

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ, ФОРМЫ И МЕТОДЫ РАБОТЫ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Программа «Основы здорового питания» предназначена для родителей, планирующих участие в родительском контроле.

Программа предусматривает входной и итоговый контроль знаний.

Программа разработана в целях реализации федерального проекта «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек (Укрепление общественного здоровья)» национального проекта «Демография» и в соответствии с Планом мероприятий Роспотребнадзора по реализации мероприятий федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» для решения задач по формированию среды, способствующей повышению информированности граждан об основных принципах здорового питания.

В программе представлена информация об основах здорового питания, значимости витаминов и микроэлементов, критически значимых нутриентах, методах оценки организации питания и порядке проведения родительского контроля.

Актуальность программы.

Здоровое питание является одним из базовых условий здоровья детей, формирует здоровые стереотипы питания, здоровое пищевое поведение подрастающего поколения на перспективу. В настоящее время у значительного числа детей уже к школьному возрасту формируются патологические пищевые привычки и вкусовые пристрастия, существенно повышающие риск избыточной массы тела и ожирения, а также иных нарушений обмена веществ.

Второй аспект проблемы, недополучение детьми на этапе роста и развития необходимого количества основных питательных веществ, минеральных веществ и витаминов.

Федеральным законом от 01.03.2020 N 47-ФЗ¹ было введено понятие здорового питания, предусматривающее обязательность реализации принципов здорового питания, в том числе:

- 1) использование в меню блюд, рецептуры которых, предусматривают:
 - 1.1.сохранность исходной биологической ценности пищевых продуктов;
 - 1.2.наличие пищевых продуктов со сниженным содержанием насыщенных жиров, простых сахаров, поваренной соли;
 - 1.3.включение пищевых продуктов, обогащенных витаминами, пищевыми волокнами и биологически активными добавками;
- 2) соответствие энергетической ценности энергозатратам, содержания витаминов и микроэлементов - физиологическим потребностям организма;
- 3) разнообразие меню;
- 4) оптимальный режим питания;
- 5) соблюдение требований к обеспечению санитарно-эпидемиологической безопасности;
- 6) исключение использования фальсифицированных пищевых продуктов.

¹ Федеральный закон от 01.03.2020 N 47-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О качестве и безопасности пищевых продуктов" и статью 37 Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации"

В Стратегии повышения качества пищевой продукции в Российской Федерации до 2030 года, введено определение качества пищевых продуктов, определяемое как совокупность потребительских свойств (физико-химические, микробиологические и органолептические), энергетическая и пищевая ценность, способность удовлетворять потребности человека в пище при обычных условиях использования в целях обеспечения сохранения здоровья.

Цель Программы.

Формирование у родителей знаний о здоровом питании как основном элементе здорового образа жизни и навыков проведения мероприятий родительского контроля.

Задачи программы.

1. Освоение родителями базовых знаний о роли и значимости пищевого фактора в сохранении и укреплении здоровья детей.

2. Формирование базовых знаний об основных компонентах пищи и критически значимых нутриентах в профилактике нарушений здоровья детей, обусловленных пищевым фактором, о гигиенических требованиях к организации питания.

3. Формирование у родителей навыков проведения родительского контроля.

Целевая аудитория программы.

Родители обучающихся, участвующие в мероприятиях родительского контроля.

Механизмы реализации программы.

Программа реализуется посредством следующих этапов:

- 1) входной контроль исходных знаний;
- 2) самостоятельное изучение справочного материала;
- 3) самоконтроль посредством ответов на контрольные вопросы по каждой теме;
- 4) итоговое тестирование;
- 5) получение сертификата, подтверждающего успешность освоения материала.

Все этапы прохождения обучения отражаются в личном кабинете.

В рамках изучения программы используется базовая информация, приведенная в программе, а также рекомендованные программой дополнительные литературные источники.

Приведение в программе базовой информации, делает ее максимально удобной в практическом использовании.

Структура программы:

Программа состоит из четырех тематических разделов, предусматривающих освоение обязательных требований к организации питания, формирование базовых знаний об основах физиологии пищеварения и значимости режима питания, основных компонентов пищи и критически значимых нутриентов в профилактике нарушений здоровья, обусловленных пищевым фактором; формирование навыков проведения мероприятий родительского контроля.

Реализация программы.

Программа предполагает использование интернет-ресурса, расположенного на официальном сайте ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (www.niig.su) – кросс-платформенное программное средство, предусматривающее возможность просмотра справочной информации, выполнения самостоятельной работы и тестирования обучающихся, совместной работы родителей с детьми по формированию режима дня и рациона питания обучающихся, а также внесение результатов родительского контроля.

Планируемые результаты освоения программы.

Программа предусматривает комплексное рассмотрение вопросов здорового питания, ознакомление с принципами здорового питания, значимостью здорового питания в профилактике нарушений роста и развития, риска формирования заболеваний.

В результате освоения образовательной программы у обучающихся должны быть сформированы необходимые навыки и умения в проведении мероприятий родительского контроля.