

За фразой «школьное питание» стоит здоровье наших детей. Большую работу по сохранению здоровья обучающихся проводит педагогический коллектив школы. Ведётся активная пропаганда здорового питания, являющегося одной из составляющих здорового образа жизни.

Пропаганда здорового питания – это:

- реализация требований образовательного стандарта по формированию культуры здоровья школьников;
- проведение контрольных проверок родительским комитетом организации рационального питания школьников (1 раз в месяц);
- издание буклетов, рассказывающих о позитивном опыте работы ОУ;
- организация библиотечных выставок «Правильное питание. Полезные продукты»;
- опрос обучающихся о качестве приготовленной пищи в столовой.

Опрос показал, что более 85% учащихся довольны качеством питания, отношение родителей к школьному питанию улучшилось. Охват горячим питанием в КГБОУ «Минусинская школа №8» составляет 100 % обучающихся.

Классные часы, проводимые классными руководителями и воспитателями ГПД по формированию навыков и культуры здорового питания, этикете приема пищи, профилактике алиментарно-зависимых заболеваний, пищевых отравлений и инфекционных заболеваний:

- проводятся часы профилактики, уроки здоровья, на которых используются:
- приёмы, формирующие навыки критического мышления;
- ключевые слова;
- активное чтение (чтение научно-популярной литературы с маркировкой или отбором значимой информации);
- работа с различными типами вопросов: «Что в поведении человека укрепляет его здоровье?»; «Что в поведении человека ухудшает его здоровье?»;
- визуальные способы и организация материала (например, «Копилка здоровья», «Рекорды здоровья»);
- мозговой штурм;
- различные дискуссии (например, «Питание и здоровье», «Красота и здоровье»).

Вопросы пропаганды здорового питания рассматриваются во внеклассной и внеурочной работе с учащимися, просветительской работе с родителями и пр.

Например, в системе воспитательной работы реализуются следующие мероприятия:

- цикл бесед на тему «Азбука здорового питания»;
- проведение классных часов по темам: «Режим дня и его значение», «Культура приёма пищи», «Режим питания и рацион питания», «Острые кишечные заболевания и их профилактика».
- беседы «Разговор о правильном питании», направленных на формирование навыков здорового образа жизни детей и подростков, вопросам культуры питания и его организации.

-на уроках СБО отводится целый раздел о правильном питании. Проводятся деловые игры и тренинги в целях развития у учащихся умений выбирать блюда на завтрак, обед и ужин, сервировать стол и т.д.

О правильном питании просвещаем не только детей, но и родителей через **родительские собрания**, цель которых изменение структуры питания в семье. С этой целью разработано и проведено родительское собрание «Школа и здоровье» для родителей обучающихся. С родителями на родительском собрании мы рассмотрели основные ошибки в нашем питании:

- едим слишком много;
- употребляем жирную пищу;
- неправильно выбираем еду, в пище необходимы свежие овощи, фрукты, рыба, молоко;
- слишком много пьем;
- не вовремя питаемся: вместо пяти раз, мы едим два раза, но до полного насыщения;
- едим много сладкого;
- неправильно храним продукты и их готовим;
- питание должно соответствовать возрасту.