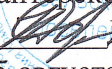


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа Гайтерского сельского поселения
Комсомольского муниципального района
Хабаровского края (МБОУ СОШ Гайтерского с. п.)

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ
Гайтерского с. п.
 Д.В. Коленченко
25 августа 2025 г.



ПЛАН

**по сохранению и укреплению здоровья, формированию
культуры здорового питания**

2025-2026 учебный год

Цель:

- Создать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, увеличение охвата учащихся горячим питанием.
- 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

План по сохранению и укреплению здоровья, формированию культуры здорового питания рассчитан на 1 год. Его поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2025 по 2026 год.

План затрагивает всех участников образовательного процесса (учащихся, родителей, педагогов, сотрудников) и будет реализовываться как в области образовательной, так и воспитательной деятельности.

Ожидаемые конечные результаты программы:

- сохранение и укрепление здоровья при стабильных результатах обучения;
- повышение приоритета здорового питания;
- повышение мотивации к здоровому образу жизни;

- поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей;
- улучшение состояния здоровья детей по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи;
- повышение качества и безопасности питания учащихся;
- обеспечение всех обучающихся питанием;
- обеспечение льготным питанием детей из социально-незащищенных семей.

Принципы реализации плана:

1. Принцип социальной активности, который создает учащимся условия для самостоятельного выбора и принятия решений, формирует способность противостоять внешнему давлению и отстаивать свое мнение, свою жизненную позицию;
2. Принцип мотивированности – подготовки почвы к восприятию той информации, которую готовит для ребенка взрослый, принимать решение, ставить вопрос и самостоятельно давать на него ответ;
3. Принцип проблемности должен будить любознательность ученика, желание самостоятельно дойти до истины, обогатить себя новыми знаниями;
4. Принцип индивидуализации – воспитание учащихся с учетом их индивидуальных возможностей и способностей;
5. Принцип взаимодействия личности и коллектива, предусматривающий равноправные отношения в классном коллективе, право ребенка на собственное мнение и аргументацию своих поступков и действий;
6. Принцип единства образовательной и воспитательной среды, задача которой состоит в развитии основных потребностей ребенка в поддержании его здоровья и жизнеспособности.

Формы работы: классный час, беседа, диспут, круглый стол, дискуссии, тренинги, лектории, встречи, анкетирование, конкурс рисунков, конкурс секретов правильного питания, выпуск газет, театрализованные представления. Мастер-класс.

Деятельность педагогических работников:

Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма; организация конкурсов и викторин на тему правильного Питания.

Воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;
Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;

Деятельность сотрудников (повара):

Соблюдать гигиенические требования

Использовать технологические карты

Соблюдать САНПиН

Провести мастер-класс по здоровому питанию

Беседа «Культура поведения в столовой во время приема пищи»

Деятельность родителей:

Прививать навыки культуры питания в семье;
Выполнять рекомендации узких специалистов.

Деятельность обучающихся:

Соблюдать правила культуры приема пищи;
Принимать участие в мероприятиях по пропаганде здорового питания.

План

	Мероприятия	Сроки	Ответственный	Ожидаемый результат
Работа с обучающимися				
1	Проведение уроков здоровья	Ежегодно	Классный руководитель	Сформированная позиция признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков культуры питания. Сокращение заболеваемости учащихся.
2	Конкурс стенгазет, рисунков, плакатов «Правильное питание»	Октябрь	Классный руководитель, учитель ИЗО	
3	Участие в конкурсе агитбригад «Будь здоров!»	Ноябрь	Классный руководитель, учитель физической культуры	
4	Классные часы: «Правильное питание- залог здоровья и красоты»; «Здоровое питание - отличная учёба»; «Еда- источник витаминов»; «Секреты питания»; «Я и мое здоровье»; «Мой образ жизни»; «Продукты разные нужны, блюда разные важны»; «Питание литературных героев»; «Сколько мы должны весить»	В течение года	Классный руководитель, социальный педагог	
5	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ежедневно	Социальный педагог	
6	Мини- проект «Правила правильного питания»	Ноябрь Апрель	Классный руководитель, учащиеся класса	

7	Проведение работы по воспитанию культуры питания, пропаганде ЗОЖ среди обучающихся и родителей через: - систему классных часов и родительских собраний; - игры, конкурсы, беседы, ярмарки; - встречи с медицинскими работниками	В течение года	Классный руководитель, советник	
8	Анкетирование обучающихся и родителей по вопросам школьного питания	Ежегодно	Классный руководитель	
9	Конкурс фотографий «Наша школьная столовая», «Вкусная профессия – повар»	В течение года	Классный руководитель, родительский комитет	
10	Работа по оздоровлению обучающихся в каникулярное время	В течение года	Классный руководитель, родители, социальный педагог	
11	Мастер-класс по здоровому питанию Беседа «Культура поведения в столовой во время приема пищи»	Ноябрь/март	Классный руководитель, повар	Сокращение заболеваемости учащихся. Увеличение численности охвата учащихся горячим питанием до 100%.
Работа с родителями				
1	Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи», «Питание учащихся дома», «Профилактика желудочно-кишечных, инфекционных и простудных заболеваний».	В течение года	Классный руководитель	Улучшение осведомленности родителей в области рационального питания школьников. Участие родительского актива в контроле качества питания и уровня организации школьного питания.
2	Анкетирование родителей «Школьное питание»	В течение года	Классный руководитель, социальный педагог	

3	Опрос родителей «Оценка работы школы по организации горячего питания»	Май	Классный руководитель, социальный педагог	Увеличение количества обучающихся, питающихся за счет средств родителей.
4	Подготовка памяток для родителей «Организация правильного питания в семье», «Чтобы дети были здоровыми»	В течение года	Классный руководитель, социальный педагог	
5	Информирование родителей через официальный сайт		Ответственный за сайт	
6	Консультирование родителей по вопросам организации питания и пропаганде здорового питания школьников	В течение года	Классный руководитель, социальный педагог, педагог-психолог	

Составитель:

Социальный педагог Пономарева О.Ю.

Юр

Ознакомлены:

Юр - *Александр Т.С.*

Юр - *Ермошкина Е.В.*

Юр - *Шешенева А.А.*

Юр - *Танилова М.А.*

Юр - *Пономарева О.Ю.*