Неделя школьного питания с 11 по 15 декабря 2023 года

Министерством просвещения Российской Федерации совместно с Федеральным центром мониторинга питания обучающихся в период с 11 по 15 декабря 2023 года проводится «Неделя школьного питания».

В целях популяризации правильного питания и здорового образа жизни в МОБУ СОШ № 3 им. генерал-фельдмаршала М.С.Воронцова г. Ейска МО Ейский район с 11 по 15 декабря 2023 года проводилась «Неделя здорового питания», в ходе которой были организованы мероприятия, посвященные теме здорового и правильного питания.

Цель проведения:
повышение уровня информированности обучающихся о значимости здорового питания, особенно в школьном возрасте, содействие созданию условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся, воспитывать культуру питания.

Одной из важнейших задач сегодня является формирование у детей ответственного отношения к своему здоровью

12.12.2023г. в 1-11-х классах проведены классные часы «Уроки о здоровом питании школьников».

Учащиеся вели речь о том, что такое правильное питание, какие продукты необходимо употреблять, чтобы повысить иммунитет, а также пришли к выводу, что для детского организма необходимо горячее питание.

В начальной школе внеклассное занятие в формате просмотра видеоурока.

13.12.2023г. проведены классные часы на тему: «Какие продукты и почему необходимо включить в рацион питания детей, почему организму нужна вода?»

Важными задачами являются формирование полного представления о правильном питании, о его влиянии на здоровье организма, формирование у детей ответственного отношения к своему здоровью.

Основные проблемные вопросы, которые обсуждались на классном часе:

1. Что такое здоровое питание?
2. Какие продукты являются полезными, а какие вредными?
3. Что необходимо знать школьнику о своем питании?

14.12.2023 г. в 5-8-х классах проведены часы здоровья «Какие напитки должны пить дети?»

1412.2023 г. проведен родительский контроль питания и составлен соответствующий акт.

15.12.2023 во 2-8 –х классах проведены классные часы: « Как приготовить пищу, полезную для детей и взрослых?». В ходе занятия выяснили, что пища должна быть разнообразной, и, конечно, нужно учитывать возраст, национальные традиции и место проживания. Пришли к выводу,

что здоровая еда – это здорово! А так же, для организма ребенка необходимо горячее питание.

16.12.2023г. в 5-10-х классах прошли классные часы: «Какие существуют группы продуктов питания, чем они полезны? Какие продукты и блюда не должны присутствовать на твоем столе?»

Были проведены конкурсы рисунков (1-2 классы) «Овощи и фрукты – полезные продукты» и стенгазет (3-4 классы) о рациональном питании. Ученики 4 -А класса приняли участие в творческом конкурсе: весёлый рассказ или сказка «Как я правильно питаюсь», стихи о здоровом питании.

Все мероприятия соответствовали возрастным и психологическим особенностям учащихся, прошли на высоком эмоциональном подъеме. В процессе мероприятий ребята узнали о том, что питание школьника должно быть сбалансированным и для здоровья детей важнейшее значение имеет соблюдение режима приема пищи. Так же узнали, что при составлении меню обязательно учитываются потребности организма, связанных с его ростом и развитием. Но не только о здоровой и полезной пище был разговор. Была затронута тема о том, что вредит нашему здоровью – это любимые продукты всех школьников: чипсы, сухарики, жевательные резинки и газированные напитки. Активность учащихся на разных этапах была высокой, психологическая атмосфера - доброжелательной.