

Отчет по проведению недели здорового питания в школе

30.11.2022 г

Учащиеся 7 «Б» класса в течение Недели здорового питания работали над **мини-проектом**. Результатом работы первой группы стала презентация «Чем кормить мозг?», в которой рассказано о полезных для мозга продуктах: орехи, виноград, морковь, свекла, морепродукты. Вторая группа создала буклет «Умные продукты». Третья группа представила папку-раскладушку «Правильное питание школьников». О своей работе ребята рассказали на классном часе.



Во 2 «А» классе прошла презентация под названием «**Ее величество - каша**». Уточникова Софья рассказала одноклассникам, что праmaterью хлеба величают кашу в народе. Она испокон веков занимала на Руси важнейшее место в повседневном рационе. Каша являлась одним из основных блюд человека. Отсюда и русская пословица: «Каша – мать наша». Каша была обязательным угощением на свадебном пиру. Каша – исконно русское блюдо. Специальные каши варились в честь любого знаменательного события. Ребята узнали рецепт знаменитой «суворовской каши». В ней содержатся витамины А и Е, которые способствуют росту детского организма.

Сюрпризом для второклассников стала **дегустиация гречневой каши** с деревенским натуральным сливочным маслом. Конечно лучше кашу готовить в русской печи, но сейчас это редкость. А вот в мультиварке кашка получилась не хуже: рассыпчатая, распаренная, с маслом! Угостились не только ребята, но и пришедшие в класс на праздник, посвященный Дню матери мамы, бабушки и даже папы! Каша людей объединяет!



В рамках Недели здорового питания между классов 7 «А» и 7 «Б» прошла игра **«Счастливый случай»**. Цель мероприятия – приобщение детей к правильному питанию, осознание ответственности за своё здоровье. Игра включала 7 различных этапов: «Здоровым будешь – всё добудешь», «Каша из топора», «Сорока – белобока кашу варила», «Фруктовый коктейль», «Полезные и вредные продукты», «Молочный аукцион» и задание на приобретение практических навыков в выборе правильных продуктов питания. В результате победила команда «Малинки» 7 «Б» класса. В заключении все дети получили в подарок свежие фрукты



5в класс вспомнили пирамиду здоровья



Подготовили выставку рисунков о здоровом питании.



7в – викторина «Формула правильного питания» -

В рамках Недели правильного питания в 7в классе школы 12 была проведена викторина "Формула правильного питания". В игровой форме ученики вспомнили основы правильного питания и составили меню на день.

Ссылка на заметку - https://vk.com/wall603582882_351

9в – викторина «Кто есть умеет по часам»

В рамках недели Правильного питания в 9в классе школы 12 прошло занятие "Кто есть умеет по часам". Ребята вспомнили правила рационального питания и особое внимание уделили режиму питания. В ходе викторины составили правильный режим питания и меню для основных приемов пищи. Материалы для проведения мероприятия взяты на сайте "Разговор о правильном питании"

Ссылка на заметку - https://vk.com/wall603582882_354

8в – беседа «Образ жизни и рацион питания»

В 8в классе школы 12 прошло занятие "Образ жизни и рацион питания". В ходе беседы ребята познакомились с низкокалорийными и высококалорийными продуктами, с затратами энергии при выполнении разных видов деятельности и вывели формулу баланса энергозатрат и энергопотребления для поддержания идеального веса тела.

Ссылка на заметку - https://vk.com/wall603582882_353

В 5а класса был проведен *интегрированный урок* по русскому языку и математике «О вкусной и здоровой пище» - пишем, думаем, считаем. Цель урока - сформировать представление о правильном питании и совершенствовать умения в определении рода и числа имен существительных, решении арифметических задач в 2-3 действия. Затем учащимся было предложено отгадать загадки, записать отгадки в тетрадь и определить род этих имен существительных. Среди перечисленных продуктов питания были полезные и те, которые не добавят здоровья. Следующий этап урока «зарядка для ума», ребята решали задачи в стихах на тему: «Ты и твое здоровье».

Работа с деформированным текстом позволила ребятам сформулировать правила здорового питания.

Педагоги и воспитанники пришли к выводу, что для здоровья человеку необходимо правильно питаться.

В завершении урока в командах учащиеся составляли ПРАВИЛА, как правильно питаться.

Результаты детей:

Разнообразить свою пищу;

Кушать фрукты и овощи;

Включать в рацион рыбу и морепродукты;

Соблюдать режим питания.



В 6а, 6б классах был проведен урок русского языка «Путешествие по стране здорового питания». Ребята, повторяя лексические понятия на уроке, совершили путешествие по стране здорового питания. В дорогу они взяли полезные продукты, посетили парк «Народная помощь», где были собраны пословицы, поговорки, фразеологизмы о сбережении здоровья. Итог работы – синквейн на тему «Здоровое питание».

9а классе проведено анкетирование для оценки уровня отношения учащихся к проблемам здоровья и здорового образа жизни, классный час, беседа - "Правильное питание - залог здоровья", игра - викторина внутри класса "Секреты здорового питания"



В 4а классе проведена аппетитная **интерактивная игра – викторина «Здорового аппетита»**. Дети узнали, что такое полба, ботвинья, мамалыга, какой город считают родиной манной каши, какую кашу любил есть Петр первый, чем на Руси заменяли картофель. Вели разговор о пользе овощей и фруктов. В завершении выбрали рецепты блюд, полезных для здоровья.



В 1б провели урок-викторину «Чем полезно питаться».

В 4б проведена беседа «Путь к здоровью»