**Мониторинг организации питания обучающихся**

**и эффективности работы ГБОУ ООШ с. Спиридоновка по формированию основ культуры здоровья и правильного питания**

**за 2013- 2014 учебный год.**

В рамках реализации образовательной программы по формированию знаний, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья учащихся как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка предполагается проведение мониторинга организации питания обучающихся и эффективности работы образовательного учреждения по формированию основ культуры здоровья, включая культуру питания. Эффективность является важной интегральной характеристикой достигнутых результатов воспитательной работы по формированию культуры здоровья.

**В ГБОУ ООШ с. Спиридоновка** для оценки эффективности деятельности по формированию основ культуры питания было проведено анкетирование,

в которой ( сентябрь – апрель) приняли участие обучающиеся и родители.

**Анкета для детей включала следующие вопросы:**

* представления ребенка о роли здоровья и роли правильного питания;
* предпочтения ребенка в еде (самые любимые блюда);
* представления о пользе различных продуктов и блюд, напитков, возможной частоте их употребления;
* представление о том, каким должен быть правильный режим питания;
* представления об основных гигиенических правилах.

**Анкета для родителей включала следующие вопросы:**

* оценка родителями влияния различных факторов для организации питания ребенка в семье;
* основные проблемы, с которыми сталкиваются родители при организации питания ребенка;
* оценка родителями уровня сформированности у ребенка навыков правильного питания (соблюдение режима питания, правил гигиены, этикета);
* оценка рациона питания ребенка – частота использования в пищу различных продуктов и блюд;
* оценка родителями нужности и полезности обучения ребенка правильному питанию в школе.

В ходе проведения мониторинга были опрошено 88 обучающихся (1-9 кл.) и родителей этих детей.

В результате статистической обработки и обобщения полученных сведений сделаны выводы об эффективности деятельности по формированию основ культуры питания:

98% - учащихся знают о понятии «культура питания»

80% - придерживаются правильного питания

95% - завтракают дома (5 уч.- не завтракают)  
96% - питаются в школьной столовой

*В дневном рационе дети предпочитают:  
 мясо - 80%, сладости - 25%, фрукты — 100%.*

12% - употребляют чипсы, кириешки, чупсы.

**Результаты анкетирования**

****

**Охват горячим питанием учащихся.**

****

**Охват горячим питанием учащихся 96 %.**

**Выводы**: по итогам анкетирования выявлено, что родители высоко оценивают значение питания своего ребенка, но с внедрением программы этот показатель значительно вырос. Удовлетворенность родителей системой организации питания в школе составило - 95%.Охват горячим питанием учащихся с сентября 2014г составил – 98%.

Главным фактором для организации правильного питания ребенка для родителей служит традиционный пищевой уклад семьи, родители стали понимать важность правильной организации питания ребенка.

По итогам анкетирования обучающихся выявлено, что учащиеся регулярно употребляют каши, супы и кисломолочные продукты, это связано с тем, что 96% учеников получают горячий завтрак в школе. Нужно отметить, что большое количество учащихся употребляют каждый день свежие овощи, фрукты и мясо. В рейтинге любимых продуктов питания детей высокое место заняли фрукты, овощи, мясные продукты, соки и негазированная вода. Ребята реже стали называть в качестве любимых продуктов кондитерские изделия, чипсы, газированные напитки.Увеличилось число детей, соблю­дающих режим питания. Программа дала положительные результаты, в классах снизился уровень заболеваемости учащихся.

Современная ситуация в российском обществе требует обязательного просвещения детей и родителей в вопросах культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Общеобразовательная школа вполне способна решить эту задачу. Наш опыт показал, что это возможно, используя технологию сотрудничества, повысить уровень культуры питания в семье, а также сформировать и развивать представления у детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей.

**Мониторинг**

**по анкетам, проведенным с родителями учащихся начальных классов**

**ГБОУ ООШ с. Спиридоновка за 2013-2014 учебный год**

(Письмо Министерства образования и науки РФ от 12 апреля 2012г. №06-731

«О формировании культуры здорового питания обучающихся, воспитанников»)

**Цель:** выявить удовлетворённость родителей системой организации питания в школе

**Количество родителей – 83**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ вопроса** | **Вопрос** | **Сентябрь 2013г.** | | **Апрель 2014г.** | |
| **Кол-во родителей** | **%** | **Кол-во родителей** | **%** |
| **1** | **Как вы оцениваете значение питания для здоровья вашего ребенка:** |  |  |  |  |
| А | Очень высокое (здоровье ребенка очень сильно зависит от его питания) | 23 | 28% | 41 | 49% |
| Б | Высокое (здоровье ребенка зависит от его питания) | 32 | 38% | 35 | 42% |
| В | Среднее (здоровье ребенка скорее зависит от питания) | 26 | 31% | 7 | 8% |
| Г | Ниже среднего (здоровье ребенка скорее не зависит от питания ребенка) | 2 | 2% | 0 | 0 |
| Д | Низкое (здоровье ребенка не зависит от его питания) | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **2** | **Насколько, по вашему мнению, важны следующие факторы для организации правильного питания ребенка?** |  |  |  |  |
|  | Наличие времени для организации правильного питания в семье | 23 | 28% | 28 | 34% |
|  | Наличие достаточных средств для организации правильного питания | 46 | 55% | 40 | 48% |
|  | Наличие знаний у родителей об основах правильного питания в семье | 36 | 43% | 51 | 61% |
|  | Сформированность традиций правильного питания в семье | 22 | 26% | 39 | 47% |
|  | Кулинарные умения и желание готовить у родителей | 15 | 18% | 36 | 43% |
|  | Наличие знаний о правильном питании у самого ребенка | 16 | 19% | 46 | 55% |
|  | Сформированность привычек в области питания у ребенка | 20 | 24% | 49 | 59% |
|  | Понимание взрослыми важности и значимости правильного питания для здоровья ребенка | 23 | 28% | 48 | 58% |
| **3** | **Какие проблемы, связанные с питанием ребенка, у Вас возникают?** |  |  |  |  |
| А | Нехватка времени для приготовления пищи дома | 46 | 55% | 25 | 30% |
| Б | Недостаток знаний о том, каким должно быть питание ребенка | 49 | 59% | 23 | 28% |
| В | Нет условий для того, чтобы контролировать питание ребенка в течение дня | 36 | 43% | 23 | 28% |
| Г | Недостаточно средств для того, чтобы обеспечить рациональное питание ребенка | 56 | 67% | 32 | 38% |
| Д | Невозможность организовать регулярное питание ребенка в течение дня | 43 | 52% | 31 | 37% |
| Е | Отсутствие единого понимания у всех членов семьи, - каким должно быть правильное питание у ребенка (кто-то из взрослых разрешает есть сладости, кто-то запрещает и т.д.) | 58 | 70% | 20 | 24% |
| Ж | Ребенок не соблюдает режим питания - ест тогда, когда захочет, ест менее 3 раз в день, заменяет основные приемы пищи перекусами | 65 | 78% | 33 | 40% |
| З | Ребенок не умеет вести себя за столом | 36 | 43% | 12 | 14% |
| И | Ребенок "увлекается" сладкими, острыми, жирными продуктами с высоким содержанием калорий: сладости, чипсы, сэндвичи или бутерброды, газированные напитки, сухарики и др. | 68 | 82% | 25 | 30% |
| К | Ребенок отказывается от полезных продуктов и блюд | 62 | 74% | 15 | 18% |
| **4** | Какие привычки и правила поведения за столом сформированы у Вашего ребенка и как часто они проявляются? |  |  |  |  |
| А | Ест в одно и то же время - не нужно заставлять вовремя позавтракать, пообедать и т.д. | 12 | 14% | 48 | 58% |
| Б | Моет руки перед едой без напоминаний | 23 | 28% | 56 | 67% |
| В | Ест небольшими кусочками, не торопясь | 24 | 29% | 61 | 73% |
| Г | Использует салфетку во время еды | 11 | 13% | 59 | 67% |
| **Д** | Моет ягоды, фрукты, овощи перед тем, как их съесть | 29 | 35% | 66 | 79% |
| Е | Читает книгу во время еды | 26 | 31% | 13 | 16% |
| Ж | Смотрит телевизор во время еды | 36 | 43% | 19 | 23% |
| З | Ест быстро, глотает большие куски | 36 | 43% | 11 | 13% |
| **5** | Какие основные приемы пищи присутствуют в режиме дня Вашего ребенка, в том числе считая приемы пищи в школе? |  |  |  |  |
| А | Завтрак | 56 | 67% | 69 | 82% |
| Б | Второй завтрак | 83 | 100% | 83 | 100% |
| В | Обед | 43 | 52% | 69 | 82% |
| Г | Полдник | 13 | 16% | 42 | 51% |
| Д | Ужин | 71 | 85% | 83 | 100% |
| **7** | Можно ли сказать, что Ваш ребенок обычно питается в одно и то же время в будние дни? |  |  |  |  |
| А | Да, ребенок питается в одно и то же время всегда | 17 | 21% | 34 | 41% |
| Б | Да, почти всегда питается в одно и то же время | 33 | 40% | 35 | 42% |
| В | Нет, ребенок питается в разное время | 43 | 52% | 14 | 17% |
| **8** | Как Вы оцениваете необходимость обучения Вашего ребенка правильному питанию в школе? |  |  |  |  |
| А | Это нужно | 23 | 28% | 45 | 54% |
| Б | Это скорее нужно | 38 | 46% | 34 | 41% |
| В | Это скорее не нужно, чем нужно | 20 | 24% | 4 | 5% |
| Г | Это не нужно | 2 | 2% | 0 | 0 |
| **9** | Как Вы оцениваете возможные результаты обучения ребенка правильному питанию в школе? |  |  |  |  |
| А | Это поможет мне в организации правильного питания моего ребенка | 15 | 18% | 56 | 67% |
| Б | Это скорее поможет мне организовать правильное питание для моего ребенка. | 29 | 35% | 20 | 24% |
| В | Это вряд ли поможет мне организовать правильное питание моего ребенка | 30 | 36% | 6 | 7% |
| Г | Это не поможет мне в организации правильного питания моего ребенка | 9 | 11% | 1 | 1% |

**Мониторинг**

**по анкетам, проведенным с учащимися начальных классов**

**ГБОУ ООШ с. Спиридоновка за 2013-2014 учебный год**

(Письмо Министерства образования и науки РФ от 12 апреля 2012г. №06-731

«О формировании культуры здорового питания обучающихся, воспитанников»)

**Цель:** оценить эффективность программы обучения детей правильному питанию.

**Количество учащихся – 83**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ вопроса** | **Вопрос** | **Сентябрь 2013г.** | | | **Апрель 2014г.** | |
| **Кол-во уч-ся** | | **%** | **Кол-во уч-ся** | **%** |
| **1** | **Как ты считаешь, что нужно делать для того, чтобы вырасти сильным, здоровым и крепким** | |  |  |  |  |
|  | Правильно питаться | | 24 | 29% | 49 | 59% |
|  | Заниматься спортом | | 36 | 43% | 22 | 27% |
|  | Соблюдать режим дня | | 12 | 14% | 10 | 12% |
|  | Другое | | 11 | 13% | 2 | 2% |
| **2** | **Какие продукты или блюда ты любишь больше всего** | |  |  |  |  |
|  | молочные | | 11 | 13% | 24 | 29% |
|  | мясные | | 9 | 11% | 14 | 17% |
|  | мучные | | 25 | 30% | 19 | 23% |
|  | овощи | | 4 | 5% | 8 | 10% |
|  | фрукты | | 16 | 19% | 10 | 12% |
|  | напитки | | 11 | 13% | 6 | 7% |
|  | другое | | 7 | 8% | 2 | 2% |
| **3** | **Назови 5-7 своих любимых продуктов** | |  |  |  |  |
|  | молочные | | 11 | 13% | 24 | 29% |
|  | мясные | | 9 | 11% | 14 | 17% |
|  | мучные | | 25 | 30% | 19 | 23% |
|  | сладкие | | 4 | 5% | 8 | 10% |
|  | овощи | | 16 | 19% | 10 | 12% |
|  | фрукты | | 11 | 13% | 6 | 7% |
|  | напитки | | 7 | 8% | 2 | 2% |
| **4** | **Как ты считаешь, сколько раз в день нужно есть?** | |  |  |  |  |
|  | 3 раза | | 38 | 46% | 6 | 7% |
|  | 4 раза | | 25 | 30% | 68 | 82% |
|  | 5 раз | | 20 | 24% | 9 | 11% |
| **5** | **Какие основные приемы пищи ты знаешь?** | |  |  |  |  |
|  | Завтрак | | 58 | 70% | 83 | 100% |
|  | Обед | | 83 | 100% | 83 | 100% |
|  | Полдник | | 48 | 58% | 83 | 100% |
|  | Ужин | | 69 | 83% | 83 | 100% |
|  | Другое | |  |  |  |  |
| **6** | **Как ты считаешь, какие продукты лучше взять с собой в школу, чтобы перекусить на перемене? Ты можешь выбрать один или несколько продуктов, но не больше трех** | |  |  |  |  |
|  | Фрукты | | 12 | 14% | 25 | 30% |
|  | Орехи | | 9 | 11% | 20 | 24% |
|  | Бутерброды | | 36 | 43% | 23 | 28% |
|  | Чипсы | | 14 | 17% | 4 | 5% |
|  | Шоколад/конфеты | | 35 | 42% | 31 | 37% |
|  | Булочки/пирожки | | 46 | 55% | 36 | 43% |
|  | Печенье/сушки/пряники/вафли | | 65 | 78% | 41 | 49% |
|  | Другие сладости | | 23 | 34% | 12 | 14% |
|  | Другое | | 22 | 26% | 14 | 17% |
| **7** | **Что бы ты посоветовал сделать своему однокласснику после обеда?** | |  |  |  |  |
|  | Побегать, попрыгать | | 27 | 32% | 9 | 11% |
|  | Поиграть в подвижные игры | | 21 | 25% | 14 | 17% |
|  | Поиграть в спокойные игры | | 6 | 7% | 26 | 31% |
|  | Почитать | | 5 | 6% | 12 | 14% |
|  | Порисовать | | 4 | 5% | 16 | 19% |
|  | Позаниматься спортом | | 15 | 18% | 3 | 4% |
|  | Потанцевать | | 5 | 6% | 3 | 4% |
| **8** | **Как ты считаешь, что лучше выпить, если хочется утолить жажду? Ты можешь выбрать один или несколько напитков, но не больше трех:** | |  |  |  |  |
|  | Обычная негазированная вода | | 11 | 13% | 13 | 16% |
|  | Молоко | | 3 | 4% | 12 | 14% |
|  | Кефир | | 1 | 1% | 3 | 4% |
|  | Какао | | 4 | 5% | 6 | 7% |
|  | Сок | | 19 | 23% | 21 | 25% |
|  | Кисель | | 7 | 8% | 8 | 10% |
|  | Сладкая газированная вода | | 26 | 31% | 6 | 7% |
|  | Морс | | 13 | 16% | 14 | 17% |

**Выводы и рекомендации:**

* 95% родителей удовлетворены системой организации питания в школе
* 90 % нравится ассортимент блюд в меню школьной столовой и качество приготовления блюд.

На вопрос: «Чтобы Вы изменили в организации питания в школьной столовой?»,

родители и дети предлагают:

- ежедневно включать в меню фрукты, разнообразные салаты; - чаще курицу, запеканки, сыр, йогурт, витаминизированные напитки.

По результатам анкетирования можно увидеть, что родители и учащиеся понимают важность правильного питания для сохранения и укрепления здоровья.