



## Организация питания обучающихся

**Организация питания учащихся является важным направлением деятельности образовательных организаций, определяющим не только состояние здоровья школьников, но и эффективность их обучения.**

В течение 1 и 2 учебной четверти, по пропаганде здорового питания, были проведены беседы и , классные часы на темы:

- «Режим питания. Правила поведения за столом»»;
- «Здоровое питание»;
- «Здоровое питание и распорядок дня современного школьника»;
- «Питание и здоровье»;
- «Обработка пищевых продуктов перед употреблением. Правила ухода за посудой»;
- «Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья»;
- «Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и готовых блюд».

Оформлены информационные стенды»:

- «Мы – здоровое поколение»;
- «Что необходимо знать, чтобы быть физически здоровым».

**С 11 по 31 января 2021 года в школе проходил месячник по питанию «Питание и здоровье».**

Цель: повышение уровня информированности всех заинтересованных сторон о значимости здорового питания, особенно в школьном возрасте, содействие созданию условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся. Для реализации поставленной цели был составлен план работы.

Мероприятия Месячника были направлены на формирование культуры здорового питания, а также на мотивацию к здоровому образу жизни.

Во всех класса прошел час здоровья «Полезная еда».

Содержание классных часов, носило разнообразный характер и специальную направленность в целях повышения культуры питания, формирования мировоззрения на ЗОЖ.

5 класс- «10 шагов на пути к здоровому питанию» - час здоровья.

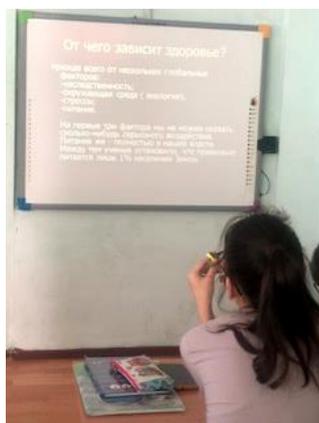
6 класс – «Азбука здорового питания» - викторина.

7 класс - «Здоровое питание» - диспут.

8 класс - «Здоровое питание - залог здоровья!» - беседа.

9 класс - «Мы едим, чтобы жить...» - занятие практикум.

10- 11 класс – «Здоровым быть – это здорово!» - устный журнал.



Для учащихся 1-4 классов была проведена шоу-программа «Уроки доктора Витаминки».



Мероприятие соответствовало возрастным и психологическим особенностям учащихся, прошло на высоком эмоциональном подъеме. В процессе мероприятия 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

Анализ показал, что все мероприятия носят в основном просветительский, профилактический характер и направлены на формирование здоровья как нравственной категории. Работа месячника по здоровому питанию дала возможность учащимся ещё раз подумать, поразмышлять о таком важном вопросе, как здоровое и правильное питание. Все запланированные мероприятия прошли на высоком уровне и имели положительное воздействие на участников.