

Отчет о проведении "Недели здорового питания" в

ГБОУ "СОШ №7 с.п. Экажево"

С 11 по 15 декабря 2023 года в школе прошла «Всероссийская неделя здорового питания». Цель мероприятия: повышение уровня информированности обучающихся о значимости здорового питания, особенно в школьном возрасте, содействие созданию условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся в школах. В рамках «Недели здорового питания» прошли различные мероприятия, направленные на пропаганду здорового питания школьников.

«Неделя здорового питания» началась с оформления стенда, выставки рисунков и плакатов «Здоровое питание – залог здоровья», в которой приняли участие обучающиеся 1 — 4 классов, на выставке было представлено более 30 работ.





В 1-4 классах классные руководители провели тематические беседы и внеклассные мероприятия на темы: «Значение витаминов и минеральных веществ в рационе питания младшего школьника», «Правильное питание – залог здоровья», «Десять правил правильного питания». Целью данных мероприятий 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 ребята поиграли в игру «Полезно-вредно», разгадали кроссворд, нарисовали рисунки. Дети внимательно и с интересом слушали данную информацию.



12.12.-15.12- было запланировано проведение родительского контроля организации питания обучающихся с измерением индекса несъедаемости. Родительский контроль питания в школе-это право, позволяющее следить за тем, насколько качественную пищу употребляют дети.





В 5 и 6 классах прошел классный час «Секреты здорового питания». Цель: создать условия для формирования правильного отношения к своему здоровью через понятие здорового питания. Учащиеся познакомились с основами правильного питания, с продуктами, которые полезны для организма. Так же говорили с ребятами о вреде чипсов и лимонада для организма человека. Ребята пробовали составить меню завтрака для себя из полезных продуктов. Ответили на вопросы анкеты «Правильно ли ты питаешься?»



Для учащихся 7-10 классов проведена лекция «Фаст – фуд : польза или вред». Учащиеся познакомились с понятием рацион питания, режим питания. Ребята говорили о важности правильного питания, о последствиях для здоровья отсутствия разнообразия в питании и употреблении фаст-фуда .



Федеральный центр мониторинга питания обучающихся проводил опрос по удовлетворенности качеством школьного питания.

Учащимся 1 – 4 классов предлагаем пройти опрос «Удовлетворенность качеством школьного питания обучающихся» по ссылке <https://фцмпн.рф/опрос/дети/?ysclid=lpqoqhpn1915950316>

Родителям (законным представителям) обучающихся 1 – 4 классов – «Удовлетворенность качеством школьного питания и участие родителей в системе контроля за школьным питанием обучающихся» <https://фцмпн.рф/опрос/родители/?ysclid=lpqotbsj30847..>

Итогом «Недели школьного питания» стал вывод о том, что здоровая еда – это здорово, но для организма ребенка огромную роль играет горячее питание. Всегда важно помнить, никогда не поздно пытаться изменить в лучшую сторону свой образ жизни и пищевые привычки, чтобы быть духовно и физически здоровыми, прожить долгую и счастливую жизнь!