

# Школьное питание сегодня: действительное и желаемое

*Директор МБОУ Кочетовской СОШ  
Мичуринского района Т.А.Петрищева*

В национальной образовательной стратегии «Наша новая школа» здоровье школьников отнесено к ключевому направлению развития общего образования. Здоровье – самая большая ценность и для человека, и для государства.

Сегодня на уровне государства признано, что питание является одним из важнейших факторов, обеспечивающих здоровье детей, их нормальный рост и развитие, способствующих профилактике заболеваний, продлению жизни, повышению работоспособности и созданию условий для адекватной адаптации к окружающей среде.

Забываясь об укреплении здоровья подрастающего поколения, организация рационального питания в нашей школе рассматривается как здоровьесберегающая технология, которая дополняет образовательные технологии сохранения и укрепления здоровья учащихся.

Вопросам сохранения и укрепления здоровья школа уделяет должное внимание на протяжении многих. Ещё в 2007 году МБОУ Кочетовская СОШ стала победителем областного конкурса « Лучшая организация горячего питания в сельской школе» В 2008 году - победитель федерального конкурса «Поддержка образовательных учреждений, внедряющих инновационные образовательные программы» в рамках национального проекта «Образование» с получением гранта в 1 млн. рублей.

С 2008г. школа является инновационной площадкой регионального уровня : «Школа–лаборатория инновационного развития по теме “Здоровьесберегающие технологии обучения и воспитания как средство формирования компетенции социального действия»».

На сегодняшний день нами разработана программа по здоровьесбережению, включающая пять приоритетных направлений деятельности. Одним из них – организация рационального питания. Главным результатом реализации Программы – обеспечение полноценным сбалансированным питанием школьников, улучшение их физического развития и состояния здоровья.

В настоящее время школьный пищеблок оснащен современным технологическим оборудованием: новыми электрическими плитами, моечными ваннами, морозильными и холодильными шкапами, пароконвектоматом, посудомоечной машиной, мармитом, имеется, мясо-рыбного и овощной цеха и другое.

Казалось, созданы все условия, чтобы дети получали здоровое, ценное питание.

Но деятельность администрации и педагогического коллектива не должна ограничиваться выполнением только требований СанПиНа и заменой оборудования в столовой. Особое значение приобретает работа с детьми и родителями по формированию навыков здорового питания, что очень важно в процессе воспитания здорового образа жизни.

В нашей школе в начале учебного года создается Совет школы по организации питания, в состав которого входят члены администрации, медсестра или фельдшер, родители, классные руководители и один из членов детских общественных организаций. Заседания Совета по питанию проводятся ежемесячно. Члены его контролируют санитарно-гигиеническое состояние столовой, проводят просветительскую работу по пропаганде ЗОЖ и основам рационального питания, контролируют дежурство в столовой, наличие графиков дежурства учителей и дежурных по школе, проведение бракеража готовой продукции, качества приготовленных блюд. На заседаниях Совета по питанию заслушиваются вопросы о ходатайстве перед администрацией района в получении бесплатного питания обучающимися, которые живут в неблагополучных, многодетных и малообеспеченных семьях. Школьники, родители, учителя и другой школьный персонал активно участвуют в работе школьного Совета по организации питания, связанной с планированием и реализацией мероприятий по содействию охране здоровья и здоровому питанию.

В школе также работает общественная комиссия по контролю за организацией питания и бракеражная комиссия.

Выпускается ежемесячно газета для родителей. Не все родители в меру своей занятости могут участвовать в работе школы по организации питания. Одним из путей решения данной проблемы в МБОУ Кочетовской СОШ стало создание ежемесячной газеты для родителей с рубрикой «Диалог о правильном питании». Выпуск газеты позволяет наладить тесный контакт между школой и родителями, вооружить каждого родителя знаниями и советами по организации питания в семье. Положительные моменты данной формы взаимодействия заключаются в следующем:

родителям предлагается объективная информация, и они решают, что с ней делать;

родители не ограничены во времени, могут взять издание домой и изучить его в удобное время. Чего же мы добились? Качество знаний возросло с 48 % до 54,5 %. Процент совершенно здоровых детей увеличился на 3. (С 5% до 8% на сегодняшний день). Увеличилось число детей, относящихся к первой группе здоровья на 5,8 %. Нет детей с третьей группой здоровья.

Таким образом, можно выделить следующие аспекты организации рационального питания в нашей школе :

Организационные аспекты; Медико-гигиенические аспекты; Воспитательные задачи; Учебно-информационные аспекты; Кадровые аспекты; Мониторинг.

**Организационные аспекты** питания учащихся во время пребывания их в школе включают:

1. рациональную организацию работы школьной столовой, в которой учащиеся могут спокойно, в комфортных условиях поесть с удовольствием и с пользой для здоровья. Расписание звонков в режиме работы школы позволяет накормить учащихся школы горячими завтраками и обедами;

Эстетическое оформление столовой, имеющее большое воспитательное значение;

Приятная обстановка для приема пищи: достаточно просторная и комфортабельная обстановка для общения во время приема пищи и для получения удовольствия от процесса питания.

Обеспечение школы питьевой водой. Для этого в школе установлены питьевые фонтанчики на первом и втором этажах.

**Медико-гигиенические аспекты** проблемы питания в школе решаются администрацией школы совместно с Роспотребнадзором в соответствии с СанПиНами. Контроль за гигиеническим состоянием пищеблока; Контроль за ассортиментом и составом блюд, исходными продуктами; Рекомендации врача учащимся с заболеваниями пищеварительной системы.

**Воспитательные задачи** педагогического коллектива связаны с формированием у школьников культуры поведения за столом (беседы, цикл уроков «Культура питания», конкурсы и т.д.); Проведение Дней именинников, Дни сладкоежек; Организация дежурства в столовой; Самообслуживание учащихся.

**Учебно-информационные аспекты:**

Отбор информации о правильном, рациональном питании для учащихся в течение всего периода обучения: - Культура здоровья; - Валеология; - ОБЖ; - На уроках биологии, химии, Информационные стенды;

**Кадровые аспекты** работы связаны с повышением грамотности педагогов и работников столовой в вопросах рационального питания.

**Мониторинг** и комплексная оценка состояния здоровья обучающихся;

мониторинг качества приготовления пищи.

Как бы работа по организации рационального питания находится на должном уровне. Но в вопросах организации здорового питания есть существенные проблемы:

Пищевая ценность школьных завтраков и обедов не всегда соответствует возрастным физиологическим потребностям детей и подростков в пищевых веществах и энергии, принципам рационального сбалансированного здорового питания. Меню составляется главным образом с учетом стоимости

продуктов питания, а не физиологической потребности детей в биологически ценных веществах.

Проблема питания требует комплексного, системного подхода и должна решаться в рамках четко определенных задач при поддержке государства.

В образовательных учреждениях должна вестись активная пропаганда здорового питания, как одного из факторов здорового образа жизни. Пропаганда здорового питания – это:

реализация требований образовательного стандарта по формированию культуры здоровья школьников;

включение в вариативную часть учебного плана образовательных учреждений элективных курсов «Час здоровья», «Основы здорового образа жизни» в 1–11 классах и т.д.;

проведение занятий родительского всеобуча по организации рационального питания школьников;

размещение на сайтах школ информации о реализации программ по организации здорового питания;

издание буклетов, фотоальбомов и видеоклипов, рассказывающих о позитивном опыте работы ОУ;

проведение массовых консультаций и лекций по распространению опыта ОУ;

организация выставок типа «Правильное питание. Полезные продукты», проведение литературных конкурсов и конкурсов социальной рекламы по пропаганде здорового питания.

Таким образом, школы должны:

- 1) более системно развивать здоровьесберегающую образовательную среду (безопасную, благоприятную);
- 2) использовать новые подходы к преподаванию физической культуры;
- 3) применять современные здоровьесберегающие технологии;
- 4) организовывать и пропагандировать здоровое питание школьников.

Школьная столовая является местом, где ученики могут реализовать свои познания в области здорового питания. Следовательно, столовая должна предлагать широкий выбор здоровой пищи и ограничивать доступность пищи с низкой питательной ценностью. Питание в школьной столовой

должно основываться на национальных и региональных нормативах. Школы должны предусматривать различные мероприятия по укреплению здоровья детей, обеспечивая их полноценное питание.

Каждый обучающийся под руководством классного руководителя должен вести Дневник здоровья, в котором несколько страниц содержат информацию о принципах рационального питания под рубрикой «Изучи и выполняй основные правила здорового питания».

Вопросы пропаганды здорового питания должны быть внесены в тематическое планирование преподавания предметных областей, рассматриваться во внеклассной и внеурочной работе с обучающимися, просветительской работе с родителями и пр.

Например, могут быть запланированы следующие мероприятия:

цикл бесед на тему «Азбука здорового питания»;

классные часы по темам: «Режим дня и его значение», «Культура приёма пищи», «Режим питания и рацион питания разных народов», «Острые кишечные заболевания и их профилактика»;

деловые игры и тренинги в целях развития у учеников умений выбирать блюда на завтрак, обед и ужин, сервировать стол и т.д.;

общешкольные викторины;

В школе должна сложиться система контроля за организацией питания:

Медицинский работник ( он должен быть в штатном расписании) школы ведет наблюдение за качеством приготовления пищи и культурой обслуживания. Гарантией качества продукции является ежедневный бракераж готовой пищи, которому подвергается каждая партия продукции. Он контролирует соблюдение санитарных правил в столовой, участвует в витаминизации блюд, выявляет учеников, нуждающихся в диетическом питании, следит за соблюдением ими санитарно-гигиенических требований, проводит тематические линейки по данной теме.

Психолог школы осуществляет индивидуальную работу с детьми по правильному питанию в школе и дома, проводит классные часы, тесты, ведет мониторинг по охране здоровья, выступает на родительских собраниях, лекториях на тему здорового питания.

Социальный педагог совместно с классными руководителями выявляет учеников из малообеспеченных семей и нуждающихся в бесплатном питании, имеющих доход на человека ниже минимального прожиточного уровня.

Основная функция администрации школы - отслеживание результатов организации питания через мониторинг здоровья обучающихся.

Здоровье ребенка зависит от уровня осведомленности родителей в вопросах организации правильного здорового питания в семье. С целью определения перспектив взаимодействия школы и семьи в организации рационального питания необходимо, прежде всего, провести мониторинг через опросы, анкетирование родителей, дети которых посещают учебное заведение.

Как правило, результаты мониторинга показывают отсутствие необходимых знаний и умений у родителей как причину, мешающую уделять внимание здоровому питанию школьника. Выявив низкий уровень знаний родителей по вопросам организации рационального питания детей, необходимо решить задачу вовлечения семьи в воспитательно-образовательный процесс с целью повышения педагогической культуры родителей и укрепления сотрудничества с учебным заведением в вопросах организации питания детей. Работа учреждения может быть эффективной только при условии его сотрудничества с родителями.

Острая проблема качества пищевых продуктов, продовольственного сырья и биологически активных добавок, используемых в питании школьников образовательными учреждениями.

Низкий уровень образования и культуры населения в вопросах здорового, рационального питания.

Слабая инфраструктура и материально-техническая база школьного питания. Медленное внедрение новых форм организации питания школьников.

Недостаточная эффективность производственного контроля на объектах школьного питания

Таким образом, систематическая, планомерная, целенаправленная работа и взаимодействие школы с родителями в вопросах организации здорового питания школьников могут помочь добиться положительной динамики в процессе организации школьного питания и как следствие сохранения и укрепления здоровья детей.



**Практические аспекты  
реализации программы по  
формированию культуры  
питания.**

**Петрищева Т.А.**

**2014г.**