

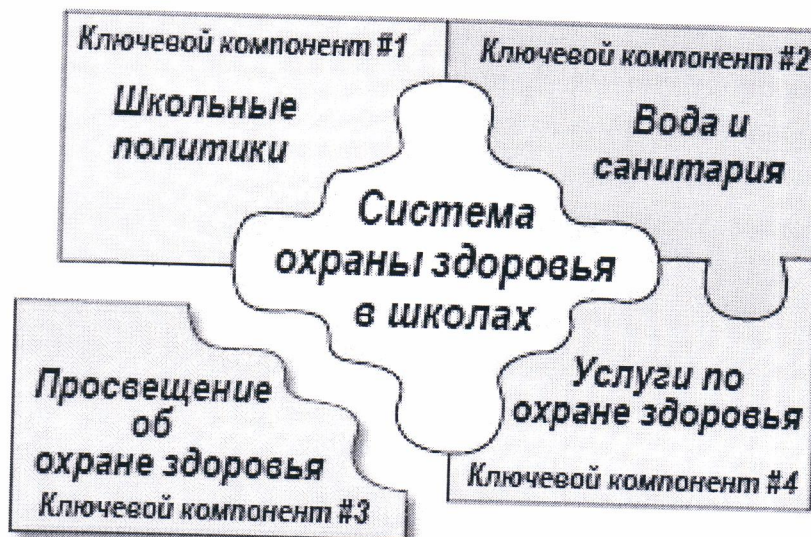
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ШЕЛКОВСКАЯ СОШ №1»



УТВЕРЖДАЮ.

Директор школы: Чулаева /З.Л.Чулаева/

«Здоровое питание школьников»



Пояснительная записка

Здоровье человека закладывается смолоду, когда процессы развития организма протекают наиболее интенсивно. С другой стороны, обучение в школе обуславливает большие нагрузки, напряжение умственных и физических сил. Одним из важных условий, благоприятствующих нормальному росту школьника, укреплению его здоровья, а значит и успешному обучению, является правильное питание.

Большинство родителей, очевидно, располагают определенными сведениями по вопросам детского питания. Питание, особенно питание детей, чрезвычайно важная проблема, поэтому нельзя ограничивать не только неверные взгляды свои познания в данной области разрозненными сведениями. «Полузнание» порой хуже незнания, именно оно часто бывает причиной формирования не только неверных взглядов на питание, но и вредных для здоровья привычек. До сих пор во многих семьях существуют укоренившиеся традиции, мнения, которые противоречат медицинским рекомендациям и нередко ведут к нарушениям здоровья. Заложенные в детстве привычки особенно прочны, поэтому культуру питания необходимо воспитывать у ребенка с малых лет.

Выражение «здоровое питание» по-разному понимается в разных странах людьми с разными культурными традициями. В целом, здоровое питание должно являться неотъемлемой частью повседневной жизни и способствовать крепкому физиологическому, психическому и социальному здоровью человека. В целом под выражением «здоровое питание» подразумевается совместное воздействие потребляемой нами пищи, нашего состояния здоровья и предпринимаемых нами усилий для улучшения здоровья, как собственного, так и окружающих. Качественное питание обеспечивается путем потребления безопасных пищевых продуктов в рамках сбалансированной диеты, в результате чего полностью удовлетворяются потребности нашего организма в питательных веществах.

В школе следует принимать меры по улучшению питания, так как качественное питание укрепляет способность к учению и здоровье детей. Поскольку питание влияет на интеллектуальное развитие и способность к учению, здоровое питание является необходимым условием хорошей успеваемости в школе. Школа играют жизненно важную роль, содействуя качественному питанию детей и предоставляя возможность для оказания им помощи. Школа более эффективно, квалифицированно, беспристрастно содействуют охране здоровья и здоровому питанию, чем какое-либо другое учреждение. Она контактируют с детьми, когда те находятся в критическом возрасте, определяющем их будущей образ жизни, включая качество питания. Кроме того, школа может влиять на соответствующее поведение персонала, учителей, родителей и членов местного сообщества.

На основании выше сказанного, следует отметить, что создание и реализация программы здорового питания в рамках образовательного учреждения это верная тенденция и с учетом этого можно поставить следующую цель:

Цель: формирование основ культуры здорового питания учащихся посредством усвоения необходимых навыков и уверенности в собственной способности вести здоровый образ жизни, улучшение культуры и состояния питания.

Для реализации поставленных целей поставлены следующие задачи:

Задачи программы:

1. Формирование у родителей и учащихся основ правильного питания, повышение уровня знаний, взглядов и поведения в отношении значения рациона питания для собственного здоровья и благополучия.
2. Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.
3. Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока школы;
4. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;
5. Проведение мониторинга качества организации питания.

1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	Сентябрь	Директор школы,
Организационное совещание — график питания; оформление бесплатного питания; сопровождение учащихся учителями в столовую.	Сентябрь	заместитель директора, по вопросам здоровья социальный педагог, директор школы
Заседание комиссии общественного контроля за организацией и качеством питания с приглашением классных руководителей 1-11-х классов по следующим вопросам: - Охват учащихся горячим питанием - Соблюдение санитарных и гигиенических требований - Профилактика инфекционных заболеваний.	Ноябрь Январь Март	Завхоз школы.
Осуществление ежедневного контроля за работой столовой администрацией школы, проведение целевых тематических проверок.	В течение года	Администрация школы, комиссия общественного контроля за организацией и качеством питания

2. Методическое обеспечение

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
<p>Организация консультаций для классных руководителей 1-4 классов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Культура поведения учащихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований»; - Организация горячего питания - залог сохранения здоровья». 	В течение года	Медсестра, завхоз школы
<p>Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания</p>	Май	Администрация
<p>Выпуск печатной продукции для учащихся, родителей и педагогов (памятки, буклеты)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основы рационального питания 2. Питание младших школьников 3. Как питаться весной 4. Натуральные и искусственные витамины. Что лучше? 	В течение всего периода	Завхоз школы
<p>Разработка тематики классных часов и родительских собраний</p>	В течение всего периода	Заместитель директора по ВР