

«УТВЕРЖДАЮ»

Врио Министра здравоохранения

Республики Дагестан



## План

### Мероприятий по формированию приверженности к здоровому образу жизни и рациональному питанию в образовательных организациях Республики Дагестан на 2024 – 2025 годы

В основе плана - здоровьесберегающий компонент- для ознакомления медицинских и педагогических работников образовательных организаций с вопросами сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

#### Цели:

1. Формирование у школьников ответственного отношения к своему здоровью.
2. Выработка негативного отношения к факторам риска для здоровья.
3. Совершенствование системы питания.
4. Выработка оптимального режима питания детей и подростков.
5. Формирование у школьников ценностного отношения к основам культуры питания

#### Задачи:

1. Формирование у школьников мотивации сохранения собственного здоровья, бережного отношения к своему организму.
2. Воспитание здоровых привычек и неприятие вредных привычек.
3. Популяризация культуры здорового питания, представление об основных группах питательных веществ.
4. Повышение уровня знаний о том, какие продукты вредны, и какие полезны для здоровья.
5. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания.
6. Формирование у родителей понимания здорового образа жизни (далее – ЗОЖ) и правильного полноценного питания как основы развития здорового ребёнка.

1. Организационно-методическая работа по вопросам рационального питания			
№	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Ответственные исполнители
1.	Реализация образовательной программы "Разговор о правильном питании" в школах. Организация школьной комиссии по питанию	Ежеквартально	Руководитель образовательной организации
2.	Систематически заслушивать на педагогических советах под председательством директора школы вопросы организации питания, связанные с трудностями организации культуры питания, соблюдения санитарно-гигиенических требований, профилактике инфекционных заболеваний, охват учащихся горячим питанием. Организация питьевого режима с использованием бутилированной воды и одноразовой посуды	В течение года постоянно	Руководитель образовательной организации, руководитель школьной комиссии по питанию
3.	Составить график дежурств и обязанности дежурного педагога и обучающихся в столовой с проведением еженедельного контроля за работой столовой	В течение года постоянно	Заместитель директора по воспитательной работе
4.	Организация консультаций для классов руководителей по вопросам «Культуры поведения обучающихся во время приёма пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований»; «Формирование культуры здорового питания – залог сохранения здоровья»	В течение года	Заместитель директора по воспитательной работе, школьный врач, врач по медицинской профилактике
2. Мероприятия по воспитанию культуры питания среди учащихся			
1.	Проведение уроков здоровья, бесед с учащимися по темам: «Как сделать кашу вкусной», «Молоко и молочные продукты», «Энергия пищи», «Режим питания. Правила поведения за столом», «Питание и здоровье», «Из чего состоит наша пища», «Где и как мы едим», «Правила хранения продуктов и готовых блюд», «Пищевые риски- продукты, опасные для здоровья»	В течение года еженедельно	Заместитель директора по воспитательной работе, школьный врач, врач по медицинской профилактике, классные руководители, волонтеры- медики
2.	Проведение конкурсов: конкурсы статей; традиции дагестанской кухни; хозяюшка по темам: «О вкусной и здоровой пище»; «Правильное питание»; «Как надо питаться, если занимаешься спортом»;	Ноябрь – декабрь 2024	Заместитель директора по воспитательной работе, школьный врач, врач по

	«Продукты, опасные для здоровья», «Мы-здоровое поколение»	Март – апрель 2025 г	медицинской классные волонтеры- медики	профилактике, руководители,
3.	Проведение классных часов по вопросам: «Правильное питание – залог здоровья», «Здоровое питание», «Культура приёма пищи», «О чём может рассказать упаковка», «Хлеб-всему голова»	По расписанию	- //-	
4.	Работа над проектами «Здоровый образ жизни», «Умеем ли мы правильно питаться?», «10-топ полезных продуктов», «Витамины и здоровье», «Здоровая пища для всей семьи»	В течение учебного года	- //-	
5.	Сюжетно-ролевые игры: «Поход в супермаркет ~ выбираем полезные продукты», «Готовим дома», «Столовый этикет», «Правила поведения в столовой»	Апрель-май	- //-	
6.	Выпуск листовок, памяток, викторина, выставка: «А у меня сегодня на столе...», «О том, что вкусно и полезно», «Кулинарная книга здорового питания», «Гигиена питания»	В течение года	Заместитель воспитательной школьный врач, врач по медицинской профилактике, санитарный актив, классные руководители	директора по работе, врач по профилактике, актив, классные руководители
7.	Проведение анкетирования обучающихся: «Школьное питание: качество и разнообразие обедов», «За что скажем поварам спасибо?»	Февраль Апрель	Заместитель воспитательной школьный врач, классные руководители	директора по работе, классные руководители
<b>3. Работа по воспитанию культуры питания среди родителей</b>				
1.	Индивидуальное консультирование по вопросам организации школьного питания	В течение года	Заместитель воспитательной школьный врач, классные руководители	директора по работе, классные руководители
2.	Родительские собрания на тему: «Режим и гигиена питания младших школьников», «Правильное питание-залог здоровья школьников», «Организация рационального питания подростков», «Атмосфера жизни»	По расписанию	Заместитель воспитательной школьный врач, классные руководители	директора по работе, классные руководители

	семьи как фактор физического и психического здоровья»		руководители
3.	Анкетирование родителей «Питание наших детей» Опрос родителей по совершенствованию организации школьного питания с последующим обсуждением на педагогических советах	В течение года	Руководитель образовательной организации, руководитель школьной комиссии по питанию
4.	Встреча медработников с родителями «Что ест ребенок в школе и дома?» Распространение печатной продукции (листовки, памятки) по вопросам рационального питания	В течение года	Главные врачи территориальных медицинских организаций, школьный врач, заместитель директора по воспитательной работе