

# Педагогический совет «Здоровое питание - залог успешного развития школьников»

*«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний и вера в свои силы»*

*В.А.Сухомлинский*



# План проведения:

1. Актуальность и проблемы в организации питания школьников  
Муратова О.В.
2. Нормативно-правовая база о питании школьников  
Русских О.Н.
3. Анализ состояния питания и здоровья учащихся МБОУ «СОШ № 62»  
Русских О.Н.
4. Итоги анкетирования учащихся МБОУ «СОШ № 62»  
Брылякова Т.В.
5. Школьная программа о питании учащихся  
Кондратьева Т.Е.  
Пермякова О.М.
6. Методическое пособие «Разговор о здоровом питании»  
Чураева Р.П.
7. Работа в группах «Подготовка плана мероприятий программы по питанию школьников»
8. Решение

## **Цель педсовета:**

**привлечь внимание педагогического коллектива к вопросу организации питания школьников**

## **Задачи:**

- ✓ скоординировать действия педколлектива школы и семьи в вопросах формирования здорового образа жизни**
- ✓ усовершенствовать систему организации питания в школе**
- ✓ разработка школьной программы «Здоровое питание – залог успешного развития школьников»**

# Актуальность

## Проблема здоровья – проблема питания?

**Здоровое и рациональное питание должно являться неотъемлемой частью повседневной жизни и способствовать крепкому физиологическому, психическому и социальному здоровью человека.**

**На сегодняшний день одной из наиболее важных целей в школах является формирование у школьников ответственности за свое здоровье. Школьники должны принять здоровый образ жизни и знать его основные принципы. Такой результат можно получить только в совместной работе родителей, учителей и детей. В школьных условиях большое значение воспитания имеет оздоровительный фактор наряду с питанием. Наиболее важное это привитие навыков рационального питания школьникам именно тогда, когда происходит активное**

# Не соблюдение основ здорового питания школьников приводит ...

**Недостаточность  
питательных  
веществ**

**Потеря внимания**

**Слабость и  
переутомляемость**

**Ухудшение памяти и  
работы мозга**

**Легкий доступ к вирусным  
и инфекционным  
заболеваниям**

# Нормативно-правовая база

Методические рекомендации по совершенствованию школьного питания

**выполняют 2 функции:**

**-информационную**, которая даст возможность всем заинтересованным специалистам получить актуальную информацию о состоянии школьного питания в РФ, об опыте реализации соответствующих экспериментальных проектов, типичных ошибках при модернизации системы школьного питания и путях их преодоления, о нормативно-правовых документах в действующей сфере.

**- методическую**, которая позволит соответствующих специалистам разработать и реализовать региональную модель организации школьного питания с учетом климато-географических, социально-экономических, этнических, культурных и других особенностях своего региона.

# **Нормативно-правовая база по организации школьного питания**

- 1. СанПиН «Гигиенические требования к рациону питания учащихся, продуктам, блюдам и кулинарным изделиям, используемым в питании детей и подростков, и к ассортименту реализуемой продукции»**
- 2. Федеральный закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов» от 02.01.2000 № 29-ФЗ.**
- 3. Федеральный закон «О техническом регулировании» от 27.12.2002 № 184-ФЗ.**
- 4. Закон Российской Федерации «О защите прав потребителей» от 07.02.1992 № 2300-1.**
- 5. Закон Российской Федерации «Об образовании» от 10.07.1992 № 3266-1.**
- 6. Федеральный закон от 17.09.1998 № 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней».**
- 7. Федеральный закон «Технический регламент на молоко и молочную продукцию» от 12.06.2008 № 88-ФЗ, с изменениями, внесенными Федеральным законом от 22.07.2010 N 163-ФЗ.**

# СаНПиН о питании учащихся

Замена горячего питания в школьных столовых на шоколадные батончики, сухарики, чипсы и газированные напитки приводит к повреждению здоровья наших детей. Чтобы дети правильно развивались и росли, они должны ежедневно получать перечень продукции, которая должна включать: мясо, сыр, молочные продукты, молоко, творог, рыбу, крупы, яйца, макаронные изделия, овощи, растительные и животные жиры, свежие фрукты, хлебобулочные изделия и хлеб, соки. Некоторые из продуктов, входящих в ежедневный набор, в рацион должны включаться каждый день, а другие продукты можно включать в рацион не больше 3 раз в неделю, увеличивая соответственно дозировку, но можно включать и через день. Но все продукты должны быть израсходованы каждые 10 дней в полном объеме. К числу ежедневных продуктов относятся следующие: мясо, молоко, хлеб, сахар, овощи и фрукты. Яйца, рыба, сыр применяются несколько раз в неделю.

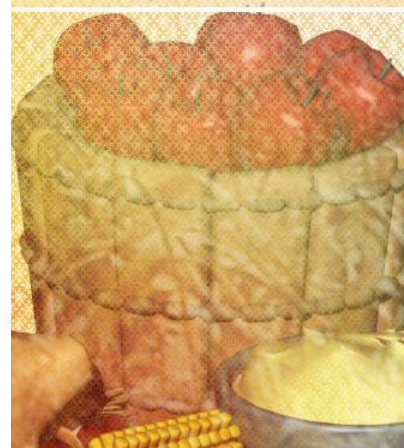
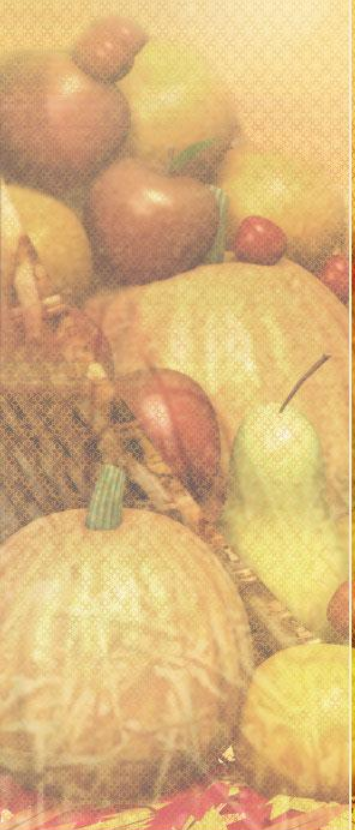
В ходе подготовки меню школьника необходимо учитывать разнообразие блюд, их биологическую ценность, возможность совмещения, массы и объема пищи, а также выделенных денежных средств. И чем больше денег будет выделяться на детское питание, тем привлекательнее и вкуснее станут школьные обеды и ужины.



# Основные принципы здорового питания школьников

- ❖ Питание школьника должно быть оптимальным
- ❖ Питание школьника должно быть сбалансированным .

# Пирамида питания



# Заболевания органов пищеварения

гастрит-

47 человек- 8,3 %

язва желудка -

1 человек- 0,1 %

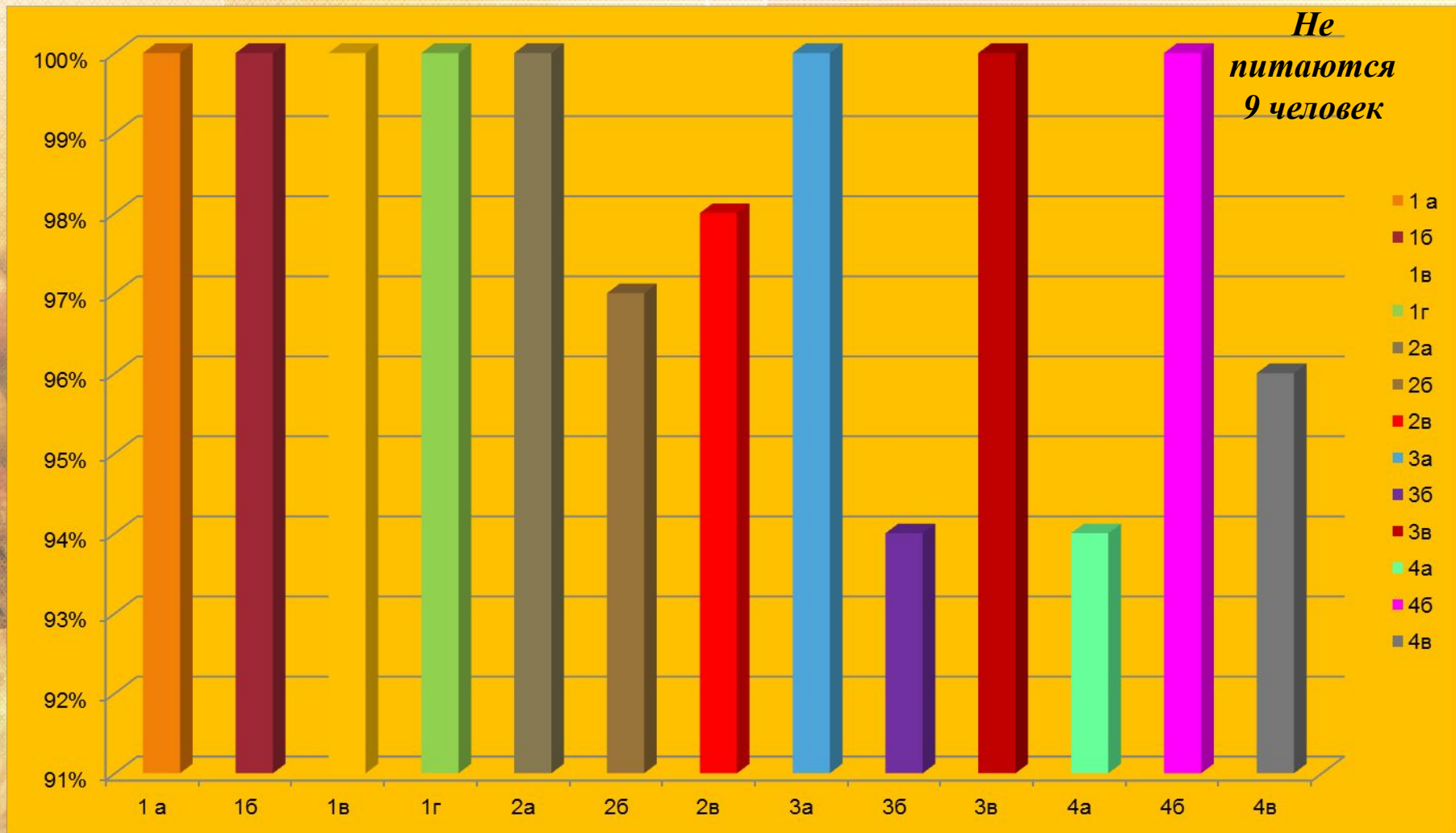
заболевания ЖКТ-

48 человек- 8,5 %

ожирение-

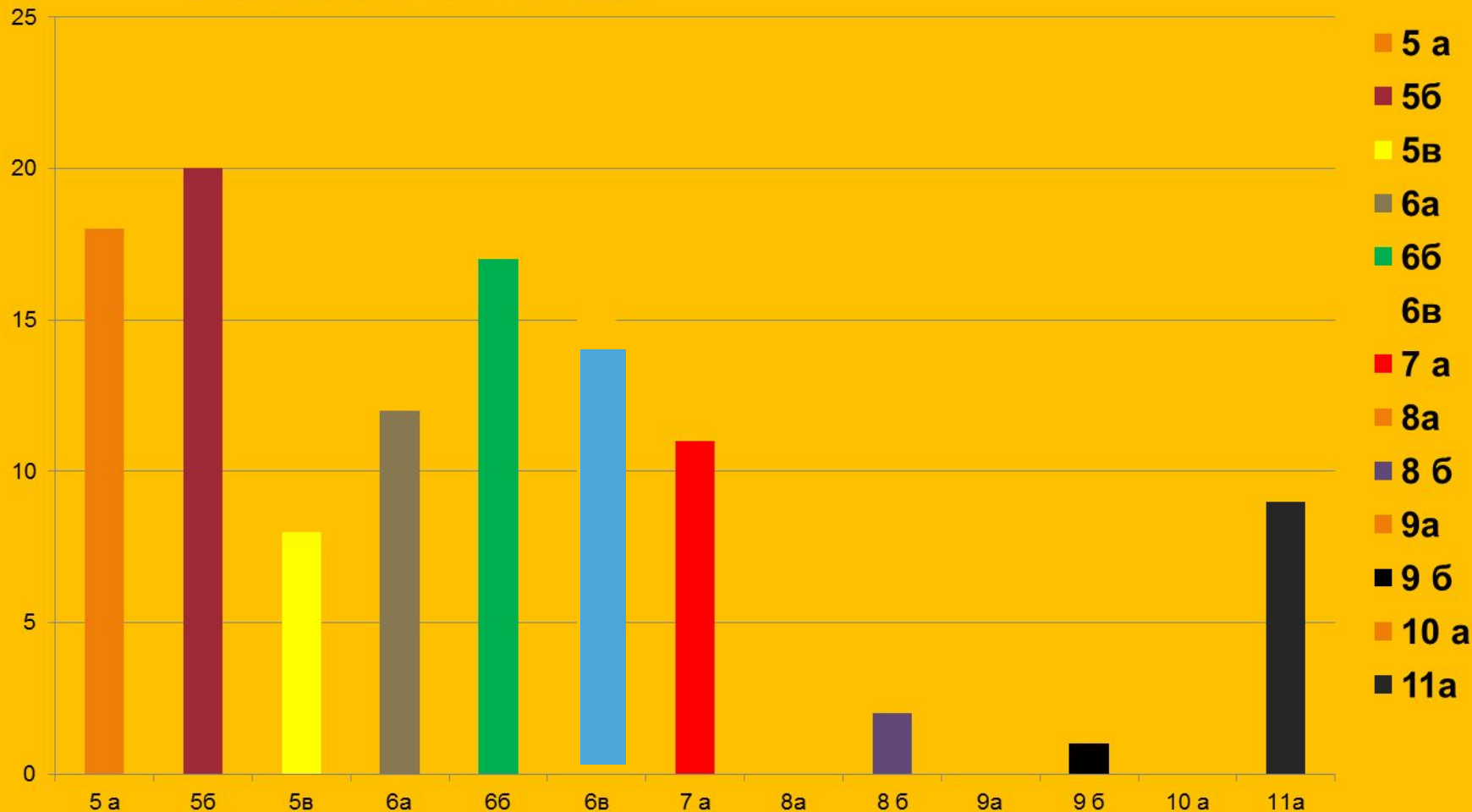
25 человек- 4,4 %

# Диаграмма «Количество учащихся, питающихся в школе организовано 1-4 классы»



# Диаграмма «Количество учащихся питающихся организованно»

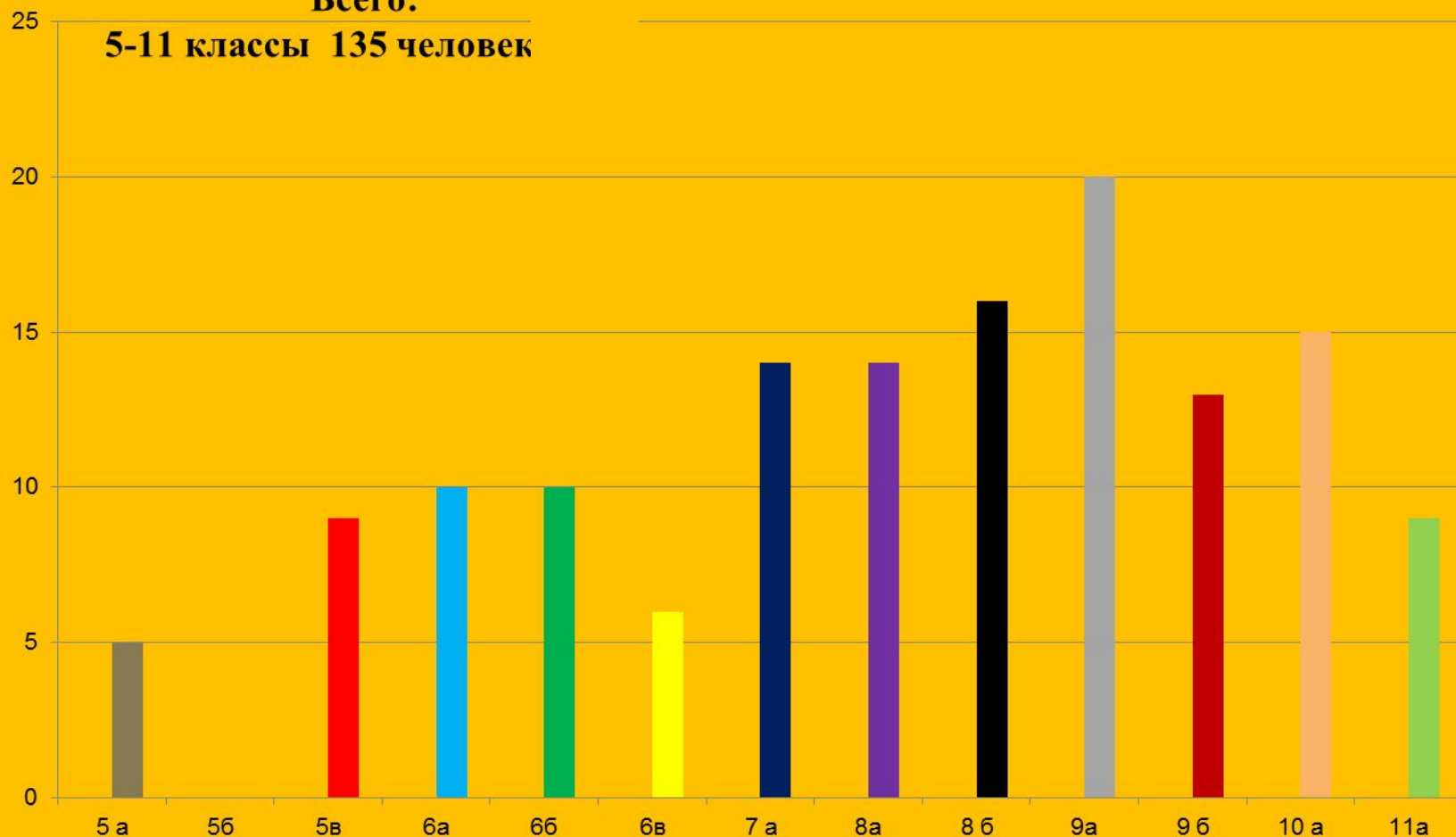
Всего:  
5-11 классы- 114 человек



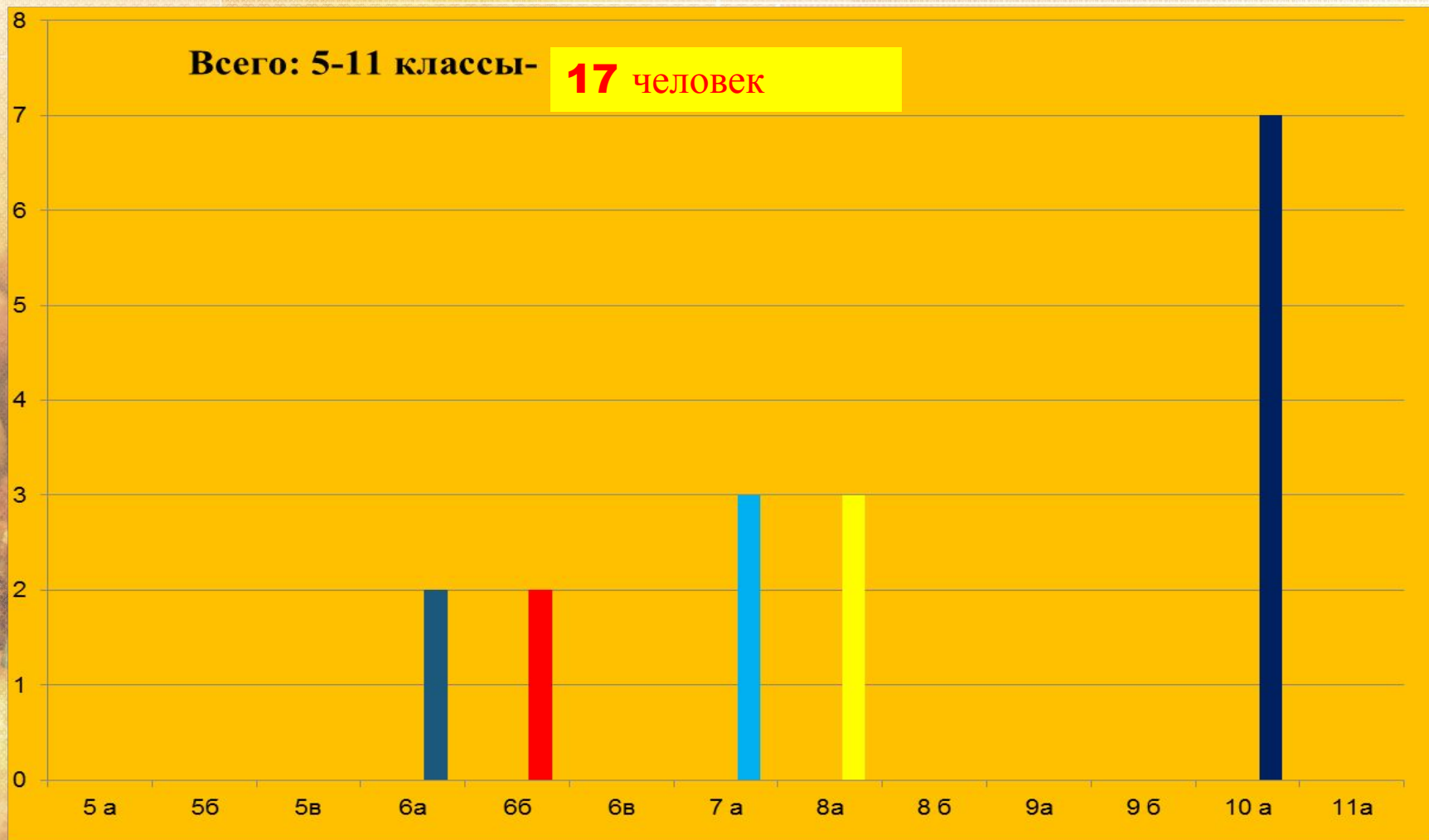
# Диаграмма «Количество детей, питающихся самостоятельно»

**Всего:**

**5-11 классы 135 человек**



# Диаграмма «Количество учащихся, не питающихся в школе»



**Итоги анкетирования**  
**5 «Б», 8 «Б», 9 «Б» классы**  
**(всего 58 учащихся)**

**1. Как часто вы питаетесь в школьной столовой?**

Обедаю – **40** учащихся,  
Пользуюсь буфетом – **6** учащихся,  
Не ем в школе совсем – **4** учащихся.

**2. Чаще всего вы предпочитаете в школьной столовой** Первые блюда - **2**  
**учащихся,**

Вторые блюда – **58** учащихся,  
Буфетная продукция – **49** учащихся,  
Напитки – **58** учащихся.

**3. Вкусно ли готовят в вашей столовой?**

Еда вкусная и хорошего качества – **16** учащихся,  
Бывает по-разному – **42** учащихся



***4. Существует ли в столовой выбор первых и вторых блюд?***

**Выбор есть всегда – 58 учащихся,**

***5. Успеваете ли вы поест в школьной столовой и вернуться в класс до звонка?***

**Успеваю поест за перемену – 20 учащихся,**

**Бывает по – разному – 38 учащихся,**

***6. Устраивает ли Вас объем порций, предлагаемой в школьной столовой?***

**Достаточно – 54 учащихся,**

**Часть порции даже остается – 4 учащихся,**

***7. Хотели ли бы Вы увеличить ассортимент предлагаемых блюд?***

да – 23 учащихся,

Не знаю - 31 учащийся,

Нет - 4 учащихся.

***8. Нравится ли Вам оснащение и обслуживание школьной столовой?***

Посуда – 1, мебель- 0, оформление и оснащение – 13, организация питания – 47, соблюдение гигиенических требований – 54, обслуживание персонала – 49.

# Решение

- 1. Разработать общешкольную программу по организации питания учащихся 1 сентября 2013**
- 2. Ввести курс «Поговорим о правильном питании» для учащихся начальной школы 1 сентября 2013**
- 3. Классным руководителям добиваться 100% организации организованного питания учащихся курируемого класса**