

**Отчет**  
**о проведении мероприятия в рамках «Недели здорового питания»**  
**МКОУ «СОШ №12» ИГОСК**

В соответствии с Планом мероприятий в период с 11 по 15 декабря 2023 года в школе прошла «Неделя здорового питания», были проведены следующие мероприятия, направленные на пропаганду здорового питания школьников.

**11.12.2023.** Проведена беседа в 7 классе под названием «Здоровое питание и распорядок дня современного школьника». После беседы о здоровье человека, ребята работали с пословицами и объясняли их значения, составили распорядок своего дня. И все пришли к выводу, что только в совокупности здоровое правильное питание и организованный распорядок дня – это залог здоровья каждого человека.

**11.12.2023.** В 10 классе прошёл классный час на тему: «Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья» где с ребятами обсудили вопрос о более опасных для здоровья продуктах питания, которые очень любят ребята - фастфуды, чипсы, лимонад, жевательные конфеты, чупа-чупсы, пирожные и т.д.

**12.12.2023.** На классном часе учащиеся 5 класса узнали о том, почему необходимо принимать пищу по режиму. Как важно правильно питаться для роста и развития школьников. Важной темой в беседе были правила поведения за столом. Ребята внимательно слушали и отвечали на вопросы.

**12.12.2023.** В 11 классе прошёл классный час на тему "«Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и готовых блюд». Целью данного мероприятия является формирование навыков здорового образа жизни, гигиены питания, принципов безопасного и здорового питания. Ребята познакомились с информацией о болезнях и их лечении, а также о профилактике этих заболеваний. Было интересно и познавательно!

**13.12.2023.** В рамках «Недели здорового питания» в 9 классе прошёл классный час «Здоровое питание. Вредная пятерка и полезная десятка». В ходе классного часа ребята разобрали, чем могут быть вредны и полезны продукты, которые они едят.

**14.12.2023.** Классный час направленный на пропаганду «Здоровое питание» прошёл в 6 классе. Ребята узнали, что питание это ежедневный рацион который основывается на принципах здорового питания, отвечает требованиям безопасности и создает условия для физического и интеллектуального развития, жизнедеятельности человека и будущих поколений.

**14.12.2023** В 9 классе прошли беседы на тему: «Обработка пищевых продуктов перед употреблением». Разговор вели о составе и значении пищи в жизни человека. Ребята познакомились с санитарно-гигиеническими требованиями к приготовлению пищи, а также изучили безопасные приёмы работы на кухне. Правила ухода за посудой". После проведенной беседы, отвечали на вопросы, были активными, любознательными, много интересного рассказали о значении пищи, витаминах

**14.12.2023.** С педагогом-психологом прошёл лекторий для обучающихся 9, 11-ых классов: «Питание в период экзаменов», были изготовлены буклеты для родительских чатов с информацией «Питание в период экзаменов». Родители были проинформированы по вопросам здорового питания с использованием буклетов и памяток «Укрепление

здоровья детей через здоровое питание», «Пищевые привычки», «Мотивация к формированию здорового образа жизни».

С 12 по 15 декабря 2023 в рамках «недели здорового питания, для учащихся 1-11 классов в школьной библиотеке прошла книжная выставка «Кухни народов мира». Заведующая библиотекой познакомила учащихся с национальными блюдами стран Китая, Италии, Греции, Белоруссии, а также рассказала об особенностях питания японцев, китайцев, корейцев и конечно большое внимание уделила традиционной русской кухне – самой популярной и широко распространённой в мире. Ребята получили подробную информацию о витаминах, калорийности продуктов, о способах восстановления организма при различных заболеваниях и много интересных фактов о правильном питании. На информационных стендах размещены памятки, направленные на формирование у обучающихся знаний о здоровом питании, соблюдении правил и этикета питания. Организованы беседы с родительской общественностью, с обучающимися по пропаганде здорового образа жизни.

Итогом «Недели здорового 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!

Директор



Р.А. Ежова

Надежда Васильевна Ефремова  
(86545)78123