

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«ЛИВАДИЙСКАЯ САНАТОРНАЯ ШКОЛА ИНТЕРНАТ»**

РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная школа-
интернат"
Протокол № 12 от 21.08.2025 г

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора ГБОУ РК
"Ливадийская санаторная школа-
интернат"
№103 ОД.2 от 21.08.2025 г.

**Программа
мероприятий по воспитанию
культуры правильного питания
на основе принципов здорового питания
на 2025-2028 уч. годы
«Школа здорового питания»**

Срок реализации: 3 года

Разработали:

заместитель директора по воспитательной работе

Куликова В.П.

социальный педагог

Апакова Л.Г.

г. Ялта

Пояснительная записка

На современном этапе развития общества такие ценности, как жизнь и здоровье человека, приобретают особое значение. Из всех факторов внешней среды, оказывающих влияние на физическое и нервно-психическое развитие человека, питание занимает ведущее место. Поэтому ещё с раннего детства важно обеспечить полноценное и правильно организованное питание, являющееся залогом здоровья. Основным источником энергии служит пища. Наряду с этим пища является «строительным материалом», необходимым для роста и развития организма. Формирование культуры здорового питания должно начинаться с детства и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учётом возрастного подхода.

Основные принципы формирования культуры здорового питания:

- рациональная организация питания в общеобразовательной организации;
- включение в учебный процесс общеобразовательных программ формирования культуры здорового питания;
- просветительская работа с детьми, их родителями (законными представителями), педагогами и специалистами общеобразовательных учреждений.
- внедрение обучающих (просветительских) программ по вопросам здорового питания для детей школьного возраста в рамках реализации федерального проекта «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек (Укрепление общественного здоровья)» национального проекта «Демография».

Только сочетание всех названных направлений работы поможет создать такую среду, в которой возможно формирование культуры здорового питания и здорового образа жизни. Принципиально важно, чтобы организация питания в общеобразовательной организации демонстрировала обучающимся и их родителям (законным представителям) принципы и технологии организации здорового питания. Не умаляя важности рациональной организации питания обучающихся нельзя забывать о значении формирования культуры здорового питания. В противном случае усилия администрации общеобразовательной организации и работников пищеблоков могут оказаться бесполезными, если дети не будут, есть приготовленные по всем правилам с соблюдением всех нормативов, но непривычные для них блюда.

Только системная работа по формированию культуры здорового питания может помочь изменить вкусовые пристрастия, постепенно изменить структуру питания, научить детей делать сознательный выбор в пользу полезных блюд, здорового питания.

Работа по формированию культуры здорового питания проводится по трём направлениям.

Первое - рациональная организация питания в школе, в школьной столовой, где все, от внешнего вида школьной столовой до состава продуктов, должно соответствовать принципам здорового образа жизни.

Структура, режим и организация питания в образовательных учреждениях должны не только соответствовать всем гигиеническим требованиям, но и служить примером здорового питания.

Второе - реализация образовательных программ по формированию культуры здорового питания. При формировании культуры здорового питания наиболее эффективна комплексная и системная работа, когда постепенно формируются основы гигиены и режима питания, даётся представление о полезных продуктах и полезной пище, о необходимых питательных веществах, о рациональной структуре питания, о культуре питания разных народов и т.п.

При реализации образовательных программ необходимо соблюдать принципы формирования культуры здорового питания, важнейшими из которых являются:

- научная обоснованность и практическая целесообразность;
- возрастная адекватность;

- необходимость и достаточность информации;
- модульность структуры;
- системность и последовательность;
- вовлеченность семьи в реализацию программы.

Третье направление - просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье.

Одна из главных задач школы сегодня – помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью. Для этого школьники должны узнать и, главное, принять для себя основные принципы здорового образа жизни, а это возможно только в результате серьёзной кропотливой совместной работы педагогов, родителей и самого ребёнка.

Программа разработана в соответствии:

- со Статьей 37 Федерального закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями на 14 июня 2022г.;
- Уставом школы;
- Федеральным законом от 30.03.1999 года № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» (с изменениями на 28 августа 2020 года);
- Приказом Минздравсоцразвития России № 213н и Минобрнауки России №178 от 11.03.2012 года;
- Федеральным законом №29-ФЗ от 02.01.2022года «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (в редакции от 1 января 2022года).
- Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" ;
- СанПин 3.1\2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологическим требованиям к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодёжи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (Covid-19);
- Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (с изменениями). "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".

3. Цели и задачи

Цели:

- Создать условия, способствующие укреплению здоровья, формированию навыков правильного питания, поиск новых форм обслуживания детей, охват всех учащихся горячим питанием.
- Сформировать у детей основы культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

- Реализация программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:
- Формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье.
- Формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила.

- Профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием детей и подростков.
- Освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания.
- Информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием, расширение знаний об истории и традициях питания своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов.
- Развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности.
- Повышение гигиенической грамотности детей и родителей в вопросах питания.
- Просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Программа «Формирование культуры здорового питания» рассчитана на 3 года. Её поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2023 по 2025 год.

Программа затрагивает всех участников образовательного процесса (учащихся 2-11 классов, родителей, педагогов) и будет реализовываться в образовательной и воспитательной деятельности.

4. Ожидаемые результаты:

- улучшение качества питания детей и обеспечение его безопасности;
- формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей;
- разработка системы мониторинга состояния здоровья обучающихся;
- повышение эффективности системы организации питания за счёт охвата обучающихся горячим питанием до 100%;
- укрепление материально-технической базы пищеблока и столовой;
- улучшение состояния здоровья обучающихся за счёт организации качественного и сбалансированного питания детей с учётом их возрастных особенностей;
- привлечения к профилактической работе формированию культуры питания родительской общественности, работников здравоохранения.

5. Основные направления реализации Программы.

1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение.
2. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся.
3. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди родителей учащихся.

6. Механизм реализации программы Производственный и общественный контроль за организацией питания:

№ п/п	Вид контроля	Структура, осуществляющая Контроль
1.	Контроль за организацией питания	Директор школы, ответственный за организацию питания, медицинские работники
2.	Входной производственный контроль	Заведующий производством, Кладовщик, бракеражная комиссия
3.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока.	Заместитель директора по АХР.
4.	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Бракеражная комиссия

5.	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Бракеражная комиссия
6.	Контроль за приёмом пищи	Ответственный за организацию питания, классные руководители, воспитатели

7. Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания обучающихся

Задачи администрации:

- ✓ составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;
- ✓ контроль качества питания;
- ✓ контроль обеспечения порядка в столовой;
- ✓ контроль культуры принятия пищи обучающимися;
- ✓ контроль проведения воспитательной работы с обучающимися по привитию навыков культуры приёма пищи;

Обязанности работников пищеблоков аутсорсенговой компании:

- ✓ обеспечение качественными продуктами для приготовления пищи;
- ✓ использование современных технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

Обязанности классных руководителей, воспитателей:

- ✓ проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;
- ✓ организация конкурсов и викторин на тему правильного питания;
- ✓ воспитание навыков культуры поведения и привитие культурно- гигиенических навыков во время приёма пищи;
- ✓ проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье.

Обязанности родителей:

- ✓ прививать навыки культуры питания в семье;
- ✓ выполнять рекомендации классных руководителей, воспитателей и медицинских работников по питанию в семье.

Обязанности обучающихся:

- ✓ соблюдать правила культуры приёма пищи;
- ✓ принимать участие в мероприятиях по пропаганде здорового питания.

План деятельности по реализации Программы

№ п/п	Мероприятия	сроки	ответственные	основание
1. Работа с администрацией				
1.	Назначение ответственного за организацию питания	Август ежегодно	Директор	Приказ
2.	Рассмотрение вопроса на педсовете о необходимости привития у детей и подростков потребности в	Август	Ответственный за организацию питания	Протокол педсовета

	правильном, здоровом питании.			
3.	Рассмотрение вопроса о состоянии питания на совещании при директоре	Октябрь февраль	ответственный за организацию питания	Справка по результатам ежедневных проверок
4.	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	В течение года	Директор	Приказ
5.	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой	В течение года	Ответственный за организацию питания, члены бракеражной комиссии по питанию	План работы
2. Работа с обучающимися.				
1.	Проведение уроков – Здоровья.	В течение года ежемесячно	Классные руководители	Планы работы
2.	Проведение воспитательных мероприятий о здоровой и полезной еде Проведение воспитательных мероприятий по темам: - «Культура здорового питания»; - «Режим дня и его значение»; - «Культура приёма пищи»; -«Хлеб – всему голова»; Острые кишечные заболевания и их профилактика»; -«Твоё здоровье в твоих руках»; -«Как следует питаться»; - «О чём может рассказать упаковка»; -«Основы правильного питания»; - Лекция «Культура питания»	Ежемесячно	Воспитатели	План работы
3.	Проведение анкетирования по удовлетворённости питанием в школьной столовой	Октябрь февраль	Классные руководители	План работы

4.	Просмотр видеороликов о здоровом питании	Ежемесячно	Воспитатели	План работы
	Проведение мероприятий о здоровом питании в рамках работы волонтерского отряда «12 друзей медиков».	Один раз в четверть	Руководитель отряда	План работы
	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	В течение года	Воспитатели 2-11 классы	План работы
3. Работа с педагогическим коллективом				
1.	Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях воспитателей и классных руководителей	В течение года	Ответственная за организацию питания	Протокол
2.	Организация консультаций для классных руководителей и воспитателей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно-гигиенических требований; - организация горячего питания – залог сохранения здоровья.	Ежегодно	зам. директора по ВР, врач-педиатр школы	План работы
3.	Постановка на питание	Ежедневно	Воспитатели, ответственная за организацию питания	Приказ
4.	Ведение наглядной пропаганды здорового питания. Оформление стендов о здоровом питании, в том числе и сменных рубрик	В течение года	Медсестра школы	План работы
5.	Обобщение опыта работы по привитию потребности в здоровом, рациональном питании	Май	Ответственная за организацию питания	План работы
1. Работа с родителями				
1.	Создание комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания	Август-сентябрь	Ответственный за организацию питания	План работы
2.	Посещения родителями столовой с целью	По графику (ежемесячно)	Ответственный за организацию	Приказ

	контроля за качеством питания. Заслушивание отчётов на родительских собраниях.		питания, родители	
3.	Рассмотрение вопросов о здоровом, рациональном питании на родительских собраниях	В течение года	Воспитатели, классные руководители	План работы
4.	Проведение опроса родителей по вопросу отношения их к правилам питания дома	В течение года	Воспитатели, классные руководители	План работы
5.	Рассмотрение на родительских собраниях вопросов по правильному питанию. Информирование на сайте школы о здоровом питании родителей.	В течение года	Классные руководители	План работы

Календарный план

№п/п	мероприятие	ответственный
Сентябрь		
1.	Назначение ответственного за организацию питания в школе	директор
2.	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	директор
3.	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания
4.	Проведение уроков–здоровья: 2-4 класс: «Если хочешь быть здоров» 5-8 класс: «Из чего состоит наша пища» 9-11 класс: «Здоровье - это здорово»	Классные руководители
5.	Проведение воспитательных мероприятий: - «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище); -«Цена ломтика» (о ценностном отношении к хлебу)	Воспитатели
6.	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Ответственный за организацию питания
7.	Оформление стенда «Питание-залог здоровья»	Старшая медсестра
8.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания	Ответственный за организацию питания
Октябрь		
1.	Совещание при директоре по вопросу организации питания	Ответственный за организацию питания
2.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания

2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания. Рассмотрение вопроса о значении организации правильного питания дома.	Ответственный за организацию питания
5.	Проведение уроков–здоровья: -«Самые полезные продукты»; -«Что нужно есть в разное время года»; -«Продукты разные нужны, блюда разные важны».	Классные руководители
6.	Защита проектов: - «Правила поведения в столовой»; - «Когда еда бывает вредной?»; -«Здоровое питание»;	Воспитатели
Ноябрь		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания
2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания	Ответственный за организацию питания
3.	Проведение уроков–здоровья: -«Значение режима питания для здоровья» -«Еда. Где и как готовят пищу»; -«Как правильно есть. Или культура питания»	Классные руководители
4.	Проведение воспитательных мероприятий: -«Что нужно знать о молочных продуктах» - «Как выбрать свежие продукты в магазине? Секреты покупателя.»	Воспитатели
5.	Проведение акции «Здорово питаться - здорово!» участниками волонтерского отряда медиков	Руководитель отряда волонтеров -медиков
Декабрь		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания
2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания. Рассмотрение вопроса о значении организации правильного питания дома.	Ответственный за организацию питания
3.	Проведение уроков–здоровья - «О пользе и разнообразии каш.»; - «Рыба. Польза. Блюда»; - «Меню. Как и когда появилось это понятие».	Классные руководители
4.	Воспитательные мероприятия: - «Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков»; - «Питание и красота»; - «Праздник живота. Как вы это понимаете?»	Воспитатели
5.	Знакомство с рецептурными книгами и сайтами с рецептами. «Приготовить легко!»	Волонтеры-медики
Январь		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания

2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания	Ответственный за организацию питания
3.	Проведение уроков–здоровья - «Плох обед, если хлеба нет»; - «Блюда из зерна»; - «Где и как мы едим».	Классные руководители
4.	Проведение воспитательных мероприятий: - «Любимые блюда в нашей семье»; - «Что надо есть, если хочешь стать сильнее»; -«Путешествие зёрнышка»;	Воспитатели
Февраль		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания
2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания	Ответственный за организацию питания
3.	Совещание при директоре по вопросу организации питания. (Проведение анкетирования учащихся о удовлетворённости качеством питания в школе.)	Ответственный за организацию питания
4.	Проведение уроков–здоровья: - «Сладости !!!»; - «Дары моря» ; - «Как правильно хранить продукты и готовую пищу».	Классные руководители
5.	Проведение воспитательных мероприятий: - «Масленица»; - «Праздничные традиционные блюда»	Воспитатели
Март		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания
2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания. Рассмотрение вопроса о значении организации правильного питания дома.	Ответственный за организацию питания
3.	Проведение уроков–здоровья - «Авитаминоз»; - «Кулинарное путешествие по России»; - «Откуда берутся вкусы и предпочтения в еде у человека?»	Классные руководители
4.	Организация и проведение проектов: - «Кухня народов Крыма»; - «Витамины в еде или в таблетках.» - «Вода в жизни человека».	Воспитатели
Апрель		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию	Ответственный за организацию питания

2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания	Ответственный за организацию питания
3.	Проведение уроков–здоровья «Как утолить жажду»; «Как правильно вести себя за столом»; «Кухня разных народов».	Классные руководители
4.	Проведение классных часов - «Питание и возраст»; - «Сезонное питание»; - «Фастфут и другие организации питания. Для чего нужны. Вред и польза»	Воспитатели
5.	Акция по презентации проектов от классов «Здоровое питание - это важно!» Представители классов.	Волонтеры-медики
Май		
1.	Работа бракеражной комиссии по питанию. Аналитическая справка по результатам проведенной работы за учебный год	Ответственный за организацию питания
2.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания. Рассмотрение вопроса о значении организации правильного питания дома.	Ответственный за организацию питания
3.	Проведение уроков–здоровья: - «Витаминное лето!» - «Какую пищу можно найти в лесу» - «Что рекомендуют кушать медики в летний период»	Классные руководители
4.	Проведение воспитательных мероприятий: - «Кулинарные традиции моей семьи» - «Секреты поварёнка»	Воспитатели
5.	Родительские собрания: -«Формирование основ культуры питания и здорового образа жизни у младших школьников» «Воспитание культуры питания у подростков» «Особенности питания подростков во время экзаменов, при интенсивных учебных нагрузках»	Классные руководители, воспитатели
Июнь		
1.	Аналитическая справка по результатам проведенной работы за учебный год	Ответственный за организацию питания