

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №1» г. Сыктывкара  
(МАОУ «Гимназия № 1»)  
«1 №-а гимназия» Сыктывкара муниципальной асшорлуна велодан учреждение



**Программа**  
**«Разговор о правильном питании»**  
**на 2019-2022 гг.**

**Программа разработана**

Гладкой Еленой Владимировной

Дейтер Верой Борисовной

Михайловой Ириной Сергеевной

**Программа**  
**«Разговор о правильном питании» на 2019-2022 гг.**

**Паспорт программы**

<b>1. Наименование Программы</b>	Программа « <i>«Разговор о правильном питании».</i>
<b>2. Основание для разработки Программы</b>	Конвенция о правах ребенка. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка». Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ» Постановление главного санитарного врача РФ от 23.07.2008 года №45 «Об утверждении СанПиН 2.4.5.2409-08»
<b>3. Разработчики Программы</b>	Гладкая Е.В., Дейтер В.Б., Михайлова И.С.,
<b>4. Цель Программы</b>	Создание условий, направленных на укрепление здоровья учащихся через формирование навыков правильного здорового питания.
<b>5. Основные задачи Программы</b>	- обеспечение учащихся рациональным и сбалансированным питанием по всем пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры и жирные кислоты, витамины, минеральные соли и микроэлементы, а также минорные компоненты пищи. - разработка меню школьных завтраков и обедов, соответствующих современным научным принципам оптимального (здорового) питания и обеспечивающих учащихся всеми необходимыми пищевыми веществами; - гарантия безопасности и качества пищевых продуктов, используемых в питании; - формирование культуры и навыков здорового питания; - проведение анкетирования среди обучающихся по вопросам организации и качества питания пропаганда принципов здорового и полноценного питания; - организация информационно-просветительской деятельности среди родителей по вопросам организации

	<p>правильного питания;</p> <p>-расширение знаний детей о продуктах здорового и не здорового питания;</p> <p>-воспитание бережного отношения к своему здоровью;</p> <p>- умение применять полученные знания о правильном питании в повседневной жизни.</p>
<p><b>6. Этапы и сроки реализации Программы</b></p>	<p>Программа реализуется в период 2019-2020уч. г.в три этапа:</p> <p>I этап – организационный: организационные мероприятия; разработка и написание программы.</p> <p>II этап –реализация программы;</p> <p>III этап –обобщающий систематизация накопительного опыта, подведение итогов и анализ реализации программы.</p>
<p><b>7. Объемы и источники финансирования</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Средства Федерального бюджета</li> <li>• Средства Регионального бюджета</li> <li>• Средства бюджета муниципального образования</li> <li>• Родительские средства</li> <li>• Другие источники</li> </ul>
<p><b>8.Основные направления Программы</b></p>	<p>-Организация рационального питания учащихся;</p> <p>-Обеспечение высокого качества и безопасности питания;</p> <p>- Модернизация материально-технической базы столовой, улучшение санитарно-технического состояния пищеблока, столовой;</p> <p>-Увеличение охвата горячим питанием, доведение до 95-100%;</p> <p>-Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового и полноценного питания.</p> <p>-Обучение кадрового состава работников пищеблока современным технологиям.</p>

<p><b>9. Ожидаемые результаты реализации Программы</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечение учащихся рациональным и сбалансированным питанием;</li> <li>- разработка меню школьных завтраков и обедов, соответствующих современным научным принципам оптимального (здорового) питания и обеспечивающих учащихся всеми необходимыми пищевыми веществами;</li> <li>- гарантия безопасности и качества пищевых продуктов, используемых в питании;</li> <li>- формирование культуры и навыков здорового питания;</li> <li>- проведение анкетирования среди обучающихся по вопросам организации и качества питания пропаганда принципов здорового и полноценного питания;</li> <li>- организация информационно-просветительской деятельности среди родителей по вопросам организации правильного питания школьников, и доведение его до 95-100%;</li> <li>- улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой.</li> </ul>
<p><b>10. Организация контроля за исполнением программы</b></p>	<p>Подготовка ежегодного доклада заместителя директора по БТиЖ о результатах деятельности школы по реализации Программы «Разговор о правильном питании».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Общественный контроль за организацией и качеством питания учащихся</li> <li>- Бракеражная комиссия;</li> <li>- Информирование общественности о состоянии через официальный сайт гимназии;</li> <li>- Информирование родителей/законных представителей на родительских собраниях.</li> </ul>

<b>Принципы построения Программы «Разговор о правильном питании»</b>	Актуальность, нацеленность на решение ключевой проблемы <input type="checkbox"/> Прогностичность, нацеленность на результат при рациональном использовании ресурсов <input type="checkbox"/> Реалистичность и реализуемость <input type="checkbox"/> Полнота и системность <input type="checkbox"/> Стратегичность <input type="checkbox"/> Контролируемость <input type="checkbox"/> Информативность
--	---

### **Пояснительная записка**

Рациональное питание является одним из важнейших составляющих здорового образа жизни.

Рациональное питание обучающихся – одно из условий создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательных учреждениях, снижения отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования.

В течение дня, питаясь в школе, учащиеся должны питаться полноценно, получая все необходимые витамины и микроэлементы. Блюда должны быть свежими, вкусными и правильно приготовленными — а значит, полезными.

Правильное, рациональное, сбалансированное по основным элементам питание обеспечивает нормальное, гармоничное развитие и функционирование организма, укрепляет иммунитет, способствует профилактике многих заболеваний, улучшению работоспособности и выносливости человека.

В организации школьного питания большое значение имеют режим или ритм питания для каждой возрастной группы, правильное распределение рациона питания по отдельным приемам пищи.

Немаловажное значение имеют: кулинарная обработка, оформление пищи и обстановка, в которой осуществляется ее прием, воспитание гигиенические навыки подготовки к приему пищи и правильное поведение во время еды.

Так как в школе учащиеся проводят значительную часть времени, важно научить их правильно питаться через распространение знаний и умений в построении здорового питания.

## **Актуальность программы**

В Конвенции о правах ребенка подчеркивается, что современное образование должно стать здоровьесберегающим.

В законе РФ «Об образовании» сохранение и укрепление здоровья детей выделено в приоритетную задачу.

Правительством Российской Федерации утверждены «Основы государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения до 2020 года» (распоряжение Правительства Российской Федерации от 25 октября 2010 г. № 1873-р), которыми предусмотрен комплекс мероприятий, направленных на создание условий, обеспечивающих удовлетворение в соответствии с требованиями медицинской науки потребностей различных групп населения в здоровом питании с учетом их традиций, привычек и экономического положения.

Школьник должен расти здоровым, физически крепким, развитым и выносливым. Из всех факторов внешней среды, оказывающих влияние на его физическое и нервнопсихическое развитие, питание занимает ведущее место. Поэтому еще с раннего детства важно обеспечить полноценное и правильно организованное питание, являющееся залогом его здоровья. Нарушение питания, как количественное, так, и качественное, отрицательно влияет на здоровье детей.

Культура питания – важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, что нашло отражение в федеральных государственных образовательных стандартах нового поколения (ФГОС).

Формирование культуры здорового питания должно начинаться с самых первых этапов обучения ребёнка в школе и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учетом возрастного подхода. Системная работа по формированию культуры здорового питания включает три направления: рациональная организация питания в образовательном учреждении; включение в учебный процесс образовательных программ формирования культуры здорового питания; просветительская работа с детьми, их родителями (законными представителями), педагогами и специалистами образовательных учреждений. Только сочетание всех направлений работы поможет создать в школе и дома такую среду, в которой возможно формирование культуры здорового питания и здорового образа жизни.

### **Участники программы:**

*Семья:* организация контроля за питанием:

- родительский комитет класса

- Совет школы

*Администрация:*

- индивидуальные беседы;

- пропаганда санитарно-гигиенических знаний среди участников образовательного процесса, основ здорового образа жизни

*Педагогический коллектив:*

- совещания;

- родительские собрания, классные часы, беседы о ЗОЖ, рациональном питании;

- приобщение к занятиям в спортивных секциях, курсов для старшеклассников;

- пропаганда здорового образа жизни

*Медицинский работник:*

- уроки здоровья

- индивидуальные беседы

- контроль за здоровьем обучающихся

- контроль за состоянием столовой и пищеблока

*Социальный педагог:*

- выявление неблагополучных семей, посещение на дому

- помощь в выборе занятий по интересам

- санитарно-гигиеническое просвещение

### **Концепция оптимального питания:**

В основе *концепции рационального питания* лежат два закона: первый - соответствие энергозатрат энергопотреблению, второй - обязательность потребления основных питательных веществ (белков, жиров, углеводов) в физиологически необходимых соотношениях, что позволяет удовлетворить потребности человека в незаменимых компонентах питания. Нарушение любого из этих положений (недостаточное или избыточное потребление пищи или отдельных компонентов питания) неизбежно приводит к отрицательным изменениям пищевого статуса и, как следствие, - к алиментарно-зависимым заболеваниям.

Рекомендуемое соотношение в рационе питания детей и подростков количества основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) составляет около 1:1:4 (по массе).

### **Принципы организации рационального питания детей в гимназии**

1. Поступление пищевых веществ и энергии должно соответствовать возрастным физиологическим потребностям детского организма, обеспечивать его рост и развитие. Завтрак в школе должен составлять

25%, обед 35% от физиологической суточной потребности в пищевых веществах и энергии.

2. Обеспечение оптимального соотношения пищевых веществ (соотношение белков, углеводов, липидов как 1:1:4), энергетическая квота белка общей калорийности должна составлять 14%, углеводов 55%, липидов 31%; доля белка животного происхождения от общего количества белка - не менее 60%.

3. Пищевые волокна должны включаться в рацион из расчета не менее 15-20г/сутки.

4. Растительные жиры должны составлять не менее 30% от общего количества жира.

5. Организация дифференцированного по возрасту питания, обеспечение 2-х разового режима питания для детей, посещающих группу продленного дня и детей из социально неблагополучных семей.

6. При двух разовом питании ежедневно должны присутствовать блюда из мяса или рыбы, быть включены молочные продукты, растительное и сливочное масло, хлеб и хлебобулочные изделия, овощи, фрукты.

7. Не допускается повторение в рационе одних и тех же блюд или кулинарных изделий в смежные дни.

8. Учет региональных эколого-гигиенических факторов питания, особенно учет геохимических эндемий (дефицит йода, фтора, селена и т.д.).

9. Включение в рацион питания биологически активных добавок, природного происхождения, разрешенных к применению Минздравом РФ для детей, продуктов, блюд, способствующих:

- повышению защитных функций физиологических барьеров (кожи, слизистых желудочно-кишечного тракта, верхних дыхательных путей);

- активизации процессов связывания и выведения из организма экзо- и эндотоксинов;

- компенсации дефицита жизненно необходимых веществ, которые не синтезируются в организме (незаменимые аминокислоты, ПНЖК, витамины, микроэлементы).

10. Широкая информированность родителей с целью преемственности питания детей в выходные дни и формирование мировоззрения здорового образа жизни.

#### **Основные принципы здорового питания:**

1. Употребляйте разнообразные пищевые продукты, большинство которых — растительного, а не животного происхождения.

2. Хлеб, изделия из муки, крупы, картофель должны употребляться несколько раз в день.



3. Ешьте несколько раз в день разнообразные овощи и фрукты, лучше — свежие и выращенные в местности проживания (не менее 400 г в день).
4. Чтобы поддерживать массу тела в рекомендуемых пределах, необходима ежедневная умеренная физическая нагрузка.
5. Контролируйте поступление жира с пищей (не более 30% от суточной калорийности), и заменяйте животный жир на жир растительных масел.
6. Жирному мясу и мясным продуктам предпочитайте бобовые, зерновые, рыбу, птицу или постное мясо.
7. Употребляйте молоко с низким содержанием жира и молочные продукты (кефир, простоквашу, йогурт и сыр) с низким содержанием жира и соли.
8. Выбирайте продукты с низким содержанием сахара и употребляйте сахар умеренно, ограничивая количество сладостей и сладких напитков.
9. Ешьте меньше соли. Общее ее количество в пище не должно превышать 1 чайной ложки (6 г в день). Следует употреблять йодированную соль.
10. Приготовление пищи должно обеспечивать ее безопасность.

Приготовление блюд на пару, в микроволновой печи, выпечка или кипячение помогут уменьшить количество используемых в процессе готовки жира, масла, соли и сахара.

### **Характеристика Программы**

#### **Цель Программы**

Создание условий, направленных на укрепление здоровья учащихся через формирование навыков правильного здорового питания.

#### **Задачи Программы**

1. Обеспечение учащихся рациональным и сбалансированным питанием по всем пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры и жирные кислоты, витамины, минеральные соли и микроэлементы, а также минорные компоненты пищи.
2. Разработка меню школьных завтраков и обедов, соответствующих современным научным принципам оптимального (здорового) питания и обеспечивающих учащихся всеми необходимыми пищевыми веществами;
3. Гарантия безопасности и качества пищевых продуктов, используемых в питании;
4. Формирование культуры и навыков здорового питания;
5. Проведение анкетирования среди обучающихся по вопросам организации и качества питания пропаганда принципов здорового и полноценного питания;

6. Организация информационно-просветительской деятельности среди родителей по вопросам организации правильного питания;
7. Расширение знаний детей о продуктах здорового и не здорового питания;
8. Воспитание бережного отношения к своему здоровью;
9. Умение применять полученные знания о правильном питании в повседневной жизни.

#### **Ожидаемые результаты реализации**

- обеспечение учащихся рациональным и сбалансированным питанием;
- разработка меню школьных завтраков и обедов, соответствующих современным научным принципам оптимального (здорового) питания и обеспечивающих учащихся всеми необходимыми пищевыми веществами;
- гарантия безопасности и качества пищевых продуктов, используемых в питании;
- формирование культуры и навыков здорового питания;
- проведение анкетирования среди обучающихся по вопросам организации и качества питания пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- организация информационно-просветительской деятельности среди родителей по вопросам организации правильного питания школьников, и доведение его до 95-100%;
- улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой;

#### **Основные направления программы**

##### **Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся**

<b>Основные мероприятия</b>	<b>Срок</b>	<b>Исполнители</b>
Выставка поделок учащихся 1-4 классов из природного материала «Дары осени»	Сентябрь	Классные руководители
«Здоровое питание-залог здоровья» тематический классный час	Сентябрь	Классные руководители
Подготовка памяток для родителей «Организация правильного питания в семье»	Октябрь	Руководитель КЦП «Здоровье», классные руководители

Подготовка и трансляция презентации «Витамины». Оформление стенда «Уголок здоровья».	Ноябрь	Руководитель КЦП «Здоровье»
Подготовка и проведение флешмоба «Мой друг-витамин»	Ноябрь-декабрь	Руководитель КЦП «Здоровье»
Классный час ««Вкусные традиции моей семьи»»	Январь	Классные руководители
Выставка поделок из соленого теста	Февраль	Классные руководители
Игра по станциям «Путешествие в страну полезных продуктов»	Март	Педагоги дополнительного образования
Творческие работы «Традиции русской Масленицы»	Апрель	Классные руководители
Анкетирование учащихся и родителей, с целью выявления степени удовлетворённости качеством школьного питания .	Май	Администрация, руководитель КЦП «Здоровье», классные руководители

### **Основные приказы по организации питания в школе**

Об организации обслуживания учащихся гимназии горячим питанием на учебный год.

О создании бракеражной комиссии.

О назначении ответственных за организацией питания учащихся гимназии в учебном году.

Об организации бюджетного питания учащихся 1-4 классов гимназии в учебном году.

### **График работы столовой**

Горячий завтрак:

09.10 – 09.30                      1а, 1б, 1в, 2а, 2б, 2в, 3а классы

10.10 – 10.30                      3б, 3в, 4а, 4б, 5а, 5б, 5в классы

### Обед (горячее питание):

11.10- 11.30 6а, 6б, 6в, 7а, 7б, 7в, 8а, 8б, 8в классы

12.10- 12.30 9а, 9б, 9в, 10а, 10б, 11а, 11б классы

### Обед (горячее питание) на ГПД:

12.10-12.30 (на ГПД): 2в, 3а классы

12.40 – 13.00 (на ГПД): 1а, 1б, 1в классы

13.10 – 13.30 (на ГПД): 2а, 2б, 3б, 3в, 4а, 4б классы

### Графики дежурства в столовой

- график дежурства учителей,
- график дежурства администрации,
- график дежурства обучающихся (7-11 классы)

### Контроль за организацией питания

- ежедневный: ведение табеля учёта питания, организация дежурства учителя, администратора;
- еженедельный: мониторинг горячего питания обучающихся 1-11 классов;
- ежемесячный: аналитический отчет об охвате горячим питанием.

### План мероприятий по повышению качества школьного питания в МАОУ «Гимназия № 1» на 2019-2020 годы

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки исполнения	Ответственные исполнители	Вид документа
<b>1.</b>	<b>Мероприятия по нормативно-правовому обеспечению школьного питания</b>			
1.1.	Анализ нормативно-правовой базы и актуализация нормативно-правовых документов по организации питания учащихся гимназии	Ежегодно, по мере необходимости	Зам. директора по БТиЖ Шелавина И.Н.	План работы, организационные приказы гимназии
1.2.	Реализация федеральной программы «Разговор о правильном питании» (1-4 классы)	В течение учебного года	Зам. директора по БТиЖ Шелавина И.Н., классные руководители 1-4 классов	План реализации программы
1.3	Проведение целевых тематических проверок по организации питания учащихся в гимназии	В течение учебного года	Зам. директора по БТиЖ Шелавина И.Н.	Аналитические справки, приказы гимназии

<b>2.</b>	<b>Организационно-просветительская работа по формированию культуры здорового питания среди участников образовательных отношений</b>			
2.1.	Разработка и реализация целевой программы по организации здорового питания	Декабрь	Зам. директора по БТиЖ Шелавина И.Н., руководитель КЦП «Здоровье» Гладкая Е.В.	План реализации программы
2.2.	Информирование родителей об условиях питания учащихся на официальном сайте гимназии в сети «Интернет». Систематическое обновление информации на стенде по совершенствованию организации школьного питания	Постоянно	Зам. директора по БТиЖ Шелавина И.Н.	Сайт гимназии, стенд
2.3	Проведение классных часов по профилактике здорового образа жизни среди учащихся гимназии, по воспитанию культуры питания	Ежемесячно	Классные руководители 1-11 классы	План работы гимназии по пропаганде ЗОЖ
2.4.	Проведение родительских собраний по темам: «Совместная работа семьи и школы по формированию ЗОЖ. Питание учащихся»; «Профилактика желудочно-кишечных, инфекционных и простудных заболеваний»	Сентябрь-октябрь; Январь-май	Классные руководители 1-11 классов	Протоколы родительских собраний
<b>3.</b>	<b>Мониторинговое сопровождение мероприятий по повышению качества питания учащихся</b>			
3.1.	Мониторинг деятельности по совершенствованию организации школьного питания учащихся	Ежемесячно	Зам. директора по БТиЖ Шелавина И.Н.	Анализ результатов мониторинга. Приказы гимназии
3.2.	Проведение мониторинга отношения учащихся, родителей, педагогов к организации горячего питания (в рамках анкетирования)	Ежеквартально	Зам. директора по БТиЖ Шелавина И.Н. Классные руководители 1-11 классов	Анализ анкетирования, приказы МОО
<b>4.</b>	<b>Контрольно-аналитическая деятельность по организации питания учащихся</b>			

4.1.	Ведение табеля учета питания, организация дежурства учителей, членов администрации	Ежедневно	Администрация гимназии, Ермолина О.С., Крамаренко В.А., классные руководители 1-11 классов	Аналитические материалы, организационные приказы
4.2.	Анализ охвата горячим питанием учащихся	Ежедневно	Зам. директора по БТиЖ Шелавина И.Н.	Аналитические приказы гимназии
4.3.	Оперативный контроль по обращениям участников образовательных отношений, по итогам предписаний контрольно-надзорных органов	В течение учебного года	Зам. директора по БТиЖ Шелавина И.Н.	Аналитические справки, приказы гимназии
<b>5.</b>	<b>Совершенствование и укрепление материально-технической базы столовой</b>			
5.1.	Систематический контроль за состоянием обеденного зала и пищеблока, своевременное устранение неполадок, обеспечение условий качественного питания учащихся	В течение учебного года	Зам. директора по БТиЖ Шелавина И.Н..	План работы, приказы гимназии
5.2.	Приведение в соответствие с гигиеническими требованиями системы инженерных сетей, проведение косметических ремонтов, ревизия состояния технологического оборудования с оформлением актов о рабочем состоянии технологического оборудования	Ежегодно. В период приемки гимназии и ДОЛ	Зам. директора по АХР Орехова Е.О.	Акты готовности гимназии к новому учебному году и работе в зимних условиях; акты готовности ДОЛ к оздоровительной кампании
<b>6.</b>	<b>Организационно-аналитическая работа по совершенствованию организации и качества питания учащихся</b>			
6.1.	Организационные совещания по вопросам приема учащимися завтраков, обедов; оформление льготного питания; график дежурств и обязанности дежурного учителя	Ежегодно	Зам. директора по БТиЖ Шелавина И.Н.	Приказы гимназии
6.2.	Организационные	В течение	Зам. директора	Протоколы

	<p>совещания при директоре гимназии «Организация питания учащихся гимназии» по вопросам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- охват учащихся горячим питанием;</li> <li>-соблюдение санитарно-гигиенических требований;</li> <li>-профилактика инфекционных заболеваний;</li> <li>- мониторинг организации горячего питания</li> </ul>	учебного года	по БТиЖ Шелавина И.Н.	совещаний с поручениями
6.3.	Организация работы бракеражной комиссии по контролю за качеством питания	Ежедневно	Зам. директора по БТиЖ Шелавина И.Н.	Организационный приказ

## **План работы по организации, контролю и пропаганде правильного питания**

### **Основные задачи по организации питания:**

- 1.Создание благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся с привлечением средств родителей (законных представителей);
- 2.Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока школы;
- 3.Повышение культуры питания;
- 4.Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;
- 5.Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.

Столовая гимназии полностью укомплектована необходимой посудой. Её чистоте уделяется повышенное внимание. Мытье и дезинфекция производятся с соблюдением всех норм санитарно-гигиенического режима, используются средства дезинфекции.

Зал для приёма пищи оснащен мебелью, современно оформлен.

Площадь обеденного зала – 203,2 кв.м

Количество посадочных мест - 200

### **Кадровое обеспечение**

Школьная столовая укомплектована кадрами, имеющими специальное образование.

## Заключение

Здоровье - сложное, многоаспектное явление, зависящее от множества причин и факторов, имеющих различную природу - биологических, экономических, культурных, политических и т.д.

Программа развития организации питания в МАО\ «Гимназия №1» осуществляется коллективом школы, школьной столовой, Управлением образования и работниками столовой. Она показала свою объективность, дала положительные результаты.

В качестве основного параметра эффективности работы гимназии по воспитанию основ культуры питания - создание комплекса условий, в которых происходит формирование социальных компетенций, связанных с рациональным питанием (система представлений, оценок, навыков). В свою очередь, в структуре комплекса выделяется две составляющих: организация целенаправленного воспитательного воздействия, обеспечивающего формирование социальных компетенций, и определенная организация среды социального развития школьника, в которой формируемые знания, оценки и навыки были бы востребованы.

Определение эффективности осуществляется в ходе специальной оценочной процедуры, которая должна являться обязательным этапом деятельности, связанной с формированием основ культуры питания.

Оценка эффективности выполняет целый ряд важных задач:  
*диагностики* - определение сферы и характера изменений, вызванных воспитательными воздействиями;

*коррекции* - изменения в содержании и структуре реализуемой программы, связанной с формированием основ культуры питания с целью ее оптимизации;

*прогноза* - планирования новых этапов реализации с учетом достигнутого.

Общая оценка эффективности деятельности по формированию основ культуры здоровья, культуры здорового питания формируется из оценки организации процесса воспитания и оценки результатов профилактики. При оценке характера организации деятельности по формированию основ культуры питания выявляется степень его соответствия основным принципам:

*системность педагогического воздействия;*

*комплексность педагогического воздействия;*

*возрастная и социокультурная адекватность* (содержание, формы и методы педагогического воздействия учитывают особенности конкретной возрастной группы, формируемые знания и умения имеют актуальную



значимость для ребенка или подростка, востребованы в его повседневной жизни);

*участие семьи.*

При оценке результатов педагогического воздействия определяются изменения в социальных компетенциях, нормативных представлениях и установках школьников, способных влиять на их поведение, связанное с питанием, а также изменения характеристик ситуации социального развития школьников, связанных с питанием (изменение режима и рациона питания в семье, изменение отношения семьи к вопросам питания).

При оценке эффективности воспитательной работы по формированию основ культуры питания соблюдаются следующие условия:

*регулярность* (процедура оценки проводится по завершении этапа работы, связанного с достижением определенных целей);

*целесообразность* (организацию процедуры оценки следует планировать с учетом сроков, необходимых для достижения тех или иных конкретных результатов. Слишком короткие или слишком продолжительные сроки не позволяют определить реальный вклад воспитательной работы в формирование основ культуры питания);

*объективность* (оцениваются характеристики и факторы, непосредственно формируемые или изменяемые в ходе воспитательной работы, знания, оценки, навыки).

Оценка эффективности может быть внутренней и внешней. Внутренняя оценка осуществляется непосредственными участниками, реализующими программы формирования основ культуры питания в образовательном учреждении. Для внешней оценки привлекаются специалисты-эксперты, не принимающие непосредственного участия в реализации программ.

В качестве оценки эффективности деятельности по формированию основ культуры питания может быть приведено анкетирование в конце каждого учебного года.