

УТВЕРЖДАЮ
Директор государственного
учреждения образования
«Шерешевская средняя школа»
_____ П.В. Прокопович
« ____ » _____ 2023г

Комплексная система мер,
направленная на пропаганду здорового питания
и формирование правильного пищевого поведения учащихся
в Государственном учреждении образования
«Шерешевская средняя школа»

2023

Пояснительная записка

Мы часто говорим: «В здоровом теле – здоровый дух». В школе значимым направлением в учебно-воспитательном процессе является воспитание здорового человека. Для детей школьного возраста основополагающим фактором здоровья является питание. При составлении меню школьника следует в первую очередь позаботиться о достаточном содержании в нем белкового компонента – главного строительного материала для растущего детского организма. Правильно организованное рациональное питание в детском возрасте служит существенным оздоровительным фактором. Растёт число учащихся с нарушениями зрения, заболеваниями органов пищеварения, с психоневрологическими отклонениями. Причины тому не только учебная нагрузка, неправильный режим дня, слабый медицинский контроль, но и плохое питание. В связи с этим организация питания во время пребывания учащихся в школе является одним из важных факторов профилактики заболеваний и поддержания здоровья детей и подростков. Основная проблема современного человека – это неправильное питание, ведущее к нарушениям обмена веществ. Для реализации комплекса мер по организации питания учащихся в учреждении образования необходимо повышение качества, сбалансированности и доступности школьного питания. Рациональное питание обучающихся – это одно из условий создания здоровьесберегающей среды в школе. Очень важно для поддержания здоровья, высокой работоспособности и выносливости человека полноценное и правильное питание. Вопросы организации школьного питания в последние годы вызывают повышенный интерес. Основу предполагаемых подходов составляет внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня. Состояние здоровья напрямую зависит от питания. Поэтому особое внимание уделяется вопросу организации правильного школьного питания. Питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени дети проводят в школе, то и питаться здесь они должны полноценно.

Необходимость серьезно заниматься формированием культуры питания в системе общего среднего образования обусловлена рядом объективных причин:

- фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно начать развивать именно в этот период;
- в этом же возрасте закладываются и основы здорового образа жизни, как система норм и правил, усваиваемых ребенком в специально проектируемой деятельности;
- школьный период в развитии наиболее сенситивен в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

Министерством здравоохранения Республики Беларусь определено, что наиболее оптимальными приемами пищи для учащихся 1-4 классов школ будет горячий (второй) завтрак, обед, полдник. Учащиеся 5-11 классов будут начинать прием пищи позднее – с обеда и далее получать полдник, ужин.

Количество приемов пищи зависит от времени пребывания в учреждении образования:

от 3,5 до 6 часов – одноразовое питание;

от 6 до 10 часов – двухразовое;

более 10 часов – трехразовое.

Чтобы еда нравилась всем школьникам, постановлением предусмотрена разработка дневного и на его основе примерного двухнедельного меню с учетом вкусовых предпочтений по результатам анкетирования родителей и учащихся.

Нормативное правовое обеспечение:

Кодекс Республики Беларусь об образовании;

Постановление Совета Министров Республики Беларусь 17 января 2022 г. №29 Об изменении постановлений Совета Министров Республики Беларусь;

Постановление Совета Министров Республики Беларусь 19 апреля 2023 г. №265 Об изменении постановления Совета Министров Республики Беларусь от 27 апреля 2013 г. №317;

Постановление Совета Министров Республики Беларусь 14 октября 2019 г. № 694 Об организации питания обучающихся;

Методические рекомендации по организации питания обучающихся в учреждениях образования в 2017/2018 учебном году;

Постановление Совета Министров Республики Беларусь 15 декабря 2022 г. № 870 Об эксперименте по организации питания обучающихся;

Государственный школьный стандарт;

Методические рекомендации по разработке и реализации в учреждениях общего среднего образования Комплексной системы мер, направленной

на пропаганду здорового питания и формирование правильного пищевого поведения учащихся.

Цель: формирование у учащихся ценностного отношения к основам культуры питания.

Задачи:

1. предоставить качественное, безопасное и сбалансированное питание с учетом вкусовых предпочтений самих обучающихся и их родителей (законных представителей).
2. повысить уровень знаний обучающихся, педагогов и родителей в вопросах здорового питания, популяризировать и повышать привлекательность здорового школьного питания;
3. формировать навыки правильного питания как составной части здорового образа жизни;
4. освещать вопросы организации правильного питания перед педагогической и родительской общественностью.

Прогнозируемый результат:

- улучшение состояния здоровья школьников по показателям заболевания, зависящим от качества питания;
- 100% охват питанием обучающихся;
- обеспечение благоприятных условий для организации режима дня для детей;
- сокращение количества отходов в школьной столовой.

№ п/п	Проводимые мероприятия	Дата	Ответственные
I. Создание условий, необходимых для организации мероприятий, направленных на пропаганду здорового питания и формирование правильного пищевого поведения учащихся			
1.1	Изучение нормативных документов по гигиеническим требованиям к организации горячего питания детей и подростков.	Август, сентябрь	Прокопович П.В., директор школы, Семашко Н.И., заместитель директора школы, Гармашова З.В., шеф-повар
1.2	Организация работы бракеражной комиссии, Совета по питанию	Сентябрь	Семашко Н.И.
1.3	Организация работы по обеспечению льготным и бесплатным горячим питанием обучающихся	Август, в течение года	Прокопович П.В.

1.4	Совещание при директоре «О реализации Комплексной системы мер, направленной на пропаганду здорового питания и формирование правильного пищевого поведения учащихся»	Апрель	Семашко Н.И.
1.5	Организация пропаганды здорового питания через УМО классных руководителей	В течение года	Кобылкевич И.И., руководитель УМО
1.6	Исследование уровня знаний обучающихся о здоровом питании	В течение года	Классные руководители
1.7	Разработка дневного и на его основе примерного двухнедельного меню с учетом вкусовых предпочтений по результатам анкетирования родителей и учащихся.	В течение года	Гармашова З.В.
1.8	Развитие материально-технической базы школьной столовой и улучшение её санитарного состояния	В течение года	Прокопович П.В. Обрубко Л.А., заместитель директора по хозяйственной заботе
1.9	Организация работы по эстетическому оформлению обеденного зала и блюд.	В течение года	Гармашова З.В.
II. Образовательный процесс			
2.1	Неделя правильного питания (организация бесед, встреч, выставок, информационных стендов, подготовка памяток для родителей)	25-30 сентября	Семашко Н.И., классные руководители, Гармашова З.В.
2.2	Проведение бесед, классных часов на темы: - «Азбука здорового питания. Режим питания. Правила поведения за столом»»; - «Здоровое питание – здоровая нация»; - «Здоровое питание и распорядок дня современного школьника»; - «Здоровое питание – основа здоровья»;	В течение года 1 раз в месяц	Классные руководители

	<p>- «Как питаться правильно. Обработка пищевых продуктов перед употреблением. Правила ухода за посудой»;</p> <p>- «Я и мое здоровье. Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья»;</p> <p>- «Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и готовых блюд»;</p> <p>-«Секреты правильного питания»;</p> <p>-«Я – то, что я ем!».</p>		
2.3	Формирование навыков здорового питания на уроках по предметам «Человек и мир», «Основы безопасности жизнедеятельности», «Физическая культура и здоровье», «Трудовое обучение» в начальной школе	В течение учебного года	Учителя начальных классов
2.4	Формирование навыков здорового питания на уроках по предметам «Биология», «Допризывная и медицинская подготовка», «Физическая культура и здоровье».	В течение учебного года	Учителя-предметники
2.5	Организация факультативных занятий «По ступенькам правил здорового питания» (I-IV классы)	В течение года	Учителя начальных классов
2.6	Проведение конкурсов (видеороликов о здоровом питании, о приготовлении обучающимися полезных блюд, фотографий, фотоколлажей «Здоровое питание моей семьи», плакатов и др.)	В течение года	Вакула Н.П., педагог-организатор, классные руководители
2.7	Проведение мастер-класса «Белорусская кухня» для учащихся, родителей и педагогов	19 октября	Вакула Н.П., Гармашова З.В., классные руководители
2.8	Участие в конкурсах, проектах по вопросам формирования здорового образа жизни, изучения народных обычаев и семейных традиций, связанных с питанием	В течение года	Педагоги

III. Взаимодействие с родительской общественностью			
3.1	Родительское собрание «Принципы здорового питания»	Сентябрь	Семашко Н.И., классные руководители, медицинский работник
3.2	Анкетирование родителей по выяснению вкусовых предпочтений учащихся	В течение года	Классные руководители
3.3	Мастер-классы «Здоровое питание»	Декабрь, март	Вакула Н.П., Гармашова З.В., классные руководители
3.4	Включение в классные родительские собрания вопроса «Воспитание пищевой культуры детей»	Ноябрь- декабрь	Классные руководители
3.5	Взаимодействие по вопросам питания детей с родителями посредством мессенджеров в заочном формате, в очном формате при проведении родительских собраний	В течение года	Классные руководители
IV. Информационное сопровождение. Контрольно-аналитическая деятельность			
4.1	Проведение мониторинга удовлетворенности учащихся школьным питанием (анкетный опрос обучающихся и их родителей по вопросам качества предоставляемого питания, вкусовых предпочтений обучающихся и др. посредством мессенджеров, в очном формате при проведении родительских собраний	В течение года	Классные руководители
4.2	Размещение на сайте школы информации по теме формирования правильного пищевого поведения учащихся, а также актуальную нормативную правовую и другую документацию, касающуюся вопросов организации питания.	В течение года	Семашко Н.И., Гармашова З.В.

4.3	Педагогический совет «О реализации системы мер, направленных на пропаганду здорового питания и формирование правильного пищевого поведения учащихся»	Август	Семашко Н.И.
4.4	Оформление стенда «Питание школьников»	Сентябрь, в течение года	Члены Совета по питанию, бракеражной комиссии
4.5	Выставки книг в библиотеке «Формула здорового питания», «Кухни разных народов» и др.	1 раз в четверть	Дроздова Н.М., библиотекарь