

Неделя правильного питания в МБОУ «СОШ № 13»

С 11 по 15 декабря 2023 года в нашей школе проходила неделя здорового питания.

Цель недели: сформировать у учащихся понятие «здоровое питание», объяснить обучающимся, что такое режим и рацион питания, познакомить с перечнем пищевых веществ, необходимых человеку, а также с калорийностью продуктов, привлечь учащихся к обязательному приёму пищи в школьной столовой.

В рамках «Недели правильного питания» проведен цикл мероприятий, посвященных теме здорового и правильного питания:

11.12.2023	Выставка детских рисунков, 1-4 классы
Ежедневно	Классные часы «Разговоры о здоровом питании» 1-11 классы
13.12.2023	Беседа «Правильное питание», «Правила поведения за столом» от соц.педагога Козловой И.Г. 1-4 классы
14.12.2023	Родительский контроль, дегустация школьного питания
15.12.2023	Подведение итогов, завершение недели здорового питания.

В понедельник 11 декабря состоялось открытие недели правильного питания. Также в этот день состоялась выставка детских рисунков, в которой участвовали 1-4 классы и предоставили много замечательных работ.



Ежедневно проводились классные часы, где классные руководители показали презентации на тему: «Правильное питание». Проводили беседы на темы:

- Что такое здоровое питание
- Какие продукты незаменимы для жизни
- Какие продукты вредны для организма
- Почему так важно пить воду
- Культура приема пищи

13 декабря социальный педагог Козлова И.Г. провела беседы в 1-4 классах, в своей беседе рассказала ребятам что при составлении меню обязательно учитываются потребности организма, связанные с ростом и развитием ребёнка.

Ученики узнали о том, что питание школьника должно быть сбалансированным и для здоровья детей важнейшее значение имеет соблюдение режима приема пищи.



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.

И, конечно же, была затронута тема: «Правила поведения за столом»

Дети задавали интересные их вопросы и получали на них исчерпываемые ответы.



15 декабря, в проведении мероприятий «Недели правильного питания», участвовали представители родительского комитета школы, провели дегустацию блюд школьной столовой. По результатам родительского контроля был составлен акт проверки школьной столовой родительской общественностью.

Все участники дегустации оценили работу школьной столовой на «отлично».

Представленные блюда соответствовали меню, свойства блюд оценены высоко, замечаний по качеству обработки посуды, чистоты столов и стульев не было, условия для

соблюдения правил личной гигиены созданы. Родители (законные представители) остались довольны дегустацией.

Работа «Недели правильного питания» дала возможность всем участникам мероприятий еще раз подумать, поразмышлять о таком важном вопросе, как правильно питаться и важность привлечения учащихся к обязательному питанию в школьной столовой.

Все запланированные мероприятия прошли на высоком уровне и имели положительное воздействие на участников.

