

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ СОШ № 20



Л.В. Воронкова

Программа

«Здоровое питание»

Обоснование актуальности программы

Неудовлетворительные показатели состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в учебных заведениях, являются актуальной проблемой современности. Неуклонное снижение числа практически здоровых детей, все возрастающий поток детей, страдающих хронической патологией и инвалидов, рассматривается многими исследователями сегодня как национальная трагедия России. Все чаще звучит термин «школьные болезни» в связи с реально высокой значимостью влияний внутришкольной среды на здоровье учащихся. Интенсификация учебного процесса в сочетании с неблагоприятными санитарно-гигиеническими условиями обучения, неполноценным питанием приводит к тому, что за время учебы большая часть детей из групп риска переходят в III, IV группы здоровья, что свидетельствует о формировании стойкой хронической патологии.

Мониторинг состояния здоровья детей свидетельствует, что уже на дошкольном этапе численность практически здоровых детей не превышает 10%, у значительной части обследованных детей (70%) имеются множественные функциональные нарушения. При этом первое место занимают отклонения со стороны костно-мышечной системы (нарушения осанки, уплощение стопы, последствия перенесенного рахита). *На втором ранговом месте находятся нарушения со стороны органов пищеварения (кариес, дискинезии желчевыводящих путей), диагностирующиеся более чем у половины детей.* У многих дошкольников регистрируются отклонения со стороны системы кровообращения (систолический шум, нарушение сердечного ритма, тенденция к гипотонии), заболевания лор-органов. Отмечены негативные тенденции роста распространенности нарушений нервно-психического здоровья, а также значительное возрастание аллергопатологии. В целом, по данным НИИ педиатрии, 20% детей в возрасте 6-7 лет не готовы к обучению в школе, а 30-35% дошкольников имеют хронические заболевания. Следовательно, сниженный исходный уровень здоровья детей 6-7 лет, приступающих к систематическому обучению в школе, существенно снижает возможности успешного получения образования.

За годы обучения в образовательных учреждениях наблюдается прогрессирующее ухудшение состояния здоровья учащихся: 70% функциональных расстройств переходят теперь в стойкую хроническую патологию. *К окончанию школы в 4–5 раз возрастает заболеваемость органов зрения и опорно-двигательного аппарата, в 3 раза – органов пищеварения, в 2 раза – число нервно-психических расстройств.* Особо следует отметить увеличение в 5 раз числа детей с заболеваниями эндокринной системы и в 2 раза – с заболеванием туберкулезом (по некоторым данным в 10 классе 5,5% детей болеют

туберкулезом). К окончанию школы 80% девушек имеют хронические заболевания, которые впоследствии могут повлиять на их репродуктивный потенциал (течение беременности, роды, здоровье новорожденных). Наиболее значительный прирост нарушений состояния здоровья отмечен в критические периоды детства: у младших школьников – в 7, 10 лет и у подростков – в период от 12 до 17 лет. При этом считается, что отрицательное влияние внутришкольной среды и, прежде всего, перегрузок в начальной школе составляет 12%, а в старшей – 21%.

На сегодняшний день важным фактором, определяющим состояние здоровья участников образовательного процесса, как отмечают исследователи, является питание. Основными проблемами организации питания школьников названы:

- недостаточный охват учащихся питанием;
- формирования рациона питания школьников (недостаточное потребление наиболее ценных в биологическом отношении пищевых продуктов, преобладание углеводно-жирового компонента);
- слабая инфраструктура и материально-техническая база школьного питания;
- медленное внедрение новых форм организации питания школьников;
- недостаточная эффективность производственного контроля на объектах школьного питания.

Таким образом, организация питания учащихся в общеобразовательных учреждениях требует совершенствования: необходимо укрепление материально-технической базы школьных столовых, поиск новых форм обслуживания, внедрение новых технологий приготовления пищи, обеспечение продуктами повышенной пищевой и биологической ценности, повышение грамотности работников столовых, педагогов, учащихся, родителей по вопросам правильного питания.

Решению вопросов организации школьного питания посвящена подпрограмма «Питание» программы «Индустрия образования», принятой Министерством Образования России. Приоритетная роль рационального питания в поддержании здоровья школьников определена Постановлением Кабинета Министров Самарской области от 04.07.2006г. № 167 «О концепции государственной политики в области здорового питания населения Самарской области». Также в самарской области принята программа «Здоровое питание (2006-2010 годы).

В целях сохранения здоровья участников образовательного процесса, правильной организации питания в школе разработана программа по совершенствованию качества организации школьного питания «Здоровое питание».

Цель программы

Создание благоприятных условий для сохранения и укрепления физического здоровья школьников за счет повышения качества, эффективности и безопасности системы школьного питания.

Задачи по реализации цели

- 1. Обеспечить участников образовательного процесса полноценным регулярным горячим питанием.**
- 2. Следить за сбалансированностью питания.**
- 3. Формировать у участников образовательного процесса потребности в здоровом образе жизни, в том числе навыков рационального питания.**
- 4. Формировать культуру питания и самообслуживания.**

Срок реализации Программы: 2012-2016 годы.

Источники финансирования:

- средства городского бюджета**
- внебюджетные источники**

Оценка эффективности реализации программы

№ п/п	Наименование показателей	2012	2013	2014	2015
1.	Доля учащихся начальных классов, получающих горячее питание, %	104	105	107	107
2.	Доля учащихся среднего и старшего звена, получающих горячее питание, %	42	65	75	80
3.	Доля учащихся с заболеваниями ЖКТ, %	5	4	3	2
4.	Доля положительных отзывов о качестве питания, %	67	80	90	95
5.	Доля положительных отзывов об организации питания, %	78	100	100	100

Ожидаемые результаты

- **Повышение качества питания участников образовательного процесса.**
- **Обеспечение сбалансированности и безопасности меню.**
- **Внедрение новых схем питания.**
- **Совершенствование материальной базы, использование современного высококачественного оборудования.**
- **Повышение доли участников образовательного процесса, получающих горячее питание**
- **Снижение доли школьников с заболеваниями ЖКТ**

Основные направления деятельности школы по реализации программы

- 1. Укрепление и модернизация материально-технической базы помещений пищеблока.*
- 2. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания.*
- 3. Создание благоприятных условий для организации полноценного качественного питания участников образовательного процесса.*
- 4. Развитие новых прогрессивных форм обслуживания, повышение культуры обслуживания.*
- 5. Организация системы просветительской и методической работы с педагогами и родителями.*
- 6. Просветительно-воспитательная работа с учащимися.*
- 7. Динамическое наблюдение за состоянием здоровья школьников.*

Организация питания школьников

в МБУ СОШ № 20

(2015-2016 учебный год)

Индустриальные подходы и современные технологии организации питания в школе осуществлялись в учебном году за счет:

- централизованного производства готовой продукции и полуфабрикатов высокой степени готовности, которая осуществлялась в цехах ЗАО КШП «Дружба», где производилась готовая продукция, мучные и кулинарные изделия. Новшеством комбината является переход на очищенные вакуумированные овощи;
- доставки продукции в столовую с применением современных технологий транспортировки пищевых продуктов - специализированным транспортом;
- доготовки продуктов питания в пароконвектоматах и (или) регенерации охлажденных продуктов, а также их раздачи непосредственно в образовательном учреждении. Получение готовой продукции требуемого качества осуществлялось за счет использования высокотехнологичного оборудования: пароконвектоматов, позволяющих готовить на пару несколько разных блюд одновременно, современной раздаточной линии с подогревом, позволяющей получать потребителям гарантированно горячую пищу.

Такая система позволила обеспечить учащихся школы рациональным и качественным питанием в соответствии с действующими нормативными документами с учетом сезона года.

В течение года применялись ***различные формы обслуживания и производства:***

1. Буфет - раздаточная
2. Питание по типу «шведского стола», питание с использованием индивидуальной тары многоразового использования.
3. Столовая – доготовочная. Приготовление блюд на школьном пищеблоке.
 - **Буфет - раздаточная** оборудован подогреваемым прилавком (термитом) и охлаждаемым прилавком (салат-баром).
 - **Столовая-доготовочная** – традиционный способ, при котором основной процесс приготовления пищи проходит на базе школьного пищеблока. Время от приготовления до подачи пищи минимально, что позволило наилучшим образом сохранить пищевую ценность продуктов.
 - При организации питания по **типу шведского стола** у детей есть возможность делать выбор из нескольких закусок и гарниров, что, несомненно, сделало школьное питание намного привлекательнее и востребованнее. При этой форме используются гастроемкости, позволяющие сохранить нужную

температуру блюда в течение длительного времени. Подобный тип питания предлагался учащимся 5-11 классов.

К современным методам организации школьного питания относят не только формы обслуживания детей, но и **методы управления питанием** школьников. Успешно реализованы три группы:

I группа. Методы непосредственного воздействия на формирование рационов питания в организованных коллективах детей:

1. Проведение мероприятий по контролю организации питания в ОУ.

В школе осуществлялись:

- контроль за посещаемостью учащихся;
- контроль за количеством и списочным составом питающихся;
- контроль за качеством поступающего сырья и пищевых продуктов;
- контроль за соблюдением условий транспортировки;
- контроль за ассортиментом и объемом вырабатываемой продукции;
- контроль за качеством готовой продукции;
- контроль за соблюдением режима питания;
- контроль за количеством невостребованных порций;
- контроль за поточностью производственных процессов;
- контроль за соблюдением технологии производства продукции;
- контроль за работой теплового и холодильного оборудования;
- контроль за хранением и реализацией скоропортящихся продуктов, готовых блюд;
- контроль за условиями труда;
- контроль за соблюдением санитарно - противоэпидемического режима на пищеблоке.

2. Согласование рационов питания детей в ОУ.

Меню составлялось ежедневно накануне и утверждалось директором школы.

II группа. Методы опосредованного воздействия на работу предприятий школьного питания:

Опосредованное управление столовой МОУ средней школы № 20 осуществляется ЗАО КШП «Дружба».

III группа. Разъяснительная работа:

С должностными лицами органов власти и местного самоуправления на:

- совещаниях (различного уровня) с представителями органов власти и местного самоуправления, департамента образования мэрии г.о. Тольятти, ЗАО КШП «Дружба»;
- обсуждение проблем с представителями родительской общественности (на родительских собраниях, заседаниях Совета школы, в информационном пространстве).

Не менее важна просветительская работа, проводимая в школе, в области здорового питания, как среди педагогического персонала школы (совещания при директоре с педагогическим коллективом, с администрацией школы) и работников школьных пищеблоков, так и среди учащихся, начиная с самых первых классов, а также их родителей. С этой целью в школе были реализованы мероприятия целевой программы «Здоровое питание», оформлялся стенд «Будь здоров!», на котором размещались

материалы, касающиеся вопросов гигиены питания и здорового питания.

К сожалению, сегодня приходится констатировать недостаточный уровень гигиенической грамотности родителей, которые не уделяют должного внимания организации питания детей в семье. В то же время возрастает роль организации горячего питания в ОУ, выполняющего помимо основной функции обеспечения каждого ребенка жизненно необходимыми пищевыми веществами, в т. ч. незаменимыми, такими как витамины и минеральные вещества, воспитательную функцию, так как позволяет сформировать у детей оптимальное пищевое поведение в соответствии с принципами здорового питания. Таким образом, разъяснительная работа с родителями и педагогами была направлена на ликвидацию информационного дефицита в вопросах культуры питания, обеспечение педагогов и родителей исчерпывающей информацией об организации школьного питания.

Обучение детей основам здорового питания. Разъяснительная работа с детьми направлена на формирование у детей рационального пищевого поведения, формирование позитивных стереотипов пищевого поведения, соответствующих гигиеническим принципам здорового питания, профилактику поведенческих рисков здоровью, связанных с нерациональным питанием. Одна из главных задач школы сегодня – 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 работы педагогов, родителей и самого ребенка. Отвечающими этим требованиям является также целевая программа «Здоровое питание», реализуемая в школе.

Таким образом, исходя из вышесказанного следует, что совершенствование организации питания учащихся в МБУ школе № 20 осуществлялось через комплекс мер, который включает в себя:

1. Совершенствование нормативно – правовой базы

- Участие всех заинтересованных лиц в разработке проектов, нормативно-правовых актов в части организации школьного питания.
- Регулирование взаимодействия заинтересованных организаций.
- Формирование требований к качеству питания.

2. Унифицированный подход к организации питания

- Совершенствование договорных отношений в системе школьного питания в схеме: (комбинат школьного питания - общеобразовательное учреждение).
- Разработка и утверждение единых требований к режиму питания.
- Составление и утверждение меню.
- Осуществление безналичного расчета посредством оплаты через терминалы.

3. Развитие и укрепление материально-технической базы школьной столовой и пищеблока

- Проведение инвентаризации материально-технической базы школьной столовой и пищеблока.
- Ремонт оборудования

4. Кадровое обеспечение организации школьного питания

- Повышение профессионального уровня кадрового состава работников пищеблока, педагогических работников в части соответствия организации школьного питания предъявляемым требованиям

5. Осуществление мониторинга качества школьного питания

- Система эффективного производственного контроля в области организации школьного питания

Совершенствование организации школьного питания является одним из важнейших профилактических направлений, позволяющих оптимизировать школьную среду для существования детей в условиях организованного коллектива.

Социальными эффектами использования современных методов организации школьного питания являются:

- создание инфраструктуры для обеспечения качественным горячим питанием обучающихся в школе;
- повышение уровня здоровья обучающихся благодаря научно обоснованному рациону питания;
- улучшение качества питания за счет использования качественного сырья, современных технологий производства, хранения и транспортировки пищевой продукции, ежегодного повышения уровня квалификации специалистов, занятых в сфере школьного питания.

**План
мероприятий МБУ СОШ №20
на 2015-2016 учебный год
по программе «Здоровое питание»**

№ п/п	Мероприятие	Срок проведения	Участники, количество	Ответственные
<i>Работа с учащимися</i>				
1	Издание рукописной книги «Рецепты полезной пиццы». Выпуск листовок	октябрь	Учащиеся 1-11 классов	Классные руководители 1-11 классов
2	Классный час «Хлеб - наша жизнь и наше богатство»	ноябрь	Учащиеся 1-6 классов	Классные руководители 1-6 классов
3	Классный час «Расскажи о любимом блюде»	ноябрь	Учащиеся 5-7 классов	Классные руководители 5-7 классов
4	Классный час «Таблица Менделеева на нашем столе»	ноябрь	Учащиеся 8-11 классов	Классные руководители 8-11 классов
5	Конкурс листовок, плакатов «Приготовим новогодний стол на скорую руку»	декабрь	Учащиеся 5-9 классов	Классные руководители 5-9 классов
6	Конкурс для девушек «Хозяюшка»	март	Учащиеся 5-11 классов	Классные руководители 5-11 классов
7	Классный час «Болезни от еды»	апрель	Учащиеся 1-6 классов	Классные руководители 1-6 классов
8	Классный час «Анорексия в подростковом возрасте»	апрель	Учащиеся 7-9 классов	Классные руководители 1-11 классов
9	Классный час «Экологическая еда - правда и ложь»	апрель	Учащиеся 10-11 классов	Классные руководители 10-11 классов
10	Конкурс листовок по теме «Полезная еда из весеннего леса»	апрель	Учащиеся 5-9 классов	Классные руководители 5-9 классов
10	Проведение мониторинга охвата горячим питанием	ежемесячно	Учащиеся 1-11 классов	Кл. руководители 1-11 классов Биткова Е.П. Кожевникова Е.Ф.
11	Проведение мониторинга среди учащихся по организации питания		Учащиеся 1-11 классов	Кл. руководители 1-11 классов Зам. директора по УВР Шведова М.А.

12	Проведение мониторинга среди учащихся по качеству питания	октябрь март	Учащиеся 1-11 классов	Кл. руководители 1-11 классов Биткова Е.П. Зам. директора по УВР Шведова М.А.
Мероприятия с родительской общественностью				
1	Заседание Совета школы «Задачи на новый учебный год. Организация горячего питания»	сентябрь		Директор школы
2	Работа с Советом школы, общешкольным родительским комитетом по текущим вопросам	в течение года		Директор школы
3	Родительское собрание «Организация школьного питания »	сентябрь	Родители учащихся 1-11 классов	Директор школы, медицинская сестра МБУ школы № 20, Биткова Е.П., классные руководители 1-11 классов
4	Странички в рукописную книгу «Любимые праздничные рецепты»	декабрь	Родители учащихся 1-11 классов	Классные руководители 1-11 классов
7	Проведение мониторинга среди родителей по организации и качеству питания	ноябрь март	Родители учащихся 1-11 классов	Кл. руководители 1-11 классов Биткова Е.П. Зам. директора по УВР Шведова М.А.
Работа педколлектива				
1	Совещание при директоре «Организация горячего питания в 2015-2016 учебном году»	сентябрь		Директор школы
2	Составление и утверждение меню	ежедневно		Директор школы
3	Организация горячего питания в классах	В течение года		Классные руководители 1-11 классов

4	Организация бесплатного питания учащихся из малообеспеченных семей	В течение года		Биткова Е.П.
5	Организация горячего питания в столовой: определение режима питания, составление графика дежурства	сентябрь		Директор школы Биткова Е.П. Чалганова С.Ю.
6	Своевременное выявление учащихся с заболеваниями ЖКТ (в т.ч. по результатам профилактических медосмотров)	В течение года		Классные руководители 1-11 классов, медсестра
7	Обсуждение вопросов организации и качества питания на совещаниях, семинарах классных руководителей	В течение года		
Информационное сопровождение				
1	Оформление стенда «Будь здоров»	В течение года		Зам. директора по УВР Шведова М.А.
2	Размещение информации на сайте школы	В течение года		Афанасьева Е.Н.
3	Информирование родителей по вопросам горячего питания	В течение года		Классные руководители 1-11 классов
4	Предоставление необходимой информации в Департамент образования	В течение года		Зам. директора по УВР Шведова М.А.

