

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 63»

660059, Россия, Красноярский край, город Красноярск, ул. Академика Вавилова, дом 49Б.,
тел. 201-53-62, E-mail: sch63@mailkrsk.ru, ИНН 2461023758, КПП 246101001, ОГРН 1022401945576



ПРОЕКТ

«Школа- территория здорового питания»

руководители проекта:
Соколовская Т.В., зам. директора по ВР
Корольская В.А., советник директора по
воспитанию и взаимодействию с
детскими общественными объединениями
Торопова А.С., ответственный за питание

Красноярск 2023

Введение

Правильное питание – залог здоровья человека, фундамент его счастья. Нарушение в питании детей, его несбалансированность и несвоевременность могут привести к задержке физического и психического развития, серьезным обменным нарушениям. Проблема питания ребенка – не только семейная, не только медицинская – это проблема социальная, общественная, государственная. Можно ли повлиять на данную ситуацию?

«Здоровье дороже золота», - сказал английский поэт и драматург Уильям Шекспир. Наше здоровье – самое ценное, что у нас есть. Статистика показывает, что к концу обучения в школе большинство детей имеют хронические болезни, обусловленные неправильным питанием. Одним из главных условий нормального развития школьника является правильное питание. В детском организме происходят чрезвычайно важные внутренние изменения (формируется нервная, эндокринная, лимфатическая, дыхательная, иммунная и другие системы). Большую часть времени школьники проводят в школе, выполняя тяжёлый труд – получение и усвоение знаний по школьным предметам, и в то же время они растут, развиваются, поэтому должны питаться полноценно, так как питание обеспечивает формирование организма, способствует сохранению здоровья.

Актуальность.

С самого раннего детства у ребенка формируются вкусовые пристрастия и привычки. В их формировании важнейшую роль играет семья. Именно в школьном возрасте важно сформировать у детей правильное представление о здоровом питании, способствовать пониманию того, что здоровое питание должно являться неотъемлемой частью повседневной жизни.

Фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно развивать именно в этот период, в этом же возрасте закладываются основы здорового образа жизни.

Школьный период в развитии наиболее открыт для формирования ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

Мы постоянно ищем все новые и новые способы позаботиться о своем здоровье, и в этом поиске забываем о самых простых и естественных вещах: необходимость обратить пристальное внимание детей и родителей на свое питание. А в настоящее время выделяются еще и бюджетные средства на

питание школьников. Пересмотреть некоторые взгляды в этом направлении явилась основной причиной создания проекта.

В связи с тем, что вопросы организации горячего рационального питания в последние годы вызывают повышенный интерес у всех участников образовательного процесса и общественности, администрация уделяет большое внимание решению этой проблемы – сохранению здоровья детей и подростков за счет повышения качества и доступности школьного питания, а также формирования мировоззрения здорового образа жизни.

Участники проекта

1. Обучающиеся школы;
2. Родители (законные представители) учеников школы;
3. Педагоги;
4. Представители «КрасПит» (работники столовой);
5. Медицинские работники.

Цель проекта:

Формирование культуры здорового питания школьников. Улучшение условий и качества питания обучающихся для повышения общего здоровья детей и подростков, а также профилактики заболеваемости.

Задачи:

1. Сформировать у обучающихся представление и готовность к соблюдению правил рационального и здорового питания, соблюдения режима дня, через проведение внеклассных мероприятий;
2. Научить детей выполнять правила личной гигиены для сохранения здоровья;
3. Подготовить информационные материалы по правилам здорового питания;
4. Привлечь родительскую общественность к контролю за качеством питания школьников, проведению просветительских мероприятий по правилам здорового питания.

Реализация проекта 2 этап

Рассказ о работе специалистов пищевой промышленности в рамках занятий «Мир профессий»	в течение года	Соколовская Т.В., зам. директора по ВР; классные руководители 1-4 классов	обучающиеся, родители (законные представители), педагоги, сотрудники столовой
Уроки правильного питания	в течение года	Соколовская Т.В., зам. директора по ВР; классные руководители 1-4 классов	обучающиеся, родители (законные представители), педагоги, сотрудники столовой
Организация выставки выращенного урожая и различных блюд, приготовленных из него.	сентябрь	Соколовская Т.В., зам. директора по ВР; классные руководители 1-10 классов	обучающиеся, родители (законные представители), педагоги, сотрудники столовой
Игра «Семейная кухня»	декабрь	Корольская В.А., советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями	обучающиеся, родители (законные представители), педагоги,
Видеорепортаж «Путешествие по школьной столовой»	январь	Соколовская Т.В., зам. директора по ВР; Корольская В.А., советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями	обучающиеся, педагоги,

Викторина «Твоя идеальная тарелка» (разговор о правильном и сбалансированном питании)	февраль	Корольская В.А., советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями	обучающиеся, родители (законные представители), педагоги, сотрудники столовой
Калейдоскоп «Что необходимо твоему организму»	март	Корольская В.А., советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями	обучающиеся, родители (законные представители), педагоги, сотрудники столовой
Беседа «Правила осознанного питания»	апрель	Корольская В.А., советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями	обучающиеся, родители (законные представители), педагоги,
Классные часы « Урок личной гигиены»	в течение года	классные руководители 1-4 классов	обучающиеся, родители (законные представители), педагоги, медицинский работник.
Контроль за качеством питания обучающихся	в течение года	Соколовская Т.В., зам. директора по ВР	родители (законные представители), сотрудники столовой
Профессиональные пробы в рамках федерального проекта по ранней профессиональной ориентации школьников	в течение года	Кураторы проекта «Билет в будущее» Торопова А.С. Скорикова Е.А.	обучающиеся, педагоги

6–11-х классов «Билет в будущее»			
3 этап Аналитическое исследование эффективности проектной деятельности			
Анализ реализации проекта. Планирование дальнейшей деятельности в школе по основам здорового и сбалансированного питания	июнь	Соколовская Т.В., зам. директора по ВР; Корольская В.А., советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями; Торопова А.С., ответственный за питание	обучающиеся, родители (законные представители), педагоги

Ожидаемые результаты

1. Соблюдение обучающимися правил рационального и здорового питания, соблюдения режима дня;
2. Выполнение детьми и подростками правил личной гигиены для сохранения здоровья;
3. Распространены информационные материалы среди учеников, родителей, педагогов по правилам здорового питания;
4. Осуществление родительского контроля за качеством питания школьников, проведения родителями учеников совместно с педагогами просветительских мероприятий по правилам здорового питания.