегодня является формирование у обучающихся ответственного отношения к своему здоровью. Они 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, 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 общеобразовательной организации, 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 современном мире сохранение, укрепление и восстановление здоровья граждан продолжает оставаться приоритетной государственной задачей. За последнее десятилетие в России отмечается стойкая тенденция к ухудшению показателей здоровья детей как дошкольного, так и школьного возраста.

По данным XVIII Конгресса педиатров России "Актуальные проблемы педиатрии", за период с 2000 по 2015 годы общая распространенность нарушений здоровья и развития среди детей в возрасте до 14 лет увеличилась на 27,5%, а среди детей старшего подросткового возраста (15 - 17 лет) - на 50%. Ситуация усугубляется крайне неблагоприятной экологической обстановкой, низким уровнем культуры здорового образа жизни обучающихся.

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, соотношение условий, влияющих на здоровье, таково: условия и образ жизни, питание - 50%; генетика и наследственность - 20%; внешняя среда, природные условия - 20%; здравоохранение - 10%. Следовательно, все программы и мероприятия, направленные на сохранение и улучшение здоровья населения, должны в первую очередь формировать условия и образ жизни, оптимальные с точки зрения здоровья. Кроме того, экономическая нестабильность негативно сказывается на формировании ценностей здорового образа жизни среди детей.

Здоровое питание - важный фактор нормального развития и здоровья детей. Полноценное, сбалансированное питание является важнейшим условием нормального функционирования человеческого организма, особенно в период роста и развития. На период от 7 до 18 лет, который ребенок проводит в школе, приходится наиболее интенсивный соматический рост организма, сопровождающийся повышенными умственными и физическими нагрузками. Организация питания в каждой возрастной группе школьников имеет свои особенности, учитывающие изменения, происходящие в детском организме на каждом этапе. Школьный период можно условно разделить на три возрастные группы: 7 - 11 лет, 11 - 14 лет, 14 - 18 лет.

Недостаточное или несбалансированное питание в младшем школьном возрасте приводит к отставанию в физическом и психическом развитии, которое, по мнению специалистов, практически невозможно скорректировать в дальнейшем.

Одной из важнейших задач совершенствования организации школьного питания является формирование у детей культуры здорового питания, повышение квалификации руководящих и педагогических кадров, работников сферы школьного питания в части формирования культуры здорового питания, а также осуществление соответствующей просветительской работы среди детей, их родителей (законных представителей) и педагогического коллектива.

Образ жизни человека складывается не только под влиянием внешних условий, но и под воздействием привычек, ценностей, идеалов и т.д., многие из которых усвоены индивидом еще в семье и сохраняют устойчивость на протяжении всей его жизни. Именно поэтому так важно формирование и закрепление тех элементов образа жизни семьи, в том числе культуры питания, которые в наибольшей степени влияют на здоровье и при этом имеют наибольший потенциал устойчивости в качестве поведенческих моделей в качестве привычек, семейных традиций. Одной из главных задач государственной политики является формирование культуры здорового питания.

Культура питания - важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, что нашло отражение в федеральных государственных общеобразовательных стандартах (ФГОС).

Формирование культуры здорового питания должно начинаться с самых первых этапов обучения ребенка в школе и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учетом возрастного подхода.

Системная работа по формированию культуры здорового питания включает три направления:

1. Рациональная организация питания в общеобразовательных организациях.

Рациональная организация питания в общеобразовательной организации, в столовой, где все, от внешнего вида столовой до состава продуктов в школьном буфете, должно соответствовать принципам здорового питания и способствовать формированию здорового образа жизни обучающихся.

Структура, режим и организация питания в общеобразовательных организациях должны не только соответствовать всем гигиеническим требованиям, но и служить примером здорового питания.

2. Включение в учебный процесс образовательных программ по формированию культуры здорового питания обучающихся.

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. Например, на протяжении уже многих лет зарекомендовала себя комплексная программа, которая может использоваться в начальном общем, основном общем и среднем общем образовании, это программа "Разговор о правильном питании". Программа предусматривает различные формы организации занятий, наиболее эффективные в разном возрасте, и предполагает тесное взаимодействие с родителями.

При реализации программ, направленных на формирование культуры здорового питания, необходимо соблюдать принципы формирования культуры здорового питания, важнейшими из которых являются:

- 1) научная обоснованность и практическая целесообразность;
 - 2) возрастная адекватность;
 - 3) необходимость и достаточность информации;
 - 4) модульность структуры;
 - 5) системность и последовательность;
 - 6) вовлеченность семьи в реализацию программы.
3. Просветительская работа с родителями (законными представителями) обучающихся, сотрудниками МАОУ «Школа №3 города Белогорск».

Данное направление основано на вовлечении родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье, педагогов и специалистов в общеобразовательных организациях г. Белогорск.

Только сочетание всех направлений работы поможет создать и в школе, и дома такую среду, в которой возможно формирование культуры здорового питания и здорового образа жизни обучающихся.

Таким образом, значимость, обязательность и приоритетность мер формирования культуры здорового питания являются основанием для разработки программы.

План мероприятий по формированию культуры здорового питания обучающихся МАОУ «Школа №3 города Белогорск» представлен в приложении к программе.

3. Основания разработки, цели, задачи и конечные результаты реализации программы

Программа разработана на основании следующих документов:

1. Федеральный закон от 02.01.2000 № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов».
2. Федеральный закон от 21.11.2011 N№ 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
4. Закон Российской Федерации от 07.02.1992 № 2300-1 «О защите прав потребителей».
5. Указ Президента Российской Федерации от 09.10.2007 № 1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года».
6. Послание Президента Российской Федерации Федеральному Собранию Российской Федерации от 15.01.2020.
7. Постановление Правительства Российской Федерации от 15.08.1997 № 1036 «Об утверждении Правил оказания услуг общественного питания».
8. Постановление Правительства Российской Федерации от 19.01.1998 № 55 «Об утверждении Правил продажи отдельных видов товаров, перечня товаров длительного пользования, на которые не распространяется требование покупателя о безвозмездном предоставлении ему на период ремонта или замены аналогичного товара, и перечня непродовольственных товаров надлежащего качества, не подлежащих возврату или обмену на аналогичный товар других размера, формы, габарита, фасона, расцветки или комплектации».

9. Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 №1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Развитие образования».
10. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 25.10.2010 № 1873-р.
11. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р.
12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 13.07.2001 № 18 «О введении в действие Санитарных правил - СП 1.1.1058-01».
13. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 19.01.2005 № 3 «О введении в действие СанПиН 2.3.2.1940-05».
14. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 23.07.2008 № 45 «Об утверждении СанПиН 2.4.5.2409-08».
15. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 19.04.2010 № 25 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.2599-10».
16. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
17. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. №32 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
18. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 11.03.2012 № 213н, Министерства образования и науки Российской Федерации № 178 «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений».
19. Приказ Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 24.03.2020 № 186 «Об утверждении Концепции создания обучающих (просветительских) программ по вопросам здорового питания».
20. МР 2.4.0162-19.2.4. Гигиена детей и подростков. Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях). Методические рекомендации (утверждены Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 30.12.2019).
21. МР 2.4.0179-20.2.4. Гигиена детей и подростков. Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций. Методические рекомендации (утверждены Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 18.05.2020).
22. МР 2.4.0180-20.2.4. Гигиена детей и подростков. Родительский контроль за организацией горячего питания детей в общеобразовательных организациях. Методические рекомендации (утверждены Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 18.05.2020).

23. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.04.2012 № 06-731 «О формировании культуры здорового питания обучающихся, воспитанников».
24. Постановление Правительства Амурской области от 25.09.2013 № 448 «Об утверждении государственной программы "Развитие образования Амурской области».
25. Распоряжение Правительства Амурской области от 03.07.2020 № 211-р «Об утверждении Перечня мероприятий («дорожной карты») по организации бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в государственных и муниципальных образовательных организациях Амурской области, обеспечивающих охват 100 процентов от числа таких обучающихся в указанных образовательных организациях».
26. Постановление Правительства Амурской области от 12 ноября 2020 г. № 757 «Об утверждении региональной программы по формированию культуры здорового питания обучающихся общеобразовательных организаций Амурской области».
27. Проставление Администрации города Белогорск № 1487 от 21.12.2020г. «Об утверждении программы по формированию культуры здорового питания обучающихся общеобразовательных организаций г. Белогорск».

Цель Программы - создание системы мер по формированию культуры здорового питания, повышению престижа здорового образа жизни у обучающихся.

Задачи Программы:

1. Обеспечение соответствия условий здорового питания обучающихся санитарно-эпидемиологическим требованиям и нормативам.
2. Увеличение числа обучающихся, получающих горячее питание.
3. Повышение уровня информированности обучающихся, их родителей (законных представителей), педагогических работников и иных сотрудников МАОУ «Школа №3 города Белогорск» о культуре здорового питания.

Основными инструментами реализации Программы являются:

- 1) внедрение новых форм организации горячего питания обучающихся;
- 2) внедрение современных методов мониторинга состояния питания обучающихся;
- 3) укрепление и обновление материально-технической базы пищеблока;
- 4) совершенствование образовательной среды как объективного условия формирования культуры здорового питания обучающихся;
- 5) создание организационных и педагогических условий для повышения компетентности всех участников образовательного процесса в области культуры здорового питания;
- 6) организация конструктивного взаимодействия всех участников образовательного процесса по формированию культуры здорового питания;
- 7) создание педагогических условий для построения и реализации эффективной системы просветительской работы с родителями (законными представителями) обучающихся, сотрудниками МАОУ «Школа №3 города

- Белогорск»;
- 8) создание информационного пространства для родителей (законных представителей) обучающихся по вопросам формирования культуры здорового питания детей и подростков;
 - 9) повышение роли семьи в формировании культуры здоровья питания;
 - 10) организация и проведение совместных мероприятий по продвижению семейных традиций в области культуры здорового питания.

4. Результат реализации программы

К 2023 году планируется достичь следующих результатов реализации программы:

1. Обеспечение охвата горячим питанием обучающихся (доля, 100%).
2. Наличие утвержденного примерного меню горячих завтраков и обедов (в том числе 10-дневного меню) для обучающихся (доля, 100%).
3. Проведена модернизация материально-технической базы пищеблока и обеденного зала (столовой).
4. Осуществление общественного (родительского) контроля за организацией питания.
5. Формирование системы взаимодействия школы и ведомственных структур при реализации программы.
6. Создание системы информационно-методического и психолого-педагогического сопровождения МАОУ «Школа №3 города Белогорск» по повышению уровня культуры здорового питания обучающихся.
7. Создание информационного пространства для родителей (законных представителей) по пропаганде и популяризации культуры здорового питания, здорового образа жизни обучающихся.

5. Направления работы по формированию культуры здорового питания обучающихся

В МАОУ «Школа №3 города Белогорск» работа по формированию культуры здорового питания проводится по следующим направлениям:

1. Рациональная организация питания в школе, в школьной столовой, где все должно соответствовать принципам здорового питания и способствовать формированию здорового образа жизни. Структура, режим и организация питания в школе соответствуют не только всем гигиеническим требованиям, но и служат примером здорового питания.

2. Внеурочная деятельность по формированию культуры здорового питания (классные часы, беседы, акции, квесты по ЗОЖ и т.д.). При формировании культуры здорового питания ведется 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.

3. Просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье. Специальные исследования, проведенные Институтом возрастной физиологии РАО, показывают, что питание детей в

семье, как правило, нерационально и не сбалансированно, нарушен режим питания. Во многих семьях, даже живущих в сельской местности, в питании мало овощей, фруктов, молочных продуктов, а предпочтение отдается колбасным и кондитерским изделиям и т.п.

Работа по формированию культуры здорового питания как составной части здорового образа жизни в нашем образовательном учреждении носит системный характер, обеспечивающий преемственность и непрерывность данного процесса на различных ступенях образования, ведется с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, регионального и этнокультурного компонентов.

В работе с родителями классные руководители используют методические рекомендации МР 2.4. 0180-20 от 18.05.2020 г, в которых дается полное представление о принципах организации здорового питания, приведено рекомендуемое количество приемов пищи в образовательной организации в зависимости от режима функционирования, даны рекомендации по организации родительского контроля за организацией питания детей образовательных организациях, а также предложены рекомендации по организации питания детей в семье.

Приложение к Программе по
формированию культуры здорового
питания обучающихся

План мероприятий по формированию культуры здорового
питания обучающихся

№ п/п	Основные мероприятия	Срок исполнения	Исполнители
Рациональная организация питания			
1.	Организация и проведение производственного контроля за качеством продуктов питания и услуги по организации горячего	ежеквартально	Директор школы
2.	Утверждение и согласование в установленном порядке примерного 10-дневного меню для обучающихся	на начало учебного года	Директор школы
3.	Обеспечение общественного (родительского) контроля за организацией питания	2021-2023 г.г.	Администратор сайта
Включение в учебный процесс образовательных программ по формированию культуры здорового питания обучающихся			
1.	Организация и проведение мастер-классов, акций, мероприятий, встреч для обучающихся в области формирования культуры здорового питания	с 01.01.2021 г.	Заместитель директора по УВР
1.1	5-минутки «Разговор о правильном питании»	в течение учебного года	Классные руководители
1.2	Проведение классных часов.	1 раз в четверть	Классные руководители
1.3	Анкетирование учащихся по вопросам питания	октябрь апрель	Зам. директора по УВР
1.4	Проведение «Дня здоровья».	1 раз в полугодие	Учителя физкультуры

2.	Внедрение внеурочных образовательных программ, направленных на формирование культуры здорового питания обучающихся	ежегодно	Заместитель директора по УВР
3.	Разработка, утверждение и согласование образовательных программ (модулей) начального общего, основного общего, среднего общего образования, направленных на формирование культуры здорового питания обучающихся.	ежегодно	Заместитель директора по УВР
4.	Развитие профессионального мастерства и повышения уровня компетенций педагогических работников в области культуры здорового питания обучающихся.	2021-2023 г.г.	Директор школы
Просветительская работа с родителями (законными представителями) обучающихся			
1.	Создание информационного пространства для родителей (законных представителей) по пропаганде и популяризации культуры здорового питания, здорового образа жизни	2021-2023 г.г.	Директор
2.	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	в течение учебного года	Классные руководители
3.	Организация и проведение информационных встреч (семинаров, конференций, круглых столов, конкурсов) по вопросам здорового питания для родителей (законных представителей) обучающихся.	с 01.01.2021 г.	Директор

4.	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	май	Заместитель директора по УВР
5.	Информация для родителей на школьном сайте в разделе «Горячее питание»	2021-2023	Администратор сайта