Аналитическая справка по итогам «Недели школьного питания»

С 11 по 15 декабря 2023 года в МКОУ СШ № 3 прошла «Неделя школьного питания». Целью которого является: 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 школьного питания» прошли различные мероприятия, направленные на пропаганду здорового питания школьников.

В 1-4 классах классные руководители провели тематические беседы и внеклассные мероприятия на темы: «Сахар друг или враг?», « Режим питания», «Вредные продукты». 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-неполезно», разгадали кроссворд, нарисовали рисунки. Дети внимательно и с интересом слушали данную информацию.

С целью формированию у обучающихся устойчивой мотивации здорового образа жизни, повышению компетентности участников образовательного пространства в области здорового рационального питания, формированию навыков культуры питания в 3 и 4 классах проведен конкурс домашних рецептов «Вкусная и здоровая пища».

В рамках недели здорового питания, с целью развития познавательной активности и творческих способностей в школе проведен конкурс рисунков «Мой вкусный и полезный завтрак».

В нем приняли участие обучающиеся 1- 2 классов. К данному конкурсу они отнеслись творчески. Нарисовали с помощью красок, фломастеров очень яркие и красочные рисунки.

Ребята в своих работах отобразили знания о правильном питании, каким оно должно быть, зачем нам нужно правильно питаться. Ребята постарались не только выразить свои предпочтения в еде, но и рассказали, полезная это пища или вредная. Ребята придумали лозунги здоровому питанию, например, «Правильно питаемся, растем и развиваемся».

В 5 - 8 классах были проведены классные часы на темы; «Что мы едим и пьем», « Сахарный диабет – причины и профилактика» 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?»

В 5-6 классах проведена игра- викторина «Продукты разные нужны, блюда разные важны».

Для учащихся 9-11 классов были проведены классные часы на темы:» Формула правильного питания», «Сахарный диабет- проблема современности»

С целью наглядно продемонстрировать, что здоровое и правильное питание может быть вкусным, доступным, и легким в исполнении, между учащимися 5-11 классов был проведен конкурс стенгазет, посвященный «Неделе правильного питания».

В рамках “Недели школьного питания”, в библиотеке МКОУ СШ №3» организована книжная выставка “ Будь здоров”. В книгах, представленных на выставке, можно найти более подробную информацию о витаминах, калорийности продуктов, о способах восстановления организма при различных заболеваниях и много интересных фактов о правильном питании.

Здоровье очень важно, ведь если человек часто болеет, он не может полноценно учиться и работать, у него плохое настроение. Но во многом здоровье зависит от самого человека, от того, как он о нем заботится.

Книги на выставке помогут ответить на интересующие вопросы, связанные с вашим здоровьем и питанием. В книгах, представленных на выставке, вы можете найти более информацию о витаминах, калорийности продуктов, много интересных фактов о правильном питании, огромное количество вкусных, а самое главное полезных рецептов.

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!

Исполнитель: Нестерова Т.А.