Неделя здорового питания в школе

Укрепление здоровья школьников является одной из приоритетных задач

современной школы. Горячее питание детей во время пребывания ребенка в школе

является одним из необходимых условий поддержания здоровья учащихся и

способности к успешному обучению.

С целью повышения компетентности участников образовательного пространства в

области здорового рационального питания, формирования культуры питания в МКОУ

«Игнатовская основная школа» с 25 по 6 марта 2018 года прошла Неделя здорового питания.

В мероприятиях, запланированных к провидению в течение Недели, приняли

участие учащиеся 1-5-х классов.

На достижение поставленной цели было направлено проведение таких

мероприятий, как:

- Выставка рисунков учащихся 1-4-х классов о пользе здорового питания;

- Конкурс сочинений о здоровом питании;

- Конкурс презентаций «Каша – здоровье наше!» и видеороликов о правильном питании;

- Викторина «Азы здорового питания. Чудесные свойства меда и молока»;

- Выступление волонтерской группы «Одуванчики» на тему: «Правда о фастфудах»;

- Рекламная акция «Салаты – источники витаминов!»;

- Конкурс буклетов о пользе меда и молока;

- Фотовыставка «Здоровое питание в нашей семье».

Открылась Неделя с выставки рисунков. На выставке были представлены

конкурсные работы учащихся 1-4-х классов о пользе здорового питания. Перед юными

художниками стояла задача отразить в своих рисунках видение «Правильного, здорового

питания». Каждый из участников конкурса сумел воплотить с помощью кисти и красок

свое видение этой важной темы.

  



Свое видение правильного питания самые маленькие участники Недели – учащиеся

2-3-х классов смогли выразить в сочинениях, которые они представили на конкурс.

Привлечение внимания младших школьников к здоровому образу жизни и к правильному

питанию стало целью данного конкурса. Детские работы отличались своей

непосредственностью, искренностью содержания и глубиной понимания важности

сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста.

В рамках Недели здорового питания 25 февраля в актовом зале школы состоялся

конкурс презентаций «Каша – здоровье наше!» для учащихся 5-х классов. Тема конкурса детских презентаций выбрана не случайно. Каша – одно из основных блюд, входящих в рацион питания детей и подростков. Одной из задач участников конкурса было донести до всех присутствующих, что каша полезный и неотъемлемый продукт питания школьников. С этой задачей успешно справились все участники конкурса.

Не менее важными в питании человека являются такие продукты как мед и молоко.

Не случайно мед и молоко включены в ежедневный рацион питания учащихся. Конкурс буклетов о пользе меда и молока был организован с целью укрепления здоровья учащихся путем включения в ежедневный рацион питания меда и молока. В конкурсе приняли участие учащиеся 1-5-х классов школы.

Каждый класс представил на конкурс по 2 буклета – о меде и молоке.

 

Активную профилактическую работу по пропаганде здорового питания и

формированию негативного отношения к вредным привычкам в питании провели учащиеся 3-5-х классов. Выступление сопровождалось яркой, красочной наглядностью, интересной презентацией, исполнением песен о пользе здоровой пищи и вреде фастфудов на музыку известных автором с текстом собственного сочинения.

Активизация познавательной деятельности учащихся в вопросах здорового питания

и популяризация употребления меда и молока в питании учащихся стали основной целью

викторины «Азы здорового питания. Чудесные свойства меда и молока». В викторине

приняли участие ученики 3-х классов. В ходе викторины ребята закрепили и расширили

знания о полезных свойствах меда и молока, продуктах питания, витаминах, о правилах

здорового питания.

В течение всей Недели в холле школы была развернута фотовыставка «Здоровое

питание в нашей семье». На выставке были представлены семейные фотографии

учащихся школы с семейными блюдами, традициями приготовления пищи, культуры

приема пищи, эстетикой сервировки стола.

Проведенные в рамках Недели здорового питания мероприятия способствовали

формированию у учащихся устойчивой мотивации здорового образа жизни, повышению

компетентности участников образовательного пространства в области здорового

рационального питания, формированию навыков культуры питания.

*Юденко Т.В., учитель МКОУ «Игнатовская основная школа» и ученица 9 класса Школьная Арина*