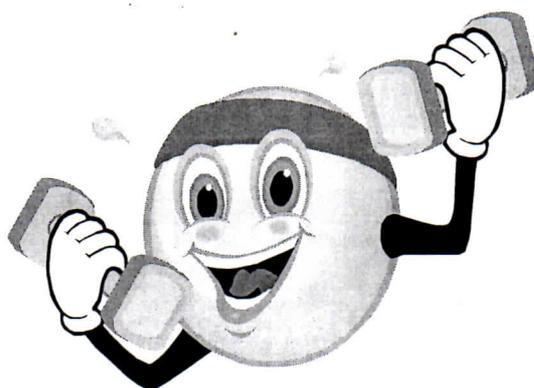


МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №3 г. Бодайбо»

<p>Рассмотрена на заседании педагогического совета протокол № 1 от 31.08. 2022 г.</p>	<p>Утверждаю: Директор МКОУ «СОШ №3г.Бодайбо» Е.А.Кудряшова приказ 01.09. 2022 г.№ 199-од</p>
---	---



Целевая программа "Школа-территория здоровья" 2022 - 2027г.



г. Бодайбо
2022 г.

Паспорт программы

<i>Наименование программы</i>	Программа «Школа-территория здоровья» МКОУ «СОШ № 3 г.Бодайбо» Включает в себя подпрограмму по формированию культуры здорового питания.
<i>Нормативно-правовая база</i>	<ul style="list-style-type: none"> -Конституция РФ; -Конвенция о правах ребенка; -Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"; -СанПиН 2.4.2.2821-10; -ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» -ФЦП "Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006 - 2015 годы" -Письмо Департамента общего образования Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 года № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности привнесении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»; -Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» - Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. N 540 г. Москва "Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)"
<i>Заказчик программы</i>	Администрация школы
<i>Сроки реализации программы</i>	2022-2027 гг.
<i>Цель программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> -Создание благоприятных условий для сохранения, укрепления физического, психического здоровья учащихся, для формирования потребности в здоровом образе жизни. -Популяризация ГТО - Сформировать у детей основы культуры питания как составляющей здорового образа жизни.
<i>Задачи программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> -Отработать систему выявления уровня здоровья обучающихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения; - Организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и педагогами, -Формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность; -Сохранять здоровье обучающихся; -Реализация комплекса ГТО; - Формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила.
<i>Основные направления программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Медицинское направление ✓ Просветительское направление ✓ Социально-педагогическое направление ✓ Спортивно-оздоровительное направление

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Диагностическое направление ✓ Здоровое питание
<i>Ожидаемый результат</i>	<ul style="list-style-type: none"> -Снижение числа уроков пропущенных по болезни. -Снижение числа рецидивов хронических заболеваний у учащихся и педагогов; -Снижение заболеваемости школьников ОРЗ; -Повышение уровня физической подготовки школьников;; -Увеличение количества учеников с положительной самооценкой; -Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения; -Улучшение качества питания в школьной столовой; -Осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья, как основному фактору успеха на последующих этапах жизни; -Увеличение числа школьников в спортивных секциях; -Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья. - Сформированные навыки здорового питания у обучающихся и их родителей. - Постоянно оказывается социальная поддержка отдельным категориям.
<i>Участники реализации программы</i>	Педагоги, родители, учащиеся, социальные партнёры

Целевая программа "Школа–территория здоровья"

1. Введение.

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические данные: физиологически здоровыми рождаются не более 14% детей; 25-35 % детей, пришедших в 1-ый класс, имеют физические недостатки или хронические заболевания; 9- 10 % выпускников школ можно считать здоровыми.

Освобождение системы образования от жестких рамок привычных стереотипов и норм, появление новых степеней свободы у образовательных учреждений дали поразительный толчок творчеству. Но вместе с ним возросла учебная нагрузка обучающихся. Чтобы решить это противоречие, нужна программная скоординированная работа всех участников учебно-воспитательного процесса, опирающаяся на научно-обоснованные решения и рекомендации.

Отчетливо осознавая невозможность решения проблемы в одиночку, школа всемерно стремится к тесным связям с семьей, общественностью, организационными структурами и старается всесторонне обеспечивать преемственную связь между программами начальной и средней школы. Учебные программы этих школ предоставляют обучающимся все возможности получения знаний, приобретения жизненных умений и навыков, соответствовать потребностям школьников и стимулировать их к дальнейшему приобретению знаний

2. Основание для разработки Программ

Известно, что растущий организм ребёнка в силу особенностей своего развития особо чувствителен к воздействию факторов внешней среды, а также дефициту питательных веществ и микроэлементов.

Безусловно, на состояние здоровья детей оказывают существенное влияние такие факторы как неблагоприятные социальные и экологические условия. Одновременно с негативным воздействием экологических и экономических кризисов на детей оказывают негативное воздействие множество факторов риска, имеющих место в

общеобразовательных учреждениях. Они в период обучения приводят к постепенному ухудшению здоровья детей и подростков.

К проблемам школы, связанным с заботой о здоровье учащихся, можно отнести:

- ✓ учебные перегрузки учащихся, приводящие их к состоянию переутомления;
- ✓ «школьные стрессы»;
- ✓ распространение в среде учащихся вредных привычек;
- ✓ питание школьников во время их пребывания в общеобразовательном учреждении;
- ✓ низкий уровень культуры здоровья учащихся, недостаток знаний по вопросам здоровья;
- ✓ необходимость сотрудничества с родителями по вопросам сохранения и укрепления здоровья их детей.

3. Цели и задачи Программы

Цель программы:

- ✓ создать условия для формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся.
- ✓ популяризация ГТО

Задачи программы:

- ✓ отработать систему выявления уровня здоровья обучающихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- ✓ организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и педагогами,
- ✓ формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;
- ✓ сохранять здоровье обучающихся;
- ✓ реализация комплекса ГТО;

4. Основные направления реализации Программы

*** Медицинское направление предполагает:**

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- планомерная организация питания учащихся;

*** Просветительское направление предполагает:**

- организация деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организация деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганда здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры).

*** Социально-педагогическое-педагогическое направление предполагает:**

- использование здоровьесберегающих технологий в учебной деятельности, форм и методов в организации учебной деятельности;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;

- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- совершенствование социально-педагогической службы;

* Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- организация спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- формирование здорового образа жизни учащихся через системудополнительного образования, внеклассной и внешкольной работы; широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к участию в мероприятиях по физической культуре и спорту, различных формах оздоровительной работы.
- реализация комплекса ГТО

* Диагностическое направление предполагает:

- Мониторинг ОФП учащихся;
- Мониторинг состояния здоровья учащихся;
- Мониторинг занятости учащихся;
- Мониторинг удовлетворённости организацией образовательного процесса и условиями обучения со стороны учащихся и их родителей.

Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.
- Здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;

5. Формы и методы реализации Программы

1. Учет состояния детей:

- определение группы здоровья;
- учет посещаемости занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

- организация работы спортивных секций, кружков, проведение уроков физической культуры;
- динамические паузы;
- организация спортивных перемен;
- дни здоровья;
- физкультминутка для учащихся;
- организация деятельности летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием детей.

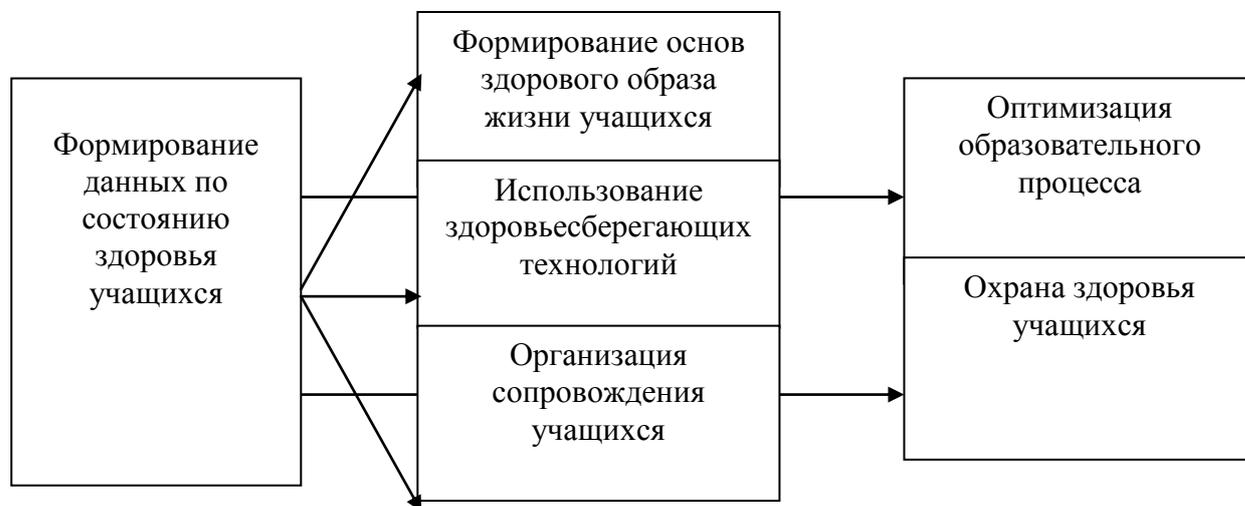
3. Урочная и внеурочная работа:

- открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ;
- открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности, спортивные кружки и секции.

6. Оздоровительная модель МКОУ «СОШ № 3г. Бодайбо»



7. Основные подходы к организации здоровьесбережения учащихся:



8. Функциональные ресурсы различных категорий работников школы

1. Функции медицинской службы школы:

- проведение диспансеризации учащихся школы;
- медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся специальной медицинской группы.

2. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация преподавания вопросов здоровья человека на уроках биологии и ОБЖ в классах среднего и старшего звена;
- организация и контроль уроков физкультуры;

- сдача норм комплекса ГТО
- организация учебного модуля «Радуга здоровья»
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- организация работы социально-педагогической службы в школе.

3. Функции классного руководителя:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактических работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН и ЗП, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

9. Участники программы:

- педагоги
- классные руководители
- учащиеся
- родители.
- **социальные партнеры:**
 - ✓ МКУ ДО «ДООЦ»
 - ✓ МКУ МО «Дом творчества»
 - ✓ МКУ ДО «СЮН»
 - ✓ КДН и ЗП, ГИБДД
 - ✓ школьная столовая
 - ✓ ОГБУЗ «Районная больница г. Бодайбо»
 - ✓ Библиотеки города

10. Этапы реализации Программ «Школа-территория здоровья»

Первый этап: Подготовительный (2022-2023г.)

1. Оценка и анализ состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в школе.
2. Подготовка программно-методического обеспечения.
3. Психолого-педагогическая подготовка кадрового состава.
4. Ознакомление родителей и учащихся с Программой «Школа-территория здоровья»
5. «Организация взаимодействия с медицинскими и другими учреждениями города для реализации Программы «Школа-территория здоровья»

Второй этап: Практический (2023-2026г.). Реализация Программы

«Школа-территория здоровья»

Третий этап: Обобщение и оценка результатов деятельности (2026-2027г.).

1. Анкетирование родителей, учащихся, педагогов на предмет удовлетворённости результатами реализации программы.
2. Мониторинг сформированности ценностных ориентаций у учащихся школы на здоровый образ жизни.
3. Обсуждение итогов реализации программы в коллективе педагогов, родителей, учащихся.
4. Коррекция программы по итогам реализации.

Публикации, распространение опыта.

11. Модель личности ученика.

Результаты, которые должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей и подростков.

Для этого создана прогнозируемая модель личности ученика:

Модель выпускника первого уровня обучения	Модель выпускника второго уровня обучения	Модель выпускника третьего уровня обучения
- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены; - владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.	- знание основ строения и функционирования организма человека; - знание изменений в организме человека в пубертатный период; - умение оценивать свое физическое и психическое состояние; - знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; - поддержание физической формы; - гигиена умственного труда.	- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье; - убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек; - знание различных оздоровительных систем; - умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека; - способность выработать индивидуальный образ жизни; - гигиена умственного труда.

12. Предполагаемый результат:

1. Снижение показателей заболеваемости детей.
2. Стабилизация состояния здоровья учащихся по основным показателям.
3. Повышение качества и уровня обучения школьников.
4. Полученные в школе знания о здоровом образе жизни позволят понять, как и почему нужно заботиться о своём здоровье, соблюдать правила ЗОЖ.

5. Учащиеся смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям ЗОЖ.
6. Учащиеся научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими.

Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями);
- культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их).

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

Конечный продукт: выпускник МКОУ «СОШ №3 г. Бодайбо» владеет знаниями, умениями и навыками ЗОЖ, имеет внутреннюю потребность применять их в повседневной жизни.

Критериями эффективности реализации Программы являются:

- положительная динамика состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в МКОУ «СОШ №3 г. Бодайбо»
- сформированность ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья у детей и подростков, наличие навыков здорового образа жизни.
- сформированность у всех категорий педагогических работников единых ценностных подходов к сохранению и укреплению здоровья учащихся.
- организация в школе валеологически целесообразного режима функционирования и организации образовательного процесса.
- удовлетворённость организацией образовательного процесса и условиями обучения со стороны учащихся и их родителей

13. Методы контроля над реализацией программы:

Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности.

- проведение заседаний методического совета школы;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе.
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

Реализация основных направлений программы:

1. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
2. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
3. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
4. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
5. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
6. Обеспечение каждого учащегося горячим питанием в столовой.
7. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
8. Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе и вне её.
9. Обучение детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
10. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
11. Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

План основных мероприятий Программы «Школа – территория здоровья»

Название мероприятий	Сроки
1. Формирование единой информационной базы данных о состоянии здоровья детей и подростков.	
2. Определение «поля проблем» и создание системы повышения квалификации педагогического коллектива по проблемам здоровьесбережения учащихся.	
3. Внедрение в практику образовательного процесса инновационных здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания школьников.	
4. Разработка и внедрение системы взаимодействия и повышения грамотного отношения к здоровью ребенка.	
5. Формирование основ здорового образа жизни у учащихся и ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья через организацию урочной и внеурочной деятельности.	
6. Создание системы спортивно-оздоровительной работы.	
7. Внедрение и реализация комплекса ГТО	
7. Формирование единых требований для реализации здорового образа жизни.	
8. Организация и проведение школьного конкурса: «Самый здоровый класс».	
9. Организация и проведение школьного конкурса: «Самый спортивный класс».	
10. Организация и проведение школьного конкурса: «Лучший дежурный класс».	
11. Создание папок с методическими рекомендациями для проведения классных часов по здоровому образу жизни.	
12. Мониторинг состояния здоровья учащихся.	
13. Мониторинг сформированности ценностных ориентаций у учащихся на здоровый образ жизни.	
14. Мониторинг удовлетворённости организацией образовательного процесса и условиями обучения со стороны учащихся и их родителей.	

**ПОДПРОГРАММА
по формированию культуры
здорового питания
обучающихся**



Введение

Согласно методическим рекомендациям "Формирование культуры здорового питания обучающихся, воспитанников", разработанным Институтом возрастной физиологии РАО в рамках реализации мероприятия "Организационно-аналитическое сопровождение мероприятий приоритетного национального проекта "Образование", администрацией МКОУ «СОШ №3 г. Бодайбо» была разработана программа по формированию культуры здорового питания, которая является частью комплексной программы «Школа-территория здоровья»

Работа по формированию культуры здорового питания проводится по трем направлениям.

Первое - рациональная организация питания в школе, в школьной столовой, где все, от внешнего вида школьной столовой до состава продуктов в школьном буфете, должно соответствовать принципам здорового питания и способствовать формированию здорового образа жизни. Структура, режим и организация питания в образовательных учреждениях должны не только соответствовать всем гигиеническим требованиям, но и служить примером здорового питания.

Второе - реализация образовательной программы по формированию культуры здорового питания. При формировании культуры здорового питания наиболее эффективна комплексная и системная работа, когда постепенно формируются основы гигиены и режима питания, дается представление о полезных продуктах и полезной пище, о необходимых питательных веществах, о рациональной структуре питания, о культуре питания разных народов и т.п.

При реализации образовательной программы необходимо соблюдать принципы формирования культуры здорового питания, важнейшими из которых являются:

- научная обоснованность и практическая целесообразность;
- возрастная адекватность;
- необходимость и достаточность информации;
- модульность структуры;
- системность и последовательность;
- вовлеченность семьи в реализацию программы.

Третье направление - просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье. Специальные исследования, проведенные Институтом возрастной физиологии РАО, показывают, что питание детей в семье, как правило, нерационально и не сбалансировано, нарушен режим питания. Во многих семьях, даже живущих в сельской местности, в питании мало овощей, фруктов, молочных продуктов, а предпочтение отдается колбасным и кондитерским изделиям и т.п. Только 20% родителей знакомы с общими принципами организации здорового питания.

Цели и задачи

Цели:

- Создать условия, способствующие укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, увеличение охвата учащихся горячим питанием.
- Сформировать у детей основы культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

- Реализация программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:
- Формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;

- Формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- Профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием детей и подростков;
- Освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания;
- Информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием, расширение знаний об истории и традициях питания своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- Развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности;
- Повышение гигиенической грамотности детей и родителей в вопросах питания;
- Просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Подпрограмма «Формирование культуры здорового питания» рассчитана на 3 года. Ее поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2022 по 2027 год.

Подпрограмма затрагивает всех участников образовательного процесса (учащихся с 1-11 классы, родителей, педагогов) и будет реализовываться как в области образовательной (уроки), так и воспитательной деятельности.

Ожидаемые результаты:

- Улучшено качество питания школьников и обеспечена его безопасность.
- Сформированы навыки здорового питания обучающихся и их родителей.
- Разработана и действует система мониторинга состояния здоровья учащихся.
- Постоянно оказывается социальная поддержка отдельным категориям учащихся.
- Повышена эффективность системы организации питания за счёт:
 - увеличения охвата учащихся школы горячим питанием до 100%;
 - укрепления материально-технической базы школьной столовой;
- Улучшено состояние здоровья учащихся школы за счёт:
 - организации качественного и сбалансированного питания школьников с учетом их возрастных особенностей;
 - осуществления витаминизации питания, использования в рационе питания продуктов, обогащённых микронутриентами.

Отлажена просветительская работа по формированию культуры школьного питания за счёт:

- реализации комплекса мероприятий образовательных программ по формированию культуры питания школьников;
- привлечения к профилактической работе формированию культуры питания родительской общественности, работников здравоохранения, средств массовой информации.

Культура здорового питания как составная часть культуры здорового образа жизни, представляющая собой совокупность компетенций (предметных, метапредметных и личностных), помогающих человеку реализовывать одну из его базовых потребностей и ведущих к сохранению и развитию физической, психической и духовно-нравственной составляющей здоровья.

Исходя из современного понимания компетенций, формирование культуры здорового питания также можно представить как процесс освоения предметных, метапредметных и личностных составляющих.

К **предметным** результатам формирования культуры здорового питания относятся все вопросы, касающиеся выбора продуктов и составления меню. Это наиболее спорные вопросы, поскольку у каждого исследователя, а также создателей оздоровительных систем есть свои представления о том, какую пищу считать вредной, а какую полезной, к тому же с учетом возраста, заболеваний, общего состояния здоровья.

К **метапредметным** результатам формирования культуры здорового питания относятся познавательные, регулятивные и коммуникативные аспекты компетенции. К

познавательному аспекту относится формирование осознанного выбора способа потребления пищи, целенаправленное пищевое поведение.

К регулятивному - способность понимать свое физиологическое и психическое состояние и частично управлять ими, настраиваться на прием пищи.

Коммуникативный аспект включает в себя освоение этики поведения за столом и эстетики оформления приема пищи.

Личностные результаты сформированности культуры здорового питания выражаются наличием в сознании ребенка ценности пищи как одной из основ жизни человека и ценностной ориентации на здоровое питание.

Ценностная ориентация выражается в грамотном пищевом поведении, эмоционально позитивном настрое на приемы пищи и сформированности представлений о возможностях качественно удовлетворить свою пищевую потребность с пользой для здоровья.

Личностный результат будет выражаться также в чувстве благодарности к Земле как источнику жизни и энергии, произведшей эту пищу, и к людям, вырастившим и приготовившим ее. Чувство благодарности является одним из духовных состояний человека.

Интегрирование в учебные предметы отдельных тем по формированию культуры здорового питания у детей и подростков имеет большое значение.

Примерное содержание тематических уроков по рациональному питанию в рамках различных учебных предметов

Предмет	Содержание занятия
Биология	Основные компоненты пищи, их значение. Физиология пищеварения, значение рационального питания для нормального функционирования желудочно-кишечного тракта. Жевание. Роль правильного измельчения пищи во рту для профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта. Витамины. Микроэлементы. Их значение для организма человека.
География	Национальные кухни и блюда. Подход с точки зрения рационального питания.
ИЗО	Рисунок «Мое меню», «Витамины в жизни человека»
Иностранный язык	Чтение, пересказ текста по рациональному питанию или проблемам со здоровьем, вызванным нерациональным питанием.
История	Рассмотрение эпидемий голода, холеры и т.д. с позиции рационального питания, соблюдения мер гигиены.
Технология	Обучение приготовлению блюд вкусной и здоровой пищи. Обучение правилам этикета.
Литература	Обсуждение меню персонажей литературного произведения (А.Пушкин "Евгений Онегин", А.Толстой "Война и мир", Н.Гоголь "Вечера на хуторе близ Диканьки" и т.д.).
ОБЖ	Обсуждение продуктов питания, отрицательно влияющих на состояние здоровья.
Обществознание	Обсуждения проблемы питания в обществе.
Русский язык	Диктант, изложение или сочинение на тему рационального питания, компонентов пищи или заболеваний, связанных с питанием.
Физика	Использование физических факторов (температура, измельчение и т.д.) для обработки пищи. Роль правильной обработки пищи (например, кипячения) для профилактики различных заболеваний.
Химия	Пищевые добавки и их отрицательное влияние на здоровье. Белки, жиры, углеводы как компоненты пищи и их значение для организма.
Информатика	Чертеж пирамиды рационального питания

Механизм реализации программы План производственного контроля

Организация питания и питьевого режима:			
Мероприятия	Периодичность	Ответственный	Документация
Работа технологического и холодильного оборудования	1 раз в четверть	Шеф-повар	Журнал
Наличие согласованного меню	постоянно	Шеф-повар	Меню
Бракераж готовых блюд	ежедневно	Социальный педагог	Журнал
Организация питьевого режима	постоянно	Заведующий хозяйством Шеф-повар	Организация питьевого режима
Медосмотр персонала пищеблока	на начало учебного года	Специалист по ОТ, заведующая хозяйством	Медицинские книжки
Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	ежедневно	Заведующая хозяйством	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока
Контроль за формированием рациона питания	ежедневно	Бракеражная комиссия, директор	Журнал
Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	в день поставки продуктов питания	Бракеражная комиссия, шеф-повар	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов
Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	ежедневно	Специалист по ОТ, заведующая хозяйством, родители	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения

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

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;

Обязанности работников столовой:

Составление рационального питания на день и перспективного меню;

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

Обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи;

Использование современных технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

Обязанности классных руководителей:

Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма; организация конкурсов и викторин на тему правильного питания

Воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;
Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;

Обязанности родителей:

Прививать навыки культуры питания в семье;
Выполнять рекомендации классных руководителей и медицинских работников по питанию в семье.

Обязанности обучающихся:

Соблюдать правила культуры приема пищи;
Принимать участие в мероприятиях по пропаганде здорового питания.

План работы по формированию культуры здорового питания

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные	Планируемый результат и выполнение
1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение				
1	Проверка готовности столовой к новому учебному году	август	Директор Завхоз	Акт о готовности школы к новому учебному году.
2	Назначение ответственного за организацию питания в школе	сентябрь	Директор	приказ
3	Совещание при директоре по вопросам организации горячего питания: - охват учащихся горячим питанием; - составление списков школьников, имеющих право на льготное питание;	Сентябрь ежегодно	Директор	план работы
4	Формирование нормативно-правовой базы по организации питания в школе: - положение об организации питания учащихся; - приказ об организации питания в школе;	август	Директор	приказы
5	Организация контроля над ведением документации: Журнал бракеража готовой продукции;	в течение года	Ответственный за организацию питания	Справка
6	Осуществление ежедневного контроля над работой столовой	в течение года	Ответственный за организацию питания	материалы отчётов
7	Информация об организации питания на школьном сайте	В течение года	Ответственный за организацию питания	
2. Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся.				
1.	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ежемесячно	Ответственный за организацию питания	аналитическая информация
2.	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ежегодно	Ответственный за организацию	результаты анкетирования

			питания	ния
3.	Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (каникулярное время)	ежегодно	Директор	план работы ЛДП
	Кл. часы о здоровом питании, День здоровья.	1 раз в четверть	Кл. руководители	
4.	Выставка книг по теме: «Правильное питание».	ежегодно	Зав.библиотекой	
3.Работа с педагогическим коллективом, сотрудниками столовой				
1.	Обсуждение вопросов горячего питания на административных совещаниях, родительских собраниях	ежегодно	Ответственный за организацию питания	справки
2.	Планирование работы по охвату учащихся горячим питанием, по формированию навыков здорового питания	сентябрь	Директор, Ответственный за организацию питания	План работы
3.	Организация питания учащихся из семей льготных категорий.	ежегодно	Ответственный за организацию питания	приказ
4.	Разработка интегрированных уроков по правильному питанию и предметов биология, окружающий мир, химия, ОБЖ, технология	Ежегодно	учителя-предметники	конспект уроков
5.	Ведение пропаганды здорового питания	ежегодно	классные руководители	планы воспитательной работы
7.	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания,	ежегодно	Ответственный за организацию питания	отчёт за год
8.	Прохождение медицинских осмотров работниками школы, гигиеническая аттестация работников	ежегодно	директор	Медицинские книжки
4.Работа по воспитанию культуры питания среди родителей учащихся				
1	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях	ежегодно	классные руководители, заместитель директора по ВР	протоколы родительских собраний
2	Изучения отношения родителей к организации горячего питания в школе	ежегодно	классные руководители, Ответственный за организацию питания	протоколы родительских собраний
3	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	ежегодно	классные руководители	протоколы родительских собраний
4	Проведение лекций с приглашением педиатра по вопросам рационального	апрель-май	зам. директора по ВР, Ответственный	протоколы родительск

	питания		за организацию питания	их собраний
5. Контроль организации горячего питания и работы школьной столовой				
3.	Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню	ежемесячно	родительский контроль бракеражная комиссия	акты проверок
4.	Расширение ассортимента продуктов питания.	постоянно	шеф-повар	меню
5.	Соблюдение расписания по организации питания учащихся	ежедневно	работники столовой	справка
6.	Личная гигиена учащихся	ежедневно	классные руководители	