

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **План**  **мероприятий в рамках недели «Здоровое питание»**  **в МБОУ СОШ с.Раздзог**  ***Цели:***  **1. Совершенствование системы питания.**  **2. Формирование у детей и подростков ценностного отношения к основам культуры питания.**  ***Задачи:***  **1. Расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила.**  **2. Формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.**  **3. Предупреждение заболеваний и сохранение здоровья школьников.**  **4. Просвещение педагогов и родителей в вопросах организации правильного питания.**  ***Прогнозируемый результат:***  **1. 100% охват горячим питанием обучающихся.**  **2. Обеспечение благоприятных условий для организации режима дня детей и подростков.**  **3. Повышение уровня знаний родителей и обучающихся школы по вопросам здорового питания, здорового образа жизни.** | | | |
| **№**  **п/п** | **Мероприятия** | **Дата**  **проведения** | **Ответственные** |
| 1. | Анкетирование обучающихся,  воспитанников  по вопросам питания. | в течение недели | классные руководители,  ответственный по  питанию. |
| 2. | **Классные  часы на  тему:**  1 — 4 классы, «Значение витаминов и минеральных веществ в рационе питания младшего школьника, воспитанника. Профилактика витаминной недостаточности»  5,7,8 классы «Воспитание культуры питания у подростков» «Продукты с особыми свойствами в рационе питания»  9, 11 классы. «Особенности питания подростков во время экзаменов, при интенсивных учебных нагрузках» | по  расписанию | классные руководители, воспитатели  Фотоотчет! |
| 3. | **Оформление стенда в столовой:**  рисунки на тему: «Овощи и фрукты – полезные продукты» (1-4 классы),  буклеты, памятки, стенгазеты «Здоровое питание залог здоровья»(5-11 классы) | в течение недели | классные руководители (участие  класса  обязательно), воспитатели |
| 4. | Организация выставки в школьной библиотеке на тему:      «О здоровом питании»  Фотоотчет! | в течение недели | педагог-библиотекарь |
| 5. | Тематические  уроки по рациональному питанию в рамках различных учебных предметов  (приложение к плану  №1)  Фотоотчет!!! | по  расписанию | Учителя-предметники:  биологии, географии, ИЗО, иностранного языка, истории, технологии, литературы, ОБЖ , обществознание, русский язык, физики, химии, информатики |
| 6. | Подведение итогов недели здорового питания в школе. Общешкольное  мероприятие «Кухни  народов  мира». Мастер  класс поваров  школьной столовой.  Фотоотчет!!! | 15.04.2022 | Классные  руководители (участие  класса  обязательно),  повара школьной  столовой |

ПРИЛОЖЕНИЕ

к  плану  недели «Здоровое питание»

**Содержание тематических уроков по рациональному питанию**

**в рамках различных учебных предметов**

|  |  |
| --- | --- |
| **Предмет** | **Содержание занятия** |
| Биология | Основные компоненты пищи, их значение. Физиология пищеварения, значение рационального питания для нормального функционирования желудочно-кишечного тракта. Жевание. Роль правильного измельчения пищи во рту для профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта. Витамины. Микроэлементы. Их значение для организма человека. |
| География | Национальные кухни и блюда. Подход с точки зрения рационального питания. |
| ИЗО | Рисунок «Мое меню», «Витамины в жизни человека» |
| Иностранный язык | Чтение, пересказ текста по рациональному питанию или проблемам со здоровьем, вызванным нерациональным питанием. |
| История | Рассмотрение эпидемий голода, холеры и т.д. с позиции рационального питания, соблюдения мер гигиены. |
| Технология | Обучение приготовлению блюд вкусной и здоровой пищи. Обучение правилам этикета. |
| Литература | Обсуждение меню персонажей литературного произведения (А.Пушкин «Евгений Онегин», А.Толстой «Война и мир», Н.Гоголь «Вечера на хуторе близ Диканьки» и т.д.). |
| ОБЖ | Обсуждение продуктов питания, отрицательно влияющих на состояние здоровья. |
| Обществознание | Обсуждения проблемы питания в обществе. |
| Русский язык | Диктант, изложение или сочинение на тему рационального питания, компонентов пищи или заболеваний, связанных с питанием. |
| Физика | Использование физических факторов (температура, измельчение и т.д.) для обработки пищи. Роль правильной обработки пищи (например, кипячения) для профилактики различных заболеваний. |
| Химия | Пищевые добавки и их отрицательное влияние на здоровье. Белки, жиры, углеводы как компоненты пищи и их значение для организма. |
| Информатика | Чертеж пирамиды рационального питания |





