

УТВЕРЖДАЮ

Директор государственного  
учреждения образования  
«Подольская средняя школа»

\_\_\_\_\_ И.Ф.Сухаревский  
\_\_\_\_\_ 2023 г.

**Комплексная система мер,  
направленная на пропаганду здорового питания  
и формирование правильного пищевого поведения учащихся  
в государственном учреждении образования  
«Подольская средняя школа»**

**Пояснительная записка**

Мы часто говорим: «В здоровом теле – здоровый дух». В школе значимым направлением в образовательном процессе является воспитание здорового человека. Школьник – это бурно растущий и постоянно развивающийся организм. Для детей школьного возраста основополагающим фактором здоровья является питание. При составлении меню школьника следует в первую очередь позаботиться о достаточном содержании в нем белкового компонента – главного строительного материала для растущего детского организма. Правильно организованное рациональное питание в детском возрасте служит существенным оздоровительным фактором. Растёт число учеников с нарушениями зрения, заболеваниями органов пищеварения, с психоневрологическими отклонениями. Причины тому не только учебная нагрузка, неправильный режим дня, слабый медицинский контроль, но и плохое питание. В связи с этим организация питания во время пребывания учащихся в школе является одним из важных факторов профилактики заболеваний и поддержания здоровья детей и подростков. Основная проблема современного человека — это неправильное питание, ведущее к нарушениям обмена веществ. Для реализации комплекса мер по организации питания учащихся в учреждении образования необходимо повышение качества, сбалансированности и доступности школьного питания. Рациональное питание обучающихся – это одно из условий создания здоровьесберегающей среды в школе. Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии. Важнейшим условием для поддержания здоровья, высокой

работоспособности и выносливости человека является полноценное и правильное питание. Вопросы организации школьного питания в последние годы вызывают повышенный интерес. Основу предполагаемых подходов составляет внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня. Состояние здоровья напрямую зависит от питания. Поэтому особое внимание уделяется вопросу организации правильного школьного питания. Питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени дети проводят в школе, то и полноценно питаться они должны в школе.

Необходимость серьезно заниматься формированием культуры питания в системе общего среднего образования обусловлена рядом объективных причин:

- фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно начать развивать именно в этот период;

- в этом же возрасте закладываются и основы здорового образа жизни, как система норм и правил, усваиваемых ребенком в специально проектируемой деятельности;

- школьный период в развитии наиболее чувствителен в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

С 1 сентября 2023 года ГУО «Подольская средняя школа» перейдет на новые принципы организации питания обучающихся.

Главная задача перехода на новые принципы организации питания – предоставление качественного, безопасного и сбалансированного питания с учетом вкусовых предпочтений самих обучающихся и их родителей (законных представителей).

Для этого Министерством образования Республики Беларусь разработан раздел на Интернет-сайте Министерства «Информационный сборник технологических карт блюд и изделий» (<https://edu.gov.by/pitanie/>), в который включены новые фирменные блюда, апробированные и нашедшие положительный отклик у детей при проведении эксперимента. С 01.09.2023 блюда из этого сборника будут включены в примерные двухнедельные рационы для обучающихся учреждений общего среднего образования области.

С 1 сентября 2023 устанавливается фиксированная ежемесячная плата родителей за питание в школах. Плата законных представителей

за питание обучающихся, получающих общее среднее образование, в день взимается в зависимости от возраста, количества приемов пищи в учреждениях образования, в процентах от наибольшей величины бюджета прожиточного минимума в среднем на душу населения.

Министерством здравоохранения Республики Беларусь определено, что наиболее оптимальными приемами пищи для учащихся 1-4 классов школ будет горячий (второй) завтрак, обед, полдник. Учащиеся 5-11 классов будут начинать прием пищи позднее – с обеда и далее получать полдник, ужин.

В учреждениях образования, расположенных на территории сельских населенных пунктов, все приемы пищи и время их приема сохраняются.

Количество приемов пищи зависит от времени пребывания в учреждении образования:

от 3,5 до 6 часов – одноразовое питание;

от 6 до 10 часов – двухразовое;

более 10 часов – трехразовое.

Чтобы еда нравилась всем школьникам, постановлением предусмотрена разработка дневного и на его основе примерного двухнедельного меню с учетом вкусовых предпочтений по результатам анкетирования родителей и учащихся.

#### **Нормативное правовое обеспечение:**

Кодекс Республики Беларусь об образовании;

Постановление Совета Министров Республики Беларусь 17 января 2022 г. №29 Об изменении постановлений Совета Министров Республики Беларусь;

Постановление Совета Министров Республики Беларусь 19 апреля 2023 г. №265 Об изменении постановления Совета Министров Республики Беларусь от 27 апреля 2013 г. №317;

Постановление Совета Министров Республики Беларусь 14 октября 2019 г. № 694 Об организации питания обучающихся;

Методические рекомендации по организации питания обучающихся в учреждениях образования в 2017/2018 учебном году;

Постановление Совета Министров Республики Беларусь 15 декабря 2022 г. № 870 Об эксперименте по организации питания обучающихся;

Государственный школьный стандарт;

Методические рекомендации по разработке и реализации в учреждениях общего среднего образования Комплексной системы мер, направленной на пропаганду здорового питания и формирование правильного пищевого поведения учащихся.

**ЦЕЛЬ:** формирование у учащихся ценностного отношения к основам культуры питания.

**ЗАДАЧИ:**

1. предоставить качественное, безопасное и сбалансированное питание с учетом вкусовых предпочтений самих обучающихся и их родителей (законных представителей).
2. повысить уровень знаний обучающихся, педагогов и родителей в вопросах здорового питания, популяризировать и повышать привлекательность здорового школьного питания;
3. формировать навыки правильного питания как составной части здорового образа жизни;
4. освещать вопросы организации правильного питания перед педагогической и родительской общественностью.

**ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:**

- улучшение состояния здоровья школьников по показателям заболеваемости, зависящим от качества питания;
- обеспечение благоприятных условий для организации режима дня для детей;
- сокращение количества отходов в школьной столовой.

| №  | Мероприятия   | Сроки                      | Ответственные  |
|--|---|----------------------------|--|
| <b>I. Создание условий, необходимых для организации мероприятий, направленных на пропаганду здорового питания и формирование правильного пищевого поведения учащихся</b> |   |                            |  |
| 1  | Изучение нормативных документов по гигиеническим требованиям к организации горячего питания детей и подростков.   | август, сентябрь 2023 года | Сухаревский И.Ф., директор<br>Лукша С.С., зам.дир.по УВР |
| 2  | Организация работы бракеражной комиссии   | сентябрь 2023 года         | Лукша С.С., зам.дир.по УВР                               |
| 3  | Организация работы по обеспечению льготным и бесплатным горячим питанием обучающихся  | постоянно                  | Лукша С.С., зам.дир.по УВР                               |
| 4  | Совещание при директоре «О реализации системы мер, направленных на пропаганду здорового питания и формирование правильного пищевого поведения учащихся» | раз в полугодие            | Сухаревский И.Ф., директор                               |
| 5  | Заседание МО классных   | ноябрь 2023                | Рук. МО  |

|                                    |   |                             |   |
|------------------------------------|---|-----------------------------|---|
|                                    | руководителей «Организация пропаганды здорового питания»  | года                        | Каралькевич Е.Б.                                  |
| 6                                  | Анкетирования по выявлению уровня знаний обучающихся о здоровом питании   | на протяжении учебного года | Классные руководители                             |
| 7                                  | Развитие материально-технической базы школьной столовой и улучшение её санитарного состояния  | постоянно                   | Сухаревский И.Ф., директор                        |
| 8                                  | Организация работы по эстетическому оформлению обеденного зала и блюд.  | постоянно                   | Лукша С.С., зам.дир.по УВР                        |
| <b>II. Образовательный процесс</b> |   |                             |   |
| 1                                  | Неделя правильного питания (организация бесед, встреч, выставок, информационных стендов, подготовка памяток для родителей)  | сентябрь                    | Лукша С.С., зам.дир.по УВР, классные руководители |
| 2                                  | Проведение бесед, классных часов на темы:<br>- «Режим питания.' Правила поведения за столом»»;<br>- «Здоровое питание»;<br>-«Здоровое питание и распорядок дня современного школьника»;<br>- «Питание и здоровье»;<br>-«Обработка пищевых продуктов перед употреблением. Правила ухода за посудой»;<br>- «Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья»;<br>- «Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и готовых блюд». | на протяжении учебного года | Классные руководители, учителя-предметники        |
| 3                                  | Формирование навыков здорового питания на уроках по предметам «Человек и мир», «Основы безопасности жизнедеятельности», «Физическая культура и  | на протяжении учебного года | Учителя начальных классов, учителя-предметники    |

|  |   |                             |  |
|--|---|-----------------------------|--|
|  | здоровье», «Трудовое обучение» в начальной школе  |                             |  |
| 4  | Формирование навыков здорового питания на уроках по предметам «Биология», «Допризывная и медицинская подготовка», «Физическая культура и здоровье».           | на протяжении учебного года | учителя-предметники  |
| 5  | Проведение конкурса фотоколлажей «Здоровое питание моей семьи»  | февраль 2024 года           | Лукша С.С., зам.дир.по УВР   |
| 6  | Проведение мастер-классов «Белорусская кухня»   | ежеквартально               | Лукша С.С., зам.дир.по УВР, Хомякова И.Э., повар                                 |
| <b>III. Взаимодействие с родительской общественностью</b>                          |   |                             |  |
| 1  | Родительское собрание «Принципы здорового питания»  | 29.09.2023                  | Лукша С.С., зам.дир.по УВР, Субаткевич В.М., медсестра УО                        |
| 2  | Анкетирование родителей по вопросам питания учащихся  | на протяжении учебного года | Классные руководители  |
| 3  | Классные родительские собрания «Воспитание пищевой культуры детей»  | январь 2024 года            | Классные руководители  |
| 4  | Взаимодействие с родителями посредством интернет-ресурсов, мессенджеров по вопросам питания детей   | постоянно                   | Лукша С.С., зам.дир.по УВР, Субаткевич В.М., медсестра УО, классные руководители |
| <b>IV. Информационное сопровождение.<br/>Контрольно-аналитическая деятельность</b> |   |                             |  |
| 1  | Проведение мониторинга удовлетворенности учащихся школьным питанием (анкетный опрос обучающихся и их родителей по вопросам качества предоставляемого питания, | сентябрь, март              | Лукша С.С., зам.дир.по УВР   |

|   |  |                                      |  |
|---|--|--------------------------------------|--|
|   | вкусных предпочтений обучающихся и др. посредством интернет-ресурсов, мессенджеров, в очном формате при проведении родительских собраний   |                                      |  |
| 2 | Размещение на сайте учреждения образования информации по теме формирования правильного пищевого поведения учащихся, а также актуальную нормативную правовую и другую документацию, касающуюся вопросов организации питания |                                      | Лукша С.С.,<br>зам.дир.по УВР                              |
| 3 | Педагогический совет «О реализации системы мер, направленных на пропаганду здорового питания и формирование правильного пищевого поведения учащихся  | август 2023<br>года                  | Лукша С.С.,<br>зам.дир.по УВР                              |
| 4 | Оформление стенда «Здоровячек», размещение информации в классных уголках   | постоянно                            | Лукша С.С.,<br>зам.дир.по УВР,<br>классные<br>руководители |
| 5 | Выставки книг в библиотеке «Формула здорового питания», «Кухни разных народов»   | на<br>протяжении<br>учебного<br>года | Сосновская Л.И.,<br>библиотекарь                           |