Утверждаю

Директор МБОУ СОШ № 28

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_М.Е. Воропаева

«\_10»\_\_января\_\_\_2018 г.

**ПРОГРАММА ШКОЛЫ**

**ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ**

***«Приятного аппетита»***

Ст.Тамань



ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

**ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| **1.Наименование Программы** | Программа «Приятного аппетита» на период 2018- по 2022 гг. |
| **2.Основание для разработки Программы** | * + Конвенция о правах ребенка.   + Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка». * Федеральным Законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»   СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»   * Постановление главного санитарного врача РФ от 31.09.2006 года №30 «Об организации питания учащихся в ОУ» |
| **3.Разработ**  **чики Программы** | Администрация МБОУ СОШ №28 |
| **4. Цель Программы** | Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим  питанием. |
| **5. Основные задачи Программы** | * обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; * обеспечение доступности школьного питания; * гарантированное качество и безопасность питания и * пищевых продуктов, используемых в питании; * предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; * приведение материально-технической базы школьной * столовой в соответствие с современными разработками и технологиями; * пропаганда принципов здорового и полноценного * питания; * организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания. |
| **6.Этапы и сроки реализации Программы** | Программа реализуется в период 2018 - 2022 гг. в три этапа:  1 этап - организационный: организационные мероприятия;  разработка и написание программы.  2 этап - 2018 - 2022 г: реализация программы  3 этап - 2022 г.: обобщающий систематизация накопительного опыта, подведение итогов и анализ реализации программы. |
| **7. Объемы и источники финансирования** | Средства Федерального бюджета Средства Регионального бюджета Средства бюджета муниципального образования Родительские средства  Другие источники |
| **8. Ожидаемые результаты реализации Программы** | * обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; * обеспечение доступности школьного питания; * обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании; * отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; * приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями; * сохранение и укрепление здоровья школьников; увеличение охвата горячим питанием школьников и работающих сотрудников школы, доведение его до 100%; * улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Здоровье детей и подростков в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны, генофонд нации, являясь при этом, наряду с другими демографическими показателями, чутким барометром развития страны.

***Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты.***

Одна из главных задач школы – помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью. Для этого школьники должны узнать и, главное, принять для себя основные принципы здорового образа жизни, а это возможно только в результате серьезной кропотливой совместной работе педагогов, родителей и самого ребенка.

Соблюдение режима питания, витаминная обеспеченность, рациональное питание помогут школьникам избежать переутомления, повысить работоспособность и улучшить успеваемость.

Поэтому показателями здорового образа жизни школьника являются:

- оптимальный, соответствующий возрасту режим двигательной активности;

- соблюдение рационального режима дня, учебного труда и отдыха;

- правильно организованное питание: соблюдение научно-обоснованного рациона, калорийности пищи и режима питания;

- соблюдение требований психогигиены: адекватная реакция на стрессовые ситуации, отсутствие чувства напряжения, страха, тоски;

- соблюдение правил личной гигиены: гигиена тела, одежды, питания, сна, умственного и физического труда;

- отсутствие вредных привычек и пристрастей.

Влияние питания на организм, в особенности на растущий, многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость щкольников.

В 1998 году Правительство России приняло Концепцию государственной политики в области здорового питания населения России.

Государственная политика в области здорового питания населения основывается на следующих принципах:

- здоровье человека – важнейший приоритет государства;

- пищевые продукты не должны причинять ущерб здоровью человека;

- питание должно не только удовлетворять физиологические потребности организма в пищевых веществах и энергии, но и выполнить профилактические и лечебные задачи;

- рациональное питание детей, как состояние их здоровья, должны быть предметом особого внимания государства;

- питание должно способствовать защите организма от неблагоприятных условий окружающей среды.

Между тем питание является важнейшим фактором здоровья человека. Это и послужило отправной точкой для создания программы **Школы здорового питания «Приятного аппетита!»**, которая призвана не только формировать у школьника рациональное отношение к собственному питанию, но и дать представление об основных принципах здорового образа жизни.

**Цель программы** **Школы здорового питания «Приятного аппетита!»**

Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием.

**Задачи программы** **Школы здорового питания «Приятного аппетита!»:**

- обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;

- обеспечение доступности школьного питания;

- гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;

- предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;

- приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;

- пропаганда принципов здорового и полноценного питания;

-организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.

*Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников.*

***1.Задачи администрации школы:***

* Составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;
* Контроль качества питания;
* Контроль обеспечения порядка в столовой;
* Контроль культуры принятия пищи;
* Контроль проведения воспитательной работы со школьниками по привитию навыков культуры приема пищи;
* Контроль расходования средств на питание в школьной столовой.

**2.*Обязанности работников столовой:***

* Обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи;
* Использование современных технологий приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

**3.*Обязанности классных руководителей:***

* Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;
* Воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;
* Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;
* Организация конкурсов и и викторин на тему правильного питания.

**4.*Обязанности родителей:***

* Прививать навыки культуры питания в семье;
* Оказывать помощь в обеспечении школы чистой питьевой водой;
* Выполнять рекомендации классных руководителей и медработников по питанию в семье.

**5. *Обязанности учащихся:***

* Соблюдать правила культуры приема пищи;
* Дежурить по столовой.

***Ожидаемые конечные результаты программы:***

* сохранение и укрепление здоровья при стабильных результатах обучения;
* повышение приоритета здорового питания;
* повышение мотивации к здоровому образу жизни;
* поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей;
* улучшение состояния здоровья детей по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи;
* повышение качества и безопасности питания учащихся;
* обеспечение всех обучающихся питанием;
* обеспечение льготным питанием детей из социально – незащищенных семей.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Интерес к проблеме правильного питания, отношение к ней в значительной степени обуславливается психологическим климатом семьи. Работа с родителями начинается с установления контакта с семьей, выработки согласованных действий и единых требований.

Учитывая тот факт, что дети и подростки первую половину лня находятся в школе и питание в школе должно составлять 60%-70% ежедневного рациона учащихся, качество и эффективность школьного питания становятся важными факторами сохранения интеллектуального капитала и здоровья подрастающего поколения.

Таким образом, такое содержание программы по формированию у детей основ культуры питания позволяет подвести детей к пониманию того, что составляющей здорового образа жизни является правильное питание.