**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

***«Асекеевская средняя общеобразовательная школа»***

**Асекеевского района Оренбургской области**

\_**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

461710, с. Асекеево, ул. Гагарина, 13 E-mail: asosh06 @mail.ru Т (Факс): (35351) 2-02-08

**Справка**

**о реализации программы «Разговор о правильном питании»**

Содействие здоровому образу жизни, создание условий для активизации субъективной позиции ребенка, формирование культуры питания, готовность поддерживать свое здоровье в оптимальном состоянии – одна из первоочередных задач процесса воспитания.

Формирование культуры здорового питания должна начинаться с самих первых этапов обучения ребенка в школе и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учетом возрастного подхода.

Системная работа по формированию культуры здорового питания в нашей школе включает три направления:

* Рациональную организацию питания;
* Включение в учебный процесс образовательных программ формирования культуры здорового питания;
* Просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье.

Структура, режим и организация питания в школе соответствует всем гигиеническим требованиям и служат примером здорового питания. Составлено 12-дневное циклическое меню, в соответствии с нормами СанПиН, утвержденное управлением Роспотребнадзора

В школе имеется столовая на 150 посадочных мест.

Организовано 2-х разовое горячее питание: 1- бесплатное для всех учащихся;

2- за счет родительской платы .

  В школьной столовой соблюдается режим питания, имеются графики посещения столовой. За каждым классом закреплены столы. Во время приема пищи в обеденном зале организовано дежурство педагогов.

В меню учащихся систематически включаются блюда из мяса, рыбы, молока. Для оздоровления и профилактики заболеваний проводится витаминизация, используется йодированная соль.

В столовой проводится работа по отбору суточных проб готовой продукции. Перед входом в помещение столовой организовано специальное место для мытья рук, оборудованное сушилками. Организован питьевой режим — фонтанчик.

Формирование правильного питания, воспитание культуры питания в школе осуществляется на учебных занятиях и во внеклассной воспитательной работе.  
 Много внимания уделяется вопросу питания в 1-4 классах на уроках «Окружающий мир» при изучении «Строение человека», «Экология природы» и т.д.

На уроках технологии в 5-9 классах при изучении темы «Кулинария» педагоги рассматривают вопросы, касающиеся гигиены питания и приготовления пищи, например «Санитария и гигиена приготовления пищи», «Технология приготовления пищи», «Режим питания. Гигиена питания». Учителя технологии и учащиеся школы принимали участие в онлайн - уроках по здоровому питанию.  
 Много полезного о питании узнают учащиеся 8-х классов при изучении темы «Пищеварительный тракт» на уроках биологии. На занятиях, посвященных данной теме, кроме лекции учителя, демонстрируются презентации, сделанные учащимися самостоятельно: «Рацион питания подростков», «Предупреждение болезней желудочно-кишечного тракта»; «Здоровые зубы – здоровый организм»; «Какие витамины необходимы детскому организму» и т.д. Применение ИКТ глубже и ярче освещает проблему правильного питания. Ученики школы принимали участие в конкурсе презентаций о здоровом питании на тему « Продукты без антибиотиков».  
 О витаминах, о полезных продуктах идет разговор на уроках географии при изучении развития сельского хозяйства в разных странах мира (7-8 кл.).  
По окончании изучения курса о питании ученики защищают рефераты, мини-исследовательские работы по витаминам, диетам, рациональному питанию.   
 Помимо учебных предметов с целью формирования у детей и подростков основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни, в школе реализуется образовательная программа «Разговор о правильном питании». Программа реализуется на уровне 1-6 классов. В 1-2 классах – это «Разговор о правильном питании», в 3-4 классах – «Две недели в лагере здоровья», в 5-6 классах - «Формула правильного питания». Учащиеся имеют рабочие тетради, которые ярко, красочно оформлены и в занимательной форме учат правильно питаться, дают полезные советы, например: «Из чего варят каши и как сделать кашу вкуснее», «Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты», «Где найти витамины весной» и т.д. Методическое пособие под редакцией М.М. Безруких, Г.А. Филипповой, А.Г. Макеевой помогают провести занятия занимательно, доступно. Данная программа реализуется во время проведения классных часов, внеклассных мероприятий.

На классных часах учащиеся узнают о здоровом образе жизни, о питательных веществах, необходимых организму, о режиме питания, о правилах гигиены и питания и т.д.

Большое внимание воспитанию культуры поведения и ответственности за свое здоровье уделяется во внеклассной работе школы. В плане работы педагогического коллектива имеются разделы «Работа по укреплению здоровья обучающихся» и «Организация здоровьесберегающего образовательного процесса», в которых включены мероприятия по пропаганде полноценного питания:  
- праздник в начальной школе «К нам приехал Мойдодыр» (о гигиене питания);  
- конкурс стихотворений среди учащихся 5-6 классов «Мое любимое блюдо»;  
- игра для учащихся начальных классов «путешествие по городу Здоровячок»;  
- конкурс плакатов «Да здравствует здоровая пища!»;  
- выпуск школьной газеты «Питание. Здоровье. Красота»;  
- беседы специалистов с учащимися о полезной здоровой пище.  
 Также каждый классный руководитель составляет план воспитательной работы в классе, планирует классные часы, конкурсы газет, стихотворений о правильном питании, приглашение специалистов.  
 Теоретические занятия чередуются с практическими. Например, цикл классных часов в 4 а классе: «Твое здоровье в твоих руках», «Здоров будешь – все добудешь», - «Азбука учебного труда», завершилось практическим занятием «Питание и здоровье».

Вопросы обеспечения качественного и безопасного питания детей постоянно находится в центре внимания администрации школы. За качеством питания в школьной столовой организован и общественный контроль со стороны родительского комитета школы. Члены родительского комитета проводят дегустацию приготовленных блюд, анкетирование учащихся и родителей по вопросам школьного питания. Наиболее эффективными формами сотрудничества педагогов с родителями в вопросах формирования культуры здорового питания детей, стали открытые классные часы по программе «Разговор о правильном питании», соревнования «Папа, мама, я – здоровая семья». Родители могут воспользоваться материалами по вопросам здорового питания, здорового образа жизни в школьной библиотеке.

Медицинская сестра школы проводит индивидуальные консультации родителей по вопросам питания. Особое внимание уделяется проведению родительских собраний*.* На них обсуждаются проблемы жизни классного и родительского коллективов. Это - взаимный обмен мнениями, идеями, совместный поиск. В начале года в каждом классе проводится родительское собрание о пользе горячего питания и необходимости для детей полноценного питания. Классные руководители планируют родительские собрания по пропаганде здорового образа жизни, воспитанию культуры питания:

- «О «правильных» и «неправильных» продуктах»;

**- «**Основные принципы организации рационального питания в школьном возрасте»;   
- «Организация занятий школьника, направленная на укрепление здоровья и привитие навыков здорового образа жизни»;  
- «Правильное питание – неотъемлемая часть сохранения и укрепления здоровья»;  
- «Итоги медицинских осмотров учащихся».

В школьной библиотеке организовываются выставки книг и статей: о здоровье, о здоровой пище, о здоровом образе жизни.

Вся информация по режиму работы столовой, меню, вопросы пропаганды здорового питания, воспитания культуры питания находят отражение на школьном сайте; в школьной газете, где ведется рубрика «О вкусной и полезной пище».

Заместитель директора по ВР И.С. Салмина