

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 ...

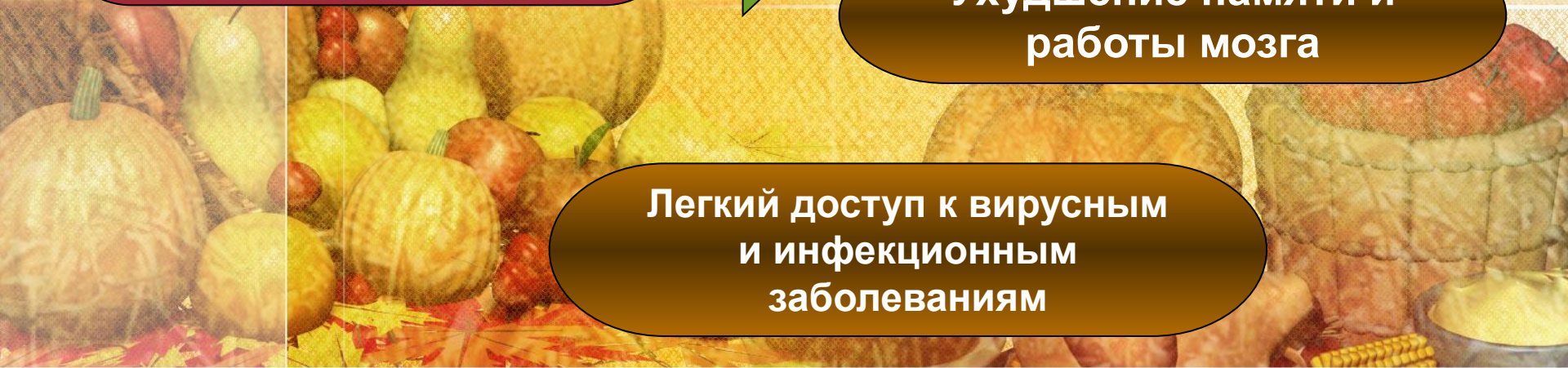
**Недостаточность
питательных
веществ**

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 соответствующим 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»

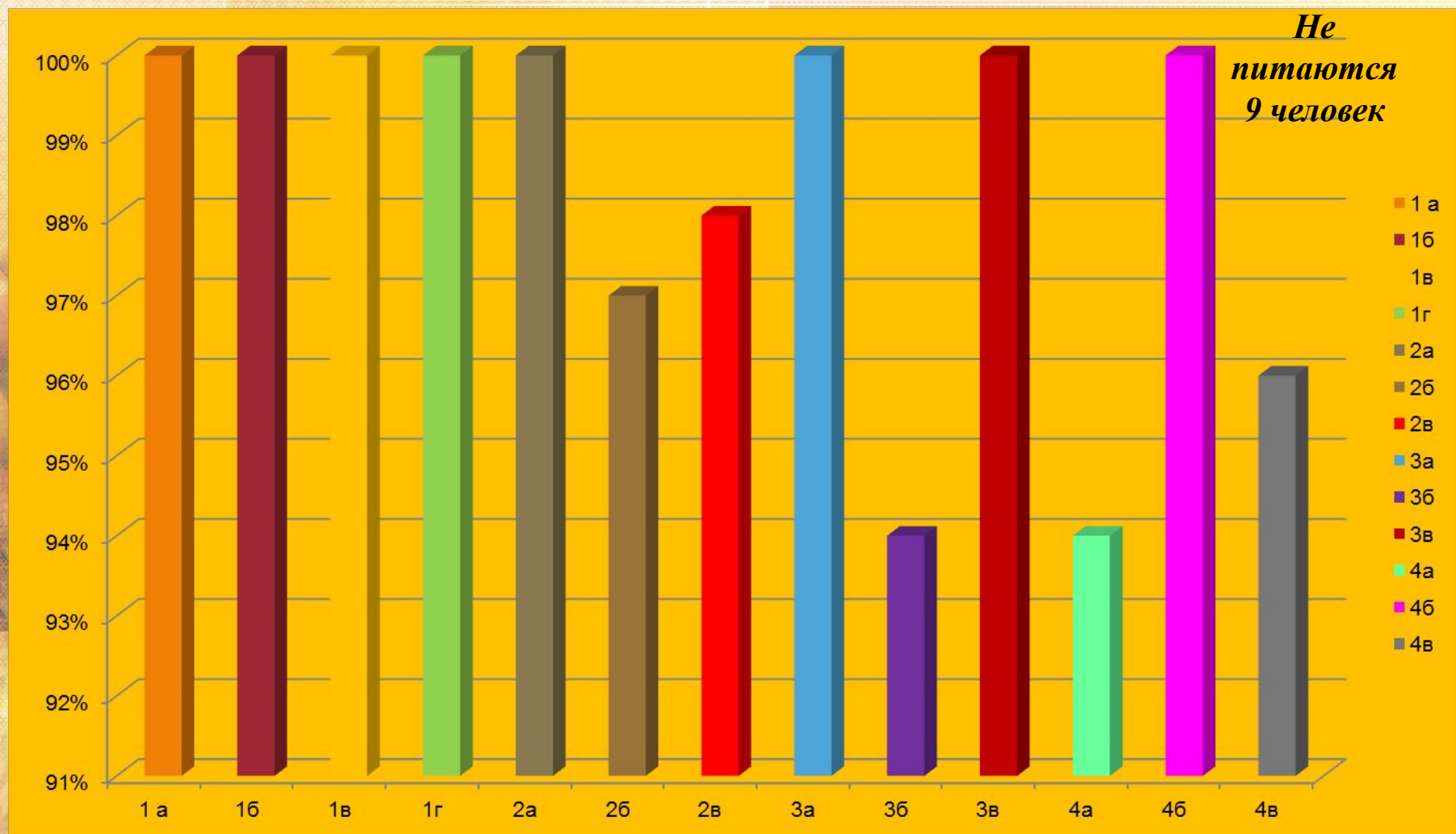


Диаграмма «Количество учащихся питающихся организованно»

Всего:

5-11 классы- 114 человек

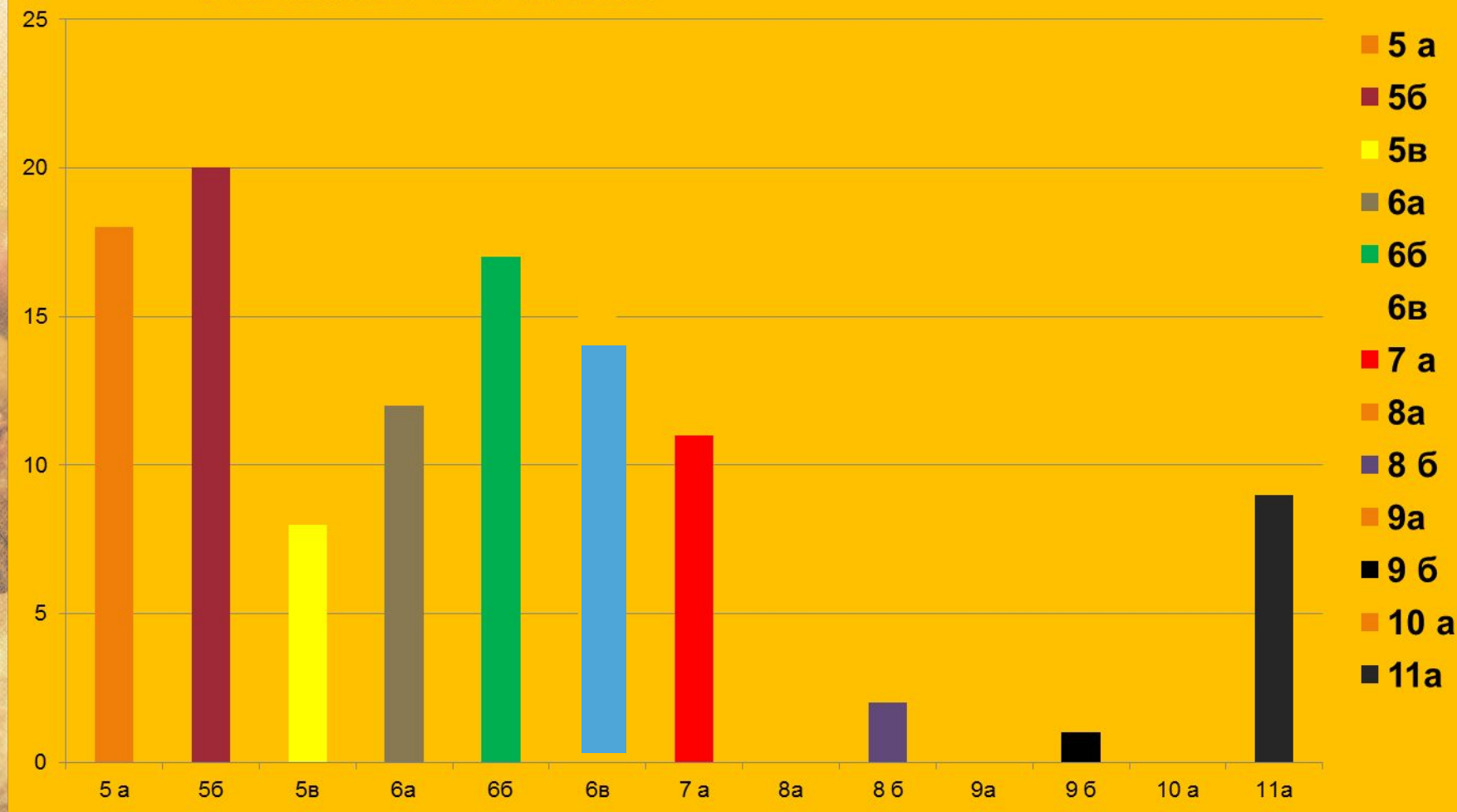


Диаграмма «Количество детей, питающихся самостоятельно»

Всего:

5-11 классы 135 человек

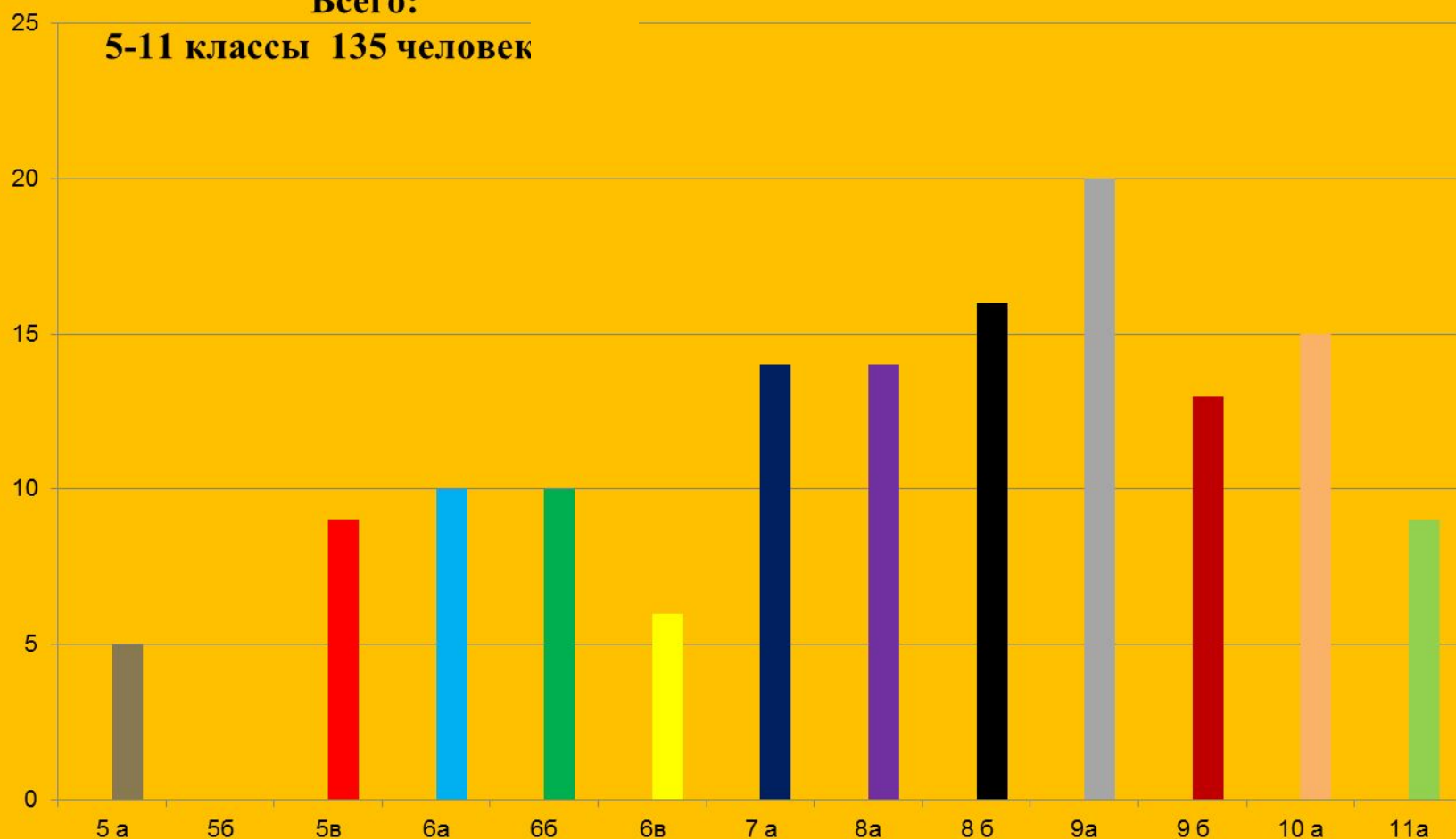
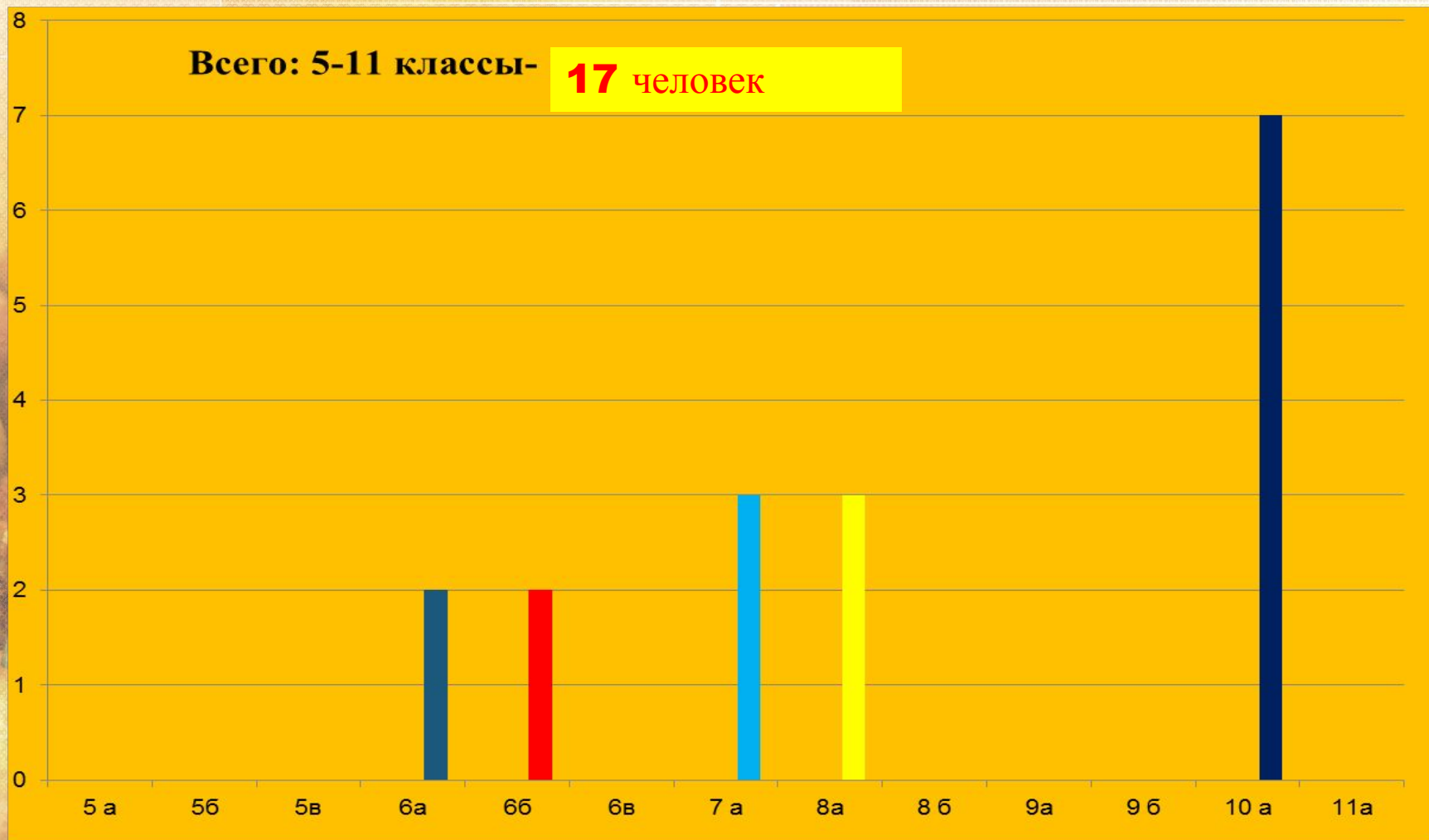


Диаграмма «Количество учащихся, не питающихся в школе»



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 поесть в школьной столовой и вернуться в класс до звонка?

Успеваю поесть 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