



Здоровое питание начинается со школьной скамьи

ФАО поддерживает комплексный подход к формированию у школьников здоровых привычек питания



Фото: ©ФАО/Karina Levina

Чтобы выработать хорошую привычку, нужно приложить много усилий, а отказаться от нее можно очень быстро. Привычка правильно питаться не является исключением. Для того, чтобы ее выработать, нужны не только месяцы или даже годы здорового питания и благоприятной пищевой среды, но и сформировавшиеся в детстве – в самые плодотворные годы нашей жизни - вкусовые предпочтения и потребительское поведение.

Без сомнения, первые привычки ребенка, особенно пищевые, формируются в семье. Однако по мере взросления детей, школы, где они проводят большую часть времени, начинают играть все более значительную роль в формировании поведения ребенка, и роль семьи ослабевает.

Опираясь на национальную программу школьного питания, ФАО и правительство Кыргызской Республики пришли к выводу, что здоровое школьное питание, хотя и имеет решающее значение для физического развития и успеваемости детей, является лишь

одним из составных компонентов в фундаменте формирования здоровых пищевых привычек. Помимо этого, необходим комплексный подход, включающий в себя, для начала, закупку правильного продовольствия, понимание того, что требуется для выращивания здоровых продуктов, и образование в области питания.

Но здоровая еда для школьного питания должна откуда-то взяться? Как и в большинстве развивающихся стран, более 70 процентов продовольствия в Кыргызской Республике производится мелкими землевладельцами и семейными фермерскими хозяйствами. Однако, из-за низких объемов производства они часто сталкиваются с трудностями в доступе на рынки, включая государственные тендеры на закупку школьного питания. Для решения этой проблемы ФАО оказала правительству помощь в экспериментальном внедрении альтернативной модели государственных закупок, основанной на модели выращивания в домашних условиях продовольствия для школьного питания, путем создания логистического центра.



Фото: ©ФАО/Vyacheslav Oseledko

В Кеминском районе Чуйской области центр сначала закупает фрукты и овощи у мелких фермеров и семейных фермерских хозяйств, проживающих в находящихся поблизости деревнях, а затем проводит соответствующие процедуры сертификации через местные лаборатории санитарно-эпидемиологической службы и транспортные предприятия. Наконец, логистический центр примет участие в государственных тендерах на поставку здоровой продукции 29 школам Кеминского района для реализации национальной программы школьного питания.

Знание того, что школьная еда содержит только здоровые и местные продукты питания важно, но это только один шаг в комплексном подходе. При технической поддержке ФАО правительство Кыргызстана разработало инициативу по школьному садоводству, направленную на восполнение пробела между знанием того, что находится на школьной тарелке, и пониманием того, как это было выращено.



Фото: ©ФАО/Karina Levina

Школьные сады могут играть важную роль в улучшении школьного питания - и, что еще более важно, в обеспечении понимания значения здорового питания - путем демонстрации детям, как выращивать различные фрукты и овощи, которые они потом сами могут употребить. Это также способствует развитию садоводческих и предпринимательских навыков - в рамках развития жизненных навыков - и повышению осведомленности о необходимости охраны окружающей среды и сохранения почв, а также ведет к общему пониманию подхода к здоровому питанию в рамках продовольственной системы.

Однако, расширение доступа детей к свежим овощам и фруктам и увеличение их потребления, наряду с формированием у них общего предпочтения в отношении здорового питания и разнообразного выбора продуктов, не происходит автоматически после организации здорового питания в школе и мероприятий на пришкольных садах. Формирование понимания того, что делает питание здоровым, путем организации в школах обучения по вопросам продовольствия и питания, является еще одним важным элементом комплексного подхода. Проведение уроков по вопросам питания, интегрированных в школьную программу в условиях здоровой продовольственной среды, помогает школьникам улучшить рацион питания и выбор продуктов и позволяет им выступать в качестве лидеров перемен в своих домашних хозяйствах и общинах.

Используя этот комплексный подход в рамках [недели Всемирного дня продовольствия](#) уже в течение двух лет, ФАО организовала в рамках национальной программы по улучшению школьного питания серию образовательных лекций на тему питания и школьных мероприятий, связанных с деятельностью логистического центра и содержанием школьного сада. Дети больше узнали о здоровых продуктах и рационе питания, составляя здоровые меню и обсуждая, что они могут сделать, чтобы помочь своей стране достичь [Цели устойчивого развития 2](#). Таким образом, ФАО совместно с министерством образования и школьными администрациями работает в Кыргызской Республике над тем, чтобы

предпринять небольшие, но значительные шаги в направлении формирования привычек здорового питания на протяжении всей жизни.

Пилотный проект является частью комплексного проекта «[Развитие потенциала для укрепления продовольственной безопасности и питания в отдельных странах Кавказа и Центральной Азии](#)», финансируемого Российской Федерацией. В рамках этого же проекта на конференции в Минске, 11-13 декабря, будут обсуждаться различные [подходы к школьному питанию и продовольствию в Европе и Центральной Азии](#).

Узнайте больше:

- [Консолидация подходов к школьному продовольствию и питанию в Европе и Центральной Азии](#)
- [Наращивание потенциала по укреплению продовольственной безопасности и улучшению питания](#)
- [Рамочная программа ФАО по школьному продовольствию и питанию](#)
- [Форум FSN в Европе и Центральной Азии](#)

КОНТАКТ:

ЛЕА ПЛАНТЕК

Специалист по связям с общественностью
Региональное отделение ФАО для Европы и Центральной Азии
Будапешт, Венгрия
lea.plantek@fao.org
Тел.: +36 1 8141 035

**FAO Regional Office for Europe and Central Asia | 34 Benczur utca,
Budapest, Hungary |
[\(+36\) 1 461 2000](tel:+3614612000) | www.fao.org/europe**