

Концепция формирования культуры питания обучающихся

Система
Система
работы
ГИМНАЗИИ



Всемирная организация здравоохранения

«Здоровье –это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических недостатков»

**Здоровье закладывается в детстве,
оно обуславливается:**

**на 50% - образом жизни,
на 20% - наследственностью,
на 20% - состоянием окружающей
среды,
на 10% – возможностью медицины
и здравоохранения**



Нормативные документы

Постановление администрации г. Пензы «Об утверждении Порядка организации бесплатного и льготного питания учащихся муниципальных общеобразовательных и муниципальных автономных образовательных учреждений г. Пензы в 2010 году» (с изменениями) от 22.12.2009 г. № 1590.

Решение Пензенской городской Думы «Об утверждении муниципальной целевой программы «Многодетная семья, 2007-2010 годы» от 05.12.2006 г. № 513-29/4

. Приказ Управления образования г. Пензы «Об утверждении Концепции формирования культуры питания» от 17.11.2009 г. № 504

Нормативные документы

Приказы по гимназии:

- ✔ - о предоставлении бесплатного питания;
- ✔ - о предоставлении льготного питания;
- ✔ - о предоставлении дотационного питания.

Должностная инструкция классного руководителя, в которой отмечено, что классный руководитель:

- ✔ - организует питание молочными продуктами учащихся;
- ✔ - обеспечивает: получение обучающимися горячего питания в столовой.

Основы здорового образа жизни

- ✓ **В региональный компонент учебного плана гимназии введен предмет «Основы здорового образа жизни» (ОЗОЖ) с 1 по 9 класс, целью которого является пробуждение и развитие у учащихся интереса к своему здоровью как основе всех будущих успехов в жизни, формирование основ здорового образа жизни, ознакомление детей с основами рационального питания.**

Реализация «Концепции формирования культуры питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях г. Пензы»

- ☞ - обеспечении здоровым питанием учащихся;**
- ☞ - формировании у учащихся правильного пищевого поведения;**
- ☞ - позиционирование основ правильного питания;**
- ☞ - вовлечение семьи и общественности в процесс формирования культуры питания.**

Обеспечении здоровым питанием учащихся

- ☞ 7-10 лет - 2300 ккал,**
- ☞ мальчиков 11-13 лет - 2700 ккал,**
- ☞ девочек этого же возраста - 2450 ккал,**
- ☞ юношей 14-17 лет - 3200 ккал,**
- ☞ девушек - 2600 ккал.**

В течение учебного дня продолжительностью 5-6 ч учащийся затрачивает около 600 ккал, т. е. более четверти энергозатрат в сутки.

Задачи:

- - обеспечить учащимся полноценное горячее питание;
- - следить за калорийностью и сбалансированностью питания;
- - прививать учащимся навыки здорового образа жизни;
- - развивать здоровые привычки и формировать потребность в здоровом образе жизни



- Искусство приготовления пищи начинается с соли и огня. Если пища приготовлена тем, кто понимает основы поварского дела, она сохраняет свой натуральный вкус.

Столовая отремонтирована





**Современные
электроплиты**



**Посудомоечная
машина**



**Пароконвектомат
позволяет готовить
на пару, сохраняя
полезные витамины.**

Пекарский шкаф







Ежедневно по программе «Школьное молоко»
учащиеся 1-7 классов получают молочные
продукты



В буфете нашей столовой ежедневно предлагается 6-7 наименований свежей и вкусной выпечки, 5-6 овощных салатов, фрукты и соки

формирование у учащихся правильного пищевого поведения

Организация разнообразных форм создания привлекательного образа школьного питания

В рамках проекта «Этикет»

- ☞ Проведение семинара по теме «Этикет» для учителей гимназии
- ☞ Проведение классных часов в форме: 1 - 4 классы - игры на тему «Будем делать хорошо и не будем плохо»;
- ☞ Проведение классных часов в форме: 5 – 11 классы - практического тренинга «Умеем ли мы правильно питаться?»
- ☞ Проведение конкурса «Самый воспитанный класс» среди классов, питающихся в столовой на одной перемене

позиционирование основ правильного питания

Организация разнообразных форм создания привлекательного образа школьного питания

Проведение фотоконкурса «Здоровое питание»

В рамках проекта «Фотоконкурс «Здоровое питание»

- ✔ Проведение фотоконкурса «Здоровое питание» 5 - 11 классы
- ✔ Конкурс рисунков «Я выбираю здоровое питание» 1 - 2 классы
- ✔ Конкурс плакатов «Я выбираю здоровое питание» 3 - 4 классы

позиционирование основ правильного питания

В рамках проекта «Дни национальной кухни. Наследие России»

- ☞ - Классные часы на тему «Наследие России. Национальные традиции приёма пищи разных народов и народностей» 1-10 классы**
- ☞ - Проведение в столовой гимназии Дней национальной кухни народов, населяющих Пензенскую область**
- ☞ Проведение в столовой гимназии Дней национальной кухни, народов, населяющих Россию и страны СНГ**

позиционирование основ правильного питания

В рамках проекта «Все сезоны года. Конкурс презентаций домашнего меню»

- ☞ - Конкурс презентаций осеннего меню в рамках конкурса «Дачное чудо» 1- 4 классы (сентябрь);
- ☞ - Конкурс презентаций зимнего меню в рамках «Рождественских праздников» 1 – 9 классы (январь);
- ☞ - Конкурс презентаций весеннего меню в рамках празднования Масленицы 1 -4 классы (на масленичной неделе);
- ☞ - Конкурс презентаций летнего меню и подведение итогов года.
- ☞ - Фестиваль «Все сезоны года»: выставка лучших рецептов, демонстрация готовых блюд, мастер – класс бабушек

вовлечение семьи и общественности в процесс формирования культуры питания

В рамках реализации проекта «Школьный совет по здоровью»

☞ Проведены дни «открытых» дверей для родителей:

1-4 классы – 21 сентября;

5-8 классы – 23 сентября;

9-11 классы – 25 сентября.

вовлечение семьи и общественности в процесс формирования культуры питания



В 2010 году в МОУ гимназии № 44 создана независимая комиссия по контролю за качеством школьного питания из родителей, представителей совета бабушек, учителей, членов Ученического самоуправления:

- 1. Гах Г. В. – родитель*
- 2. Мясникова М. И. – председатель Совета бабушек*
- 3. Вавилова Е. Б. – ответственный за организацию горячего питания в гимназии*
- 4. Семикова Евгения – ученица 11 класса*
- 5. Шелков Денис – ученик 9 класса*
- 6. Викторов Денис – ученик 9 класса*
- 7. Карякина И. А. – зам. директора по воспитательной работе.*

вовлечение семьи и общественности в процесс формирования культуры питания

По результатам проверок комиссией отмечено:

- **высокие вкусовые качества блюд;**
- **разнообразное меню;**
- **широкое использование овощей и фруктов;**
- **учёт принципов рационального питания;**
- **наличие в меню столовой, как основного комплекса, так и диетического питания, витаминного стола, блюд свободного выбора;**
- **соблюдение санитарных норм и требований содержания пищеблока**

вовлечение семьи и общественности в процесс формирования культуры питания

Проверяли:	Отметка о наличии или отсутствии:
Адекватная энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам детей.	
Максимальное разнообразие рациона, обеспечивающее сбалансированность	
Адекватная технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд, формирующая их высокие вкусовые достоинства и сохранность исходной пищевой ценности.	
Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания, включая соблюдение всех санитарных требований к продуктам питания, их транспортировке, хранению, а также к приготовлению и раздаче блюд.	
Учет индивидуальных особенностей детей	

вовлечение семьи и общественности в процесс формирования культуры питания

На родительских собраниях было проведено анонимное анкетирование родителей учащихся гимназии, которое показало, что они удовлетворены качеством питания детей.

Результаты анкетирования:

- чистота в столовой – 100 %,
- вежливость персонала – 100 %,
- полнота порций – 100 %,
- холодные ли блюда – 100 %,
- успевают ли поесть – 100 %,
- пожелания по новым блюдам - отсутствуют,
- пожелания по размеру порций - отсутствуют.

вовлечение семьи и общественности в процесс формирования культуры питания

Проведение этого же анкетирования с учащимися гимназии так же дало высокие результаты:

- чистота в столовой – 100 %,**
- вежливость персонала – 100 %,**
- полнота порций – 100 %,**
- холодные ли блюда – 99 %,**
- успевают ли поесть – 100 %,**
- пожелания по новым блюдам носят несколько экзотический характер (лазанья и т.д.),**
- пожелания по размеру порций – большие порции для учащихся начальных классов (5 человек).**



**Участвовали в городском конкурсе
«Лучшее школьное меню и образцовое
содержание школьного пищеблока»**

«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

