Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области «Школа-интернат №2 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья городского округа Жигулевск»

**Проект**

**«Здоровое питание**

**в жизни школьников»**

Воспитатель: Волчкова О.В.

2023 г.

**Паспорт проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| Название проекта | **«Здоровое питание**  **в жизни школьников»** |
| Цель проекта | Обеспечение полноценным и экологически чистым (безопасным) питанием школьников в соответствии с единым рационом питания, соответствующим потребностям детей и установленным нормам.  Повышение качества реализуемых в школе продуктов питания и эффективности организации и регулирования школьного питания.  Создание условий, способствующих укреплению здоровья,  формированию навыков правильного здорового питания. |
| Задачи | Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания.  Разработка и внедрение новых форм организации горячего питания.  Пропаганда здорового питания (проведение конкурсов, циклов  бесед).  Повышение уровня знаний обучающихся, педагогов и  родителей в вопросах здорового питания, популяризации и  повышении привлекательности здорового школьного питания.  Формирование у детей и родителей потребности правильного питания, как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья |
| Срок реализации | 01.09.2023– 29.12.2023 г. |
| Нормативно-правовое обеспечение проекта | * Конвенция о правах ребенка. * Конституция РФ. * ФЗ №273 «Об образовании в РФ». * Федеральные программы:   - национальный проект «Школьное питание»,  - национальный проект «Образование»,  - национальная образовательная инициатива «Наша новая школа».   * Распоряжение Правительства Российской Федерации от   25.10.2010г. № 1873-р «Об утверждении Основ государственной  политики Российской Федерации в области здорового питания  населения на период до 2020г.».   * Санитарно-эпидемиологические требования к организации   питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях.   * Приказ Министерства образования и науки Российской   Федерации от 28.12.2010г. № 2106 «Об утверждении Федеральных  требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».   * Приказ Министерства здравоохранения и социального развития   Российской Федерации от 11.03.2012г. № 213н/178 «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений».   * Письмо Министерства образования и науки Российской   Федерации от 12.04.2012г. № 06-731 «О формировании культуры  здорового питания обучающихся, воспитанников».   * Устав школы. |
| Автор проекта  «Здоровое питание  в жизни школьников»  подпроекта «Правильное питание» | Волчкова О.В |
| Исполнители проекта | Педагогический коллектив, обучающиеся воспитанники школы-интернат №2 ОП, родительская  общественность, работники столовой, медицинский работники. |
| Приоритетные направления работы проекта | Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение реализации программы.  Повышение эффективности системы организации школьного  питания.  Формирование у участников образовательного процесса  культуры здорового питания через общешкольные конкурсы, внеклассные мероприятия. |

**Актуальность проекта**

Здоровье детей и подростков в любом обществе, независимо от

экономических и политических условий, является актуальной проблемой и

задачей первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны и наряду с другими демографическими

показателями, отражает уровень ее развития. Одним из ключевых факторов,

определяющим условия здорового роста и развития ребенка, служит питание.

«Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы»

(Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761) определяет, как одну из основных задач «формирование потребности у детей и подростков в здоровом питании и совершенствование системы обеспечения качественным питанием детей в образовательных учреждениях».

Ведущая роль в решении проблем охраны и укрепления здоровья детей, создании нормальных условий для их роста и развития принадлежит школе.

Необходимость серьезно заниматься формированием культуры здоровья обусловлена рядом объективных причин:

 фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, а,

следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к

здоровью развиваются именно в этот период;

 в этом же возрасте закладываются и основы здорового образа жизни,

как система норм и правил, усваиваемых ребенком в специально проецируемой деятельности;

 школьный период наиболее чувствителен к формированию

ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения здоровья.

Поэтому формирование культуры здорового питания в целом (и

организация рационального сбалансированного питания детей и подростков в частности) является одним из важнейших факторов сохранения и укрепления их здоровья и одним из условий создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательном учреждении.

Работая над проблемой формирования личности учащегося школы-ИНТЕРНАТА №2, в условиях личностно-ориентированной образовательной

среды, педагогический коллектив уделяет большое внимание вопросам здоровья детей и подростков. Поскольку здоровье является основной составляющей личности, одна из главных задач школы:

– помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью.

Этому способствует реализация нашего школьного проекта по здоровому питанию. На решение вопросов организации питания школьников и формирование потребностей в здоровом питании, а также воспитании культуры приёма пищи направлен данный проект.

Наблюдение за учащимися во время приема пищи в столовой обозначили еще одну проблему – отсутствие или недостаточную сформированность навыков правильного поведения в помещении столовой и за столом во время приема пищи. Поскольку первоначальные знания и навыки дети получают в семье, то, и просветительскую работу по формированию культуры поведения за столом необходимо проводить не только с учащимися, но и с родителями.

Принципиально важно использовать в рационах питания школьников

самые разнообразные продукты, обогащая их витаминами, от кондитерских изделий до мясных полуфабрикатов, молочных продуктов. Только таким образом может быть достигнуто реальное обогащение всего рациона обучающихся с учетом их суточной потребности и потерь при кулинарной обработке.

Для решения данной проблемы необходимо организовать питание,

используя при этом продукцию с повышенной пищевой и биологической ценностью.

Количество практически здоровых детей имеет тенденцию к снижению.

Анализ здоровья обучающихся позволяет выявить при стабильном числе инфекционных заболеваний, нарушений речи, рост таких видов заболеваний, как хронические, заболевания желудочно-кишечного тракта, что свидетельствует о недостаточном внимании к здоровью школьников.

Проект по совершенствованию организации питания учащихся является комплексом первоочередных мер, направленных на решение

выявленных проблем в целях формирования культуры здорового питания как одного из условий сохранения и укрепления здоровья учащихся.

**Цели проекта:**

Повышение качества реализуемых в школе продуктов питания и эффективности организации и регулирования школьного питания, а также создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания.

**Задачи проекта;**

1. Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания.
2. Разработка и внедрение новых форм организации горячего питания, через организацию конкурса «Лучший школьный повар 2023».
3. Пропаганда здорового питания (проведение конкурсов, внеклассных мероприятий и бесед с мед. персоналом).
4. Повышение уровня знаний обучающихся, педагогов и родителей в вопросах здорового питания, популяризации и повышении привлекательности здорового школьного питания.
5. Формирование у детей и родителей потребности правильного питания, как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья.

**Материально-техническое обеспечение организации питания**

Система школьного питания реализуется через модель питания, при

которой весь цикл организуется на базе школьной столовой. Преимуществом столовой, работающей на сырье, является полная автономность приготовления пищи, возможность приготовления на месте блюд разнообразного меню, отсутствие необходимости транспортировки продукции на длительные расстояния, ее замораживания (охлаждения), повторного разогрева и др.

Столовая расположена на первом этаже здания школы. Столовая состоит из обеденного зала и помещений пищеблока.

Обеденный зал оснащен мебелью (столами и лавкамии),

позволяющим проводить их обработку с применением моющих и

дезинфицирующих средств. Столовая школы обеспечена столовой посудой и приборами. Это позволяет соблюдать правила мытья и дезинфекции в соответствии с действующими санитарными правилами.

При сервировке столов используют тарелки, чашки, бокалы (стекло и фаянс), столовые приборы (ложки) из нержавеющей стали. Не используется посуда и столовые приборы со сколами, трещинами, отбитыми краями и деформацией к применению не допускаются.

Уборка обеденного зала производится после завтрака, обеда и ужина.

Обеденные столы моют горячей водой с добавлением моющих средств, используя специально выделенную ветошь и промаркированную тару для чистой и использованной ветоши. Мытье кухонной посуды осуществляется отдельно от столовой посуды.

В производственные цех оснащен современным оборудованием для приготовления пищи.

Все установленное в производственных помещениях технологическое и

холодильное оборудование находится в исправном состоянии, соответствует паспортным характеристикам.

Ежегодно, перед началом учебного года проводится контроль технического состояния оборудования.

**Срок реализации проекта** –01.09.2023г. – 29.12.2023 г.

**Этапы реализации проекта:**

*Первый этап* – подготовительный.

На этом этапе проводится:

1. Изучение нормативных актов и передового опыта организации

горячего питания школьников;

2. Определение путей решения выявленных проблем;

3. Разработка плана работы по совершенствованию организации питания

учащихся

*Второй этап* – основной.

На данном этапе предполагается проведение проектных мероприятий по

основным направлениям:

1. Повышение эффективности системы организации школьного питания, через организацию общешкольного конкурса «Лучший повар 2023 г.»

2. Работа по формирование у участников образовательного процесса культуры здорового питания через общешкольные конкурсы, внеклассные мероприятия основного проекта и подпроекта «Правильное питание».

**Модули проекта:**

1. Школьная столовая (улучшение качества питания в условиях школы-интерната №2)

2. «Здоровое питание в жизни школьников» (работа с обучающимися школы-интерната №2)

3.Подпроект «Правильное питание» (работа с воспитанниками ГКП школы-интерната №2)

**Основные принципы проекта**

- Приоритет здоровья над другими ценностями.

- Здоровье – главная жизненная ценность. Забота о здоровье необходима и здоровому, и больному человеку.

- Принцип здорового образа жизни, соблюдение санитарно-гигиенического режима.

- Принцип природосообразности, учет и использование физиологических возможностей организма ребенка в соответствии с возрастным развитием.

- Принцип саморегуляции: «чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные» (Н. Амосов).

**План мероприятий, организованных в рамках проекта**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Дата** | **Ответственные** |
| **«Школьная столовая»** | | | |
| 1. | Совещание при директоре по вопросам по плану организации и развития школьного питания | Сентябрь 2023г. | Волчкова О.В. |
| 2. | Изучение нормативных актов и передового опыта организации  горячего питания школьников. Определение путей решения выявленных проблем в школьной столовой. | Сентябрь 2023г. | Волчкова О.В. |
| 3. | Работа школьной комиссии по организации и качеству питания  (справки в бухгалтерии) | Ежемесячно | Волчкова О.В. |
| 4. | Информирование  родителей  об  ассортименте  питания  детей (меню на сегодня) – рейды родителей в столовую. | Сентябрь – декабрь 2023 г. | Волчкова О.В. |
| 5. | Организация и проведение конкурса «Лучший школьный повар 2019»  (Положение) | Ноябрь- декабрь 2023 г. | Волчкова О.В. |
| 6. | Подведение итогов конкурса «Лучший школьный повар 2019»  (Протоколы) | Декабрь 2023г. | Волчкова О.В. |
| **«Здоровое питание в жизни школьников»** | | | |
| 1. | Анкетирование учащихся | Сентябрь 2023г. | Волчкова О.В.  Кл. рук-ли |
| 2. | Сочинение «Как я питаюсь» | Сентябрь 2023г. | Кл. руководители |
| 3. | Познавательное занятие «Важность сбалансированного питания» | Октябрь 2023г. | Волчкова О.В. |
| 4. | Познавательное занятие «Культура питания школьников» | Ноябрь  2023 г. | Волчкова О.В. |
| 5. | Общешкольный конкурс  «Самый культурный класс»  ( в столовой) | Сентябрь – декабрь  2023 г. | Волчкова О.В.  (начальное и среднее звено, ГКП) |
| 6. | Оформление плаката «Дорога к здоровью» | Октябрь  2023 г. | Волчкова О.В. |
| 7. | Конкурс рисунков « Правильное питание» | Ноябрь  2023 г. | Волчкова О.В. |
| 8. | Консультации для родителей о здоровом питании | Сентябрь – декабрь  2023 г. | Волчкова О.В. |
| 9. | Подведение итогов и награждение победителей конкурса «Самый культурный класс» на школьной линейке.  (протокол) | Декабрь  2023 г. | Волчкова О.В. |
| 10. | Отчет о проделанной работе | Декабрь  2023 г. | Волчкова О.В.  Светлакова Н.В. |

**Ожидаемые результаты**:

* Обеспечение гарантированного качества и безопасности пищевых продуктов, используемых в питании школы-интерната №2.
* Применение новых форм организации питания, а также введение новых блюд в школьное меню.
* Умение детей соблюдать правила поведения в столовой, а также соблюдение культуры питания.
* Повышение у учащихся мотивации к здоровому образу жизни, через употребление полезных продуктов питания.
* Существенное улучшение отношения детей и их родителей к вопросам питания.

Список литературы:

1. Куракин, М.С. Оценка организации питания учащихся в школьных столовых Кемерово/ М.С. Куракин, Н.С. Амбурцева, С.А. Максимов, С.Ф. Зинчук. - Вопросы детской диетологии, 2007. – т. 5, № 6. – С. 34-37.

2. Экспертное заключение по итогам научно-практического конгресса «Здоровое питание – здоровая нация», ГУ НИИ питания РАМН, Москва, 2008 г. – 37 с.

3. О санитарно-эпидемиологической обстановке в Российской Федерации в 2010 году: Государственный доклад. - М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2011. - 431 с.

[http://pitanie2007.ru](http://pitanie2007.ru/)

<http://www.бинфос.рф/portfolio/112-pravpit-nestle>