

Справка

С 21 по 25 ноября в МБОУ «Верхне-Ульхунская СОШ» прошла неделя «Здорового питания». В течение недели проводились различные мероприятия по формированию навыков здорового питания у школьников.

Обучающиеся 6 класса провели мероприятие «Здоровое питание ребенка – путь к успеху». Ребята на классном часе узнали, что некоторые продукты вызывают привыкание. Ими были подготовлены мини – проекты о вредных продуктах. В конце классного часа, учащиеся сделали вывод, что правильное питание – одно из важнейших условий существования, нормального функционирования человеческого организма, силы и здоровья.



Учащиеся 7 класса поучаствовали в интеллектуальной игре «Знатоки правильного питания». Социальный педагог рассказала ребятам о том, что питание – одно из ключевых средств поддержания жизни, здоровья, хорошей трудоспособности человека. Ни для кого не секрет, что человек «ест то, что он ест». Поэтому продуктам питания, потребляемым нами – особое внимание! Питание должно быть регулярным, разнообразным, полноценным и сбалансированным по набору жизненно необходимых веществ (белки, жиры, углеводы, витамины, микроэлементы). Далее учащиеся ответили на вопросы анкеты «Как я питаюсь». Далее прошла викторина «Витамины наши

лучшие друзья». В конце классного часа учащиеся пересмотрели свое отношение к питанию и сделали правильные выводы.



Учащиеся 9 класса провели беседу «Правильное питание человека – залог здоровья». Прослушали мини- лекцию о «вредной пятерке» (кока-кола, картофельные чипсы, шоколадные батончики, сосиски, жирное мясо). Играли в игру «Заморочки», где ребята должны были по описанию узнать фрукт или овощ и объяснить чем они полезны. К концу классного часа ребята разработали правила питания.

Ребята с интересом слушали информацию о вреде или пользе тех и иных продуктов, для себя узнали много нового. Научились из предложенных овощей выбирать полезные.