

## Неделя здорового питания

**«Важнейшим фактором формирования здорового подрастающего поколения является правильное питание. С целью формирования у обучающихся культуры питания, как составляющей здорового образа жизни, создания благоприятных условий для сохранения и укрепления физического здоровья школьников в нашей школе с 05 декабря по 09 декабря прошла «Неделя школьного питания».**

В нашей школе организовано бесплатное горячее питание для учащихся 1-4 классов и льготное питание для учащихся 1-11 классов. Работниками столовой проводится С-витаминизация, для приготовления пищи используется йодированная соль, в течение всего учебного года в меню присутствуют свежие фрукты и овощи по сезону. Организация питания наших учащихся находится под постоянным контролем школьной администрации и родительского контроля. Санитарно-гигиеническое состояние пищеблока соответствует требованиям СанПиНа. Ежедневно проводится уборка помещения, по пятницам организовано проведение санитарного дня. Хранение продуктов осуществляется в соответствии с санитарными нормами. Соблюдаются правила техники безопасности. Помещение столовой эстетически оформлено. Ежемесячно проводится посещение столовой членами родительского контроля для оценки качества организации школьного питания в школе.



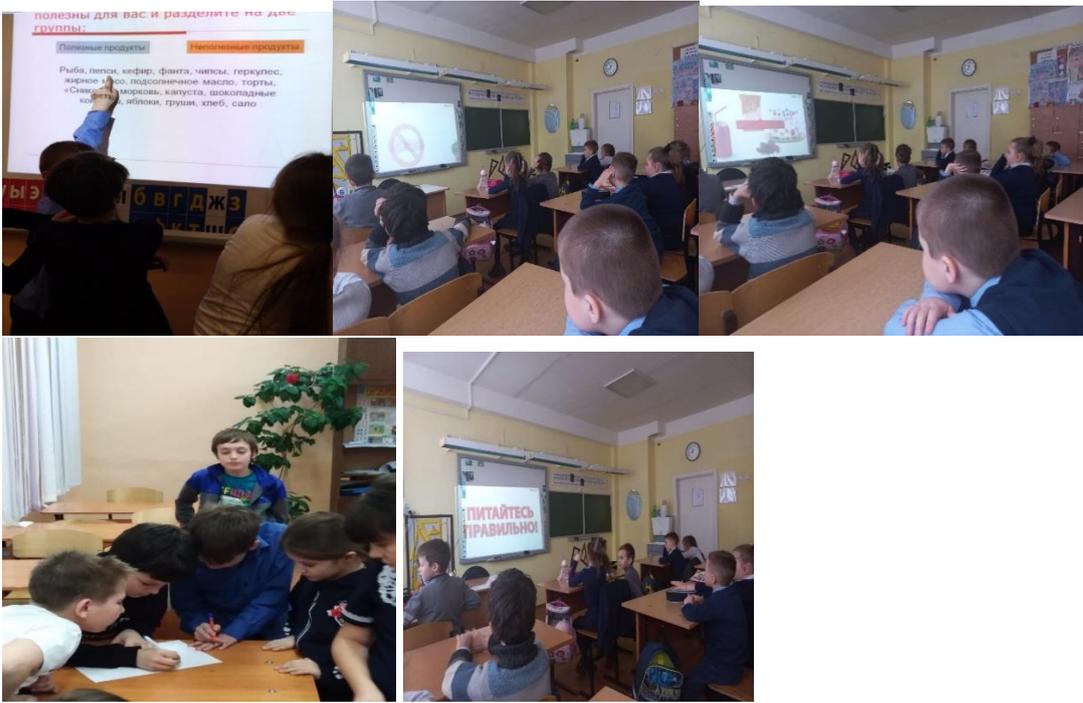
Наша неделя началась с выставки рисунков и плакатов 1-6 классов на тему «Здоровое питание – залог здоровья».





В течение недели были организованы в 1-11 классах тематические классные часы на тему «Здоровое питание», которые были направлены на формирование культуры здорового питания, пропаганду здорового образа жизни среди школьников, воспитание культурно-гигиенических навыков.

В 1-4 классах классные руководители провели беседы и внеклассные мероприятия: «Значение витаминов и минеральных веществ в рационе питания младшего школьника», «десять правил правильного питания», целью которого являлось формирование навыков здорового образа жизни, гигиены питания, принципов безопасного и здорового питания. Ребята познакомились с пирамидой питания, с правилами правильного питания. В конце занятия поиграли в игру «Полезно-неполезно», разгадали кроссворд и изготовили памятки «К здоровью через образованность!». Дети внимательно и с интересом слушали информацию.



В 4 «А» 05,06,08 декабря классе прошли тематические дни: «Русская трапеза», «Здоровый завтрак», «Каша — матушка наша», «Кулинарные традиции в семье». Учащиеся в игровой форме знакомились с принципами правильного питания, с перечнем пищевых веществ, необходимых человеку, а также калорийностью продуктов.



В 7-10 классах в период с 05 декабря по 09 декабря 2022г. дети с удовольствием приняли участие в изготовлении памяток учащихся и буклетов «Правильное питание учащихся – залог здорового будущего».



07 декабря во 2 «В», 2 «Г», 4 «А» классах состоялась спортивная эстафета под названием «Спортивные игры о правильном питании и здоровом образе жизни».



8 декабря школьная медицинская сестра Светлана Владимировна Плохих провела беседу о здоровом питании, она познакомила учеников 4 «Б», 4 «Г» класса со «здоровыми» продуктами питания, их значением для человека, с понятиями «питательные вещества», «правильное» или «здоровое питание», рассказала о трёх законах правильного питания, Соблюдая их можно настроить свой организм на эффективную работу, плоды которой не заставят себя долго ждать.



