

**муниципальное автономное общеобразовательное
учреждение**

«Средняя школа № 85 имени Героя Советского Союза А.В. Сосновского»

Утверждаю
Директор МАОУ СШ 85
_____ Сафронова Л.М.

Проект «Рациональное питание – основа здорового образа жизни».

Для 1-11 классов

Красноярск 2023

Пояснительная записка

Культура питания – важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, что нашло отражение в федеральных государственных образовательных стандартах нового поколения (ФГОС). Формирование культуры здорового питания должно начинаться с самых первых этапов обучения ребенка в школе и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учетом возрастного подхода. Системная работа по формированию культуры здорового питания включает три направления: рациональную организацию питания в образовательном учреждении; включение в учебный процесс образовательных программ формирования культуры здорового питания и просветительскую работу с детьми, их родителями (законными представителями), педагогами и специалистами образовательных учреждений. Только сочетание всех направлений работы поможет создать в школе, и дома такую среду, в которой возможно формирование культуры здорового питания и здорового образа жизни.

1. Название образовательной организации	МАОУ СШ № 85 имени Героя Советского Союза А.В. Сосновского
2. Тема проекта	Рациональное питание – основа здорового образа жизни.
3. Срок реализации	1.09.2023 – 30.06.2024
4. Целевая группа (категори/состав/возраст, охват/доля/количество)	1-11 классы 100% охват
5. Концептуальное /модельные представление преобразующей действительности	<p>Необходимость заниматься формированием культуры здоровья в системе общего образования обусловлена рядом причин: фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, именно поэтому здоровое и ценностное отношение к здоровью нужно начать развивать в этот период; школьный период наиболее сенситивен в формировании ключевых знаний о человеческом организме, о способах сохранения и развития здоровья; большую часть времени дети проводят в школе, значит питаться здесь же должны полноценно; здоровое питание – главная составляющая ЗОЖ.</p> <p>Организованное питание должно затрагивать не только обучающихся, обеспеченных льготным питанием, а это начальная школа и малый процент от среднего, старшего звена, но и учащихся с 5 по 11 класс.</p>
6. Цель проекта	Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания и обеспечение качественным питанием обучающихся школы с 1 по 11 класс, при сохранении его доступности.

6.2 Критерии достижения цели	<ul style="list-style-type: none"> • Приоритеты в формировании рационального питания изложены в плане воспитательной работы школы и классов. • План воспитательной работы школы содержит не менее 4 мероприятий в рамках проекта.
6.3 Задачи проекта	<ol style="list-style-type: none"> 1. Пропаганда здорового питания среди обучающихся и их законных представителей. 2. Обеспечить максимальный охват питанием в школьной столовой обучающихся основной и старшей школы. 3. Развитие представлений подростков о здоровье, правилах этикета. 4. Расширение творческих способностей, кругозора, коммуникативных навыков обучающихся.

7. Обоснование проектных преобразований:

7.1 Внешние требования

Всероссийский [проект «Рациональное питание – основа здорового образа жизни»](#).

7.2 Проблемная ситуация.

Слабая информированность о здоровом питании обучающихся МАОУ СШ № 85. По итогам анкетирования 30%.

Нарушение ЗОЖ; существующие проблемы в организации питания детей с 5-11 класс – малый охват горячим питанием -20%.

7.3 Причины, обуславливающие проблемную ситуацию в МАОУ СШ № 85

- Доступность информации в сети Интернет при ограниченности реального жизненного опыта ребенка
- Сформированность не всегда полезных пищевых предпочтений в домашних условиях.
- Низкий социальный и культурный статус родителей.
- Пропаганда фастфуда и стритфуда.

8. Этапы и мероприятия по достижению цели.

Задачи	мероприятия	Ответственные, ресурсы	даты	Предполагаемый результат
<ol style="list-style-type: none"> 1. Пропаганда здорового питания среди обучающихся и их законных представителей. 2. Развитие 	<p>Цикл бесед о ЗОЖ. Викторины.</p> <p>Десант по здоровому питанию.</p>	<p>Кл.рук., Браун И. В. Волонтеры</p>	<p>Сентябрь - июнь</p>	<p>Сформированность ЗОЖ у учеников и их законных представителей.</p> <p>Развиты представления об этикете, как составляющей рационального питания.</p>

<p>представлений подростков о здоровье, правилах этикета.</p> <p>3. Расширение творческих способностей кругозора, коммуникативных навыков обучающихся</p> <p>4. Обеспечить максимальный охват питанием в школьной столовой обучающихся основной и старшей школы.</p>	<p>Встреча с врачом.</p> <p>Конкурсы рецептов, плакатов, видеороликов о приготовлении блюд.</p> <p>Марафон «Едим вкусно в школе!»</p> <p>Вектор «Школа здорового питания»</p>			<p>Развитие кулинарного мастерства</p> <p>Процент охвата организованным школьным питанием повышен.</p>
--	---	--	--	--

План реализации проекта.

Мероприятия	Планируемые результаты	Сроки	Ответственный	Показатели
Вектор «Школа здорового питания»	научиться питаться правильно с пользой для детского организма	В течение года	Шейкина А.В.	Приготовление правильного и вкусного питания
Конкурс оригинального оформления рецепта здорового питания.	Обучающиеся с 1 по 4 класс, совместно с родителями представили оригинальные работы по оформлению рецептов здорового питания. Подготовка волонтеров и вожатых к проведению информационных часов и пропаганде основ рационального питания.	сентябрь	Браун И. В. Кл.рук.	Обучающиеся с интересом делились рецептами с друг другом, оформлена выставка.
Цикл бесед о здоровом питании и ЗОЖ. Квест.	Волонтеры – медики (9-11 кл), врач провели цикл бесед с обучающимися начального и среднего образования, провели квест.	ноябрь-декабрь	Кл рук Браун И. В. Волонтеры Школьный врач	Каждый класс нарисовал плакат после проведенных бесед на тему ЗОЖ и здорового питания. Лучшие игроки награждены буклетом

				полезных рецептов.
Десант по здоровому питанию.	Выборочный выход детей с 1-11 кл на улицу с памятками Здоровое питание для вручения их жителям микрорайона.	май-июнь	кл.рук Браун И.В. Нач. пришк.лагеря	Памятки вручены жителям микрорайона, фотоотчет выставлен на сайте школы.
Подведение итогов проекта	Проведено выборочное анкетирование педагогов, родителей, детей	май-июнь	Давыдова О.Л. Браун И. В.	Справка по итогам реализации проекта выставлена на сайте

9. Ресурсное обеспечение:

Задействована все кабинеты школы: актовый зал.

Кадры: классные руководители 1-11 классов, педагоги – организаторы, педагоги дополнительного образования, творческие родители.

Материально-технический: проекторы, экраны для проведения классных часов, техника актового зала (микрофоны, компьютер, колонки, экран).

Организационно-административные: проведение установочных и итоговых совещаний, разработка мероприятий (сценарий, проведение), проведение анкетирования, награждение по итогам.

10. Бюджет проекта:

Проект реализуется за счет объединения усилий классных руководителей, родителей, педагогов дополнительного образования. По возможности предполагается оплата участия в проекте из стимулирующего фонда заработной платы.

11. Ожидаемые результаты реализации проекта на 30 июня 2024 года

1. По итогам анкетирования понимают важность и значимость здорового питания 70% обучающихся и их законных представителей.
2. Увеличено количество детей с 5 по 11 класс, охваченных горячим питанием в школьной столовой до 50%.