

# Программа уроков «Школа питания» и «Здоровая Олимпиада»

Номинация: «Лучший молодежный  
проект по сохранению здоровья»



Руководитель команды: Юхневич Алина Вагаршаковна,  
ТС «Пятёрочка», Россия, Москва

# Проблематизация. Актуальность проекта

- 1 Неправильное питание — одна из ключевых причин повышенного индекса массы тела, что провоцирует рост заболеваний, повышенную смертность и дополнительную нагрузку на систему здравоохранения.
- 2 Превышение нормы Индекса массы тела характерно для 63% жителей России, причем 19% имеют ожирение, а 44% — избыточную массу тела (предожирение).  
\* Источник: [Росстат, 2023 год](#)
- 3 В школах не реализуются в достаточном количестве программы, влияющие на культуру питания, при этом формирование здоровых пищевых привычек в детском и подростковом возрасте критически важно для здоровья взрослых.

## Целевая аудитория

1. Первичная целевая аудитория: **педагоги школ** по всей России, которые открыты к новым образовательным программам и заинтересованы в том, чтобы школа помогала детям развивать необходимые для жизни навыки.  
Их мотивация — повышение качества образования, профессиональный интерес, улучшение имиджа школы.
2. Вторичная аудитория, основные благополучатели:  
**Школьники 1-11 классов** по всей России, возраст: 7–17 лет, обучающиеся в городских и сельских школах.
3. **Родители школьников**, которые хотят изменить отношение своих детей к правильному питанию. Хотят улучшить рацион своих детей, но не всегда имеют достоверную информацию. Получают косвенное влияние через семейные задания и рекомендации по продуктам.



## Стадия проекта. Зрелость проекта

- Завершённый проект/успешная практика (кейс) (проект продуман, есть команда, ресурсы, проект прошел внедрение на целевой аудитории, может быть использован как «лучшая практика» для масштабирования на других площадках или расширении целевой аудитории)

### **Проект признан успешным:**

- Включён в перечень рекомендованных мероприятий Минпросвещения РФ
- Поддержан 54 региональными министерствами образования
- Методика разработана при участии Роспотребнадзора и ФИЦ питания

### **Готов к масштабированию:**

- Есть цифровая платформа с личными кабинетами и аналитикой
- Подготовлены методические материалы для тиражирования
- Контент программы масштабируем и расширяем — возможно добавление новых тем, а также адаптация под запросы регионов и локальные особенности
- Возможность выхода на международный уровень (страны СНГ) — возможно при наличии локального инфраструктурного партнёра — например, ритейлера, логистического или образовательного оператора

# Миссия проекта. Цели и задачи проекта

*Миссия программы — сформировать в российском обществе культуру осознанного питания с детства как основу психологического и физического здоровья нации. Результат — изменение пищевого поведения у детей и родителей, зафиксированное через сравнение данных до/после, обратную связь и изменения в потребительской корзине.*

## Цели и задачи

- |   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| 1 | Стимулировать школьников и их семьи питаться осознанно и сбалансированно, позитивно влияя на их психологическое и физическое здоровье. | 1 | Обеспечить доступ к качественным образовательным материалам по здоровому питанию через цифровую платформу.   |
| 2 | Сформировать у целевой аудитории проекта устойчивые компетенции здорового питания и ЗОЖ.   | 2 | Провести серию образовательных мероприятий в школах по всей стране и вовлечь в программу не менее 100 000 школьников ежегодно.                                 |
| 3 | Содействовать достижению национальных целей РФ по укреплению здоровья и увеличению продолжительности жизни населения.                  | 3 | Создать устойчивую модель для продолжения и масштабирования проекта. Обеспечить измерение эффективности программы через надежную систему мониторинга и оценки. |

## Суть проекта



Комплексная образовательная программа, состоящая из "Здоровой Олимпиады" (масштабного мероприятия, актуализирующего знания о ЗОЖ) и "Школы питания" (серии практико-ориентированных уроков по формированию культуры здорового питания).



Проект опирается на концепцию осознанного питания, которая учит детей распознавать индивидуальные сигналы своего организма, формировать здоровые пищевые привычки и делиться полученными знаниями с семьей.



Программа использует геймификацию и цифровые инструменты для повышения вовлеченности, что делает образовательный процесс более эффективным и интересным как для педагогов, так и для учеников.

# Механика проекта



Проект реализуется в течение учебного года в два основных этапа:

Октябрь-апрель:  
"Школа питания"

Апрель:  
"Здоровая Олимпиада"

Инструменты:

1. Геймифицированная цифровая платформа с личными кабинетами для педагогов и учеников: быстрый вход, аналитика, поддержка, автоматические сертификаты, челленджи
2. Методические материалы для проведения уроков, соответствующие ФГОС. Новый образовательный фрейм, не дидактический, а психологически мягкий и вовлекающий. Вместо диет, правил и запретов — понимание сигналов тела, принятие еды без стыда, рефлексия и интуитивный выбор
3. Система мотивации участников: призы от партнёров, розыгрыши, интеграция с платформами VK/«Другое дело»

Ключевые этапы

1. Подготовка педагогов и регистрация школ в программе (май-сентябрь): вебинары, инструкции, GR-поддержка, личные кабинеты
2. Проведение уроков "Школы питания" с вовлечением семей (октябрь-март): 3 урока: теория + практика в классе + семейное задание
3. Проведение "Здоровой Олимпиады" (апрель) для актуализации темы и вовлечения школ: масштабное онлайн-соревнование, метапредметные задания, 5 возрастных категорий, задания для взрослых
4. Проведение входного и выходного тестирования для оценки изменений: измерение ЗОЖ-компетенций, доказательная оценка результатов
5. Анализ результатов и подготовка к следующему циклу программы: аналитика по регионам, NPS, формирование шорт-листа победителей

## Основные результаты проекта

- Масштаб охвата – более 224 000 школьников из 88 регионов России приняли участие в "Здоровой Олимпиаде" в 2024 году, а "Школа питания" охватила более 100 000 школьников из 74 регионов в текущем учебном году.
- Высокая образовательная эффективность – 92% школьников, прошедших программу, успешно справились с заданиями и продемонстрировали +8% рост уровня знаний по теме здорового питания. Медианный балл у тех, кто не участвовал в уроках, составил 56 баллов, тогда как у участников программы – 64 балла.
- Устойчивое изменение поведения – 68% учеников закрепили и улучшили компетенции здорового питания и применяют их регулярно, а 20% начали применять принципы здорового питания впервые.
- Измеримое влияние на потребительское поведение семей – зафиксировано позитивное отклонение в структуре покупок семей-участников в пользу ЗОЖ-продуктов на 3-3,5% и снижение потребления нездоровых продуктов.
- Высокий уровень удовлетворенности участников – 82% школьников и 89% педагогов удовлетворены программой и готовы рекомендовать её другим.

# Основные результаты проекта

## Изменение потребительского поведения

**+3,5%\***

средний прирост по ЗОЖ-покупкам в потребительской корзине участников

**+6.1%**

прирост по РТО среди участников

**+2.1%** трафик

**+4.1%** средний чек

**+6.1%** траты на гостей

**+2.1%** частота визитов

- Консервы овощные
- Консервы рыбные
- Крупы и зерновые
- Масло растительное
- Орехи
- Замороженная плодовоовощная продукция и мясо птицы
- Кисломолочная продукция
- Овощи, грибы, зелень
- Фрукты и ягоды
- Птица и полуфабрикаты охлаждённые
- Хлеб зерновой

Рост покупок ↑

- Продукция быстрого приготовления
- Семечки
- Сухие завтраки, мюсли
- Зефир, мармелад, пастила
- Кексы, рулеты
- Печенье, крекер
- Шоколадные пасты
- Напитки, квас, тоник
- Пироги, изделия сдобные
- Замороженные полуфабрикаты
- Масложировые продукты
- Колбасные изделия
- Кулинария, готовые блюда

Снижение покупок ↓

\*Аналитика проводилась по бонусной карте "Пятёрочка"

# Информация о текущем статусе реализации проекта

**2022-2023 уч. год:** реализован пилот программы (1138 учеников, 19 школ, 2 города)

**2023-2024 уч. год:** масштабирование программы на всероссийский уровень (28 458 учеников, 471 школа, 50+ регионов)

**2024-2025 уч. год:** дальнейшее расширение программы (120 000+ школьников на текущий момент)

[Статья в АиФ](#)

[Статья в КП](#)

[vk.com/5pitanie](https://vk.com/5pitanie)

[shkola-pitania.rf](https://shkola-pitania.rf)

[здоровая-олимпиада.rf](https://zdorovaya-olimpiada.rf)

*Охват "Здоровой Олимпиады" 2024:*

**224 454** ученика из **5 811 школ** (15% школ РФ)

**87%** школьников делятся полученными знаниями с родителями

Эффективность программы подтверждена трехлетними исследованиями с контрольной группой

# Каналы продвижения проекта

**GR-продвижение** и получение поддержки от региональных министерств

Роспотребнадзор и ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» (стратегический партнёр), «Здоровая Олимпиада» единственное мероприятие в категории ЗОЖ, включённое Министерством Просвещения РФ в перечень рекомендованных для школ на 2024-2025 учебный год

**Реклама** в телеграм-каналах и в сообществах вконтакте

Использовались нативные публикации и спецпроекты в тематических каналах. Платформа «Другое Дело» (ВКонтакте) подключена как партнёр по продвижению и мотивации участников через цифровые задания и призы.

**Пресс-релизы** и охват в СМИ, внутрисетевое продвижение через «Пятёрочку»

Программа продвигается в магазинах: плакаты, радиообъявления, пуш-уведомления в приложении, спецпроекты с федеральными и региональными медиа и в корпоративных каналах партнёров.

# Ресурсы



1. Финансирование проекта “ТС Пятёрочка”
2. Информационная и государственная поддержка
3. Цифровая платформа, позволяющая проводить масштабирование
4. Потенциал международного масштабирования  
\* цифровой формат и мультикультурная адаптивность позволяют масштабировать проект в страны СНГ
5. Данные, собираемые для аналитики и научных исследований.  
\* в 2025 году планируется публикация результатов исследования поведения школьников, основанного на данных до/после, обратной связи и потребительской аналитике
6. Расширение партнёрской сети, экспертная поддержка для разработки дополнительного контента

# Команда проекта

## Руководители проекта



**Юхневич Алина Вагаршаковна**, профессионал в создании устойчивых стратегий и ESG-трансформации бизнеса с более чем 15-летним управленческим опытом в сфере маркетинга, PR, проектного управления, стратегии. Россия, Москва, 1988 г. <https://vk.com/uhnevich>



**Демешко Екатерина Викторовна**, руководитель проектов устойчивого развития ТС «Пятёрочка», успешно реализовавшая экологические, социальные и образовательные проекты в масштабах всей страны. Россия, Москва, 1986 г.

## Ключевые члены команды



**Алиса Игоревна Соколова**, креативный лидер и соучредитель Collab. Сертифицированный менеджер по изменениям (Prosci), спикер SIA. Увлечена клиентским опытом и имеет опыт работы в качестве педагога и психолога, Россия, Москва, 1994 г.



**Анастасия Михайловна Комкова**, руководитель проектов с 15-летним опытом на стыке инноваций, государственного управления, образования и социальных инициатив. Сооснователь агентства социальных изменений Collab, Россия, Москва, 1989 г.