**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Черноморская средняя школа №3
имени Пудовкина Федора Федоровича»
муниципального образования Черноморский район
Республики Крым
(МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.)**

ОКПО 00789849 ОГРН 1149102181084 ИНН 9110087875 КПП 911001001
296400, Республика Крым, Черноморский район, пгт. Черноморское, ул. Димитрова, д.1
тел. 99-7-70 e-mail: school-gymnasium3@chero.rk.gov.ru

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ «Черноморская СШ №3
им. Пудовкина Ф.Ф.»
_____ Т.А. Максимова
«27» августа 2025 года

**ПРОГРАММА
МЕРОПРИЯТИЙ ПО ВОСПИТАНИЮ КУЛЬТУРЫ
ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ НА ОСНОВЕ ПРИНЦИПОВ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ**

Введение

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 трем направлениям:

- Первое – рациональная организация питания в школе, в школьной столовой, где все, от внешнего вида школьной столовой до состава продуктов в школьном буфете, 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, дается 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. Специальные исследования, проведенные Институтом возрастной физиологии РАО, показывают, что питание детей в семье, как правило, нерационально и не сбалансировано, нарушен режим питания.

Цели и задачи

Цели:

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

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 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. Ее поэтапная реализация будет осуществлена в период с 2023 по 2026 год.

Программа затрагивает всех участников образовательного процесса (учащихся с 1-11 классы, родителей, педагогов) и будет реализовываться в образовательной и воспитательной деятельности.

Ожидаемые результаты:

- Улучшено качество питания детей и обеспечена его безопасность.
- Сформированы навыки здорового питания у обучающихся и их родителей.
- Разработана и действует система мониторинга состояния здоровья обучающихся.
- Постоянно оказывается социальная поддержка отдельным категориям обучающихся.
- Повышена эффективность системы организации питания за счёт:
 - ✓ увеличения охвата обучающихся горячим питанием;
 - ✓ укрепления материально-технической базы пищеблоков и столовых;
 - ✓ внедрения новых форм организации питания обучающихся.
- Улучшено состояние здоровья обучающихся за счёт организации качественного и сбалансированного питания детей с учетом их возрастных особенностей.
- Отлажена просветительская работа по формированию культуры питания за счёт:
 - ✓ реализации комплекса мероприятий образовательных программ по формированию культуры питания обучающихся;
 - ✓ привлечения к профилактической работе формированию культуры питания родительской общественности, работников здравоохранения, средств массовой информации.

Механизм реализации программы

Производственный и общественный контроль за организацией питания:

№ п/п	Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
1	Контроль за формированием рациона питания	Директор школы, ответственный за горячее питание, медсестра.
2	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Повар-раздатчица
3	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Бракеражная комиссия, медсестра.

4	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Бракеражная комиссия
5	Контроль за приемом пищи	Дежурный администратор, классные руководители

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 приема пищи.

Обязанности классных руководителей:

- 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 приема пищи;
- проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье.

Обязанности родителей:

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

Обязанности обучающихся:

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

План деятельности по реализации Программы

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные	Планируемый результат
Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение				
1	Назначение ответственного за организацию питания	сентябрь, ежегодно	директор	приказ
2	Совещание классных руководителей об организации горячего	октябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	протокол совещания

	питания. Презентация горячего питания.			
3	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	сентябрь, май, ежегодно	директор	протокол, план работы
4	Заседание комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием; - соблюдение сан. гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний.	август, январь, ежегодно	администрация школы	протокол, план работы
5	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	в течение года	зам. директора по ВР	план работы, акты проверок
6	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	Общественная комиссия, зам. директора	материалы отчётов
Работа с обучающимися				
1	Проведение уроков – здоровья	ежегодно	классные руководители	планы уроков
2	Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы), «Правильное питание» (5-6 классы)	в течении года	классные руководители	материалы конкурсов
3	Игра – праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень».	октябрь	зам. директора по ВР	отчёт о проведении праздника
4	«Масленица»	ежегодно	зам. директора	отчёт о проведении праздника
5	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	декабрь, май ежегодно	ответственный по питанию	аналитическая информация
6	Анкетирование родителей по вопросам питания	май, ежегодно	классные руководители	результаты анкетирования
7	Работа по оздоровлению обучающихся (каникулярное время)	ежегодно	зам. директора по ВР	план работы ДОЛ
8	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	апрель, ежегодно	библиотекарь	план выставок, список

				предложенной литературы
9	Проведение классных часов	в течении года	классные руководители	планы классных часов
10	Викторина «О том, что вкусно и полезно» для младшего и среднего звена»	октябрь, ежегодно	зам. директора по ВР	материалы викторины
11	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	ежегодно, апрель	зам. директора по ВР, учителя - предметники	учителя биологии
Работа с педагогическим коллективом				
1	Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях, ШМО классных руководителей	ежегодно	директор	протоколы
2	Организация консультаций для классных руководителей: культура поведения учащихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований организация горячего питания – залог сохранения здоровья	ежегодно	зам. директора по ВР, медицинский работник	отчёт о консультациях за год
3	Организация бесплатного питания обучающихся	ежегодно	директор, ответственная за ОГП	приказ
4	Ведение пропаганды здорового питания	ежегодно	классные руководители	планы
5	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	ежегодно	директор, ответственная за ОГП, классные руководители	
6	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития питания, внедрению новых форм сохранения здоровья	ежегодно	классные руководители	отчёт за год
Работа с родителями				
1	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании	ежегодно	классные руководители, медицинская сестра	протоколы родительских собраний

	обучающихся на родительских собраниях			
2	Изучение отношения родителей к организации горячего питания	ежегодно	классные руководители, медицинская сестра	
3	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	ежегодно	классные руководители	
4	Индивидуальные консультации о Правильном питании	ежегодно	медицинская сестра	план воспитательной работы
5	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания	май, ежегодно	классные руководители	протоколы родительских собраний
Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для обучающихся и родителей				
1	Продолжение эстетического оформления зала столовой	ежегодно	заместитель директора по АХЧ	акт проверки
2	Организация текущего ремонта пищеблоков и столовых	июль-август	заместитель директора по АХЧ	сметы

Календарный план реализации программы (школьные отделения)

№ п/п	Мероприятия	Ответственные
Сентябрь		
1	Назначение ответственного за организацию питания в школе	директор
2	Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания	директор
3	Организация бесплатного питания учащихся из малообеспеченных семей.	директор, ответственный за ОГП
4	Организация работы бракеражной комиссии по питанию	ответственный за ОГП
5	Проведение уроков-здоровья: 1-2 класс: «Если хочешь быть здоров» 3-4 класс: «Из чего состоит наша пища» 5-6 класс: «Здоровье - это здорово»	классные руководители

6	Проведение классных часов: 2 класс: «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище) 3 класс: «Цена ломтика»	классные руководители
7	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за ОГП
8	Анкетирование родителей «Питание наших детей»	ответственный за ОГП, классные руководители
9	Оформление стенда «Питание-залог здоровья»	ответственный за ОГП
10	Родительские собрания: «Режим и гигиена питания младших школьников» «Организация рационального питания подростков» «Организация рационального питания старшеклассников»	классные руководители
Октябрь		
1	Совещание классных руководителей: - об организации горячего питания. Презентация горячего питания.	заместитель директора по ВР, ответственный за ОГП
2	Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием, - соблюдение санитарно-гигиенических требований	директор школы, ответственный за ОГП
3	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за ОГП
4	Проведение уроков-здоровья 1-2 класс: «Самые полезные продукты» 3-4 класс: «Что нужно есть в разное время года» 5-6 класс: «Продукты разные нужны, блюда разные важны»	классные руководители
5	Проведение классных часов 3 класс: «Правила поведения в столовой» (занятие – практикум) 5 класс: «Правильное питание – залог здоровья» 6 класс: «Здоровое питание»	классные руководители
6	Игра – праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	заместитель директора по ВР, классные руководители
7	Выставка книг по теме: «Гигиена питания»	библиотекарь
Ноябрь		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию	ответственный за ОГП
2	Проведение уроков-здоровья 1-2 класс: «Как правильно есть» 3-4 класс: «Где и как готовят пищу» 5-6 класс: «Режим питания»	классные руководители
3	Проведение классных часов 3 класс: «Это удивительное молоко» (занятие – исследование)	классные руководители

	4 класс: «Кулинарные обычаи» (игра – путешествие)	
4	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за ОГП
5	Родительские собрания: «Питание подростков вне дома»	классные руководители
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за ОГП
Декабрь		
1	Проведение уроков–здоровья: 1-2 класс: «Как сделать кашу вкусной» 3-4 класс: «Молоко и молочные продукты» 5-6 класс: «Энергия пищи»	классные руководители
2	Проведение классных часов 3 класс: «Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков» (игра) 4 класс: «Питание и красота (практикум)» 6-7 класс: «Правильное питание – залог здоровья» 9 класс: «Правильное питание – залог здоровья»	классные руководители
3	Выставка книг по теме: «Красиво! Вкусно! Полезно!».	библиотекарь
Январь		
1	Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы) «Правильное питание» (5-6 классы)	заместитель директора по ВР, классные руководители
2	Проведение уроков–здоровья 1 -2 класс: «Плох обед, если хлеба нет» 3-4 класс: «Блюда из зерна» 5-6 класс: «Где и как мы едим»	классные руководители
Февраль		
1	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	Ответственный за ОГП
2	Проведение уроков–здоровья 1-2 класс: «На вкус и цвет товарищей нет» 3-4 класс: «Дары моря» 5-6 класс: «Ты – покупатель»	классные руководители
3	Проведение классных часов 2 класс: «Кулинарное путешествие по Простоквашино» (инсценировка сказки) 3 класс: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» 7 класс: «Удивительные превращения колоска» 8 класс: «Правильное питание – залог здоровья»	классные руководители
4	«Масленица»	заместитель директора по ВР, классные руководители
5	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за ОГП

6	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ответственный за ОГП, классные руководители
7	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за ОГП
8	Выставка книг по теме: «Правильное питание»	библиотекарь
Март		
1	Проведение уроков–здоровья 1-2 класс: «Где найти витамины весной» 3-4 класс: «Кулинарное путешествие» по России 5-6 класс: «Как питались на Руси и в России»	классные руководители
2	Проведение классных часов 2 класс: «Поешь рыбки – будут ноги прытки» (игра – конкурс) 3 класс: «Где найти витамины весной» (игра – путешествие) 5 класс: «Что я – знаю о воде?»	классные руководители
3	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за ОГП
4	Конкурс: выпуск видеоролика «Зачем нужна горячая еда?» (9-11 классы)	заместитель директора по ВР, классные руководители
5	Выставка книг по теме: «Простые истины о здоровье и питании».	библиотекарь
Апрель		
1	Проведение уроков–здоровья 1-2 класс: «Как утолить жажду» 3-4 класс: «Как правильно вести себя за столом» 5-6 класс: «Кухни разных народов»	классные руководители
2	Проведение классных часов 1 класс: «Умеем ли мы правильно питаться?» 3 класс: «День рождения Зелибобы» (герой улицы Сезам – о правильном питании)	классные руководители
3	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	классные руководители
4	Работы бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за ОГП
5	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	ответственный за ОГП
6	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
Май		
1	Анкетирование учащихся и родителей по вопросам питания	ответственный за ОГП, классные руководители
2	Проведение уроков–здоровья:	классные руководители

	1-2 класс: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» 3-4 класс: «Какую пищу можно найти в лесу» 5-6 класс: «Кулинарное путешествие»	
3	Проведение классных часов 2 класс: «Кулинарные традиции моей семьи» (проект) 3 класс: «Секреты поварёнка» (круглый стол - о последствиях неправильного питания)	классные руководители
4	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за ОГП
5	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	ответственный за ОГП, классные руководители
Июнь		
1	Отчет об организации питания	ответственный за ОГП

Формы работы с дошкольниками в соответствии с образовательными областями

Образовательные области.	Формы работы
Познавательное развитие	Наблюдения (за работой помощника воспитателя, поваров, старшей медицинской сестры, врача- педиатра). Экскурсии (Знакомство с кухней; медицинским кабинетом и др.). Решение, моделирование обучающих ситуаций по программе «Разговор о здоровье и правильном питании» («Если хочешь быть здоров, что для этого надо делать?», «Мы идем в магазин», «Как сделать кашу вкуснее?», «Как утолить жажду», «Что помогает быть сильным и ловким», «Чем должен питаться здоровый человек? и др.). Работа с рабочими тетрадями, решение логических задач. Конкурсы-викторины «Знатоки молока», «Витаминиада», «Хлеб в сказках и рассказах» и др.
Социально-коммуникативное развитие	Беседы, обсуждение с детьми различных ситуаций возникающих в результате неправильного питания («Чем надо питаться, чтобы стать сильнее?», «Что случилось с Вили Пухом?», и др). Ситуативный разговор /решение проблемных ситуаций/ («Где взять витамины зимой?», «Что значит: летний день – год кормит», «Как можно самим на окошке вырастить витамины?»). Сюжетные – ролевые игры («Семья», «Супермаркет», «Приглашаем гостей», «Поварята», «Кафе», «Овощной магазин», «Кухня», и др.). Игры с правилами/настольно-печатные, дидактические («Фруктовое лото», «В лес за ягодами», «Во саду ли, в огороде», и др.).

	Составление и отгадывание загадок по теме «Ягоды, овощи, фрукты».
Физическое развитие	Подвижные игры («Кто быстрее соберет урожай овощей», «У медведя во бору», «Съедобное-несъедобное», «Щука и караси», «Огуречик», «Яблонька» «Игра в классики» и др.). Игровые упражнения, пальчиковая гимнастика («Соберем орешки», и др.). Соревнования со старшими дошкольниками («Чья команда соберет быстрее урожай», «Веселые старты»). Игры с правилами («Маленькие повара», «Ждем гостей», «Детский сад», и др.).
Художественно-эстетическое направление	Организация и проведение детских творческих конкурсов (совместно с родителями) «Щедрая Осень», «Соблюдаем правила здорового питания», «Хлеб всему голова», «Мы за здоровый образ жизни». Слушание, исполнение детских музыкальных произведений («На горе – то калина», «Во саду ли, в огороде» и др.); Музыкальные подвижные игры. Музыкально-дидактические игры.
Речевое направление	Чтение, обсуждение, разучивание детских литературных произведений по формированию ЗОЖ. Игры с пословицами и словами «Объясни пословицу», «Пословицы запутались», «Венок из пословиц», «Сложные слова» и т.д. Игровые задания «Подбери рифму»

Работа с родителями

Месяц	Формы работы
Сентябрь	1. Анкетирование родителей «Здоровое питание – здоровый ребенок» 2. Выставка детского творчества «Что мы знаем о полезных продуктах» 3. Рекомендации для родителей. «Как приучить ребенка есть овощи и фрукты» 4. Развлечение «Витаминиада». Совместное чаепитие.
Октябрь	1. Конкурс фотографий «Мой домашний обед». 2. Совместное творчество с дошкольником «Моя любимая каша». 3. Методические рекомендации для родителей «Как уберечься от повышенных нитратов в овощах и фруктах?»
Ноябрь	1. Развлечение с родителями «Путешествие на остров Здоровья» 2. Совместная деятельность «Книга полезных рецептов» 3. Беседа «Питание и здоровье дошкольника»
Декабрь	1. Конкурс пирогов для родителей «Моя домашняя выпечка»
Январь	1. Конкурс плакатов «Мы за правильное питание»
Февраль	1. Осторожно - Аллергия!!! Наглядная информация для родителей.
Март	1. Конкурс рецептов: «Любимый салат нашей семьи». Опрос среди родителей, умение воспитанников владеть столовыми приборами дома.
Апрель	1. Конкурс-соревнование «Пирамида здорового питания моего ребенка». 2. Задание на дом : посадить, вырастить и сделать(зарисовать) вывод.
Май	1. Приглашение родителей в «Детское кафе».

	2. Ярмарка хлебных изделий. Выпечка домашнего печенья.
--	--