Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 13»

**ПРОЕКТ**

**«Горячее питание как компонент**

**формирования здорового образа жизни»**

**Авторы проекта:**

Ширяева Наталья Ивановна

Золотова Елена Германовна

Беккер Ксения Владимировна

2017 год

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. Актуальность проекта ………………………………………………………………………… 2
2. Анализ ситуации охвата горячим питанием учащихся МБОУ «СОШ № 13» …………… 2
3. Цели и задачи Проекта ……………………………………………………………………….. 3
4. Основные направления реализации Проекта ……………………………………………….. 4
5. Этапы реализации Проекта…………………………………………………………………… 4
6. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни

среди обучающихся …………………………………………………………………………… 5

1. Работа с родителями по пропаганде здорового питания среди обучающихся ………….. 6
2. Ожидаемые результаты и возможные риски ………………………………………………… 6
3. Литература и источники ………………………………………………………………………. 7
4. Приложение ……………………………………………………………………………………. 8

**1.Актуальность проекта.**

Питание детей тесно связано со здоровьем. Заболеванияжелудочно-кишечного тракта в 70 из 100 случаев приходится на 5 – 6 летний возраст и достигает пика к 8 – 12 годам. Распространенность хронических заболеваний органов пищеварения составляет 700 на 1000 детского населения и зависит от ряда факторов:

* нерегулярное питание с перерывами более 3 – 4 часов;
* частое употребление острых блюд, консервированных продуктов, маринадов, копченостей, солений, сладостей;
* однообразное питание;
* употребление некачественных продуктов;
* несоблюдение режима дня;
* малоподвижный образ жизни;
* вредные привычки.

Школьное питание является одним из важнейших факторов, определяющих здоровье детей и подростков, способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и успеваемости, физическому и умственному развитию, создает условия для адаптации подрастающего поколения к окружающей среде.

Необходимость серьезно заниматься, формированием культуры здоровья в системе общего образования обусловлена объективными причинами: - фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно развивать именно в этот период;

- в этом же возрасте закладываются основы здорового образа жизни; - школьный период в развитии наиболее открыт для формирования ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

В связи с тем, что вопросы организации горячего рационального питания в последние годы вызывают повышенный интерес у всех участников образовательного процесса и общественности, администрация уделяет большое внимание решению этой проблемы – сохранению здоровья детей и подростков за счет повышения качества и доступности школьного питания, а также формирования мировоззрения здорового образа жизни.

**2. Анализ ситуации охвата горячим питанием учащихся МБОУ «СОШ № 13».**

В целях организации питания обучающихся на основании приказа МБОУ «СОШ № 13» № 243 от 06.09.2017 г. «О назначении ответственного за питание и создание бракеражной комиссии» назначены:

ответственный по питанию учащихся - Золотова Елена Германовна;

ответственный по бесплатному питанию - Беккер Ксения Владимировна;

создана бракеражная комиссия в составе: заместитель по УВР Шрейдер Ю. В.;ответственного по питанию Золотовой Е.Г.;фельдшера Насоновой Л.Н.

На основании Приказа отдела образования УСЭВ администрации г. Усолье - Сибирское «Об организации питания учащихся, в отношении которых принято решение о предоставлении бесплатного питания в муниципальных общеобразовательных учреждениях г. Усолье – Сибирское» издается ежемесячный приказ «Об организации бесплатного питания учащихся».

Размер платы за бесплатное питание с начала учебного года осуществлялся с учётом дотации на обучающихся 30 рублей, комплексный обед 53 рубля за счет средств родителей.

В течение учебного года питание осуществляется в соответствии с графиком, в присутствии классного руководителя. Питьевой режим и режим мытья рук организован и соблюдается.

В начале 2017-2018 учебного года проведен мониторинг по охвату учащихся горячим питанием, который показал следующие результаты:

1) охват питанием в 1-4 классах , 5А,5В,6А,8Б,9В,11 классы составил 100%;

2) охват горячим питанием в 5Б,7А,8В,9А,9Б классах составил от 50% до 70%;

3) совсем не питаются в школьной столовой 3% учащихся.

Таким образом, на начало 2017-2018 учебного года горячим питанием охвачено 97% учащихся (приложение, диаграмма №1, №2)

В классах с низким уровнем охвата горячим питанием было проведено анкетирование и получены следующие результаты:

1) Удовлетворены ли вы качеством питания в школе?

а) в целом удовлетворены – 30%

б) есть отдельные замечания – 60%

в) не удовлетворены - 10%

2) Удовлетворены ли вы санитарным состоянием столовой?

а) да - 30%

б) частично – 50%

в) нет – 20%

3) что вам не нравиться в организации школьного питания?

* слишком дорого для нашей семьи – 5 %
* невкусно, не устраивает качество блюд – 70%
* неуютное помещение столовой – 10%
* блюда однообразные – 70%
* мало времени, не успеваю поесть - 2%

Также учащиеся отметили, что блюда бывают холодные, встречаются инородные предметы (волосы, упаковочный материал), не нравится картофельное пюре, котлеты, плов, вовремя не накрывают.Мониторинг выявил неудовлетворенность учащихся качеством питания, однообразием блюд, санитарным состоянием школьной столовой (приложение, диаграмма № 3)

**3. Цели и задачи Проекта.**

Изучив ситуацию с организацией горячего питания в школе, авторы Проекта ставят следующие цели и задачи:

**Цель проекта:**

Активизация работы педагогического коллектива и родительского комитета школы по увеличению охвата учащихся горячим питанием, создание условийдля организации и совершенствования качественного, сбалансированного и доступного питания учащихся.

**Задачи:**

1. Добиться 100 % охвата горячим питанием обучающихся школы;

2. Воспитание культуры питания и ответственности за своё здоровье у детей и подростков.

3. Организация проведения мониторинга среди родительской общественности и учащихся «Удовлетворённость школьным питанием».

4. Проводить систематическую разъяснительную работу среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания

5. Пропаганда здорового питания (проведение конкурсов, циклов бесед).

6. Привести материально-техническую базы школьной столовой в соответствии с современными разработками и технологиями.

**4. Основные направления реализации Проекта.**

1. Организация и регулирование школьного питания:

* развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся, обеспечения их необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
* развитие механизмов координации и контроля в системе школьного питания;
* организация правильного, сбалансированного питания детей с учетом их возрастных особенностей;
* обеспечение доступности, безопасности и эффективности школьного питания;
* оказание социальной поддержки отдельным категориям обучающихся;
* использование разных форм и методик организации питания.
* создание комиссий по контролю за организацией и качеством питания;
* разработка положений по организации горячего питания, бракеражной комиссии

2. Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей.

* Пропаганда здорового питания (конкурсы, лекции, акции, классные часы)
* Пропаганда здорового питания на родительских собраниях.
* Создание системы поэтапного формирования компетентностей учащихся по вопросам здорового питания.

3. Укрепление материально-технической базы школьного буфета предусматривает:

* Совершенствование дизайна школьного буфета.
* Оснащение недостающим технологическим оборудованием школьного буфета.

4. Повышение квалификации персонала:

* повышение профессионального уровня специалистов в области школьного питания через курсы повышение квалификации;
* участие в профессиональных смотрах и конкурсах;
* проведение бесед, классных часов, конкурсов, выставок, презентаций школьных обедов для родителей и обучающихся.

**5. Этапы реализации Проекта.**

**1 этап – аналитический (сентябрь-октябрь)**

* Изучение проблемы;
* Анализ результатов исследований;
* Поиск информации по проекту;
* Постановка целей и задач;
* Анализ возможностей решения поставленных задач.

**2 этап – подготовительный (ноябрь)**

* Корректировка целей и задач проекта;
* Выработка стратегии решения каждой задачи;
* Составление плана работы (определение объёма и сроков выполнения работ);
* Проведение консультаций;
* Подготовка материально-технических ресурсов.

**3 этап - практический (декабрь-март)**

* Пропаганда необходимости правильного питания как одного из компонентов здорового образа жизни среди учащихся и родителей;
* Контроль за качеством организации горячего питания;

**4 этап - Обработка собранных материалов (апрель-май)**

* Систематизация и анализ проделанной работы;
* Создание материалов для представления результатов;
* Сопоставление полученных результатов с поставленными целями и задачами;
* Выводы, предложения, подведение итогов.

**6. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся.**

План

мероприятий МБОУ «СОШ № 13» по увеличению охвата школьников горячим питанием

на 2017-2018 учебный год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№* | *Мероприятие* | *Срок* | *Ответственные* |
| 1 | Анкетирование школьников «Горячее питание» | сентябрь | Ответственные за питание по школе |
| 2. | Конкурс на лучший эскиз стенда «Меню» | октябрь | Классные руководители 6-11 классов |
| 3. | Выставка литературы по вопросу здорового питания в библиотеке | ноябрь | Библиотекарь школы |
| 2. | Единый классный час «Горячее питание – залог сохранения здоровья» | 4-8 декабря | Классные руководители |
| 3. | Конкурс слоганов «О здоровом питании» | декабрь | Классные руководители 9-11 классов |
| 4. | Конкурс плакатов «Народная мудрость о здоровом питании» | январь | Классные руководители 5-8 классов |
| 5. | Конкурс проектов «Национальные блюда» | март | Учитель технологии, кл. руководители 5-8 классов |
| 6. | Живая реклама «Культура приема пищи» | 1 раз в четверть | Организаторы дополнительного образования |
| 7. | Дни национальной кухни | 1 раз в месяц | Работники столовой |
| 8. | Классный час «Плох обед – коли хлеба нет» 1-4 классы | апрель | Классные руководители 1-4 классов |
| 9. | Беседа «Питание школьника в период подготовки к экзаменам»  9-[11 класс](http://pandia.ru/text/category/11_klass/) | Май | Медработник |
| 10. | Проведение бесед, классных часов о необходимости горячего питания в школе, культуре приема пищи, о здоровой пище и т.д. | В течение учебного года | Классные руководители |

**7. Работа с родителями по пропаганде здорового питания среди обучающихся.**

План

мероприятий с родителями по организации горячего питания школьников

на 2017-2018 учебный год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№* | *Мероприятие* | *Срок* | *Ответственные* |
| 1 | Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании обучающихся на родительских собраниях. | В течении года | Администрация, классные руководители |
| 2 | Индивидуальные консультации родителей по проблеме здорового питания. | По мере необходимости | Медсестра |
| 3 | Изучение отношения родителей к организации горячего питания в школе. Анкетирование. | 2 раза в год | Зам. директора по УВР, классные руководители |
| 4 | Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ. | В течение года | Классные руководители, организаторы, зам. директора по УВР |
| 5 | Выставка-дегустация блюд для родительского комитета школы | декабрь | Работники столовой, администрация школы |

**8. Ожидаемые результаты и возможные риски.**

Поэтапная реализация  плановых мероприятий по различным направлениям проекта  «Горячее питание как компонент формирования здорового образа жизни» позволит школе достичь следующих результатов в организации питания:

1. Совершенствовать систему мониторинга состояния здоровья обучающихся.

2. Обеспечить учащихся горячим питанием.

3. Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.

4. Укрепить материально-техническую базу столовой путём оснащения новым современным технологическим оборудованием пищеблока.

5. Улучшить разнообразие здорового питания  обучающихся школы (расширение ассортимента блюд).

6.Улучшить состояния здоровья обучающихся, снижение риска развития сердечно-сосудистых, эндокринных, желудочно-кишечных заболеваний в период обучения в школе и дальнейшей жизни.

7.Повысить общий уровень культуры обучающихся.

|  |  |
| --- | --- |
| *Возможные риски* | *Предполагаемые пути выхода из ситуации* |
| Отсутствие финансирования не позволит создать необходимые материально-технические условия. | Обратиться за помощью в администрацию города, спонсорам. |
| Невыполнение мероприятий, запланированных проектом. | Проводить рефлексию после реализации каждого этапа проекта, корректировку планов. |

**Литература и источники**

1. Закон РФ от 07 февраля 1992 года № 2300-1 «О защите прав потребителей».

2. Закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

3. Постановление Правительства РФ от 15 августа 1997 года № 1036 «Об утверждении Правил оказания услуг общественного питания»

3. Постановление Главного санитарного врача РФ от 23 июля 2008 года № 45 «Об утверждении Сан ПиН № 2.4.5.2409-08».

4. Приказ министерства здравоохранения и социального развития РФ и Министерства образования и науки РФ от 11 марта 2012 года № 213н/178 «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений».

5. Приказ отдела образования УСЭВ администрации г. Усолье - Сибирское «Об организации питания учащихся, в отношении которых принято решение о предоставлении бесплатного питания в муниципальных общеобразовательных

учреждениях г. Усолье - Сибирское (1 раз в месяц).

6. Приказ МБОУ «СОШ № 13» «Об организации бесплатного питания учащихся».

7. Приказ МБОУ «СОШ № 13» (1 раз в месяц).

8. Приказ МБОУ «СОШ № 13» № 243 от 06.09.2017 г. «О назначении ответственного за питание и создание бракеражной комиссии».

9. Договор с МУП «Столовая № 7» «Об организации общественного питания на базе МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 13»

10. <https://xn--j1ahfl.xn--p1ai/blogs/proekt_zdorovoe_shkolnoe_pitanie_062948.html>

11. <http://pandia.ru/text/78/301/67280.php>

**ПРИЛОЖЕНИЕ**