

Культура здорового питания

С 14 марта по 19 марта 2022 года в нашей школе проходила неделя по организации школьного питания "Культура здорового питания". Неделя проходила под девизом: "Здоровое питание - здоровье будущей нации!". Цель недели: повышение уровня информированности всех заинтересованных сторон о значимости здорового питания, особенно в школьном возрасте, содействие созданию условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся в школах. Неделя должна повысить уровень осведомленности учащихся о значимости здорового питания. В нашей школе организовано бесплатное горячее питание для учащихся 1-4 классов, а также для отдельных категорий учащихся 5-11 классов. Работниками столовой проводится С-витаминизация, для приготовления пищи используется йодированная соль, в течение всего учебного года в меню присутствуют свежие овощи и фрукты. Организация питания наших учащихся находится под постоянным контролем школьной администрации. Санитарно-гигиеническое состояние пищеблока соответствует требованиям СанПиНа. Ежедневно проводится уборка помещения, по пятницам организовано проведение санитарного дня. Хранение продуктов осуществляется в соответствии с санитарными нормами. Соблюдаются правила техники безопасности. Помещение столовой эстетически оформлено.

Наша неделя началась с организации и знакомства с выставкой по теме: "Праздничный стол разных народов". Книжки, брошюры, представленные на выставке, рассказали о традициях, культуре питания народов мира. Для учащихся 6-7 классов было предложено коллективное творческое дело "Рецепты полезных блюд "Мы то, что мы едим", которое провела учитель технологии. Ребята составляли меню рационального питания, дискутировали на тему "Вредная пятерка". Участники мероприятия с удовольствием выполняли все задания. Итогом мероприятия стали составленные рецепты полезных блюд. В начальной школе прошла конкурсная программа "Приятного аппетита". Мероприятие соответствовало возрастным и психологическим особенностям учащихся, прошло на высоком эмоциональном подъеме. В процессе мероприятия ребята узнали о том, что питание школьника должно быть сбалансированным и для здоровья детей важнейшее значение имеет соблюдение режима приема пищи. Так же узнали, что при составлении меню обязательно учитываются потребности организма, связанных с его ростом и развитием. Но не только о здоровой и полезной пище был разговор. Была затронута тема о том, что вредит нашему здоровью - это любимые продукты всех школьников: чипсы, сухарики, жевательные резинки и газированные напитки. Активность учащихся на разных этапах была высокой, психологическая атмосфера - доброжелательной.

