

# Мероприятия, направленные на формирование культуры здорового питания в гимназии

## Проведение классных часов:

- «Красиво! Вкусно! Полезно!»
- «Правильное питание – залог здоровья»,
- «Здоровое питание - здоровая нация»,
- «Традиции чаепития»

## Акция «Мы за здоровое питание!»

## Беседы по темам:

- «Режим дня и его значение»
- «Культура приема пищи»
- «Хлеб — всему голова»
- «Острые кишечные заболевания и их профилактика»

## Оформление в классных уголках рубрики

«Культура здорового питания».

## Конкурс газет среди обучающихся 5-9 классов

«О вкусной и здоровой пище»

## Конкурс рисунков и плакатов на по теме

## Конкурс сказок о культуре здорового питания

## Конкурс четверостиший

«Здоровое питание – залог здоровья!»,

## Анкетирование обучающихся:

- «Школьное питание: качество и разнообразие обедов»
- «За что скажем поварам спасибо?»

## Создание альбома «Интересное о полезном»

## Интегрированные уроки о правильном питании

## Проведение родительских собраний:

- «Пищевые вещества и их роль в питании и здоровье школьника»
- «Основные представления о «пользе» и «вреде» наиболее распространённых продуктов»
- «Полноценное питание ребёнка и обеспечение организма всем необходимым».
- «Питание и болезни»
- «Профилактика желудочно-кишечных заболеваний, инфекционных, простудных заболеваний»
- «Особенности питания школьников, занимающихся спортом»
- «Принципы рационального питания»

- «Формирование культуры здорового питания и экономика страны»

Индивидуальные консультации медсестры  
«Как кормить нуждающегося в диетпитании»

Анкетирование родителей  
«Ваши предложения на следующий учебный год по развитию школьного питания»

Участие обучающихся в конкурсах, викторинах и исследовательской проектной деятельности, направленных на формирование культуры здорового питания.

**Формы работы:**

- встречи с медицинским работником;
- беседы о вредных привычках и их влияние на желудочно-кишечный тракт;
- обеспечение питьевого режима;
- организация горячего питания обучающихся;
- диспуты с обучающимися о культуре здорового питания;
- беседы с обучающимися с демонстрацией презентаций о культуре здорового питания;
- тематические мероприятия по культуре здорового питания;
- родительские собрания по формированию культуры здорового питания;
- индивидуальные беседы с обучающимися о голодании;
- проектная и исследовательская деятельность;
- конкурсы, викторины и акции.