

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЦЕНТР
ОБРАЗОВАНИЯ №37 ИМЕНИ В.П. ХРАМЧЕНКО»

Утверждаю
Директор МБОУЦО №37
 А. Антонникова
Приказ № 266-а от 27.05.2022



Рабочая программа
«Здоровое питание» на 2022-2024 уч. годы

Содержание:

1. Введение
2. Содержание программ
3. Направления деятельности школы по внедрению здорового питания.
4. Система ежемесячных классных часов.

1. Введение

В настоящее время значительный интерес представляют программы, направленные на сохранение здоровья школьников, в которых используются новые образовательные технологии. Программа ориентирована на учащихся общеобразовательной школы. Она дополняет и расширяет знания о правильном питании, а также формирует навыки здорового образа жизни.

В содержание программы включены научно обоснованные данные о значении и необходимом количестве основных компонентов пищи для людей разного возраста и рода деятельности, а также о гигиене питания. Представлены материалы о возможном загрязнении продуктов питания. Рассматриваются вопросы рационального питания с учетом экологических аспектов.

2. Содержание программы

Рост образования в обществе – необходимый, важный элемент социально-культурного и экономического развития страны. На образование, обеспечивающее социальное развитие личности, ложится, помимо прочего, задача сохранения физического, психического и нравственного здоровья подрастающего поколения. За годы обучения в школе возрастает число заболеваний органов пищеварения.

Программа включает управленческие мероприятия по направлениям:

- информационно-аналитическое;
- мотивационно-целевое;
- плано-прогностическое;
- организационно-исполнительское;
- контрольно-диагностическое;

Управление по внедрению здорового питания и сохранению здоровья в образовательном процессе предусматривает:

- осмысление направлений деятельности всеми субъектами образовательного процесса;
- поэтапный анализ реализации направлений деятельности; создание организационных условий для реализации мероприятий.

Главные результаты

1. Сохранение и развитие здоровья учащихся.
2. Снижение уровня заболеваний органов пищеварения. Социальная адаптация (средствами образования) детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.

Цель

Формирование культуры здоровья на основе навыков рационального питания с учетом индивидуальных особенностей (национальные традиции, особенности местности, собственные предпочтения, состояние здоровья)

Задачи

1. Воспитание навыков здорового образа жизни;
2. Раскрытие и углубление понятий о здоровье как одной из главных ценностей;
3. Применение правил здорового питания;
4. Освоение способов объективной оценки рациона питания.

Факторами, способствующими или препятствующими достижению цели нашей программы, являются следующие нормативно-правовые, финансовые,

материальные, кадровые, методические, мотивационные и временные условия работы школы.

Материальные условия

В школе располагается 50 учебных кабинетов, 2 спортивных зала, современная оснащенная библиотека, столовая. Школа отвечает техническим, санитарным и противопожарным требованиям. Школьная столовая обеспечивает всех учащихся горячим питанием в соответствии с режимом работы школы.

Кадровые условия

Учителя и классные руководители владеют разнообразными традиционными и нетрадиционными формами, приемами и методами организации и проведения педагогического процесса, умеют рационально применять их в своей обучающей деятельности. В работе педагоги успешно используют знание возрастных, физиологических и психологических особенностей своих воспитанников, их интересов, склонностей и способностей. Для учителей и классных руководителей школы характерно плодотворное сотрудничество с родителями обучающихся. Педагоги проявляют творчество и инициативу, что способствует полноценной реализации программы.

3. Направления деятельности школы по внедрению здорового питания

1. Совершенствование нормативно-правовых условий, сохранение и развитие здоровья учащихся.
2. Создание комплекса управленческих условий
3. Развитие материально-технической базы с целью создания условий для сохранения здоровья учащихся
4. Формирование информационно-экспертных условий с целью обеспечения эффективности управления образовательным процессом по организации здорового питания обучающихся.
5. Проведение ежемесячных классных часов с первого по одиннадцатый классы.

1. Совершенствование нормативно-правовых условий, сохранение и развитие здоровья учащихся.

| № п/п | Наименование содержания | Сроки | Ответственные |
|-------|--|------------------|----------------------|
| 1 | Анализ состояния здоровья учащихся. Оформление аналитических и статистических отчетов о состоянии здоровья учащихся в школе | Каждое полугодие | Зам.директора по УВР |
| 2 | Издание локальных актов по сохранению и развитию здоровья обучающихся | Сентябрь | Директор |
| 3 | Формирование творческой группы по внедрению программы «Здоровое питание» | Октябрь | Директор |
| 4 | Утверждение режима питания | Сентябрь | Директор |

2. Создание комплекса управленческих условий

| | | | |
|---|--|----------------|---------------------------------|
| 1 | Мониторинг физического здоровья учащихся по итогам медосмотра | Один раз в год | Классные руководители |
| 2 | Анализ состояния психического здоровья вновь поступивших учащихся | Два раза в год | Классные руководители |
| 3 | Проведение общешкольных родительских собраний по актуализации ценности здоровья | раз в год | Директор. Классные руководители |
| 4 | Проведение методических совещаний на тему «Учет индивидуальных особенностей питания детей» | Один раз в год | Зам.директора по УВР |

| | | | |
|---|--|----------------|--|
| 5 | Проведение Дня открытых дверей | Два раза в год | Директор. Зам.директора по УВР и ВР |
| 6 | Формирование программ мониторинга, направленных на реализацию программы «Здоровое питание» | В течение года | Зам.директора по УВР |

3. Развитие материально-технической базы с целью создания условий для сохранения здоровья учащихся

| № п/п | Наименование содержания | Сроки | Ответственные |
|-------|--|-------|-----------------------------|
| 1 | Оборудование кабинетов школы согласно норм СанПиНа | | Директор |
| 2 | Обеспечение учебно-методической литературой | | Директор, заведующий ИБЦ |
| 3 | Приобретение ТСО | | Директор |

4. Формирование информационно-экспертных условий с целью обеспечения эффективности управления образовательным процессом по организации здорового питания обучающихся.

| № п/п | Наименование содержания | Сроки | Ответственные |
|-------|---|----------------|------------------------------------|
| 1 | Развитие системы информирования субъектов образовательного процесса по внедрению здорового питания. | В течение года | Директор, заместители директора |
| 2 | С целью контроля сохранения и развития здоровья учащихся: <ul style="list-style-type: none"> • организация социологических исследований, опросов, анкетирования учащихся, родителей и учителей; • анализ способов и форм доведения информации до родителей; • анализ использования информационного обеспечения для создания здорового питания. | В течение года | Классные руководители |

4. Система ежемесячных классных часов.

Содержание работы со школьниками включает: систему ежемесячных классных часов с первого по девятый классы, проводимых классными руководителями с привлечением к их организации учащихся, медицинского работника и других специалистов в форме бесед, теоретических занятий и тренингов; систему лекций, организационных, лечебно-профилактических и противоэпидемических мероприятий под руководством медицинского работника; систему учебных занятий в начальной школе в рамках курсов «Ознакомление с окружающим миром», в средней школе в рамках курсов «Биология», «ОБЖ» и «Обществознание»

1. Система классных часов в 5-классе

| п/п | Сроки | Тема классного часа | Кто проводит |
|-----|----------|---|------------------------|
| 4 | Сентябрь | Сущность и значение питания. Рациональное питание. Пищевой рацион. | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | Вода как компонент пищи. Возникновение чувства жажды. Устранение водного дефицита. | Классный руководитель |
| 3. | Ноябрь | Значение белков в организме. Незаменимые аминокислоты. Несбалансированное белковое питание. Белковый баланс. Усвояемость белков | Классный руководитель |
| 4. | Декабрь | Режим дня | Классный руководитель |
| 5. | Январь | Функции основных систем организма | Классный руководитель |
| 6. | Февраль | Роль жиров в организме. Структурные и резервные жиры. Пищевые продукты с высоким содержанием жиров. Холестерин. Физиологические нормы питания. | Классный руководитель. |
| 7. | Март | Питательные вещества: белки, жиры, углеводы. Основные свойства и многообразие белков, жиров и углеводов. Биологическая роль углеводов в организме человека. | Классный руководитель |
| 8. | Апрель | Продукты питания в разных странах | Классный руководитель |
| 9. | Май | История открытия витаминов. Витамины, их классификация и роль в организме. Продукты, содержащие витамины. | Классный руководитель |

2. Система классных часов в 6 классе

| № п/п | Сроки | Тема классного часа | Кто проводит |
|-------|----------|---|---|
| 1. | Сентябрь | Энергетическая ценность пищи. Продукты питания. Пищевые вещества. Природные пищевые компоненты. Примеси (чужеродные вещества) пищи. | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | Значение белков в организме. Незаменимые аминокислоты. Несбалансированное белковое питание. Белковый баланс. Усвояемость белков пищи. | Классный руководитель |
| 3. | Ноябрь | Простые и сложные углеводы. Значение углеводов в организме. Клетчатка, пектиновые вещества, крахмал. Нормы питания. | Классный руководитель |
| 4. | Декабрь | Моя семья | Классный руководитель |
| 5. | Февраль | Гигиена тела | Классный руководитель |
| 6. | Март | Правильное питание | Классный руководитель |
| 7. | Апрель | История открытия витаминов. Витамины, их классификация и роль в организме. Продукты, содержащие витамины. | Классный руководитель, медицинская сестра |
| 8. | Май | Химические элементы организма человека. Роль макро- и микроэлементов в питании человека. Содержание элементов в продуктах питания. | Классный руководитель |

3. Система классных часов в 7 классе

| № п/п | Сроки | Тема классного часа | Кто проводит |
|-------|----------|--|---|
| 1. | Сентябрь | Физиологические нормы и режим питания. Питание и двигательная активность. Воздействие двигательной активности на организм человека. Нормы питания взрослых людей. Режим питания. | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | Роль жиров в организме. Структурные и резервные жиры. Пищевые продукты с высоким содержанием жиров. Холестерин. Физиологические нормы питания. | Классный руководитель |
| 3. | Ноябрь | Пищевой рацион детей и подростков. Особенности возрастной физиологии детей и подростков | Классный руководитель |
| 4. | Декабрь | Влияние наркотиков на жизненный стиль человека | Классный руководитель, медицинская сестра |

| | | | |
|----|---------|--|---|
| 5. | Январь | Стресс, его психологические и физиологические проявления. Способы совладания со стрессом | Классный руководитель |
| 6. | Февраль | Правила личной гигиены подростков | Классный руководитель |
| 7. | Март | Гигиена учебного труда и отдыха | Классный руководитель, медицинская сестра |
| 8. | Апрель | Потребности организма подростка в основных веществах и энергии | Классный руководитель |
| 9. | Май | Гипо- и авитаминозы, их предупреждение. | Классный руководитель, медицинская сестра |

4. Система классных часов в 8 классе

| № п/п | Сроки | Тема классного часа | Кто проводит |
|-------|----------|---|-----------------------|
| 1. | Сентябрь | Режим питания подростков. Значение белков, жиров в детском питании. Предупреждение гиповитаминозов у детей. | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | Простые и сложные углеводы. Значение углеводов в организме. Клетчатка, пектиновые вещества, крахмал. Нормы питания. | Классный руководитель |
| 3. | Ноябрь | Правила выбора гигиенических средств ухода за телом | Классный руководитель |
| 4. | Декабрь | Признаки утомления органов зрения и слуха. Способы снятия утомления | Классный руководитель |
| 5. | Январь | Пищевая гигиена | Классный руководитель |
| 6. | Февраль | Инфекционные заболевания и иммунитет подростка | Классный руководитель |
| 7. | Март | Болезни, передаваемые через пищу | Классный руководитель |
| 8. | Апрель | Употребление психоактивных веществ как слабость воли, болезнь | Классный руководитель |
| 9. | Май | Генетически модифицированные продукты питания. Проблемы, связанные с их потреблением. Трансгенные методы. | Классный руководитель |

5. Система классных часов в 9 -11 классе

| № | Сроки | Тема классного часа | Кто проводит |
|----|----------|---|--|
| 1. | Сентябрь | Режим дня и питания. Гигиена питания. Профилактика заболеваний пищеварительного тракта. | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | Питательные вещества: белки, жиры, углеводы. Основные свойства и многообразие белков, жиров и углеводов. Биологическая роль углеводов в организме человека. | Классный руководитель |
| 3. | Ноябрь | Гигиена тела - основа здорового образа жизни | Классный руководитель |
| 4. | Декабрь | Режим дня и оптимальные условия функционирования организма человека | Классный руководитель |
| 5. | Январь | Питание - основа жизни | Классный руководитель |
| 6. | Февраль | Примеси, загрязняющие пищу. Нитраты, нитриты, пестициды, соли металлов. Хранение и упаковка продуктов питания. | Классный руководитель |
| 7. | Март | Гипо- и авитаминозы, их предупреждение. | Классный руководитель |
| 8. | Апрель | Психоактивные вещества как фактор риска в жизни человека | Классный руководитель, медицинская сестра |
| 9. | Май | Микробные пищевые отравления. Кишечная палочка, сальмонеллез, ботулизм. Токсичные вещества. | Классный руководитель |

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образования № 37 имени В.П.Храмченко»

300045, г.Тула, ул.Новомосковская, 5А Телефоны: 37-31-96, 37-33-11

ПРИКАЗ

от 27.05.2022

№ 266-а

Об утверждении Рабочей программы
«Здоровое питание» на 2022-2024 уч.годы

В целях систематизации работы по организации горячего питания обучающихся, контроля за качеством приготовления пищи

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить Рабочую программу «Здоровое питание» на 2022-2024 учебные годы.
2. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор МБОУЦО № 37



Е.А.Антонникова