

YLÄKOULU

Ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytila yläkoulussa

Arvioikaa nykytilaa täyttämällä verkkokysely (www.nykytila.fi) työryhmänä, jossa on edustettuna rehtori, opettajia, ohjaajia, opiskeluhuollon henkilöstöä, ruokapalveluun työntekijä ja mahdollisuuksien mukaan myös oppilaita.

Varatkaa vastaamiseen aikaa noin 30–45 minuuttia. Kyselyyn vastaaminen on samalla hyvä hetki yhdessä pohtia työyhteisössä toteutettavaa ruokakasvatusta ja saada yhteinen näkemys toimivista käytännöistä sekä mahdollisista kehittämiskohteista.

Saatte koosteen vastauksista ilmoittamaanne sähköpostiin. Kun olette täyttäneet arviointilomakkeen, sopikaa yhdessä, mihin asioihin ruokakasvatuksen kehittämisessä tänä lukuvuonna keskitytte. Käyttäkää ruokakasvatuksen suunnittelun tukena toimintasuunnitelmapohjaa sekä ruokakasvatuksen vuosikelloa, jotka löytyvät nykytila.fi-sivustolta.

Nykytilan arvio kannattaa säilyttää ja palata siihen säännöllisin väliajoin. Arvioinnin voi toistaa esimerkiksi vuosittain, jotta valittujen kehittämiskohteiden tilannetta ja tavoitteiden toteutumista voidaan seurata ja toimintaa kehittää edelleen.

TAUSTATIEDOT

Hyvinvointialue: _____ **Kunta:** _____

Postinumero: _____

Koulun nimi: _____

Oppilaiden lkm: _____

Sähköposti: _____

Kopio täytetystä lomakkeesta lähetetään tähän osoitteeseen.

Lomakkeen täytti

rehtori/koulun johtaja

aineenopettaja

erityisopettaja

koulunkäynninohjaaja

koulunuorisotyöntekijä

opinto-ohjaaja

koulukuraattori

ruokapalvelun työntekijä

kouluterveydenhoitaja

oppilas

huoltaja

muu henkilökunta

Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon.

Päivämäärä: _____

Merkitse rasti koulun tilannetta parhaiten kuvaavaan kohtaan vastausasteikolla.

A. RUOKAKASVATUS OSANA KASVATUSTA JA OPETUSTA	Ei toteudu lainkaan	Toteutuu heikosti	Toteutuu kohtalaisesti	Toteutuu melko hyvin	Toteutuu hyvin	Jätän vastamatta
<p>1. Ruokakasvatuksen tavoitteet ja toimenpiteet on kirjattu paikalliseen OPS:iin ja/tai koulun lukuvuosisuunnitelmaan.</p> <p><i>Ruokakasvatuksen tavoitteet ja toimenpiteet voivat sisältää monipuolisesti erilaisia näkökulmia, kuten terveys ja hyvinvointi, ruokakulttuurit, kestävä kehitys ja ympäristö, ruuantuotanto ja medialukutaito.</i></p>						
<p>2. Oppilaat osallistuvat ruokaan liittyvän toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen.</p> <p><i>Esimerkiksi tarjoiluun tai aterian osien valmistukseen liittyvät avustavat tehtävät, kiertävät järjestäjävuorot, TET-harjoittelu koulun keittiössä, tapahtuma-, juhla- ja teemapäivät, monialaisten oppimiskokonaisuuksien suunnittelu ja toteutus.</i></p>						
<p>3. Luokanohjauksessa keskustellaan säännöllisesti ruokailusta ja ravitsemuksesta osana hyvinvointia.</p> <p><i>Luokanohjaajille voidaan jakaa valmis materiaali keskustelun tueksi tai muistuttaa aiheen esiin nostamisesta esimerkiksi kerran lukuvuodessa.</i></p>						
<p>4. Opettaja ja oppilaat tutustuvat päivittäin yhdessä ruokalistaan ennen ruokailua.</p> <p><i>Kuvia voidaan käyttää ruokalistan havainnollistamiseen esim. S2-oppilaiden kanssa.</i></p>						
<p>5. Koulussa on tarjolla valinnaisaineita, joissa oppilas pääsee syventämään ruoka- ja ravitsemusosaamistaan.</p> <p><i>Valinnaiset voivat olla kotitaloutta, muita oppiaineita tai useampia oppiaineita yhdistäviä kokonaisuuksia.</i></p>						
<p>6. Ruokaa käsitellään monipuolisesti ja säännöllisesti eri oppiaineissa ja oppiaineita yhdistävissä aihekokonaisuuksissa (esim. MOK).</p> <p><i>Ruuan ei tarvitse olla MOK:in pääasiallinen aihe, vaan ruoka voi olla yhtenä näkökulmana esimerkiksi kestävyyttä tai monikulttuurisuutta käsittelevissä kokonaisuuksissa.</i></p>						

B. RUOKAILUN JÄRJESTÄMINEN JA KEHITTÄMINEN	Ei toteudu lainkaan	Toteutuu heikosti	Toteutuu kohtalaisesti	Toteutuu melko hyvin	Toteutuu hyvin	Jätän vastamatta
<p>1. Opetushenkilöstö saattaa opetusryhmän kouluruokailuun.</p> <p><i>Saattaminen tarkoittaa yhdessä kulkemista luokahuoneesta linjastolle asti. Kannustamme myös esimerkkiruokailuun yhdessä oppilaiden kanssa samaa ruokaa syöden.</i></p>						
<p>2. Kouluruokailuun on varattu vähintään 30 minuuttia aikaa.</p> <p><i>Siirtymiseen tai jonotukseen kuluvaa aikaa ei lasketa ruokailuun varattavaksi ajaksi.</i></p>						
<p>3. Kouluruokailun käytännöistä on sovittu ja niiden perusteluja mietitty yhdessä oppilaiden, opetushenkilöstön ja ruokapalvelutyöntekijöiden kanssa.</p> <p><i>Keskustelua kouluruokailun käytännöistä on hyvä käydä säännöllisesti myös opiskeluhuoltohenkilöstön ja huoltajien kanssa.</i></p>						
<p>4. Oppilaiden ja henkilökunnan antama asiakaspalaute huomioidaan ruokailun kehittämisessä.</p> <p><i>On tärkeää, että oppilaat ja henkilökunta tuntevat asiakaspalautteen antamisen kanavat. Yhtä lailla tärkeää on viestiä, kuinka palaute on huomioitu, jotta palautetta jatkossakin halutaan antaa.</i></p>						
<p>5. Koulun henkilöstö ohjaa oppilaita ruokailutilanteissa kannustavaan ja myönteiseen sävyyn.</p> <p><i>Ei kommentoida annoskokoja tai syömättömyyttä (mahdollinen huoli nostetaan esiin ruokailutilanteen ulkopuolella), ja kannustetaan oppilaita maistamaan pakottamisen sijaan.</i></p>						
<p>6. Ruokailuympäristö on toimiva, akustiikaltaan sopiva, viihtyisä ja ruokailuun innostava.</p> <p><i>Oppilaita voi osallistaa ruokailutilan sisustamiseen esimerkiksi käyttämällä kuvataiteen töitä somistamisessa.</i></p>						

C. MONIPUOLINEN JA RIITTÄVÄ ATERIA	Ei toteudu lainkaan	Toteutuu heikosti	Toteutuu kohtalaisesti	Toteutuu melko hyvin	Toteutuu hyvin	Jätän vastamatta
<p>1. Koululounaalla on tarjolla kaksi pääruokavaihtoehtoa, joista toinen on kasvisruoka.</p> <p><i>Molempien pääruokavaihtoehtojen tulee olla vapaasti valittavissa ja mielellään samalla linjastolla.</i></p>						
<p>2. Koulussa ei myydä säännöllisesti virvoitusjuomia, mehua, makeisia ja/tai muita runsaasti lisättyä sokeria, suolaa tai tyydyttynyttä rasvaa sisältäviä tuotteita.</p> <p><i>Väittämä koskee tavanomaista koulun arkea, ei tapahtumia, juhlapäiviä tai muita poikkeustilanteita.</i></p>						
<p>3. Oppilaalla on mahdollisuus maksuttomaan ravitsevaan välipalaan silloin, kun oppitunnit jatkuvat yli kolme tuntia lounaan jälkeen.</p> <p><i>Myös koulukuljetukseen kuuluva aika lasketaan kolmen tunnin aikarajaan mukaan. Välipalan tarjoaminen on kirjattu kouluruokailusuositukseen.</i></p>						
<p>4. Salaatit tarjotaan pääosin yksittäisinä komponentteina.</p> <p><i>Erillään tarjotut kasvikset maistuvat oppilaille usein paremmin. Salaatit olisi hyvä sijoittaa linjastolle ennen pääruokaa, sillä se lisää kasvisten menekkiä.</i></p>						
<p>5. Oppilaita kannustetaan lautasmallin mukaiseen ruokailuun.</p> <p><i>Esillä voi olla malliannos tai -kuva ja henkilöstö kannustaa (ei pakota!) kaikkien aterian osien nauttimiseen.</i></p>						
<p>6. Oppilaita kannustetaan ottamaan ruokaa nälkäänsä mukaisesti.</p> <p><i>Oppilaat saavat valita itse annoskokonsa. Oppilaille on myös mahdollisuus ja aikaa hakea tarvittaessa lisää. Mahdolliset kappalerajoitukset ovat selkeitä ja perusteltuja.</i></p>						

D. RUOKAKASVATUSTA EDISTÄVÄ YHTEISTYÖ	Ei toteudu lainkaan	Toteutuu heikosti	Toteutuu kohtalaisesti	Toteutuu melko hyvin	Toteutuu hyvin	Jätän vastaamatta
<p>1. Kouluruokailu ja ruokakasvatus otetaan säännöllisesti esille henkilöstön kokouksissa.</p> <p><i>Jokainen koulun aikuinen on ruokakasvattaja ja säännöllinen yhteinen keskustelu auttaa henkilöstöä tunnistamaan roolinsa.</i></p>						
<p>2. Yhteisöllisessä opiskeluhuoltoryhmässä käsitellään ruokaan ja syömiseen liittyviä asioita.</p> <p><i>Oppimisen ja koulunkäynnin tuen tarpeisiin liittyy usein haasteita myös kouluruokailussa ja laajemmin säännöllisessä ja hyvinvointia tukevassa syömisessä.</i></p>						
<p>3. Ruokapalvelutyöntekijät tekevät yhteistyötä opetushenkilöstön ja oppilaiden kanssa ruokakasvatuksessa.</p> <p><i>Esimerkiksi makuraatien järjestäminen oppilaille, ruokapalvelutyöntekijän vierailu oppitunnille tai vanhempainiltaan, oppilaiden vierailu koulun keittiöön, yhteiset kokoukset opetushenkilöstön kanssa.</i></p>						
<p>4. Huoltajille viestitään säännöllisesti kouluruokailusta.</p> <p><i>Esimerkiksi säännölliset lukukausittaiset tai -vuosittaiset tiedotteet Wilmassa tai keskustelu aiheesta vanhempainilloissa.</i></p>						
<p>5. Oppilaskunnan hallitus tai muu oppilasryhmä käsittelee kouluruokailua säännöllisesti kokouksissaan.</p> <p><i>Koko oppilaskuntaa on hyvä kuulla säännöllisesti ja nostaa asioita hallituksen/muun ryhmän käsittelyyn kuulemisen perusteella.</i></p>						
<p>6. Koulu tekee ruokakasvatuksessa yhteistyötä paikallisten toimijoiden kanssa.</p> <p><i>Esimerkkejä: lähikauppa ei myy energiajuomia alle 15-vuotiaille, kokkikerhoja tms. voi järjestää koulun tiloissa, järjestövierailut, retkipäivät ja vierailut ruoka-alan toimijoiden luokse.</i></p>						

Huom! Tämän osuuden täyttää koulun johtaja/rehtori

E. RUOKAKASVATUKSEN TUKI JA JATKUVUUS	Ei toteudu lainkaan	Toteutuu heikosti	Toteutuu kohtalaisesti	Toteutuu melko hyvin	Toteutuu hyvin	Jätän vastaamatta
<p>1. Rehtori varmistaa budjetista valvonta-ateriaedun laajasti koulun henkilöstölle.</p> <p><i>Perusopetuslain mukaan ruokailutilanteen tulee olla ohjattu. Riittävä aikuisten määrä ruokailutilanteessa varmistaa lain toteutumisen.</i></p>						
<p>2. Henkilöstö on saanut viimeisen 5 vuoden aikana koulutusta ruokakasvatukseen.</p> <p><i>Säännöllinen koulutus varmistaa, että henkilöstön osaaminen on ajantasaista ja myös uusilla työntekijöillä on mahdollisuus saada koulutusta.</i></p>						
<p>3. Koulussa on ruokakasvatuksesta vastaava henkilö tai tiimi.</p> <p><i>Henkilö/tiimi (esim. kotitalousopettaja) voi vastata yhteistyöstä ruokapalveluiden kanssa, suunnitella teemapäiviä, osallistua kunnan yhteiseen kehittämiseen tai välittää toimintaideoita oppitunneille.</i></p>						
<p>4. Rehtori on tietoinen lasten ja nuorten ravitsemukseen ja ruokakasvatukseen liittyvistä kirjauksista kunnan hyvinvointisuunnitelmassa.</p> <p><i>Kirjausten tunteminen on edellytys sille, että tavoitteet ja toimenpiteet siirtyvät paperilta käytäntöön.</i></p>						
<p>5. Koulun johto tukee henkilöstöä ruokailun ja ruokakasvatuksen kehittämisessä.</p> <p><i>Tukeminen tarkoittaa esimerkiksi suunnitteluajan varaamista tai tarvittavien yhteistyöryhmien muodostamista ja johtamista.</i></p>						
<p>6. Koulun henkilöstö on sitoutunut ruokailun ja ruokakasvatuksen kehittämiseen.</p> <p><i>Koulussa tunnistetaan yhteiset tavoitteet ja kyetään keskustelemaan rakentavasti mahdollisista eriävistä näkemyksistä. Ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytilaa arvioidaan säännöllisesti.</i></p>						

Kiitos ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytilan arvioinnista! Nyt on hyvä hetki sopia, milloin arvioinnin äärelle pysähdytään seuraavan kerran.

Kokoonnumme seuraavan kerran tarkastelemaan kehittämiskohteiden tilannetta ja tavoitteiden toteutumista _____
Ajankohta tai päivämäärä

Löydätte maksutonta materiaalia ruokakasvatuksen kehittämisen ja toteuttamisen tueksi Maistuvan koulun nettisivuilta www.maistuvakoulu.fi