

## ***План мероприятий по формированию навыков и культуры здорового питания этики приема пищи на 2023-2024 учебный год.***

### ***Цели:***

1. Совершенствование системы питания.
2. Формирование у детей и подростков ценностного отношения к основам культуры питания.

### ***Задачи:***

1. Предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания.
2. Пропаганда принципов здорового и полноценного питания.
3. Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания и культуры питания.
4. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на использование здорового питания, формирование знаний о негативных факторах риска здоровью.
5. Осознание целостности окружающего мира, освоение норм здоровьесберегающего поведения, основ культуры питания, приобретение и совершенствование навыков самообслуживания, этики приема пищи.

### ***Прогнозируемый результат:***

1. Улучшение состояния здоровья школьников по показателям заболеваний, зависящим от
  1. качества питания.
  2. Обеспечение благоприятных условий для организации режима дня детей и подростков.
  3. Повышение уровня знаний родителей и обучающихся школы по вопросам здорового питания, здорового образа жизни.

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
<b>1. Создание условий, необходимых для организации здорового питания</b>			
1.1	Изучение нормативных документов по гигиеническим требованиям к организации питания детей и подростков.	Август, сентябрь	Администрация МБОУ «Средняя школа № 35»
1.2	Проведение текущего ремонта школьной столовой.	Июль, август	Зам. директора по АХЧ
1.3	Организация школьной комиссии по питанию	Сентябрь	Администрация МБОУ «Средняя школа № 35»
1.4	Проведение работы по обеспечению льготным и бесплатным питанием учащихся	Постоянно	Члены школьной комиссии по питанию Ответственный за питание
1.5	Проведение мониторинга по охвату питанием учащихся	Ежемесячно	Ответственный за питание
1.6	Организация питьевого режима.	Постоянно	Зам. директора по АХЧ
<b>2. Организация и проведение диагностических мероприятий</b>			
2.1	Опрос родителей по совершенствованию организации школьного питания.	Сентябрь, январь	Члены школьной комиссии по питанию Ответственный за питание
2.2	Исследование уровня знаний обучающихся о здоровом питании.	Сентябрь, октябрь	Зам. директора по ВР
2.3	Мониторинг состояния здоровья обучающихся.	Октябрь, апрель	Зам. директора по ВР
2.4	Анкетирование обучающихся и родителей по культуре питания.	октябрь	Зам. директора по ВР
<b>3. Работа с обучающимися</b>			
3.1	Программа «Азбука здоровья», раздел «Разговор о правильном питании».	В течение учебного года	Зам. директора по ВР
3.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Диспут «Здоровое питание. Как я это понимаю?» (5 кл.);</li> <li>✓ Занятие-презентация «Мое рациональное питание» (6 кл.);</li> <li>✓ Агитбригада «Мы – за</li> </ul>	Сентябрь	Классные руководители

	здоровый образ жизни» (7 кл.); ✓ Образовательный лекторий «Роль режима в правильном питании» (9 кл.).		
3.3	✓ Семинар «Правильный завтрак – это важно» (3-4 кл.); ✓ Игра-путешествие «Витамины и их польза» (2 кл.); ✓ Викторина «Что такое гигиена питания» (1 кл.).	Октябрь	Классные руководители
3.4	Веб-квест «Где живут витамины?» (5 кл.); Семинар «Еда живая и мертвая» (9 кл.).	Декабрь	Классные руководители
3.5	Деловая игра «Здоровый образ жизни. Правильное питание» (5 кл.); Дискуссия «Полезно ли голодание?» (6 кл.); Конкурс блюд «Еда без вреда» (7 кл.); Конкурс вопрос-ответов «Что можно узнать, прочитав состав блюд?» (9 кл.).	Февраль	Классные руководители
3.6	Семинар «Этика приема пищи» (5-8 кл.) Презентация «Питание и здоровье» (9,11 кл.)	Март	Классные руководители
3.7	Занятие – презентация «Секреты здорового питания» (5 кл.); Час врача «Быстрое питание – скорое заболевание» (6-7 кл.); Занятие-исследование «Из чего делают молоко?» (8-9 кл.) Диспут «Правильный завтрак – что это такое?» (9,11 кл.)	Апрель	Классные руководители
3.8	Ведение мониторинга охвата горячим питанием обучающихся	Ежемесячно	Классные руководители
3.9	Проведение «Дня здоровья».	11.09.2023	Учитель физической культуры
3.10	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	Октябрь	Библиотекарь

3.11	Анкетирование обучающихся по вопросам питания.	Февраль	Зам. директора по ВР
3.12	Работа по оздоровлению обучающихся в каникулярное время (пришкольный лагерь).	В течение года	Директор пришкольного лагеря
<b>4. Работа с педагогическим коллективом</b>			
4.1	Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях, семинарах классных руководителей	Август, сентябрь 2022	Администрация МБОУ «Средняя школа № 35»
4.2	Организация консультаций для классных руководителей, инструктивно-разъяснительная работа: культура поведения обучающихся во время приема пищи; соблюдение санитарно-гигиенических требований; организация горячего питания – залог сохранения здоровья; соблюдение обучающимися Инструкций по правилам поведения в школьной столовой.	В течение года	Зам. директора по ВР
4.3.	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	В течение года	Классные руководители
4.4	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрения новых форм обслуживания обучающихся.	В течение года	Директор МБОУ «Средняя школа № 35»
<b>5. Работа с родителями</b>			
5.1	Родительские собрания «Организация питания».	Сентябрь	Классные руководители
5.2	Изучение отношения родителей к организации горячего питания в школе (анкетирование).	В течение года	Классные руководители
5.3	Дни общественной экспертизы по вопросам организации питания в школе.	Февраль, март	Зам. директора по ВР

5.4	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к здоровому питанию.	В течение года	Классные руководители
5.5	Родительский всеобуч: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Режим школьника</li> <li>✓ Основы здорового питания</li> <li>✓ Воспитание гигиенической культуры.</li> <li>✓ Что могут сделать родители для безопасности ребенка?</li> </ul>	В соответствии с планом классного руководителя	Классные руководители
5.6	Информация для родителей на школьном сайте в разделе «Организация питания».	В течение года	Ответственный за сайт
5.7	Оформление стенда «Питание – залог здоровья».	В течение года	Классные руководители
5.8	Консультационные среди медицинских работников школы по вопросам здорового питания и профилактики инфекционных заболеваний.	По согласованию	Медицинские работники школы

*Тематика классных часов по формированию навыков и культуры  
здорового питания этики приема пищи*

*Начальная школа*

1. Для чего нужно питаться правильно?
2. Лакомств тысяча, а здоровье одно.
3. Как питались наши предки.
4. Поговорим о питании.
5. Наука о питании – древняя и современная.
6. Витамины и их польза.
7. Из чего состоит наша пища.
8. Основы рационального питания.
9. Продукты полезные и вредные.
10. Эти загадочные буквы (витамины).
11. Обед без овощей – праздник без музыки.
12. Вкусная азбука.
13. Быстрое питание – скорое заболевание.

*Средняя школа*

1. Здорового аппетита!
2. Здоровое питание, что это?
3. Еда – источник витаминов.
4. Питание литературных героев.
5. Практикум «С вилкой и ложкой».
6. Продукты на столе. Пищевые риски.
7. Практикум «Культура поведения за столом».
8. Основы рационального питания.
9. Чипсы: хрустеть или не хрустеть?
10. «Химия на десерт» о вредных пищевых добавках.
11. Домашние рецепты.
12. Фаст фуд: за и против.
13. Правильное питание – залог здоровья и красоты.
14. Этикет за столом: дома и в гостях.
15. Вредные продукты, их влияние на организм человека.
16. Диета и правильное питание: сходства и различия.
17. Практикум «Составление личного меню и режима питания».
18. Сегодня полезное питание – завтра здоровая нация.
19. Традиции русской трапезы.