

Управление образования администрации городского округа «Город Йошкар-Ола»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №4 им. А.С.Пушкина гор. Йошкар-Олы»  
(МБОУ «Гимназия №4 им. А.С.Пушкина»)

424002, г. Йошкар-Ола, ул. Я. Эшпая, 156, тел./факс: 8 (8362) 45-01-15

E-mail: [Yoshgim4@mail.ru](mailto:Yoshgim4@mail.ru)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «Гимназия №4  
им.А.С.Пушкина г. Йошкар-Олы»  
\_\_\_\_\_ Гребнева Е.Н.  
«23» октября 2019г.

**Программа  
по совершенствованию качества  
организации школьного питания**

**«Здоровое питание – отличные знания»**

**2019-2021 г.г.**

**Паспорт программы**

Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка».

Закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями)

СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»

СанПин 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в ОУ, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

Постановление главного санитарного врача РФ от 31.09.2006 года №30 «Об организации питания учащихся в ОУ»

**3. Разработчики Программы**

Шишкина С.В., социальный педагог гимназии, ответственный по питанию.

**4. Основные исполнители Программы**

Администрация, педагогический коллектив гимназии, работники школьной столовой, родители, медработник

**5. Цель Программы**

Обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний детей.

**6. Основные задачи Программы**

1. Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
2. Обеспечение доступности школьного питания;
3. Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
4. Профилактика среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
5. Пропаганда принципов здорового и полноценного питания.
6. Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания
7. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на использование здорового питания, формирование знаний о негативных факторах риска здоровью;
8. Осознание целостности окружающего мира, освоение норм здоровьесберегающего поведения, основ культуры питания, приобретение и совершенствование навыков самообслуживания.

#### **7. Основные направления Программы**

1. Организация рационального питания обучающихся;
2. Обеспечение высокого качества и безопасности питания;
3. Увеличение охвата горячим питанием, доведение до 100%;
4. Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового и полноценного питания.

#### **9. Этапы реализации Программы**

2018-2021 гг.

##### **10. Объемы и источники финансирования**

1. Средства Федерального бюджета
2. Средства Регионального бюджета
3. Родительские средства

##### **11. Ожидаемые результаты реализации Программы**

1. Наличие пакета документов по организации школьного питания;
2. Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
3. Обеспечение доступности школьного питания
4. Обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
5. Отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
6. Сохранение и укрепление здоровья школьников;
7. Увеличение охвата горячим питанием школьников и работающих сотрудников школы, доведение его до 100%;
8. Улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой;

9. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на использование здорового питания, формирование знаний о негативных факторах риска здоровью;
10. Осознание целостности окружающего мира, освоение норм здоровьесберегающего поведения, основ культуры питания, приобретение и совершенствование навыков самообслуживания.

## **12. Организация контроля за исполнением Программы**

1. Общественный контроль за организацией и качеством питания школьников со стороны родительского комитета школы;
2. Информирование родителей на родительских собраниях.  
Содержание Программы
  1. Паспорт Программы
  2. Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения.
  3. Принципы здорового питания
  4. Характеристика Программы:
    - Цель Программы;
    - Задачи;
    - Ожидаемые результаты реализации;
    - Направления Программы;
    - Характерные черты Программы
  5. Характеристика ресурсов Программы:
    - Нормативно-правовые ресурсы;
    - Кадровое обеспечение
  6. Механизм реализации Программы:
    - контроль за организацией питания;
    - выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников.

## **7. Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы.**

### **ОБОСНОВАНИЕ АКТУАЛЬНОСТИ ПРОГРАММЫ.**

Значительное число современных проблем в системе общего образования, связано с негативной динамикой здоровья детей и подростков. Особую тревогу вызывает сам характер нарушений, которые часто являются следствием перенапряжения детского организма в процессе адаптации к качеству образовательной среды. Такие нарушения получили название «школьной патологии». Специалисты отмечают, что «школьные патологии» проявляются в развитии опорно-двигательной, пищеварительной, сердечно – сосудистой систем, ростом нервно – психических заболеваний, болезней органов дыхания, зрения. Сегодняшняя ситуация с состоянием питания российских школьников вызывает тревогу по целому ряду причин. Во-первых, часть детей страдает от неполноценности рациона питания, причем в наиболее острых случаях это приводит к замедлению физического и функционального развития. Во-вторых, дети и, видимо, их родители, не

демонстрируют грамотного, сознательного отношения к режиму питания. Между тем, нарушение принципов рационального питания – верный путь к развитию многочисленных форм желудочно-кишечных заболеваний. В-третьих, некоторые дети (видимо, согласуя свои действия с мнением родителей) избегают пользоваться услугами школьных столовых. Это также нарушает рациональный режим питания, учитывая, что учащиеся старших классов проводят в школе по 7-9 часов ежедневно. Многие обучающиеся имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. Основные проблемы питания школьников связаны с нарушением режима питания вне стен школы. Обычно это связано с недостаточной информированностью и/или попустительством со стороны родителей.

Все перечисленные факторы формируют группу риска развития желудочно-кишечных и иных заболеваний, негативно сказываются на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Вследствие этого наблюдается общее снижение уровня психологической комфортности у детей и подростков. И как общее проявление – отрицательная динамика социальной активности, что проявляется в инертности в учебной и трудовой деятельности, а нередко ведет к неадекватному и даже агрессивному поведению.

Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в школе, 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 Законе Российской Федерации "Об образовании" сохранена обязанность образовательного учреждения организовывать питание обучающихся, выделять помещение для питания детей, предусматривать перерыв достаточной продолжительности (статья 51).

Для решения этой задачи и была разработана Программа по совершенствованию качества организации школьного питания в МБОУ «Гимназия №4 им.А.С.Пушкина», которая предполагает, что правильно организованное питание, несомненно, поможет сохранять здоровье школьников.

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

- фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, а, 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.

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 при минимальных затратах обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня. Поэтому администрация гимназии, сегодня уделяет большое внимание вопросам жизни и здоровья детей и подростков. Особенно сейчас остро встал вопрос об организации правильного школьного питания. Питание должно быть сбалансированным, то есть, чтобы полноценно развиваться, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени дети проводят в организованных коллективах, школах, то и полноценно питаться они должны здесь же.

Работа школьной столовой строится по установленному порядку на основании соответствующих нормативных документов: положений, приказов, планов, графиков.

Школьная столовая полностью укомплектована необходимой посудой. Мытье и дезинфекция производятся с соблюдением всех норм санитарно-гигиенического режима, используются самые лучшие средства дезинфекции. В школе работает посудомоечная машина, обеспечивающая мытье и ошпаривание посуды.

Большое внимание уделяется калорийности школьного питания. Учитывается возраст и особенности нагрузки школьников. Основная масса учащихся питается во время перемен после первого, второго и третьего уроков. Продолжительность этих перемен по 15 минут. Медицинский работник ежедневно проверяет и просчитывает присылаемое меню, внося корректировки в ассортиментный перечень блюд.

Организовано еженедельное дежурство учащихся 6 -11-ых классов согласно графику. На каждой перемене в столовой дежурит учитель, который смотрит за порядком в зале, оказывает посильную помощь в организации горячего питания.

Учащиеся получают горячего питания в школьной столовой в виде завтрака, усиленного завтрака и обеда. Мониторинг охвата горячим питанием ведётся ежемесячно.

### **КОНЦЕПЦИЯ ОПТИМАЛЬНОГО ПИТАНИЯ**

Рациональное, здоровое питание детей и подростков в организованных коллективах является необходимым условием обеспечения их здоровья. Полноценное питание — существенный и постоянно действующий фактор, обеспечивающий адекватные процессы роста и развития организма, а также укрепление здоровья в детском и подростковом возрасте. Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном

отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты.

В организации питания большое значение имеют режим или ритм питания для каждой возрастной группы, правильное распределение рациона питания по отдельным приемам пищи. Немаловажное значение отводится кулинарной обработке, оформлению пищи и обстановке, в которой осуществляется ее прием, включая воспитание гигиенических навыков подготовки к приему пищи и правильное поведение во время еды.

В России структура питания детей, особенно школьного возраста, характеризуется продолжающимся снижением потребления наиболее ценных в биологическом отношении мяса и мясопродуктов, молока и молочных продуктов, рыбы и рыбных продуктов, яиц, растительного масла, фруктов и овощей. При этом существенно увеличивается потребление хлеба и мучных продуктов, а также картофеля.

Питание школьника должно быть сбалансированным. Для здоровья детей важнейшее значение имеет правильное соотношение питательных веществ. В меню школьника обязательно должны входить продукты, содержащие не только белки, жиры и углеводы, но и незаменимые аминокислоты, витамины, некоторые жирные кислоты, минералы и микроэлементы. Соотношение между белками, жирами и углеводами должно быть 1:1:4.

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 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.

Недостаток белка, а тем более белковое голодание в младшем школьном возрасте приводит к отставанию роста, нарушениям не только физического, но и умственного развития, снижению сопротивляемости болезням, успеваемости и трудоспособности, а избыток ведет к нарушению обменных процессов и снижению аппетита. В период роста особенно велика потребность в жидкости, благодаря которой происходит лучшее усвоение питательных веществ, а также выведение продуктов распада из организма. Недостаток жидкости в ежедневном рационе (около 2 литров в сутки) может привести к нарушению терморегуляции и процесса пищеварения, вызвать плохое самочувствие, которое у детей часто проявляется в виде расторможенности, невозможности сосредоточиться. Постоянный дефицит жидкости может привести к заболеваниям почек и печени.

При организации питания обучающихся, воспитанников средней школы необходимо учитывать физические и физиологические изменения, которые происходят в подростковом возрасте. Достаточное поступление белков, необходимых для формирования новых структурных компонентов

организма, приобретает особое значение. Именно поэтому недостаток или даже полное исключение из рациона питания белковой пищи отражается не только на самочувствии, но может привести к нарушению естественного хода развития. Важное значение имеет и присутствие в рационе питания продуктов - источников кальция, необходимого для нормального роста и развития костной ткани. Недостаток кальция приводит к заболеваниям опорно-двигательного аппарата: сколиозу и нарушению осанки. В связи с увеличением объема крови и мышечной массы значительно увеличивается потребность организма подростков в железе.

Организация питания старшеклассников должна учитывать значительный рост энергетических потребностей организма, связанных с увеличением интеллектуальных, эмоциональных и физических нагрузок. Важно отметить, что расход энергии в сутки у юношей и девушек выше, чем у взрослых мужчин и женщин.

Системная работа по формированию культуры здорового питания может помочь изменить вкусовые пристрастия, постепенно изменить структуру питания, научить детей делать сознательный выбор в пользу полезных блюд, здорового питания.

## **ПРИНЦИПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ**

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.

## **ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ И СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

**Целью** Программы является: Обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний. Формирование культуры здорового питания.

### **Задачи Программы:**

1. обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
2. обеспечение доступности школьного питания;
3. обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
4. предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
5. приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;
6. пропаганда принципов здорового и полноценного питания;

7. организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания и культуры питания;
8. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на использование здорового питания, формирование знаний о негативных факторах риска здоровью;
9. осознание целостности окружающего мира, освоение норм здоровьесберегающего поведения, основ культуры питания, приобретение и совершенствование навыков самообслуживания.

**Срок реализации Программы:** 2018-2021 годы.

#### **Этапы реализации программы**

##### 1 этап Базовый -2018-2019 гг.

- планирование реализации основных направлений программы;
- создание условий реализации программы;
- начало реализации программы.

##### 2 этап Основной -2019-2020 гг.:

- поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами;
- промежуточный мониторинг результатов;
- корректировка планов в соответствии с целями и задачами и промежуточными результатами.

##### 3 этап Заключительный - 2020-2021 гг.:

- завершение реализации программы;
- мониторинг результатов;
- анализ результатов.

#### **ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

1. Рациональное питание детей, как и состояние, их здоровья, должны быть предметом особого внимания школы.
2. Питание должно удовлетворять физиологические потребности организма учащихся в пищевых веществах и энергии, выполнять профилактические и лечебные задачи.

#### **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

Реализация мероприятий Программы позволит увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой, улучшить качество питания школьников и обеспечение его безопасности

#### **ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

1. Создание благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся;
2. Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока образовательного учреждения;
3. Развитие новых прогрессивных форм обслуживания и повышение культуры питания;



4. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;
5. Развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся, обеспечения их необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
6. Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.

**Кадровое обеспечение:**

5 поваров

**МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**Производственный и общественный контроль за организацией питания:**

Вид контроля

Структура, осуществляющая контроль

1.

Контроль за формированием рациона питания

Директор школы, ответственный за горячее питание

комиссия школы по контролю за организацией и качеством питания

2.

Входной производственный контроль

Директор школы школы ежедневно

3.

Контроль санитарно-технического состояния пищеблока

Директор школы

4.

Контроль сроков годности и условий хранения продуктов

ФС Роспотребнадзор;

6.

Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения

ФС Роспотребнадзор;

7.

Контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены персонала, гигиеническими знаниями и навыками

Медицинские осмотры ежегодно по графику

8.

Приемочный производственный контроль

бракеражная комиссия ежедневно

9

Контроль за приемом пищи

Дежурный администратор;

классные руководители ежедневно;

## **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;

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

Составление рационального питания на день и перспективного меню;•

- Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;

- Использование современных технологии 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 викторин на тему правильного питания.

### **4. Обязанности родителей:**

- Прививать навыки культуры питания в семье;

- Выполнять рекомендации классных руководителей и медработников по питанию в семье.

### **5. Обязанности обучающихся:**

- Соблюдать правила культуры приема пищи;

- Дежурить по столовой;

- Принимать участие в выпуске тематических газет;

..

**Комплекс мероприятий, направленных на реализацию программы  
МБОУ «Гимназия №4 им. А.С.Пушкина»  
на 2018-2019 учебный год**

<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственный</b>	<b>Отметка о выполнении</b>
	<b>Организационно-методические мероприятия</b>			

	<i>с кадрами</i>			
1.	Создать совет по контролю за организацией и качеством питания обучающихся	Сентябрь	Директор	
2.	Провести организационное собрание с работниками школьной столовой по вопросам организации питания в текущем учебном году	Август	Директор	
3.	Провести организационное совещание с классными руководителями по вопросу организации завтраков и обедов в школьной столовой	Август	Директор	
4	Организовать обучающие лектории для работников школьной столовой с участием врачей-специалистов	Октябрь	фельдшер гимназии	
5.	Организовать совещание с классными руководителями «Совершенствование организации питания учащихся как фактор сохранения и укрепления здоровья детей и подростков»	Ноябрь	Зам. директора по УВР	
7.	Провести совещания совета по контролю за организацией и качеством питания обучающихся при директоре по вопросам организации и развития школьного питания: 1. Соответствие рациона питания согласно утвержденному меню. 2. Качество готовой продукции. 3. Санитарное состояние пищеблока. 4. Организация приема пищи в школьной столовой.	1 раз в четверть	Директор	

8.	Создать бракеражную комиссию по контролю за поступающей продукцией	сентябрь	Совет по питанию	
9.	Подводить итоги контроля за организацией питания на заседаниях административного совета и совещаниях	1 раз в четверть	Социальный педагог	
	<b><i>Издать приказы по гимназии:</i></b>			
1.	«Об организации горячего питания обучающихся на учебный год»	август	Директор	
2.	«О назначении ответственного за горячее питание обучающихся»	август	Директор	
3.	«Об организации питания детей из многодетных семей»	август	Директор	
4.	«О создании бракеражной комиссии».	август	Директор	
	<b><i>Оформить уголок потребителя и поместить следующие документы:</i></b>	сентябрь	Зам. директора по УВР	
1.	Приказ «Об организации горячего питания обучающихся на учебный год»	сентябрь	Зам. директора по УВР	
2.	Приказ «О назначении ответственного за горячее питание обучающихся»	сентябрь	Зам. директора по УВР	
3.	Приказ «Об организации питания детей из многодетных семей»	сентябрь	Зам. директора по УВР	
4.	Приказ «О создании бракеражной комиссии»	сентябрь	Зам. директора по УВР	
5.	«График посещения столовой»	сентябрь	Зам. директора по УВР	
6.	« Меню»	сентябрь	Зав. производством	
7.	«График дежурства по столовой педагогов и обучающихся»	сентябрь	Зам. директора по УВР	
	<b><i>Утвердить режим работы школьной столовой на</i></b>	август	Директор школы	

	<i>учебный год</i>			
1.	Подготовить списки льготной категории детей по заявлению родителей	Август-сентябрь	Социальный педагог	
2.	Разработать и утвердить требования к персоналу сотрудников пищеблока, осуществляющих питание обучающихся	август	Зав. производством	
3.	Разработать положение о дежурном классе и учителе по школьной столовой	Сентябрь	Зам. директора по УВР	
4.	Разработать положение о бракеражной комиссии	Сентябрь	Зав. производством	
5.	Утвердить график дежурства учителей и учащихся в гимназии	Сентябрь	Директор	
6.	Оформить информационный стенд для родителей «Здоровое питание»	Сентябрь	Зам. директора по ВР, социальный педагог	
7.	Согласовывать ассортимент школьного буфета	Ежедневно	Директор школы, зав. производством	
8.	Организовать консультации для классных руководителей и родителей по вопросу питания обучающихся 1-4-х, 5-8-х, 9-11-х классов по темам:	В течение учебного года	Социальный педагог	
9.	■ «Культура поведения обучающихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований	Декабрь 1-4 класс	Социальный педагог	
10.	■ «Организация горячего питания - залог сохранения здоровья»	Март 5-11 класс	Социальный педагог	
11.	Провести мониторинг охвата обучающихся школы горячим питанием	ежемесячно	Социальный педагог	
12.	Анкетирование обучающихся и их родителей по организации питания:	1 раз в четверть	Зам. директора по УВР, социальный педагог	

			педагог	
13.	■ «Школьное питание: качество и разнообразие обедов»	1 раз в полугодие	Социальный педагог	
14.	■ «Ваши предложения на год по развитию школьного питания»	1 раз в четверть	Социальный педагог	
15.	■ Социологический опрос обучающихся, родителей об удовлетворенности организацией питания в школе	1 раз в полугодие	Социальный педагог	
16.	■ Социологический опрос обучающихся о качестве готовой выпечки.	1 раз в четверть	Социальный педагог	
	<b>4. Работа с обучающимися и родителями</b>			
1.	Провести родительские собрания:			
2.	■ «Питание школьника и его здоровье»;	сентябрь	Социальный педагог	
3.	■ «Здоровое питание - залог здоровья»;	декабрь	Фельдшер гимназии	
4.	■ «Как правильно составить рацион ребенка школьного возраста»;	март	Социальный педагог	
5.	■ Обеспечить контроль за организацией питания обучающихся в школьной столовой медицинскими работниками и ответственной за питанием.	Ежедневно	Фельдшер, социальный педагог	
6.	Работа с обучающимися и их родителями по образовательной программе «Разговор о правильном питании»	Классные часы, внеклассные мероприятия, уроки, самостоятельная работа в тетрадях	Классные руководители 1-4 классов	

В гимназии в ноябре 2015 года стартовал проект ООО «Нестле России» - программа «Разговор о правильном питании». На родительских собраниях классные руководители 1-4 классов разъяснили родителям цель программы «Разговор о правильном питании» - формирование у детей основных представлений и навыков рационального и

здорового питания. Каждому родителю были предоставлены буклеты о содержании программы. Классными руководителями были разработаны тематические планы работы с обучающимися и их родителями.

Обучающиеся и их родители активно принимают участие в проекте ООО «Нестле России» - программа «Разговор о правильном питании». Обучающиеся 1-4 классов получили рабочие тетради «Разговор о здоровье и правильном питании», которые входят в учебно-методический комплект первой части программы.

В гимназии занятия проходят 2 раза в месяц на классных часах, внеклассных мероприятиях, а также задается задание на дом, для того чтобы родители могли помочь своим детям вырасти здоровыми.

В результате обучения по программе «Разговор о правильном питании» дети и их родители стали более внимательно относиться к своему здоровью. Они стали полноценно и сбалансировано питаться (обучающиеся 1-4 классов 100% посещают столовую в гимназии), что способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и успеваемости, физическому и умственному развитию детей.

## **РИСКИ И СТРАТЕГИЯ ИХ УСТРАНЕНИЯ.**

Продолжать работу в комплексной программе «Разговор о правильном питании»

Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях

## **МОНИТОРИНГ И АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ.**

Вопросы организации школьного питания в последние годы вызывают повышенный интерес. Для решения этих вопросов наша гимназия направляет свою работу на проведение анонимного анкетного опроса школьников о качестве и ассортименте блюд и кулинарных изделий, культуре обслуживания (1 раз в 2 месяца).

Приложение.

### **Анкета для родителей 1.**

Уважаемые родители!

Мы просим вас принять участие в исследовании, цель которого - оценить эффективность программы обучения детей правильному питанию. Ваши ответы помогут нам в дальнейшем усовершенствовать ее содержание и формы реализации.

1. Как вы оцениваете значение питания для здоровья вашего ребенка:

- Очень высокое (здоровье ребенка очень сильно зависит от его питания)

- Высокое (здоровье ребенка зависит от его питания)
- Среднее (здоровье ребенка скорее зависит от питания)
- Ниже среднего (здоровье ребенка скорее не зависит от питания ребенка)
- Низкое (здоровье ребенка не зависит от его питания)

2. Насколько, по вашему мнению, важны следующие факторы для организации правильного питания ребенка? Расположите данные факторы в определенном порядке - от самого важного до наименее важного. Наиболее важный фактор будет иметь номер 1, второй по значимости - номер 2, и так далее, наименее важный фактор - номер 8:

- Наличие времени для организации правильного питания в семье
- Наличие достаточных средств для организации правильного питания
- Наличие знаний у родителей об основах правильного питания в семье
- Сформированность традиций правильного питания в семье
- Кулинарные умения и желание готовить у родителей
- Наличие знаний о правильном питании у самого ребенка
- Сформированность привычек в области питания у ребенка
- Понимание взрослыми важности и значимости правильного питания для здоровья ребенка

3. Какие проблемы, связанные с питанием ребенка, у Вас возникают?

- Нехватка времени для приготовления пищи дома
- Недостаток знаний о том, каким должно быть питание ребенка
- Нет условий для того, чтобы контролировать питание ребенка в течение дня
- Недостаточно средств для того, чтобы обеспечить рациональное питание ребенка
- Невозможность организовать регулярное питание ребенка в течение дня
- Отсутствие единого понимания у всех членов семьи, каким должно быть правильное питание у ребенка (кто-то из взрослых разрешает есть сладости, кто-то запрещает и т.д.)
- Ребенок не соблюдает режим питания - ест тогда, когда захочет, ест менее 3 раз в день, заменяет основные приемы пищи перекусами
- Ребенок не умеет вести себя за столом
- Ребенок "увлекается" сладкими, острыми, жирными продуктами с высоким содержанием калорий: сладости, чипсы, сэндвичи или бутерброды, газированные напитки, сухарики и др.
- Ребенок отказывается от полезных продуктов и блюд

4. Какие привычки и правила поведения за столом сформированы у Вашего ребенка и как часто они проявляются?

- Ест в одно и то же время - не нужно заставлять вовремя позавтракать, пообедать и т.д.
- Моет руки перед едой без напоминаний
- Ест небольшими кусочками, не торопясь
- Использует салфетку во время еды
- Моет ягоды, фрукты, овощи перед тем, как их съесть
- Читает книгу во время еды
- Смотрит телевизор во время еды



- Ест быстро, глотает большие куски
- 5. Как часто Ваш ребенок употребляет следующие продукты, блюда и напитки:
- 6. Какие основные приемы пищи присутствуют в режиме дня Вашего ребенка, в том числе считая приемы пищи в школе?
  - Завтрак
  - Второй завтрак
  - Обед
  - Полдник
  - Ужин
- 7. Можно ли сказать, что Ваш ребенок обычно питается в одно и то же время в будние дни?
  - Да, ребенок питается в одно и то же время всегда
  - Да, почти всегда питается в одно и то же время
  - Нет, ребенок питается в разное время
- 8. Как Вы оцениваете необходимость обучения Вашего ребенка правильному питанию в школе?
  - Это нужно
  - Это скорее нужно
  - Это скорее не нужно, чем нужно
  - Это не нужно
- 9. Как Вы оцениваете возможные результаты обучения ребенка правильному питанию в школе?
  - Это поможет мне в организации правильного питания моего ребенка
  - Это скорее поможет мне организовать правильное питание для моего ребенка
  - Это вряд ли поможет мне организовать правильное питание моего ребенка
  - Это не поможет мне в организации правильного питания моего ребенка

### **Анкета для родителей 2.**

1. Сталкивались ли вы с проблемами в организации питания ребенка?
2. Какие темы, на ваш взгляд, вызвали наибольший интерес у вашего ребенка?
3. Какие разделы, по вашему мнению, были особенно полезны и важны для изучения?
4. Помогла ли вам программа решить проблемы с организацией питания детей?
5. Изменилось ли отношение вашего ребенка к режиму, гигиене и продуктам питания в ходе знакомства с программой?

### **Анкета для родителей 3.**

1. Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?
2. Считаете ли Вы рациональной организацию горячего питания в школе?
3. Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой?
4. Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи?
5. Удовлетворены ли Вы работой буфета?

### **Анкета для учащихся 1.**

1. Удовлетворяет ли тебя система организации питания в школе?
2. Устраивает ли тебя ежедневное меню?
3. Удовлетворен ли ты качеством приготовления пищи?
4. Удовлетворен ли ты работой обслуживающего персонала?
5. Удовлетворен ли ты графиком питания. Твои предложения.
6. Считаешь ли ты, что горячее питание повышает твою успеваемость?

### **Анкета для учащихся 3: «Завтракал ли ты?»**

1. Что ты ел на завтрак?
2. Считаешь ли ты завтрак необходимым?
3. Какие твои любимые овощи?
4. Какие овощи ты не ешь?
5. Сколько раз в день ты ешь овощи?
6. Любишь ли ты фрукты?
7. Какие фрукты твои любимые?
8. Сколько раз в день ты ешь свежие фрукты?
9. Что ты ешь чаще всего между основными приемами пищи?
10. Какой напиток ты пьешь чаще всего?
11. Считаешь ли ты продукты, которые употребляешь полезными для себя?
12. Считаешь ли ты, что твой вес: нормальный, избыточный, недостаточный?

### **Анкета для учащихся 4.**

1. Как ты считаешь, что нужно делать для того, чтобы вырасти сильным, здоровым и крепким
2. Какие продукты или блюда ты любишь больше всего
3. Назови 5 - 7 своих любимых продуктов
4. Как ты считаешь, сколько раз в день нужно есть?
5. Какие основные приемы пищи ты знаешь?
6. Как ты считаешь, какие продукты лучше взять с собой в школу, чтобы перекусить на перемене? Ты можешь выбрать один или несколько продуктов, но не больше трех:  
Фрукты .....  
Орехи .....  
Бутерброды .....  
Чипсы .....  
Шоколад/конфеты .....  
Булочки/пирожки .....  
Печенье/сушки/пряники/вафли .....  
Другие сладости .....  
Другое
7. Что бы ты посоветовал сделать своему однокласснику после обеда?  
Побегать, попрыгать .....  
Поиграть в подвижные игры .....

Поиграть в спокойные игры .....

Почитать .....

Порисовать .....

Позаниматься спортом .....

Потанцевать

8. Как ты считаешь, что лучше выпить, если хочется утолить жажду? Ты можешь выбрать один или несколько напитков, но не больше трех:

Обычная негазированная вода .....

Молоко .....

Кефир .....

Какао .....

Сок .....

Кисель .....

Сладкая газированная вода .....

Морс .....

Минеральная вода