

ПРИНЯТО:
на Педагогическом совете
ОГАУ ДО ОСШ по футболу
(наименование общеобразовательной организации)

Протокол № 1 от 20.03.2023 г.

Председатель  /А.Ю. Фомин/

подпись

расшифровка подписи



УТВЕРЖДЕНО
Директор ОГАУ ДО ОСШ по футболу
(наименование общеобразовательной организации)

А.Ю. Фомин/

подпись

расшифровка подписи

Приказ № 91 от 20.03.2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ об организации питания и питьевого режима

1. Общие положения.

- 1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», приказом Минздравсоцразвития России № 213н и Минобрнауки России № 178 от 11.03.2012 г. «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений», федеральным законом № 29-ФЗ от 02.01.2000 г. «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (в редакции от 01 января 2022 г.) и регламентирует содержание и порядок организации питания и питьевого режима в ОГАУ ДО ОСШ по футболу (далее-учреждение).
- 1.2. Питание учащихся во время проведения учебно-тренировочных занятий не предусмотрено, так как время пребывания учащихся в учреждении ограничено 2-2,5 часами.
- 1.3. Настоящее положение определяет порядок и условия организации питания и питьевого режима для обучающихся во время проведения учебно-тренировочных сборов, выездов на соревнования и турниры, а также регламентирует организацию питьевого режима в учреждении.
- 1.4. Основными задачами при организации питания детей и подростков в учреждении являются:
 - 1) обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
 - 2) гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
 - 3) предупреждение (профилактика) среди детей и подростков заболеваний, связанных с фактором питания;
 - 4) пропаганда принципов здорового и полноценного питания.
- 1.5. Основными принципами при организации питания детей и подростков, занимающихся футболом, являются:
 - 1) соответствие энергетической ценности рациона среднесуточным энергозатратам;
 - 2) сбалансированность рациона по основным пищевым веществам;

- 3) ориентация рационов питания в зависимости от педагогических задач и направленности учебно-тренировочных занятий в отдельные периоды подготовки спортсменов;
- 4) распределение рациона в течение дня, согласованное с режимом и характером учебно-тренировочных занятий.

2. Сфера действия настоящего Положения.

2.1. Регулирует отношения между школой и родителями (законными представителями) учащихся по вопросам питания.

2.2. Школа в своей деятельности по организации питания взаимодействует с Министерством по физической культуре и спорту Челябинской области.

3. Финансирование расходов на организацию питания

3.1. Финансирование расходов на организацию питания может осуществляться:

- 1) за счет средств областного бюджета;
- 2) за счет средств родителей.

3.2. Субсидии из областного бюджета носят целевой характер и не могут быть использованы на другие цели.

3.3. Контроль целевого использования субсидий осуществляется в соответствии с действующим законодательством

3.4. Нормы расходов на обеспечение питанием спортсменов и других участников спортивных соревнований и учебно-тренировочных сборов:

№	Наименование мероприятий, организаций и спортсменов	Норма на одного человека в день (в рублях)
1	Физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия	500
2	Официальные всероссийские соревнования	
	Чемпионат Уральского федерального округа	600
	Первенство Уральского федерального округа	600
	Кубок России	600
	другие всероссийские и межрегиональные соревнования	600
3	Тренировочные мероприятия:	
	Чемпионат Уральского федерального округа	500
	Первенство Уральского федерального округа	500
	Другие всероссийские соревнования	500
	Специальные тренировочные мероприятия	500
4	Областные соревнования	500

3.5. Нормы расходов на обеспечение участников физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий фармакологическими средствами, витаминами и белково-глюкозными препаратами, медикаментами общего лечебного назначения, перевязочными средствами:

№	Наименование спортивных мероприятий	Норма расходов на одного человека в день (в рублях)
1	Всероссийские и межрегиональные соревнования	200
2	Тренировочные мероприятия в преддверии чемпионата Уральского федерального округа, первенства Уральского федерального округа и другие всероссийские соревнования	250

4. Требования к организации питания во время проведения учебно-тренировочных сборов, выездов на соревнования и турниры

- 4.1. За неделю до начала соревнований в меню не включаются новые блюда.
- 4.2. Если соревнования начинаются утром, то завтрак должен включать углеводные легкоусвояемые продукты с достаточным количеством жидкости.
- 4.3. Если соревнования начинаются днем, то за 3-4 часа до старта возможен прием обычной пищи, а затем только легкой углеводной, но не менее, чем за 50-60 минут до старта.
- 4.4. Если соревнования длятся целый день, то в перерывах между стартами желательно использовать продукты спортивного питания в жидком виде, но обязательно апробированные ранее.
- 4.5. После финиша желательно использовать 6-10% растворы углеводно-минеральных напитков. Основной прием пищи рекомендуется не ранее, чем за 40-50 минут.
- 4.6. Во время проведения учебно-тренировочных сборов, выездов на соревнования и турниры организуется 4-5-тиразовое питание с интервалом между приемами пищи 2,5-3,5 часа.
- 4.7. Интервал между приемом пищи и началом интенсивной мышечной работы – 1-1,5 часа.
- 4.8. После интенсивной физической нагрузки основной прием пищи не ранее, чем через 40-50 минут.
- 4.9. Калорийность приема пищи должна составлять:
первого завтрака – 10-15%;
второго завтрака – 20-25%;
обеда – 35%;
полдника – 5-10%;
ужина – 25% от общей суточной калорийности
- 4.10. Распределение калорийности суточного рациона при одноразовой тренировке
первый завтрак – 10%;
Утренняя тренировка
второй завтрак – 25%;
обед – 35%;
полдник – 5%;
ужин – 25% от общей суточной калорийности
- 4.11. Распределение калорийности суточного рациона при двухразовой тренировке
первый завтрак – 10%;
второй завтрак – 20%;
Дневная тренировка
обед – 35%;
полдник – 5%;
Вечерняя тренировка
ужин – 30% от общей суточной калорийности.
- 4.12. Во время проведения учебно-тренировочного сбора на базе школы в рамках летней оздоровительной кампании с организацией питания на базе близлежащих учреждений питания работа проводится в режиме пребывания детей с 8.30 до 14.30 с организацией 2-разового питания (завтрак и обед)

5. Организация питьевого режима

- 5.1. Питьевой режим в школе организован в следующих формах:
-стационарные питьевые фонтанчики;
-бутилированная питьевая вода, расфасованная в емкости;
-одноразовые емкости 0,5 литра с питьевой водой в период соревнований
Для всех учащихся школы обеспечен свободный доступ к питьевой воде в течение всего времени их пребывания в школе.
- 5.2. Питьевые фонтанчики предусматривают наличие ограничительного кольца вокруг вертикальной водяной струи, высота которой не менее 10 см.

5.3. При использовании бутилированной питьевой воды в раздевалках и местах общего пользования используются одноразовые стаканчики. Использованная посуда помещается в специальные контейнеры.

5.4. Бутилированная вода, поставляемая в школу, имеет документы, подтверждающие ее происхождение, качество и безопасность.

6. Особенности организации питьевого режима во время проведения соревнований, учебно-тренировочных сборов, выездов на соревнования и турниры

6.1. Тренер-преподаватель организует

- 1) обязательный прием воды учащимися за 40-60 минут до старта;
- 2) во время игры и в перерывах между таймами организует прием небольших порций воды (30-40 мл., 1-2 глотка) или углеводно-минеральных напитков;
- 3) организует восполнение потери воды и солей сразу же после финиша, имея все необходимые напитки под рукой.

6.2. Тренер-преподаватель контролирует прием учащимися 1,5-2 литров жидкости ежедневно (вода, зеленый чай, свежие соки)

7. Распределение прав и обязанностей участников процесса по организации питания обучающихся

7.1. Директор учреждения:

- 1) несет ответственность за организацию питания обучающихся в соответствии с нормативными правовыми и правовыми актами Российской Федерации и Челябинской области, федеральными санитарными правилами и нормами, уставом учреждения и настоящим положением;
- 2) обеспечивает рассмотрение вопросов организации питания обучающихся на заседаниях родительских собраний в группах.

7.2. Тренеры-преподаватели учреждения:

- 1) организуют питание спортсменов во время проведения соревнований, учебно-тренировочных сборов, выездов на соревнования и турниры согласно требованиям данного Положения;
- 2) предусматривают в планах воспитательной работы мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни обучающихся, потребности в сбалансированном и рациональном питании, систематически выносят на обсуждение в ходе родительских собраний вопросы обеспечения полноценного питания учащихся;
- 3) вносят на обсуждение на заседаниях педагогического совета, совещания при директоре предложения по улучшению питания.

7.3. Родители (законные представители) обучающихся:

- 1) своевременно вносят плату (при необходимости) за питание ребенка в рамках проведения соревнований, учебно-тренировочных сборов, выездов на соревнования и турниры;
- 2) обязуются своевременно сообщать тренеру-преподавателю об имеющихся у ребенка аллергических реакциях на продукты питания;
- 3) ведут разъяснительную работу со своими детьми по привитию им навыков здорового образа жизни и правильного питания;
- 4) вправе вносить предложения по улучшению организации питания обучающихся лично;
- 5) вправе знакомиться с примерным и ежедневным меню, расчетами средств на организацию питания обучающихся во время проведения соревнований, учебно-тренировочных сборов, выездов на соревнования и турниры

7.4. В целях совершенствования организации питания обучающихся учреждение:

- 1) организует постоянную информационно-просветительскую работу по повышению уровня культуры питания спортсменов;
- 2) изучает режим и рацион питания учащихся в домашних условиях, потребности и возможности родителей в решении вопросов улучшения питания юных спортсменов с учётом режима учебно-тренировочного процесса;

3) организует систематическую работу с родителями, проводит беседы, лектории и другие мероприятия, посвящённые вопросам роли питания в формировании здоровья человека, обеспечения ежедневного сбалансированного питания, развития культуры питания, привлекает родителей к работе с детьми по организации досуга и пропаганде здорового образа жизни, правильного питания в домашних условиях.

8. Заключительные положения

8.1. Настоящее положение является локальным нормативным актом организации, принимается на педагогическом совете и утверждаются (вводится в действие) приказом директора организации.

8.2. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.

8.3. Положение об организации питания и питьевого режима школы принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к положению принимаются в порядке, предусмотренном п.8.1. настоящего положения.

8.4. После принятия положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.