

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №7»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

Адрес: КБР, 360012 г. Нальчик, ул. Калинина, зд.262А, Тел. (8-866-2)97-46-12,
ИНН 0726025661, КПП 072601001, ОГРН 1210700004437

Утверждаю:

И.о. заведующей МКДОУ «Детский
сад №7» г.о. Нальчик КБР

А.А. Карова

Приказ №25/1 от « 25 » октября 2021г.



**ПРОГРАММА
ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО
ПИТАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ**

муниципального казённого дошкольного образовательного учреждения

«Детский сад №7» городского округа Нальчик

Кабардино-Балкарской Республики

Принято

на заседании педагогического совета

протокол № 2 от « 22 » октября 2021г.

г. Нальчик

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа по формированию культуры здорового питания воспитанников муниципального казённого дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №7» городского округа Нальчик Кабардино-Балкарской Республики
Основание для разработки программы	1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273- разработки ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; 2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 №1014 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»; 3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»; 4. СанПиН 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»; 5. Устав МКДОУ «Детский сад №7» г.о. Нальчик КБР 6. Основная образовательная программа дошкольного образования
Разработчик программы	Заведующая ДОУ, старший воспитатель
Цель программы	Формирование у детей дошкольного возраста основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни, создание условий для организации полноценного здорового питания в ДОУ и семье.
Задачи	- Обеспечение детей дошкольного возраста питанием, соответствующим возрастным, физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания - Обеспечение доступности дошкольного питания - Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании - Модернизация материально – технической базы пищеблока - Предупреждение (профилактика) среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания - Повышение кадрового потенциала работников пищеблока и других специалистов, ответственных за организацию питания - Пропаганда принципов здорового и полноценного питания. Организация образовательно – разъяснительной работы по вопросам здорового питания - Совершенствование системы финансирования питания воспитанников, оптимизация затрат
Прогнозируемый результат	Снижение заболеваемости и укрепление здоровья воспитанников. Развитие у детей потребности в здоровом образе жизни. Создание атмосферы благоприятного социально-психологического микроклимата для каждого ребёнка. Рост мотивации к изучению проблемы здорового питания у всех участников проекта
Исполнители программы	Администрация ДОУ; педагогический коллектив ДОУ, работники пищеблока, родители.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Программа культуры здорового питания» (далее Программа) – стратегический документ МКДОУ «Детский сад №7» г.о. Нальчик КБР (далее ДОУ), она способствует упорядоченности и совместной деятельности всех заинтересованных сторон и участников образовательных отношений в организации здорового питания обучающихся.

Здоровье человека во многом определяется качеством его питания в детском возрасте, когда формируется пищевой стереотип, вкусовые пристрастия и привычки закладываются типологические особенности взрослого человека. Как показывает практика, в домашних условиях питание детей зачастую не рационально (неумеренно, однообразно, нарушен режим питания). Дошкольный возраст сопровождается интенсивным ростом организма, бурным течением обменных процессов, развитием и совершенствованием функций многих органов и систем, что требует достаточного поступления качественных пищевых веществ. Модель пищевого поведения также формируется в дошкольном возрасте. В их формировании важнейшую роль играет семья, где родители порой не уделяют достаточного внимания правильному и здоровому питанию ребенка. Яркая реклама продуктов, не имеющих никакой пользы, привлекает ребенка, что приводит к проблемам не только со здоровьем физическим, но и еще более опасным – психическим проблемам. В результате у детей развиваются не приносящие здоровья привычки в питании. Здоровье детей в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны. Во многом здоровье человека определяется качеством его питания в детском возрасте. Приоритетная роль питания в поддержании здоровья детей и подростков закреплена рядом правительственных документов. Известно, что дошкольный возраст сопровождается интенсивным ростом организма, бурным течением обменных процессов, развитием и совершенствованием функций многих органов и систем, что требует достаточного поступления качественных пищевых веществ. Кроме того, модель пищевого поведения также формируется в дошкольном возрасте. Большинство дошкольников посещают детский сад. В данном учреждении дети должны не только получать четырехразовое питание, соответствующее возрасту, но и формировать представления о культуре питания, о его значимости для здоровья человека.

Формирование культуры питания у дошкольников может быть реализовано через три основных направления:

Формирование представлений о:

- значении правильного питания для работы всего организма и отдельных внутренних органов.
- роли пищевых веществ для нормальной работы и развития каждого живого организма.
- полезности различных продуктов и блюд.

2. Воспитание культуры поведения за столом.

3. Соблюдение гигиенических требований

ДОУ – формирование ценности здорового образа жизни для современного человека, ответственного отношения к собственному здоровью.

Все это возможно только в результате серьезной совместной работы педагогов, родителей и самих воспитанников через реализацию Программы.

Основание для разработки Программы

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-разработки ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; программы
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 №1014 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- СанПиН 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»;
- Устав МКДОУ «Детский сад №7» г.о. Нальчик КБР
- Основная образовательная программа дошкольного образования

Разработчики Программы:

- Заведующая ДОУ
- Старший воспитатель

Цель программы:

Формирование у детей дошкольного возраста основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни, создание условий для организации полноценного здорового питания в ДОУ и семье.

Задачи:

- Обеспечение детей дошкольного возраста питанием, соответствующим возрастным, физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания
- Обеспечение доступности дошкольного питания
- Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании

- Модернизация материально – технической базы пищеблока
- Предупреждение (профилактика) среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания
- Повышение кадрового потенциала работников пищеблока и других специалистов, ответственных за организацию питания
- Пропаганда принципов здорового и полноценного питания. Организация образовательно – разъяснительной работы по вопросам здорового питания
- Совершенствование системы финансирования питания воспитанников, оптимизация затрат

Прогнозируемый результат:

- Снижение заболеваемости и укрепление здоровья воспитанников.
- Развитие у детей потребности в здоровом образе жизни.
- Создание атмосферы благоприятного социально-психологического микроклимата для каждого ребёнка.
- Рост мотивации к изучению проблемы здорового питания у всех участников проекта

Концептуальные положения

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, долголетия, физического совершенствования, работоспособности человека. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, вера в свои силы.

Ребёнок нуждается в организованной среде с заботливым, компетентным руководством взрослых. Тёплое, приятное отношение воспитателей, оптимальный психологический климат – залог полноценного развития детей.

Ребёнок неповторим, уникален в своей индивидуальности. Он должен быть свободен, самостоятелен, активен в познании себя и своего мира.

Дошкольное детство – это период способный обеспечить формирование важных сторон духовного и нравственного воспитания ребёнка (эмоциональная и социальная сфера, поведенческие навыки здорового образа жизни).

Дошкольный период призван пробудить детское творчество, обеспечить формирование важнейших сторон психической жизни – эмоциональной сферы, образного мышления, художественных способностей.

Здоровый, жизнерадостный, пылкий, активный ребёнок – результат взаимопонимания и единства усилий педагогического коллектива и родителей.

Сроки реализации Программы:

Программа рассчитана на пять лет: 2021 – 2026 г.г.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание Программы разработано в соответствии с поставленными задачами:

Задачи	Содержание работы
Обеспечение детей дошкольного возраста питанием, соответствующим возрастным, физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания	разработка нормативно – правовой и технологической документации по организации дошкольного питания - создание системы производственного контроля - разработка сбалансированного меню - организация работы по С - витаминизации третьего блюда
Обеспечение доступности дошкольного питания	- выплата компенсаций различным группам воспитанников - учет социального положения различных категорий семей воспитанников
Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании	- контроль за соблюдением законодательства РФ в области прав потребителей -- приоритет продукции производителей РФ - использование современных технологий приготовления
Модернизация материально-технической базы пищеблока	замена устаревшего технологического оборудования на более новое и современное
Предупреждение (профилактика) среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания	- просветительская работа о соблюдении санитарных норм и личной гигиены - формирование у родителей грамотного отношения к детскому питанию
Повышение кадрового потенциала работников пищеблока и других специалистов, ответственных за организацию питания	- обучение персонала санитарному минимуму и работе на современном оборудовании - просветительская работа среди педагогов по вопросам питания
Пропаганда принципов здорового и полноценного питания. Организация Образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания	- использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации питания детей дошкольного возраста - проведение в ДОУ мероприятий по формированию навыков здорового питания, культуры приема пищи
Совершенствование системы финансирования питания воспитанников, оптимизация затрат	организация контроля за соблюдением ценообразования, выделением и освоением финансовых средств

КОМПЛЕКС МЕРОПРИЯТИЙ, НАПРАВЛЕННЫХ НА РЕАЛИЗАЦИЮ ПРОГРАММЫ

Мероприятия	Сроки	Ответственный
Проведение бесед, в рамках недели здоровья «Детское питание»	В течение года	Воспитатели возрастных групп
Ведение учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям	В течение года	ИФК
Своевременное выявление воспитанников с инфекционными заболеваниями	В течение года	Воспитатели возрастных групп
Организация своевременной сдачи документации по выплате компенсаций части родительской платы	В течение года	Ответственный за организацию питания
Ведение пропаганды здорового питания	В течение года	Все сотрудники ДОУ
Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании воспитанников на родительских собраниях «Основы формирования у ребёнка навыков здорового образа жизни. Атмосфера жизни семьи как фактор физического и психического здоровья ребёнка. Профилактика вредных привычек и социально обусловленных заболеваний у детей»	В течение года	Все сотрудники ДОУ
Изучения отношения родителей к организации питания в ДОУ	1 раз в год	Старший воспитатель
Изучения отношения родителей к организации питания в ДОУ	1 раз в год	Старший воспитатель
Привлечение родителей к проведению мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ, проводимых в ДОУ	В течение года	Все сотрудники ДОУ
Помещение на стендах информации по организации питания	В течение года	Ответственный за организацию питания
Составление распорядка дня, НОД для каждой возрастной группы	В течение года	Старший воспитатель
Рейд по проверке организации питания в ДОУ	В течение года	Члены бракеражной комиссии
Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню	Ежедневно	Ответственный за организацию питания

Механизм реализации Программы

Организация контроля за исполнением Программы:

- общественный контроль за организацией и качеством питания членами бракеражной комиссии
- информирование общественности о состоянии дошкольного питания через сайт дошкольного учреждения;
- информирование родителей на родительских собраниях

Производственный и общественный контроль за организацией питания

Вид контроля	Ответственный
Контроль за формированием рационального питания	Заведующий, медсестра
Входной производственный контроль	Заведующий, медсестра, кладовщик
Контроль санитарно–технического состояния пищеблока	Завхоз
Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Заведующий, кладовщик
Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Медсестра, повар
Контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены, гигиеническими знаниями и навыками	Заведующий , ответственный за организацию питания
Контроль за приемом пищи	Ответственный за организацию питания.

Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания детей дошкольного возраста.

Задачи администрации ДООУ :

- Составление расписания непрерывной образовательной деятельности с обеспечением необходимого режима питания, с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста;
- Контроль качества питания;
- Контроль обеспечения порядка во время прием пищи;
- Контроль культуры принятия пищи;
- Контроль проведения воспитательной работы с воспитанниками по привитию навыков культуры приема пищи.

Обязанности старшей медсестры и работников пищеблока:

- Составление рационального питания на день и перспективного меню;
- Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;
- Обеспечение пищеблока качественными продуктами для приготовления пищи;
- Использование современных технологий приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

Обязанности воспитателей :

- Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;
- Воспитание навыков культуры поведения во время приема пищи;
- Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;
- Организация конкурсов и викторин на тему правильного питания.
- Обязанности родителей:
- Прививать навыки культуры питания в семье;
- Выполнять рекомендации педагогов ДООУ и медработников по питанию в семье.
- Принимать активное участие в проведение мероприятий ДООУ (досуги, праздники и т.д.)

5. Обязанности воспитанников:

- Соблюдать правила культуры приема пищи;
- выполнять посильную работу по дежурству в группе;

Приложение к Программе № 2

Примерная тематика бесед, тематических занятий, мероприятий

Мероприятия	Цель	Ответственный	Сроки
Тематика родительских уголков (родительских собраний) -Организация питания в выходные дни -Рецепты витаминных блюд -Рекомендуемые нормы Содержания витаминов в питании ребенка -Правила поведения за столом - Здоровье ребенка в руках Взрослых – молоко - источник здоровья -Питание – основа жизни -Режим дня – залог здоровья дошкольника -Физическое развитие дошкольника - мастер классы от родителей	Помочь родителям в получении информации о правильном питании, здоровье дошкольника	Воспитатели групп	В течение года
Тематика бесед с детьми дошкольного возраста Форма проведения – игровая			
«Овощной салат»	Дать детям представления по необходимости питания. Закрепить знания детей об овощах, рассказать детям о пользе овощей для здоровья	Воспитатели групп	сентябрь
«Хлеб – всему голова»	Рассказать детям откуда появляется хлеб на нашем столе, познакомить ребят с разными видами хлеба, их пользой для здоровья		октябрь
«Фруктовой салат (мусс)»	Закрепить знания детей о фруктах, познакомить детей с их свойствами.		ноябрь
«Полдник. Время есть булочки»	Формировать представление о полднике, как обязательной части ежедневного меню, формировать представление о продуктах и блюдах, которые могут быть включены в меню полдника		декабрь
«Пейте дети молоко – будете	Рассказать детям о пользе молока и молочных продуктов		январь

здоровы»			
«Пора ужинать»	Формировать представление об ужине как обязательной части ежедневного меню, расширить представление о блюдах, которые могут быть включены в меню ужина		февраль
«Что не надо кушать»	Дать детям представление о самых вредных для организма продуктах		март
«Завтрак для космонавта»	Рассказать детям о профессии космонавта и необходимости здорового питания в космосе		апрель
«Как утолить жажду»	Формировать представления о роли воды для организма человека, расширить представление о разнообразии напитков и вреде различных видов напитков		май
Интерактивная игра «Здоровье в тарелке»	Закрепить знания детей о полезных и вредных продуктах		июнь
Массовые мероприятия (досуги, развлечения, праздники)			
Физкультурный досуг «Праздник картошки»	Формировать у детей привычку к ЗОЖ	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, родители	Сентябрь
Развлечение родителями «Быть здоровыми хотим»	Формировать у детей привычку к ЗОЖ	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, родители	В рамках проведения недели здоровья (по плану)
Викторина «Здоровейка»	Закрепить знания детей о пользе тех или иных продуктов питания.	Воспитатели групп	1 раз в квартал
Развлечение «Праздник урожая»	Расширить представления детей о сезонных витаминах: овощах и фруктах	Воспитатели групп, музыкальный руководитель	Октябрь
Встреча с родителями «За чашкой чая»: «Вопрос – ответ на тему «Столовый этикет»	Расширить представления Родителей и детей о правилах и нормах столового этикета, необходимости привития детям этих норм и правил детям.	Воспитатели групп	Декабрь
Встреча с родителями «Конкурс кулинарных рецептов»	На конкурсной основе выявить наиболее полезный рецепт блюда и порекомендовать его для приготовления дома.	Старший воспитатель воспитатели групп, родители.	Март
Конкурс рисунков «Самые полезные продукты»	Закрепить знания детей о пользе тех или иных продуктов	Старший воспитатель воспитатели групп, родители.	Май

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575818

Владелец Карова Анжелика Аниуаровна

Действителен с 18.03.2022 по 18.03.2023