

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №12 ИМЕНИ
С.Ф.ВОЛКОВА СЕЛА НОВОАЛЕКСЕЕВСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ**

РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО

На заседании педагогического совета
МБОУ СОШ 12
Протокол №1 от 29.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора МБОУ СОШ 12
Мозгов Е.В.
29.08.2025



**Программа
мероприятий по воспитанию
Культуры правильного питания
На основе принципов здорового питания
на 2025-2029 уч. годы
«Школа здорового питания»**

Срок реализации: 4 года

Разработали:

Заместитель директора по воспитательной работе

Лантратова Л.В.

Социальный

педагог Васенко

Е.А.

Село Новоалексеевское, 2025 г.

Содержание

1. Паспорт программы по формированию культуры здорового питания-3 стр.
2. Пояснительная записка-4 стр.
3. Цель и задачи программы-6 стр.
4. Ожидаемые результаты. Основные направления. Механизм реализации программы- 7стр.
5. Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания обучающихся - 8 стр.
6. Планирование реализации Программы-11стр.

Паспорт программы

Наименование Программы	Программа по формированию культуры здорового питания на период с 2025 по 2029 гг.
Основание для разработки Программы	Конвенция о правах ребёнка. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка». Федеральным законом №29-ФЗ от 02.01.2022 года О санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
Разработчик Программы	Администрация школы
Цель Программы	Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников.
Основные задачи Программы	1. Обеспечить детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и Сбалансированного питания; 2. Обеспечить доступность школьного питания; 3. Обеспечить гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании; 4. Вести разъяснительную работу среди учащихся и родителей (законных представителей) по профилактике инфекционных и не инфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; 5. Пропагандировать принципы здорового и полноценного питания; 6. Увеличить охват учащихся горячим питанием; 7. Организовать образовательно-разъяснительную работу по вопросам здорового питания.
Этапы и сроки реализации Программы	Программа реализуется в период 2025-2029 гг. в три этапа: I этап – 2025 г. организационный: – Организационные мероприятия; – Разработка и написание программы. II этап–2026–2028гг:реализация программы. III этап–2029гг.обобщающий: систематизация накопительного опыта, подведение итогов и анализ реализации программы.
Ожидаемые результаты реализации Программы	• Наличие пакета документов по организации школьного питания; • Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и Сбалансированного питания; • Обеспечение доступности школьного питания; обеспечение Гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании; • Отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; • Сохранение и укрепление здоровья школьников; • Улучшение санитарно-гигиенического и эстетического

	состояния школьной столовой
--	-----------------------------

Пояснительная записка

Культура питания - важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, что нашло отражение в федеральных государственных образовательных стандартах нового поколения (ФГОС). Формирование культуры здорового питания должно начинаться с самых первых этапов обучения ребёнка в школе и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учётом возрастного подхода.

Согласно методическим рекомендациям "Формирование культуры здорового питания обучающихся, воспитанников", разработанным Институтом возрастной физиологии РАО в рамках реализации мероприятия "Организационно-аналитическое сопровождение мероприятий приоритетного национального проекта "Образование", разработана программа по формированию культуры 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 питания и способствовать формированию 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 семь и в реализацию программы.

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

Специальные исследования, проведённые Институтом возрастной физиологии РАО, показывают, что питание детей в семье, как правило, нерационально и несбалансировано,

Нарушен режим питания.

Под здоровым питанием понимают питание, обеспечивающее рост, нормально развитие и

жизнедеятельность человека, способствующее укреплению его здоровья и профилактике заболеваний.

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, главное, принять для себя основные принципы здорового образа жизни, а это возможно только в результате серьезной кропотливой совместной работы педагогов, родителей и самого ребенка. Бесспорно, здоровье закладывается в детстве и формируется в юности.

Соблюдение режима питания, витаминная обеспеченность, рациональное питание помогут школьникам избежать переутомления, повысить работоспособность и улучшить успеваемость. Поэтому показателями здорового образа жизни школьника являются:

- оптимальный, соответствующий возрасту режим двигательной активности;
- соблюдение рационального режима дня, учебного труда и отдыха;
- правильно организованное питание: соблюдение научно обоснованного рациона, калорийности пищи и режима питания;
- соблюдение требований психоигиены: адекватная реакция на стрессовые ситуации, отсутствие чувства напряжения, страха, тоски;
- соблюдение правил личной гигиены: гигиена тела, одежды, питания, сна, умственного и физического труда;
- отсутствие вредных привычек и пристрастий.

Состояние здоровья определяется различными факторами:

- наследственностью;
- внешней средой, а также одной из ведущих мест принадлежит фактору питания.

Влияние питания на организм, в особенности на растущий, многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников.

Питание является важнейшим фактором здоровья человека. Это и послужило отправной точкой для создания программы по формированию культуры здорового питания, которая признана не только формировать у школьников рациональное отношение к собственному питанию, но и дать представление об основных принципах здорового образа жизни.

Программа разработана в соответствии:

- со Статьей 37 Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями на 14 июня 2022 г.;
- Уставом школы;
- Федеральным законом от 30.03.1999 г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» (с изменениями на 28 августа 2020 г.);
- Приказом Минздрава России № 213н и Минобрнауки России № 178 от 11.03.2012 г.;
- Федеральным законом № 29-ФЗ от 02.01.2022 г. «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (в редакции от 1 января 2022 г.);
- 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-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (Covid-19);
- Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «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 подростково здоровьесколько одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье.
- Формирование у школьников знаний и правил 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 4 года. Её поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2023 по 2026 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 обеспечена его безопасность;
- формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей;
- разработка системы мониторинга состояния здоровья обучающихся;
- оказание социальной поддержки отдельным категориям, обучающимся;
- *повышение эффективности системы организации питания за счёт:*
- охвата обучающихся горячим питанием до 100%;
- укрепление материально-технической базы пищеблоков и столовых;
- *улучшение состояния здоровья обучающихся за счёт:*
- организации качественного и сбалансированного питания детей с учётом их возрастных особенностей;
- *повышение эффективности просветительской работы по формированию культуры питания за счёт:*
- реализации комплекса мероприятий образовательных программ по формированию культуры питания обучающихся;
- привлечения к профилактической работе по формированию культуры питания родительской общественности, работников здравоохранения, средств массовой информации.

5. Основные направления реализации Программы.

1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение.
2. Расширение сферы услуг для учащихся и родителей.

3. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганда здорового образа жизни среди учащихся.
4. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганда 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, старшая медсестра
2.	Входной производственный контроль	Заведующий производством, кладовщик, медики
3.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока.	Заместитель директора по АХР.
4.	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Бракерская комиссия
5.	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Бракерская комиссия
6.	Контроль за приёмом пищи	Дежурный администратор, классные руководители, воспитатели

7. Выполнение задачи 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 пищеблока и утс-орсенговой компании:

- обеспечение качественными продуктами для приготовления пищи;
- использование современных технологий 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.

№ п/п	Мероприятия	сроки	ответственные	основание
1.А				
1.	Назначение ответственного за организацию питания	Август ежегодно	Директор	Приказ
2.	Рассмотрение вопроса на педсовете о необходимости привития у детей и подростков потребности в правильном, здоровом питании	Август	Ответственный за организацию питания	Протокол педсовета
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	Ответственный за организацию питания	Акты проверок
5.	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой	В течение года	Ответственный за организацию питания	Справка по результатам ежедневных проверок
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»; - «Твое 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		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	План работы
3. Работа 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 воспитателей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение	Ежегодно	зам. директора, медицинский работник	Отчёт о консультациях за год

	санитарно-гигиенических требований; -организация горячего питания – залог сохранения здоровья.			
3.	Постановка на питание	Ежедневно	Воспитатели, ответственная за организацию питания	Приказ
4.	Ведение наглядной пропаганды здорового питания. Оформление стендов о здоровом питании	В течение года	Старшая медсестра	План
5.	Обобщение опыта работы по привитию потребности в здоровом, рациональном питании	Май	Ответственная за организацию питания	Отчёт

3. Работа с родителями

1.	Создание комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания	Август-сентябрь	Ответственный за организацию питания	Приказ
2.	Рассмотрение вопросов о здоровом, рациональном питании на родительских собраниях	В течение года	Воспитатели, классные руководители	Протоколы собраний
3.	Проведение опроса родителей по вопросам отношения их к правилам питания дома	В течение года	Воспитатели, классные руководители	Протокол собрания
4.	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	В течение года	Комиссия родительского контроля за организацией и качеством питания	Протокол собрания
5.	Рассмотрение на родительских собраниях вопросов по правильному питанию. Информирование на сайте школы о здоровом питании родителей.	В течение года	Классные руководители	Протоколы собраний

8. План деятельности по реализации Программы

№ п/п	мероприятие	ответственный
Сентябрь		
1.	Назначение ответственного за организацию питания в школе	директор

2.	Совещаниепридиректореповопросам организациииразвитияшкольногопитания	директор
3.	Организацияработыбракеражной комиссии попитанию	Ответственныйзаорганизацию питания
4.	Проведениеуроков–здоровья: 2-4класс:«Если хочешьбытьздоров» 5-8класс:«Изчегосостоитнашапища» 9-11 класс: «Здоровье - это здорово»	Классныеруководители
5.	Проведениевоспитательныхмероприятий: -«Осеннийкалейдоскоп»(оздоровойи полезной пище); -«Ценаломтика»(о ценностномотношенииикхлебу)	Воспитатели
6.	Ведениемониторингаохватагорячим питанием учащихся	Ответственныйзаорганизацию питания
7.	Оформлениестенда«Питание-залогздоровья»	
8.	Работа комиссии родительского контроля за организациейи качествомпитания	Ответственныйзаорганизацию питания
Октябрь		
1.	Совещаниепридиректореповопросуорганизации питания	Ответственныйзаорганизацию питания
2.	Работабракеражнойкомиссиипопитанию	Ответственныйзаорганизацию питания
4.	Работа комиссии родительского контроля за организацией и качеством питания. Рассмотрение вопросаозначенииорганизацииправильногопитания дома.	Ответственныйзаорганизацию питания
5.	Проведениеуроков–здоровья: -«Самыеполезныепродукты»; -«Чтонужноестьвразноевремягода»; -«Продуктыразныенужны,блюдаразныеважны».	Классныеруководители
6.	Проведениевоспитательныхмероприятий: - «Правилаповедениявстоловой»; - «Когдаедабываетвредной?»; -«Здоровоепитание»;	Воспитатели
Ноябрь		
1.	Работабракеражнойкомиссиипопитанию	Ответственныйзаорганизацию питания
2.	Работакомиссииродительскогоконтроляза организацией и качеством питания	Ответственныйзаорганизацию питания
3.	Проведениеуроков–здоровья: -«Значениережимাপитаниядляздоровья» -«Еда.Гдеикакготовятпищу»; -«Какправильность.Иликультурапитания»	Классныеруководители
4.	Проведениевоспитательныхмероприятий: -«Чтонужнознатьомолочныхпродуктах» -«Каквыбратьсвежиепродуктывмагазине? Секреты покупателя.»	Воспитатели

5.	Проведение акции «Здорово питаться – здорово!» участниками в 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 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 - «Плохобед, если хлебает»; - «Блюда из зерна»; - «Где и как мы едим».	Классные руководители
4.	Проведение воспитательных мероприятий: - «Любимые блюда нашей семьи»; - «Что надо есть, если хочешь стать сильнее»; - «Путешествие из зернышка»;	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 удовлетворенности 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.	Проведение воспитательных мероприятий - «Кухня народов Крыма»; - «Витамины в еде и 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»; - «Фастфуд 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