

ПЛАН  
*мероприятий по пропаганде здорового питания обучающихся*  
МОУ «Толмачевская средняя школа»

2022-2023 учебный год

**Цели:**

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

**Задачи:**

1. Расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила.
2. Формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.
3. Предупреждение заболеваний и сохранение здоровья школьников.
4. Просвещение педагогов и родителей в вопросах организации правильного питания.

**Прогнозируемый результат:**

1. Улучшение состояния здоровья школьников по показателям заболеваний, зависящим от качества питания.
2. Максимальный охват горячим питанием обучающихся.
3. Обеспечение благоприятных условий для организации режима дня детей и подростков.
4. 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 школы
1.2	Организация предметно-эстетической среды	август, сентябрь	Завхоз, учитель ИЗО
1.3	Организация школьной комиссии по питанию	сентябрь	Администрация школы
1.4	Проведение работы по обеспечению льготным и бесплатным питанием учащихся	постоянно	Ответственный за питание

1.5	Проведение мониторинга по охвату питанием учащихся	ежемесячно	Ответственный за питание
1.6	Конкурс среди обучающихся на лучшее эстетическое оформление интерьера столовой.	сентябрь, октябрь	Зам. директора по ВР
1.7	Организация питьевого режима с использованием бутилированной воды.	постоянно	Зам. директора по АХР
<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, врач
2.4	Создание базы данных о состоянии здоровья обучающихся на основе мониторинга.	Октябрь, апрель	Зам. Директора по ВР, врач
2.5	Анкетирование обучающихся и родителей по культуре питания.	октябрь	Зам. директора по ВР
<b>3. Организация и проведение мероприятий по здоровому питанию</b>			
3.1	<b>Проведение бесед, классных часов на темы:</b> - «Режим питания. Правила поведения за столом»»; - «Здоровое питание»; - «Здоровое питание и распорядок дня современного школьника»; - «Питание и здоровье»; - «Обработка пищевых продуктов перед употреблением»; - «Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья».	В течение года	Классные руководители, учителя биологии и ОБЖ.
3.2	Проведение уроков–здоровья	В течение года	Учителя предметники (см. <i>приложение</i> )
3.3	Организация внеклассных мероприятий по пропаганде здорового питания	По плану школы	Зам. директора по ВР, учителя биологии и ОБЖ.

3.4	Конкурс «Дружный и здоровый класс».	В течение года	Зам. директора по ВР
3.5	Освещение вопросов правильного питания на страницах школьных газет	В течение года	Зам. директора по ВР, редколлегии школьных газет
3.6	Оформление информационных стендов»: <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Мы – здоровое поколение»;</li> <li>- «Что необходимо знать, чтобы быть физически здоровым»</li> </ul>	В течение года	Зам. директора по ВР,
3.7	Выпуск информационно-агитационных листовок «А у меня сегодня на столе ...»	В течение года	редколлегии школьных газет отряд
3.8	Рекламная акция «Мы – за здоровую пищу!»	сентябрь	редколлегии школьных газет
3.9	Выставка «Осенние фантазии» из овощей и фруктов	октябрь	Учитель ИЗО
3.10	Конкурс домашних рецептов «Вкусная и здоровая пища».	декабрь	Учитель технологии, классные руководители
3.11	Проведение фотовыставки «Как оформить стол».	декабрь	Учитель технологии, классные руководители
3.12	Конкурс плакатов «Здоровое питание».	апрель	Зам. директора по ВР, классные руководители
3.13	Разработка меню правильного питания на уроках технологии	октябрь-ноябрь	Учитель технологии
3.14	Проведение мастер-классов по приготовлению здоровой пищи	В течение года	Учитель технологии, повара
<b>4. Работа с родителями.</b>			
4.1	Индивидуальное консультирование родителей по вопросам организации школьного питания.	В течение года	Медсестра, классные руководители
4.2	Информирование родителей по вопросам здорового питания с использованием буклетов, информационных стендов.	В течение года	Администрация школы, классные руководители
4.3	Круглый стол «Школьное питание. Каким ему быть?» для учителей, обучающихся, родителей и работников столовой.	Октябрь	Администрация школы

4.4	Лекторий для родителей «Правильное питание – залог здоровья».	Ноябрь	Администрация школы
4.5	Организация работы родительского контроля	В течение года	Администрация школы

### Приложение

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

<i>Предмет</i>	<i>Содержание занятия</i>
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.
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