

ОТЧЁТ

по проведению «Недели здорового питания»
в МОУ СОШ № 3 г. Зеленокумска»



С 11 по 15 декабря 2023 года в МОУ СОШ № 3 г. Зеленокумска» прошла «Неделя здорового питания». В рамках «Недели здорового питания» проводились различные мероприятия по формированию культуры здорового питания:

- уроки здоровья «Здоровое питание»,
- цикл бесед и консультации совместно с ответственным по питанию Дутовой Т.Н.: «Азбука здорового питания», «Здоровое питание», «Дневное школьное питание», видеоролик: «Мульти-азбука здоровья», «Вкусная и здоровая пища»;
- классные часы: «Правильное сбалансированное питание школьника» (1-4 кл.), «Здоровое питание подростка», «Правильное питание как основа здорового образа жизни» (5-8 кл.), «Здоровая пища - здоровая нация!» (9-11 кл.);
- информационная минутка «О пользе овощей и фруктов» (2-4 кл.);
- анкетирование «Питание в школе», «Довольны ли вы питанием?»;
- книжная выставка «Кухни народов мира» (1-11 кл.);
- игры для начальных классов «Путешествие в город «Здоровейка» (1-4 кл), игра-викторина: «Азбука правильного питания» (5-8 кл);
- конкурс рисунков и стенгазет «Здоровое питание» 1-4 классы, «О вкусной и здоровой пище» среди 5-11 кл., а также проведена акция среди обучающихся «За что скажем спасибо поварам» и другие мероприятия.

Своими впечатлениями дети делились с родителями, которые тоже активно принимали участие в мероприятиях.

Проведенные мероприятия для родителей: «Мы – вместе!», «Пицца пати», «Здоровое питание детей младшего школьного возраста», «Кулинарные традиции в семье» прошли в доброжелательной и теплой атмосфере.

Здоровое питание – это питание, ежедневный рацион которого основывается на принципах здорового питания, отвечает требованиям безопасности и создает условия для физического и интеллектуального развития, жизнедеятельности человека и будущих поколений.

Пришли к выводу, что здоровая еда - это здорово, а так же, для организма ребенка необходимо горячее питание. 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! Будьте здоровы, питайтесь правильно!

Фото-отчет

