**ФОРМИРОВАНИЕ СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ ПОТРЕБИТЕЛЯ НА РЫНКЕ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ КАК ЭЛЕМЕНТ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ ЗДОРОВЬЮ**

***Шеина Марина Витальевна***

*к. ф.-м. н., доцент НИУ-ВШЭ, г. Пермь*

*E-mail:*[marina\_cheina@mail.ru](mailto:marina_cheina@mail.ru)

Согласно оценкам Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ), здоровье населения в меньшей степени определяется эффективностью системы здравоохранения, а в большей – спецификой образа жизни: качеством питания, благосостоянием, уровнем стресса и др. Опрос населения России, проведенный Фондом Общественное Мнение в 2007 году [1], показал, что большая часть взрослого населения России при выборе стратегии поведения в отношении собственного здоровья не учитывает связь между здоровьем, продолжительностью жизни человека с одной стороны и образом жизни, качеством питания с другой. Родители, не умея или не считая это важным, не формируют навыков здорового образа жизни для себя, и, как следствие, этими навыками не обладают их дети.

Нарушения в здоровье детей и подростков обусловлены рядом факторов. Однако по некоторым оценкам «…характер питания является решающим, так как на 70% определяет уровень здоровья и физического развития детей и подростков». Более 85 % всех токсичных веществ, в том числе и влияющих на наследственность, человек потребляет с пищей и водой [2]. Россия не включилась пока во всемирную кампанию по борьбе с так называемой «мусорной» едой (чипсы, шоколадные батончики, орешки, сухарики, сладкие газированные напитки и т.д.), хотя ее опасность для детского здоровья у специалистов сомнения не вызывает. Потребление пищи, содержащей большое количество жиров, соли, сахара, провоцирует возникновение таких заболеваний, как диабет, рак, сердечнососудистые заболевания. В исследованиях ученых выявлена зависимость между объемом потребления детьми продуктов, содержащих различные красители, и последующими проявлениями высокой агрессивности, хулиганства, маниакальности и т.д. Особое беспокойство вызывает использование генетически модифицированных организмов (ГМО) при производстве пищевой продукции ввиду слабой изученности последствий их потребления. ГМ-сорта кукурузы, картофеля, сои, сахарной свеклы, риса могут использоваться в производстве самых разных продуктов: молочные смеси, каши для грудных детей, продукты быстрого приготовления, хлебобулочные, кондитерские, мясные изделия, мясоовощные консервы. Аллергия на ГМ-продукты может вызывать хронические заболевания. Среди них экзема и угревая сыпь, синдром раздраженного кишечника, проблемы пищеварения, хроническая усталость, головные боли, ухудшение мозговой деятельности, неврологические проблемы, заболевания щитовидной железы [2].

Регулируя набор продуктов, потребляемый ребенком, можно снижать риски возникновения заболеваний. Все виды рисков, возникающих в связи с потреблением пищевой продукции, можно разделить на две группы – 1) риски, обусловленные неправильной структурой питания и 2) риски, обусловленные потреблением пищи низкого качества или содержащей опасные для потребителя ингредиенты (синтетические красители, ароматизаторы, подсластители, стабилизаторы, консерванты, следы антибиотиков, гормонов и т.д.). Назовем их рисками первого и второго уровня соответственно:

* «неправильное» питание – риски 1 уровня;
* «правильное» питание, но «некачественные» продукты – риски 2 уровня.

Снижением рисков первого уровня специалисты в области здравоохранения занимаются давно, имеется обширная литература по вопросам выстраивания правильной структуры питания, разработаны разнообразные диеты с учетом физиологических особенностей и возраста человека, региона его проживания, его сферы деятельности, уровня физических нагрузок и так далее. Однако правил здорового образа жизни и, в частности, правильного питания в России придерживается лишь небольшая часть населения, что может быть обусловлено в большей мере отсутствием комплексных государственных программ, и, в частности, образовательных программ, охватывающих все слои населения и способствующих формированию широко распространенных в обществе и культивируемых норм культуры здоровья. При этом, даже снизив риски первого уровня, индивид часто не располагает методами, навыками и возможностями снижения рисков второго уровня, что обусловлено низким уровнем и высокой затратностью технических возможностей, низкой потребительской культурой и отсутствием возможности реализации права потребителя на выбор [3].

В условиях, когда оборот некачественных и фальсифицированных пищевых продуктов на потребительском рынке достигает 50% [2], основой для снижения рисков второго уровня являются умение и навык потребителя идентифицировать качественные и некачественные продукты питания. Федеральный закон РФ от 07.02.1992 N 2300-1 "О защите прав потребителей" (с поправкой от 25.10.2007 года) предписывает производителям обязательное информирование потребителей о качестве производимой продукции, в том числе, посредством использования маркировки. Однако нанесение маркировки не позволит достичь предписанной цели – информирования потребителя, пока маркировка не станет фактором спроса для потребителя. По результатам различных социологических опросов маркировка пищевой продукции как значимый фактор при выборе продуктов питания воспринимается примерно третьей частью российских потребителей [4, 5, 6]. Это означает, что элементы потребительской культуры, связанные с навыками и умениями выбора продуктов питания подрастающего поколения, не формируются в рамках семьи. На текущем этапе формирование культуры здоровья и важнейшего ее элемента – культуры потребления – одна из задач современного образования.

Задача формирования культуры здоровья, сохранения здоровья детей на современном этапе развития России рассматривается как одна из важнейших. Она отражена в государственных образовательных стандартах нового поколения, она является ключевой в приоритетных национальных проектах «Образование», «Здоровье», в одном из направлений Национальной образовательной инициативы «Наша новая школа». В работе образовательных учреждений используются различные варианты образовательных программ, содержащих блоки, направленные на формирование у подрастающего поколения ценностного отношения к собственному здоровью, на формирование культуры здоровья у детей и подростков, или в целом посвященные одной узкой теме – культуре питания (например, программа "Разговор о правильном питании"). Анализ содержания реализуемых специальных образовательных программ или разделов «Поведение потребителя», включаемых в предметы общеобразовательного цикла, например, в курсы Экономики или ОБЖ, и направленных на формирование культуры питания, показывает, что часто они носят фрагментарный характер, отсутствует системность, и что в рамках обсуждаемой темы их целью является снижение рисков первого уровня. Так как потреблению продукта предшествует его приобретение, то для снижения рисков второго уровня у ребенка еще в начальной школе должны быть сформированы простейший навык чтения маркировочных надписей и знаков на упаковках продуктов питания и основанное на нем умение различать качественные и некачественные продукты питания.

Набор продуктов, потребляемый ребенком дома, в семье, отчасти регулируется взрослыми членами семьи, родителями. Набор продуктов, потребляемый ребенком вне семьи, на улице, в общественных заведениях, поддается контролю в очень слабой степени, и, к сожалению, часто это продукты, относящиеся к категории «мусорной» еды. С целью выяснения того, какие продукты употребляются большей частью школьников в виде сладостей, прохладительных напитков, снеков в январе 2011 года автором было проведено анонимное анкетирование учащихся первых (25 респондентов) и шестых (44 респондента) классов МАОУ «Лицей № 10» города Пермь при НИУ-ВШЭ. Каждого школьника попросили выбрать из числа предложенных или написать (не более двух), какие продукты он употребляет чаще всего в каждой из шести внесенных в анкету групп продуктов: прохладительные напитки, печенье, шоколад, чипсы, жевательная резинка, жевательные конфеты. Если продукты данной группы респондентом не употребляются, предлагалось поставить прочерк.

В ходе обработки полученных данных все продукты ранжировались по частоте упоминания, после чего были выделены продукты, употребляемые бóльшим количеством респондентов (выбраны примерно третьей частью и более опрошенных). Наименее опасными из выделенных продуктов являются минеральные воды (30%) и печенье «Юбилейное» (40%). В состав продуктов, потребляемых более чем половиной респондентов – чипсы «Lays» (60%) и жевательная резинка «Orbit» (60%) – входят такие ингредиенты, как подсластители, латекс (резиновая основа), эмульгатор, усилители вкуса, белый краситель Е171 («титановые белила»). Из пятнадцати ингредиентов два относятся к категории «опасные для здоровья» (аспартам Е951 и консервант Е320), шесть – к категории с рекомендацией «лучше избегать», три – с рекомендацией «относиться с осторожностью» [7]. Два из них (сорбит Е420 и аспартам Е951) запрещены за пределами России.

По четырем продуктам наблюдается существенное превышение потребления этих продуктов шестиклассниками по сравнению с первоклассниками (лимонад «Буратино», «Мишка Барни», «Choco-Pie», жевательная конфета «Дядя Степа»). Сообщение первоклассникам о вреде этих конкретных продуктов не позволит снизить риски второго уровня. Названия продуктов со временем меняются, появляются новые продукты, по составу аналогичные старым, не меняется только принцип производства – добавка в пищевые продукты ингредиентов, несущих потенциальную опасность для здоровья человека. Нынешние первоклассники, став шестиклассниками, также будут потенциально готовы потреблять продукты, содержащие вредные ингредиенты. Этого можно избежать, если уже с первого-второго класса целенаправленно формировать у детей простейший навык чтения маркировочных надписей и знаков на упаковках продуктов питания, а также простейшие элементы умения различать качественные и некачественные продукты питания (определять дату производства продукта, его срок годности, температуру хранения, цельность упаковки, наличие в составе продукта отдельных ингредиентов и пр.). Десяти-двенадцатилетние дети уже способны воспринимать более сложную информацию о составе пищевых продуктов и опасности или безопасности воздействия различных добавок на организм человека, чем семи-восьмилетки. Наличие навыка изучения информации на упаковке пищевых продуктов в совокупности со знаниями, получаемыми в пятых-шестых-седьмых классах в рамках программ обучения здоровью, могло бы позволить существенно снизить для школьников риски второго уровня, избежать увеличения общего процента подростков, потребляющих продукты, небезопасные для их здоровья.

Обсуждаемые выше проблемы говорят о наличии факторов риска таких, как недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей и отсутствие комплексной системной работы по формированию ценности здоровья, в частности, культуры питания. Утверждение В.Б.Базарного, что здоровье детей не только медицинская, но и серьезная педагогическая категория, позволяет выделить и еще один фактор риска – неграмотность педагога в вопросах культуры здоровья.

В программах, нацеленных на формирование культуры здоровья, основным объектом является ребенок, субъектом – педагог. И тот, и другой обладают своими индивидуальными особенностями. Наличие этих особенностей порождает два типа проблем: одна обусловлена отсутствием у педагога сформированных навыков и умений или наличием у него вредных привычек, другая – включением педагогом в образовательный процесс изучения информационно неполного, или ошибочного, или субъективно трактуемого материала. Обе проблемы усугубляются при наличии безоговорочной веры ребенка педагогу, что характерно для учеников начальной школы.

Примеры проблем первого типа в отношении культуры питания, а именно – выбора продуктов питания: 1) классный руководитель выводит свой класс в театр, в антракте вместе с детьми педагог покупает в буфете продукты питания, демонстрируя отсутствие навыка чтения маркировочных надписей и знаков на упаковках продуктов питания (не задавая вопросов продавцу и не изучая упаковку продукта); 2) во время воскресного похода в лес классный руководитель на привале потребляет продукты из числа тех, о вреде которых рассказывал в рамках программ обучения здоровью (например, ест в больших объемах чипсы или весь день жует жевательную резинку). Примеры проблем второго типа в отношении культуры питания, а именно – продуктов питания: 1) педагог проводит внеклассное мероприятие по теме “Вот это каша – пища наша!” [8], цель которого сформировать у детей представление о продукте питания – каше – как об обязательном компоненте в ежедневном меню завтрака. Говоря о здоровом правильном питании, педагог сообщает, что манную кашу необходимо кушать на завтрак перед серьёзными нагрузками, однако ничего не говорит о возможных проблемах, связанных с потреблением манной каши, в результате чего для ребенка, часто потребляющего манную кашу или имеющего аллергические реакции на пшеницу может повыситься риск нарушения здоровья [9]; 2) Предметная неделя в начальной школе «Здоров будешь – все добудешь» [10]. Педагог, рассказывая о пользе хлеба, сообщает ученикам, что хлеб лечит желудок. Однако при этом он не говорит о том, что хлеб различается по качеству, и что хлеб из муки высшего качества (тонкого помола) или свежеиспеченный хлеб могут принести вред здоровью, причем, желудку в первую очередь [11]. Проблемы и того, и другого типа могут существенно снижать эффективность применения технологий обучения здоровью. Их наличие говорит о чрезвычайной важности личности педагога, его грамотности и информированности в деле формирования культуры питания школьников.

Вышесказанное позволяет сделать следующие выводы. На текущем этапе потребительская культура подрастающего поколения не формируется в рамках семьи, формирование культуры здоровья и важнейшего ее элемента – культуры потребления – одна из задач современного образования. Сформировать устойчивые стереотипы потребительского поведения можно при регулярном изучении предмета, начинать формирование потребительской культуры лучше еще в начальных классах с последующим углублением и усложнением предмета на всем протяжении обучения ребенка в школе. Грамотность и информированность педагога в вопросах формирования потребительской культуры, культуры питания школьников имеет существенное значение.

**Список литературы:**

1. Продолжительность жизни в России. Опрос населения, 15.03.2007 // Сайт База данных ФОМ / [Электронный ресурс] – Режим доступа – URL:<http://bd.fom.ru/report/map/d071122>

2. Московское Качество. Аналитическая записка по вопросу необходимости введения дополнительных мер, направленных на выполнение требования Закона Российской Федерации «О качестве и безопасности пищевых продуктов» / [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://mosquality.ru/activity.php?id=91>

3. Суслова С.В., Шеина М.В., Тюрикова Н.А. Проблема неблагоприятного отбора на рынках пищевой продукции, обусловленная наличием генетически модифицированных источников пищи, и институциональные пути ее решения // Современные проблемы безопасности жизнедеятельности: опыт, проблемы, поиски решения: Материалы Международной научно-практической конференции. Часть I. / Под общей редакцией доктора техн. Наук, проф. М.Н.Минниханова. – Казань: ГУ «Научный центр безопасности жизнедеятельности детей», 2010. 1031 с. (с.186 – 194).

4. Более трети россиян никогда не читают информацию на этикетке продуктов питания // Исследовательский холдинг Romir. Пресс – центр: цифры и факты. 2006. 21 сентября. / [Электронный ресурс] – Режим доступа – URL: <http://romir.ru/news/res_results/309.html>

5. Россиян волнуют консерванты и красители, а не жиры и калории / [Электронный ресурс] – Режим доступа – URL: http://www.marketolog.ru/ facts/

[detail.php?ID=2311](http://www.marketolog.ru/%20facts/detail.php?ID=2311)

6. Шеина М.В., Тюрикова Н.А. Институциональные механизмы решения проблемы неблагоприятного отбора на рынках пищевой продукции, связанного с наличием генетически модифицированных организмов // Шихобаловские чтения: опыт, проблемы и перспективы развития потребительского рынка. Материалы Международной научно-практической конференции. Часть 1. Самара, 17-19 ноября 2009 года. – 390 с. (с. 328 – 334)

7. Стейм Б. «Чем нас травят?» Полный словарь-справочник вредных, нейтральных веществ, которые содержатся в пище, косметике, лекарствах. СПб.: ПРАЙМ-ЕВРО-ЗНАК, 2008. 319 с.

8. Владимирова Т. И. Программа "Разговор о правильном питании" – слагаемое физического здоровья школьника // Сайт Фестиваль педагогических идей. «Открытый урок» / [Электронный ресурс] – Режим доступа – URL: <http://festival.1september.ru/articles/412357/>

9. Манная каша: польза или вред? Давать или не давать манную кашу ребенку? // Сайт №1 о здоровом образе жизни и правильном питании / [Электронный ресурс] – Режим доступа – URL:<http://budzdorov.org/?p=1233>

10. Огурцова З.И. «Здоров будешь – все добудешь» (Предметная неделя в начальной школе) // Начальная школа плюс До и После. 2011. №3. / [Электронный ресурс] – Режим доступа – URL: [http://www.school2100.ru/ upload/iblock/039/039ce94dbdddad8c8d4ab8b0cba2b0b6.pdf](http://www.school2100.ru/%20upload/iblock/039/039ce94dbdddad8c8d4ab8b0cba2b0b6.pdf)

11. Почему нельзя есть свежий хлеб? // Блог о вкусной и здоровой пище. [Электронный ресурс] – Режим доступа – URL:  [http://foodblogger.ru/articles/ pochemu-nelzya-est-svezhij-xleb/](http://foodblogger.ru/articles/%20pochemu-nelzya-est-svezhij-xleb/)