



**План воспитательно-оздоровительной работы ГБОУ гимназия № 363
«Здоровое питание»
на 2024-2025 учебный год**

Цель: Использование педагогических технологий и методических приёмов для демонстрации учащимся значимости рационального питания в сохранении их физического и психического здоровья.

Обеспечение 100% - охвата школьников рациональным сбалансированным горячим питанием в целях сохранения и укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

Задачи:

- **1. Воспитательные:**
 - 1.1. Воспитать культуру сохранения и совершенствования собственного здоровья
 - 1.2. Воспитать негативное отношение к вредным продуктам питания
 - 1.3. Просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей школьного возраста.
 - 1.4. Воспитать культуру питания среди обучающихся
- **2. Развивающие:**
 - 2.1. Сформировать привычку правильно питаться и соблюдать режим питания
 - 2.2. Выработать навыки выбора правильных продуктов питания и составления ежедневного рациона
- **3. Образовательные:**
 - 3.1. Познакомить детей с принципами здорового питания на материалах современных исследований
 - 3.2. Повышать активность учащихся на уроке
 - 3.3. Работать над сознательным усвоением материала

№ п/п	Мероприятие (наименование, форма проведения)	Сроки	Ответственные
1	Беседа с родителями о необходимости здорового питания	Сентябрь Родительские собрания	Классные руководители
2	Проведение классных часов по темам: - режим дня и его значение 1 классы - культура приема пищи 2 – 3 классы - «Витамины» 4 классы - Острые кишечные заболевания и их профилактика 5-6 классы	октябрь-декабрь	Классные руководители
3	Выставка рисунков на тему «Полезные продукты»	ноябрь	Учитель ДПИ
4	Презентация: Рациональное питание как основной здоровье сберегающий фактор. 7-8 классы	декабрь	Классные руководители
5	Книжная выставка «Здоровье и питание»	январь	Заведующая библиотекой
6	Беседы с учащимися 9-11 классов «Берегите свою жизнь» и «Здорового аппетита!»	Февраль-март	Классные руководители
7	Конкурс газет, плакатов среди учащихся 3 – 5 классов «О вкусной и здоровой пище»	Март-апрель	Педагог-организатор

Интегрированные уроки

по рациональному питанию в рамках учебного процесса

Предмет	Содержание занятия
Биология	Основные компоненты пищи, их значение. Физиология пищеварения, значение рационального питания для нормального функционирования желудочно-кишечного тракта Жевание. Роль правильного измельчения пищи во рту для профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта. Витамины. Микроэлементы. Их значение для организма человека.

География	Национальные кухни и блюда. Подход с точки зрения рационального питания
ИЗО	Рисунок "Мое меню"
Иностранный язык	Чтение, пересказ текста по рациональному питанию или проблемам со здоровьем, вызванным нерациональным питанием
История	Рассмотрение эпидемий голода, холеры и т. д. с позиции рационального питания, соблюдения мер гигиены
Литература	Обсуждение меню персонажей литературного произведения (А. Пушкин "Евгений Онегин", А. Толстой "Война и мир", Н. Гоголь "Вечера на хуторе близ Диканьки" и т. д.)
ОБЖ	Обсуждение продуктов питания, отрицательно влияющих на состояние здоровья (апрель)
Обществознание	Обсуждения проблемы питания в обществе в рамках здорового образа жизни
Физика	Использование физических факторов (температура, измельчение и т. д.) для обработки пищи. Роль правильной обработки пищи (например, кипячения) для профилактики различных заболеваний.
Химия	Пищевые добавки и их отрицательное влияние на здоровье. Белки, жиры, углеводы как компоненты пищи и их значение для организма