

ПЛАН

мероприятий по пропаганде здорового питания
среди обучающихся и их родителей
на 2023 – 2024 учебный год
МКОУ «Кондровская средняя
общеобразовательная школа №2»



Цели и задачи

Цели:

- Создать условия, способствующие укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания.
- Сформировать у детей основы культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

- 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;
- Повышение гигиенической грамотности детей и родителей в вопросах питания;
- Просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение			
1.	Создание бракеражной комиссии. Назначение ответственного за организацию питания в школе	август	Директор школы
2	Организация питания учащихся в школьной столовой: - утверждение режима питания обучающихся школы; - утверждение режима работы школьной столовой.	Август – первая неделя сентября	Директор школы
3	Совещание классных руководителей об организации горячего питания. Презентация горячего питания.	сентябрь	зам. директора по ВР
4	Совещание при директоре по вопросам организации и развитию школьного питания	сентябрь, май,	Директор школы
5	Мониторинг обучающихся льготных категорий	Первая неделя сентября	Ответственный за организацию школьного питания, классные

			руководители
6	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение сан. гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний	октябрь, февраль, ежегодно	директор
6	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	в течение года	зам. директора по ВР
7	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	зам. директора по ВР
2. Работа с обучающимися.			
1	Проведение уроков–здоровья	В течение года	классные руководители
2	Проведение бесед, классных часов, мероприятий по темам: - «Азбука питания» - «Полезные свойства хлеба» - «Каша молочная вкусна – всем детям она нужна» - «Яблоко на ужин – доктор не нужен»	В течение года	классные руководители 1 – 4 классов
3	Проведение бесед, классных часов, мероприятий по темам: - Русская кухня» - «Хлеб – всему голова» - «Режим питания. Правила поведения за столом» - «Молоко пить – здоровым быть» - «Здоровое питание и распорядок дня современного школьника» - «Острые кишечные заболевания и их профилактика»	В течение года	классные руководители 5 – 9 классов
4	Проведение бесед, классных часов, мероприятий по темам: - «Здоровое питание» - «Чистая вода организму нужна» - «Обработка пищевых продуктов перед употреблением. Правила ухода за посудой» - «Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья» - «Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и готовых блюд»	В течение года	классные руководители 10 – 11 классов
5	Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы), «Правильное питание» (5-8 классы) Выпуск видеоролика «Зачем нужна горячая еда?» (9-11 классы)	В течение года	классные руководители

6	Конкурс поделок из овощей и фруктов.	октябрь,	зам. директора по ВР
7.	«Масленица»	март	зам. директора по ВР
8	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ежемесячно	зам. директора по ВР
9	Анкетирование учащихся по вопросам питания	В течение года	зам. директора по ВР
10	Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (пришкольный лагерь)	июнь	Директор
11	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	В течение года	библиотекарь
12	Проведение Дней здоровья	В течение года	учителя физкультуры
3. Работа с педагогическим коллективом			
1.	Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях, семинарах классных руководителей	В течение года	директор школы
2	Организация консультаций для классных руководителей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно-гигиенических требований - организация горячего питания – залог сохранения здоровья	В течение года	зам. директора по ВР, медицинский работник
3	Организация бесплатного питания учащихся из малообеспеченных семей.	В течение года	директор, ответственный за питание
4	Ведение пропаганды здорового питания	В течение года	классные руководители,
5	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	В течение года	директор, ответственный за питание, классные руководители
6.	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся	В течение года	зам. директора по ВР
4. Работа с родителями			
1	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях	В течение года	классные руководители, заместитель директора по ВР, медицинский работник
2	Изучение отношения родителей к организации горячего питания в школе	В течение года	классные руководители, заместитель директора по ВР,

			медицинский работник
3	Привлечение членов школьной комиссии для содействия повышения качества работы школьной столовой.	В течение года	директор школы
4.	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	В течение года	классные руководители
5.	Индивидуальные консультации о правильном питании	В течение года	медицинская сестра
6.	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	май	зам. директора по ВР

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.
	Диктант, изложение или сочинение на тему рационального питания, компонентов пищи или заболеваний, связанных с

Русский язык	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