

Отчет по « Неделе здорового питания» в ГБОУ «СОШ №1 г. Назрань»

№	Наименование ОО	Наименование Мероприятия	класс	Ответственные	Ссылки
1	ГБОУ «СОШ№1 г. Назрань»	презентации на тему «Приготовим вместе с мамой».	4 «а»	Шибилова А.Б.	https://shkola1nazran-r26.gosweb.gosuslugi.ru/
2	ГБОУ «СОШ№1 г. Назрань»	Тематический классный час "10 правил здорового питания"	7 «В»	Чапанова З.И.	https://shkola1nazran-r26.gosweb.gosuslugi.ru/
3	ГБОУ «СОШ№1 г. Назрань»	Классный час "Вредные и полезные продукты".	8 «Б»	Оздоева Л.Д.	https://shkola1nazran-r26.gosweb.gosuslugi.ru/
4	ГБОУ «СОШ№1 г. Назрань»	Кл.часы на тему «Воспитание культуры питания у подростков»	1-4 классы	Классные руководители	https://shkola1nazran-r26.gosweb.gosuslugi.ru/
5	ГБОУ «СОШ№1 г. Назрань»	Тематический классный час "Секреты здорового питания"	5-6 классы	Классные руководители	https://shkola1nazran-r26.gosweb.gosuslugi.ru/
6	ГБОУ «СОШ№1 г. Назрань»	Конкурс рисунков	1-11 классы	Классные руководители	https://shkola1nazran-r26.gosweb.gosuslugi.ru/
7	ГБОУ «СОШ№1 г. Назрань»	Тематический классный час "Овощи на столе - здоровье на 100 лет"	9 «б»	Агиева А.И.	https://shkola1nazran-r26.gosweb.gosuslugi.ru/



**Неделя
ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ**

План тематической недели «Неделя здорового питания» с 11.12.2023г. по 15.12.2023г.

Девиз: «Здоровое питание - успешное образование»

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. Просвещение педагогов и родителей в вопросах организации правильного питания.**

Прогнозируемый результат:

- 4. Улучшение состояния здоровья школьников по показателям заболеваний, зависящим от качества питания.**
- 5. Обеспечение благоприятных условий для организации режима дня детей и подростков.**
- 6. Повышение уровня знаний родителей (законных представителей) и обучающихся по вопросам здорового питания, здорового образа жизни.**

В рамках Недели здорового питания проведен цикл мероприятий, посвященных теме здорового и правильного питания. Учащиеся 1-х классов подготовили презентации на тему «Приготовим вместе с мамой».

Цель данной творческой работы:

- развитие мелкой моторики рук, расширение знаний о разнообразии и пользе круп, овощей;

Пребывание ребенка на кухне способствует развитию его воображения, росту интереса к домашним делам. В дальнейшем ребенок будет стараться стать более самостоятельным, помогать, радовать и делать приятное родным и близким. Ребята выяснили, где и как растут различные овощи, узнали, какая польза содержится в овощах, способы обработки овощей и технику безопасности работы на кухне. Вместе с родителями нашли информацию о пользе овощей, так необходимых для роста и ума. Овощное меню – самое полезное из того, что нам может предложить природа. Они богаты растительной клетчаткой, живительной влагой, минералами, аминокислотами. Свежие или приготовленные овощи способны заменить собой первое, второе и третье блюдо: салат, легкий овощной борщ, овощное рагу, кабачковое варенье на десерт. Многочисленные пословицы о пользе овощей – наглядное тому подтверждение. Учащиеся сами подготовили пословицы и загадки об овощах, информацию

об их пользе, а также поделились рецептами овощных салатов и блюд. Были сделаны выводы, что все овощи полезны, в них содержатся вещества, необходимые для роста и развития детей. Третьеклассники расширили знания о полезных свойствах овощей, осознали необходимость витаминов в пище, получили представления о правильном питании.

В 4-х классах прошёл классный час на тему "Основы рационального питания", где ребята узнали про питательные вещества, которые необходимы организму человеку, что такое рациональное питание и как соблюдать правильный рацион. Учащиеся 6-х классов продемонстрировали домашние рецепты. Ребята углубили свои знания о правильном питании, сформировали принципы правильного питания, личностного самоопределения. Обучающимся было очень интересно узнать о том, что у каждой национальности есть свои специфические блюда. У многих возникло желание приготовить их и угостить своих одноклассников.

(82,6%) – что их устраивает ассортимент школьной продукции,
(17,4%) отметили однообразность меню.

Также ребята отметили любимые блюда: картофельное пюре с котлетой, гречка с тефтелями, борщ, салат из капусты, моркови и свеклы.

Немаловажно и то, в какой посуде подаются обеды и завтраки.

Повара школьной столовой (Халухаева З.И. – шеф-повар) всегда встречают приветливо, доброжелательно.

Учащиеся 3 Б класса заполняют анкеты.

Также были проведены классные часы:

4-е классы «Пищевая ценность продуктов питания»;

Прошли родительские собрания в 3 – 4 классах, на которых обсуждали вопрос организации горячего питания в школе.

12 декабря прошла очередная дегустация блюд школьного питания. Родители заполнили дегустационные листы и внесли записи в Книгу отзывов, жалоб и предложений.

Проведенные мероприятия формируют целостное представление о здоровом питании школьников;

- побуждают детей к разумному, бережному отношению к своему здоровью;
- расширяют знания детей о здоровом образе жизни, роли правильного питания.
- вырабатывают на основе этих знаний необходимые навыки и привычки норм питания.

Тематический классный час в 9 классе "Овощи на столе - здоровье на 100 лет"

12 декабря 2023 г. в 8 классе (классный руководитель Агиева А.И.) прошёл тематический классный час "Овощи на столе - здоровье на 100 лет".

Тематический классный час в 7 классе "10 правил здорового питания"

13 декабря 2023 г. в 7 классе (классный руководитель Чапанова З.И.) прошёл тематический классный час "10 правил здорового питания". На классном часе ребята поговорили о том, что правильное питание - важная часть здорового образа жизни, пришли к выводу, что питание должно быть разнообразным, содержать жиры, углеводы, белки, витамины. Это очень важно для растущего организма. Так же важно соблюдать режим питания.

Тематический классный час в 5, 6 классе "Секреты здорового питания"

14 декабря 2023 г. прошёл тематический классный час в 5, 6 классе "Секреты здорового питания". В ходе классного часа ребята проанализировали состав чипсов и "Кока - колы", узнали о влиянии веществ, входящих в состав этих продуктов, на организм человека. После обсуждения ребята сделали вывод, что еда должна быть полезной и здоровой. Дети вспомнили какие продукты относятся к здоровой и полезной пище, а так же какие витамины в ней содержатся. Итогом классного часа стала игра "Полезно-неполезно".

15 декабря - Международный день повара

15 декабря - Международный день повара. Сегодня ученики нашей школы поздравили школьных поваров с этим замечательным событием. Ребята вручили им памятные открытки и подарки.

Дорогие повара! Пусть ваши блюда всегда будут вкусными, а жизнь удивляет только приятными новостями. Удачи, любви, счастья и только положительных эмоций.









Ссылка на ролик:

https://vk.com/wall-216195160_398





