



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Нижнеказанищенская гимназия имени Абусуфьяна Акаева»

368205. РД, Буйнакский район, с. Нижнее Казанище

e-mail: n-Kazanische_gimnaziya@mail.ru



Министерством просвещения Российской Федерации совместно с Федеральным центром мониторинга питания обучающихся в период с 11 по 15 декабря 2023 года проводится «Неделя здорового питания». Акция проводится в целях повышения уровня информированности обучающихся о значимости здорового питания.

В связи с этим в нашей школе запланированы и проводятся следующие мероприятия:

- социологический опрос от ФЦМПО обучающихся и родителей 1-4 классов по вопросам удовлетворенности школьным питанием <https://фцмпо.рф/опрос/>
- занятия, беседы, лекции о здоровом питании;
- викторины по здоровому питанию.

Методические разработки для проведения «Недели здорового питания» размещены на сайте: <https://фцмпо.рф/>



С 11 декабря по 15 декабря 2023 года в МБОУ «Нижеказанищенская гимназия имени А.Акаева» проходила неделя здорового питания.

Цель недели: сформировать у учащихся понятие «здоровое питание», объяснить обучающимся, что такой режим и рацион питания, познакомить с перечнем пищевых веществ, необходимых человеку, а также с калорийностью продуктов.

В рамках «Недели правильного питания» проведен цикл мероприятий, посвященных теме здорового и правильного питания.

В понедельник, 11 декабря было открытие недели. Классные руководители 1-х классов Казбекова У.М. и Мусаева С.У. показали видеопрезентацию на тему: «Правильное питание и здоровый образ жизни неразделимы». Ввели учащимся понятие правильного питания для сохранения здоровья, дали рекомендации по ведению здорового образа жизни.

12 декабря прошла викторина между двумя командами **«ОВОЩИ И ФРУКТЫ - НЕЗАМЕНИМЫЕ ПРОДУКТЫ!»** Викторину провела Джалакова А.А. Дети отгадывали загадки, составляли пословицы, разгадывали кроссворд, делили и раскладывали продукты на полезные и вредные. Узнали пользу каждого фрукта и овоща, о том какую работу выполняют витамины, содержащиеся в них.

13 декабря состоялся классный час на тему «Секреты правильного питания», где ребята узнали про питательные вещества, которые необходимы организму человеку, что такое рациональное питание и как соблюдать правильный рацион. Ребята углубили свои знания о правильном питании.

14 декабря обучающиеся 4 «А» и 4 «Г» классов приняли участие в конкурсе рисунков «Здоровое питание», оформили стенгазету «Тарелка здоровья». Классные руководители провели с детьми беседы о полезном питании. Также для учащихся проведены классные часы о здоровом образе жизни и здоровом питании.

В 4г классе был проведен классный час: **«Какие напитки и продукты полезны детям?»** Ребята с классным руководителем обсудили, что значит здоровое питание, какие напитки являются полезными, а какие приносят вред организму. Ребята пришли к выводу, что здоровая еда это здорово, нужно менять свои пищевые привычки в лучшую сторону. Итогом классного часа стали рисунки с полезными продуктами и напитками.

В 3 б классе в рамках недели здорового питания прошёл классный час " Мы за здоровое питание!" Третьеклассники повторили полезные и вредные продукты питания, учились определять продукты, в которых много витаминов и полезных веществ для роста и развития детского организма. Также ребятам было предложено собрать пословицы о питании. В конце занятия ребята сделали вывод: Мы за здоровое питание!

В 3 «А» и 3 «В» классах состоялся конкурс «Что такое здоровое питание?», главным девизом которого стали слова «Здоровое питание — здоровый организм!». В процессе интеллектуального состязания участники команд продемонстрировали знания об истории продуктов питания и правилах здорового питания, умения объяснять пользу или вред пищевых привычек и составлять правильный рацион питания.

Одной из важнейших задач сегодня является формирование у детей ответственного отношения к своему здоровью. В течение недели учащиеся ознакомились с понятиями: правильное питание, полезные продукты, меню, учились различать полезные и вкусные продукты, вели речь о том, что такое правильное питание, какие продукты необходимо употреблять, чтобы повысить иммунитет, а также пришли к выводу, что для детского организма необходимо горячее питание. В ходе мероприятий выяснили, что пища должна быть разнообразной, и, конечно, нужно учитывать возраст, национальные традиции и место проживания. Никогда не поздно пытаться изменить свой образ жизни и пищевые привычки в лучшую сторону, чтобы быть здоровыми духовно и физически, прожить долгую и счастливую жизнь!

Пришли к выводу, что здоровая еда – это здорово! А так же, для организма ребенка необходимо горячее питание.

Итогом недели «Здорового питания» стал день открытых дверей в школьной столовой с приглашением родительского контроля.



