

В рамках акции «Школьное питание – рациональное питание» в период с 20 ноября по 25 ноября 2023 года в школе № 36 был проведен ряд мероприятий.

Хочется отметить, что классными руководителями в системе проводится воспитательная работа по формированию у учащихся культуры приема пищи и здорового образа жизни. В течение недели было проведено множество классных, информационных часов и мероприятий.



В 1-х классах прошли классные часы на тему «Лакомств тысяча, а здоровье одно», которые содействуют формированию умения выбирать продукты, полезные для здоровья. Дети разгадывали загадки о продуктах, участвовали в игре «Полезно – не полезно», просмотрели видеоролик для детей «Правильное питание – путь к здоровью», приняли участие в конкурсе рисунка «Продукты на моем столе». Немаловажным моментом стало путешествие по станциям: «Пища и человек», «Витамины», «Загадки», «Закончите пословицы», «Окажи помощь», «Золотые правила питания».

В 4-х классах интересно и познавательно прошел классный час с дидактической игрой «Правила здорового питания». 4 «Б» класс на свой классный час на тему «Здоровые зубы – залог здоровья» пригласил врача-стоматолога. Ребята узнали, как правильно чистить зубы, какими щетками пользоваться, как правильно питаться. Каждый

ученик получил в подарок зубную щетку.

В 3 «А» классе прошел информационный час «Польза витаминов с грядки». Загадки, рисунки и сообщения детей дополнялись слайдами из презентации «Витаминная страна».

2-е классы использовали на классном часу беседу с элементами драматизации «Основы рационального питания». Цель такого классного часа – это формировать у учащихся представление о здоровом питании для человека. Классным руководителем были использованы мультимедийная презентация, тест «Здоровое питание», кроссворд «Азбука здоровья», игра на составление пословиц, отгадывание ребусов, видеоролик «Пирамида питания».

В 5 «А» и 5 «В» классах прошли классные часы на тему «Здоровое питание. Что это?». Ребята рассказали о своём ежедневном рационе, поделились знаниями о здоровом питании. Обсуждали важность правильного, сбалансированного питания для растущего организма и вред фастфуда. В заключение все вместе разработали памятку о здоровом питании.

В 6 «А» классе прошёл классный час на тему «Здоровое питание». Целью данного мероприятия было углубление представления детей о рациональном питании, продолжение формирования позитивной оценки здорового образа жизни. Вначале учащиеся составили меню здорового питания, с интересом послушали лекцию «Вредная пятерка». Также ребята активно поучаствовали в викторине «Правильное питание». В конце все вместе сделали выводы, что в современном мире модно быть здоровым и вести активный образ жизни, занимаясь спортом и правильно питаясь.

В 6 «Б» классе был проведен интерактивный классный час «Питание литературных героев». Учащиеся продемонстрировали свои знания в области не только литературы, но и в области здорового образа жизни. Ребята распределяли продукты на здоровые и вредные, составляли меню завтрака, обеда, ужина, давали цельные рекомендации по соблюдению правил здорового питания. Домой ребята отправились в хорошем настроении, пообещав отобедать только полезными продуктами.

В 7 «А» классе прошел информационный час на тему «Уроки этикета за столом». Знания о столовом этикете помогут воспитать человека, с которым приятно не только кушать, но и общаться и проводить время.

В 7 «Б» классе прошел классный час «Формула здорового питания», на котором учащиеся разрабатывали проекты «ТОП 5 самых вредных продуктов» и «ТОП 10 полезных продуктов». Данное мероприятие позволило расширить знания учащихся о правильном питании, способствовало развитию умения подростков эффективно взаимодействовать со сверстниками.

Для учащихся 8 «А» и 8 «Б» классов прошла встреча с участием диетолога-консультанта по питанию «Диета: вред или здоровье?» В ходе мероприятия ребята познакомились с пользой и вредом разного вида диет, принципами рационального питания, получили ответы на свои вопросы.

Учащиеся 9 «А», 9 «Б» классов провели исследование по теме: «Как питались наши любимые литературные герои». С увлечением ребята читали литературные произведения, где было описание кулинарных традиций, пиров, обедов. Подготовили презентацию и викторину для всех присутствующих.

Классные часы в 10-11-ых классах прошли под названием «Полезное питание – завтра здоровая нация». Учащиеся разработали меню на день, включив в рацион полезные продукты. А как их выбирать, они рассказали друг другу, подготовив ролики, презентации.