

**Просветительская
программа в рамках
федерального проекта
«Укрепление
общественного
здоровья»
национального проекта
«Демография»**



Программа разработана в целях реализации федерального проекта «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек (Укрепление общественного здоровья)» национального проекта «Демография» и в соответствии с Планом мероприятий Роспотребнадзора по реализации мероприятий федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» для решения задач по формированию среды, способствующей повышению информированности граждан об основных принципах здорового питания.



Актуальность программы



Здоровое питание является одним из базовых условий здоровья детей, формирует здоровые стереотипы питания, здоровое пищевое поведение подрастающего поколения на перспективу.

В настоящее время у значительного числа детей уже к школьному возрасту формируются патологические пищевые привычки - избыточный по калорийности ужин, чрезмерное потребление соли и сахара, легких углеводов (предпочтение продукции с высоким содержанием сахара (кондитерские изделия, сладкие выпечка и напитки), жира и соли (колбасные изделия и сосиски, фаст-фуд), отмечаются значительные по продолжительности перерывы между основными приемами пищи, множественные неупорядоченные перекусы. Это повышает риски формирования патологии желудочно-кишечного тракта, эндокринной системы, увеличивает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, избыточной массы тела, сахарного диабета.

Цель программы



Формирование у обучающихся знаний, обеспечивающих им осознанную потребность в здоровом питании как основном элементе здорового образа жизни.

Задачи программы



1. Освоение обучающимися знаний о роли и значимости пищевого фактора в сохранении и укреплении здоровья населения
2. Формирование базовых знаний об основах физиологии пищеварения и значимости режима питания, основных компонентов пищи
3. Формирование у детей необходимых навыков, обеспечивающих им осознанную потребность в здоровом питании как основном элементе образа жизни

Целевая аудитория программы



1 уровень



5-6

классы

2 уровень

7-9 классы



3 уровень

10-11

классы



Лица, обеспечивающие реализацию
Программы в образовательной организации

- Тьюторы
- Классные руководители
- Кураторы
- Социальные педагоги
- Ответственные по питанию
- Педагоги-организаторы

Механизмы реализации программы



Тьюторы, классные руководители, кураторы, ответственные по питанию, социальные педагоги, педагоги-организаторы проходят обучение в соответствии с третьим уровнем.

Программа для изучения ее обучающимися реализуется посредством следующих этапов :

1. Входной контроль исходных
2. Самостоятельное (или с помощью) изучения справочного
- ма 3. Самоконтроль посредством ответов на контрольные вопросы по каждой
- те! 4. Самоконтроль в форме выполнения самостоятельной работы по составлению режима дня и определения потребной калорийности пищевого рациона
5. Закрепление полученного материала в ходе тематических классных часов, совместных с детьми родительских собраний, иных организационных мероприятий;
6. Итоговое тестирование;
7. Получение сертификата, подтверждающего успешность освоения материала с учетом заявленного уровня сложности материала

Реализация программы



- Реализация программы осуществляется на базе общеобразовательных организаций, организаций дополнительного образования, образовательных организаций начального и среднего профессионального образования, организаций отдыха детей и их оздоровления.
- Программа предполагает использование интернет-ресурса, расположенного на официальном сайте ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (www.niig.su) – кросс-платформенное программное средство, предусматривающее возможность просмотра справочной информации, выполнения самостоятельной работы и тестирования обучающихся, совместной работы родителей с детьми по формированию режима дня и рациона питания обучающихся.

Планируемые результаты освоения программы



- Программа предусматривает комплексное рассмотрение вопросов здорового питания, ознакомление с принципами здорового питания, значимостью здорового питания в профилактике нарушений роста и развития, риска формирования заболеваний.
- В результате освоения образовательной программы у обучающихся должны быть сформированы необходимые навыки и умения, обеспечивающие детям осознанную потребность в здоровом питании, как основном элементе здорового образа жизни, составления рационального режима дня и рациона здорового питания.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ



- Организовать обучение педагогов- организаторов, социальных педагогов, ответственных по питанию, кураторов, классных руководителей, тьюторов, студентов 1-2 курсов и обучающихся 5-11 классов до 30 июня 2021г.
- Кураторам, классным руководителям - Провести разъяснительную работу для родителей



**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**

Интернет - ресурсы



Кросс-платформенное программное средство, предусматривающее возможность просмотра справочной информации, выполнения самостоятельной работы и тестирования обучающихся



<http://edu.demography.site/trainings/education>

Обучающее видео на YouTube канале



<https://www.youtube.com/watch?v=uWQXD855PYM>

Сайт регистрации



<https://cabinet-help.ru/niig-su/>