



**«Школьное питание – это залог здоровья
подростающего поколения»**

Горячее питание детей во время пребывания в школе является одним из важных условий поддержания их здоровья и способности к эффективному обучению. Полноценное и сбалансированное питание способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и успеваемости, физическому и умственному развитию детей и подростков, создаёт условия к их адаптации к современной жизни.

Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в МКОУ «СОШ № 1» с. п. Малка, снижения отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования. В Законе Российской Федерации «Об образовании в РФ» сохранена обязанность образовательного учреждения организовывать питание обучающихся, выделять помещение для питания детей, предусматривать перерыв достаточной продолжительности.

Школа представляет собой жизненно важную среду, используя которую можно оказывать влияние на процесс правильного питания и формировать у школьников верные навыки и стереотипы в данном вопросе. В школе существуют эффективные возможности, для проведения работы по охране здоровья и здоровому питанию.

Организованное школьное питание регламентируется санитарными правилами и нормами, и поэтому в значительной степени удовлетворяет принципам рационального питания.

Многие учащиеся имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. Основные проблемы питания школьников связаны с нарушением режима питания вне стен школы, злоупотреблением чипсами, фастфудами, сухариками, конфетами, шоколадными батончиками, газированными напитками и т.д. Обычно это связано с недостаточной информированностью и попустительством со стороны взрослых и родителей.

Пропаганда здорового питания важна и потому, что привычки питания, полученные человеком в детстве, сохраняются человеком до старости. Формируются эти привычки в семье и системе организованного детского питания. Прямо повлиять на семейный уклад практически невозможно, поэтому школьная столовая – главное место, где растущий человек приучается к здоровому питанию.

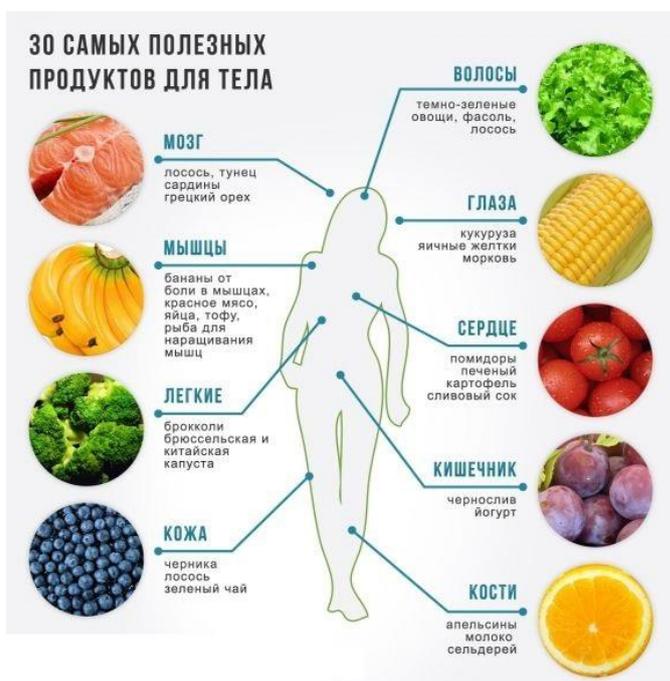
Задачи по организации школьного питания

1. Увеличение охвата горячим питанием учащихся 1-4-х классов школы.
2. Совершенствование системы контроля качества и безопасности питания учащихся.
3. Развитие и укрепление материально-технической базы школьной столовой

4. Организация пропаганды среди учащихся и их родителей принципов рационального здорового питания. Воспитание культуры питания и здорового образа жизни у школьников.
5. Изучение вопроса о введении в учебный план школы интегрированного курса «Правильное питание» в рамках предметов «Окружающий мир», «Биология», «Основы безопасности жизнедеятельности», внеурочной деятельности.
6. Формирование культуры здорового питания у детей и подростков

Поведение учащихся в столовой

- Учащиеся находятся в обеденном зале столовой только на переменах и в отведенное графиком питания время.
- Учащиеся должны уважительно относиться к работникам столовой.
- При входе в столовую следуют снять рюкзак и держать его в руке.
- Перед едой и после необходимо помыть руки с мылом.
- Во время приема пищи в столовой учащимся надлежит придерживаться хороших манер и вести себя пристойно.
- Запрещается приходить в столовую в верхней одежде.
- Разговаривать во время еды следует не громко, чтобы не беспокоить тех, кто ест по соседству.
- Учащиеся убирают стол после принятия пищи, ставят на место стулья.
- Учащиеся бережно относятся к имуществу школьной столовой



СОВЕТУЕМ ПРОЧИТАТЬ:

[Вся правда о "ЕДЕ".](#)

[Чем кормить школьника, чтобы он рос умным и здоровым.](#)

[Ожирение у школьников вызывают энергетики и телереклама.](#)

[Азбука еды для школьника \(проект Роспотребнадзора\)](#)