



Утверждаю  
Директор школы  
Маслякова Г.А.  
Приказ № 49 от 29.08.2024

## Положение об организации питьевого режима в МБОУ «Хабоцкая оош»

### 1. Общие положения

#### 1.1 Термины и определения

**Питьевая вода** - вода, по качеству в естественном состоянии или после подготовки отвечающая гигиеническим нормативам и предназначенная для удовлетворения питьевых и бытовых потребностей человека либо для производства продукции, потребляемой человеком.

**Источник питьевого водоснабжения** – водный объект (или его часть) который содержит воду, отвечающую установленным гигиеническим нормативам для источников питьевого водоснабжения, и используется или может быть использован для забора воды в системы питьевого водоснабжения.

**Кипяченая вода** - вода, подвергнутая кипячению, но уже остывшая.

Вода считается бутилированной, если она соответствует государственным стандартам, гигиеническим требованиям к питьевой воде, помещена в гигиенический контейнер и продается для потребления человеком. При этом она не должна содержать подсластителей или добавок искусственного происхождения (ароматизаторы, экстракты и эссенции естественного происхождения могут быть добавлены к бутилированной воде в количестве, не превышающем одного весового процента).

#### 1.2 Роль воды в жизни человека

Вода – самый большой по объему потребления «продукт питания» в рационе человека, универсальное вещество, без которого невозможна жизнь и непременная составляющая часть всего живого.

В целом организм человека состоит на 86-50% из воды (86% у новорожденного, около 70% у взрослого человека и 50% у старика).

Значение воды в жизни человека определяется теми функциями и той огромной долей, которую она занимает в общей массе тела человека и его органов.

Достаточное поступление воды в организм является одним из основных условий здорового образа жизни. Вода активно участвует в химических реакциях, проходящих в нашем теле, доставляет питательные вещества в каждую клетку, выводит токсины, излишки солей.

Определенное и постоянное содержание воды – одно из необходимых условий существования живого организма. Человек чрезвычайно остро ощущает изменение содержания воды в организме и может прожить без нее всего несколько суток.

При потере воды до 2% массы тела (1-1,5 л) появляется жажда, при утрате 6-8% наступает полубморочное состояние, при нехватке 10% появляются галлюцинации, нарушается глотание, при потере воды в объеме 12% от массы тела, человек погибает.

Недостаточное потребление воды нарушает нормальную жизнедеятельность организма: появляется усталость и снижается работоспособность, нарушаются процессы пищеварения и усвоения пищи, замедляется течение биохимических реакций, увеличивается вязкость крови, что создает условия образования тромбов, нарушается процесс кроветворения. Без воды невозможна регуляция теплообмена организма с окружающей средой и поддержание постоянной температуры тела. Поскольку мозг на 75% состоит из воды, относительно его обезвоживание вызывает у клеток мозга сильнейший стресс. Обезвоживание негативно влияет на важнейшие функции организма, ослабляя его и делая уязвимым для болезней.

Человек нуждается в постоянном выполнении затрат и потерь воды.

Потребность в воде зависит от характера питания, трудовой деятельности, состояния здоровья, возраста, климата и других факторов. Потребность в воде взрослого человека, проживающего в средней полосе 2,5-3 л в сутки. Часть воды (1,5-2л) мы потребляем с пищей и напитками, около 3% (0,3 л) воды образуется в результате биохимических процессов в самом организме.

Потребность в воде увеличивается в среднем:

- на 10% при повышении температуры тела на каждый градус выше 37°C;
- при физической работе средней тяжести потребность повышается до 4-5л;
- при тяжелой работе на свежем воздухе до 6 л, а при работе в горячих цехах может увеличиваться до 15л.

Организация питьевого режима безопасной и качественной водой в образовательных учреждениях является одним из обязательных требований санитарного законодательства РФ. В настоящее время допускается использование различных форм раздачи питьевой воды, основанных на единых принципах:

- безопасности
- качества
- доступности
- систематического контроля.

## **2. Форма организации питьевого режима в МБОУ «Хабовская оош»**

Выбранной формой организации питьевого режима в МБОУ «Хабовская оош» является использование кипяченой воды;

Форму организации питьевого режима администрация общеобразовательного учреждения выбрала, учитывая мнение родителей.

Питьевая вода должна быть доступна ребенку в течение всего времени его нахождения в образовательном учреждении

При организации питьевого режима кипяченой водой должно быть достаточное количество чистой посуды (одноразовые стаканчики), а также отдельные промаркированные подносы для чистой посуды; контейнеры – для сбора использованной посуды одноразового применения.

## **3. Организация питьевого режима кипяченой водой**

При организации питьевого режима кипяченой водой нужно помнить:

- Кипятить воду нужно не менее пяти минут, так как за это время большинство бактерий и вирусов погибает;
- Для хранения кипяченой воды можно использовать эмалированные чайники, кувшины с крышкой в которые наливается кипяченая вода охлажденная вода из электрочайника на пищеблоке;
- Кипятить воду в кухонной посуде (кастрюли, ведра) и набирать в чайники не допускается;
- Смену воды необходимо проводить не реже чем через 3 часа с момента её розлива;
- При смене кипяченой воды емкость необходимо вымыть в соответствии с инструкцией по правилам мытья кухонной посуды
- До раздачи детям кипяченая вода должна быть охлаждена до комнатной температуры непосредственно в том где кипятилась. Оптимальная температура питьевой воды, даваемой ребенку, должна быть 18-20°C;
- Для питья используются одноразовые пластиковые стаканчики

## **4. О назначении ответственного за питьевой режим обучающихся и дошкольников**

Приказом директора школы назначены ответственные за питьевой режим:

Для обучающихся школы – Цветкова Т.Н.- повар

Для ребят дошкольной группы- Сизова С.П.- повар

## **5. Организация контроля за питьевым режимом обучающихся и дошкольников**

1. В школе осуществляется производственный контроль за качеством и безопасностью питьевой воды в соответствии с гигиеническими требованиями.

2. Приказом директора школы Смирнова К.В. – руководитель бракеражной комиссии, назначена ответственной за обеспечение контроля за выполнением санитарных требований к организации питьевого режима в учреждении.

