

## **ПЛАН мероприятий по пропаганде здорового питания среди обучающихся и родителей.**

Цели:

1. Совершенствование системы питания.
2. Формирование у детей и подростков ценностного отношения к основам культуры питания.

Задачи:

1. Расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила.
2. Формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.
3. Предупреждение заболеваний и сохранение здоровья школьников.
4. Просвещение педагогов и родителей в вопросах организации правильного питания.

Прогнозируемый результат:

1. Улучшение состояния здоровья школьников по показателям заболеваний, зависящим от качества питания.
2. 100% охват горячим питанием обучающихся.
3. Обеспечение благоприятных условий для организации режима дня детей и подростков.
4. Повышение уровня знаний родителей и обучающихся школы по вопросам здорового питания, здорового образа жизни.

### **1. Создание условий, необходимых для организации здорового питания**

Изучение нормативных документов по гигиеническим требованиям к организации питания детей и подростков.

Организация школьной комиссии по питанию

Проведение мониторинга по охвату питанием учащихся

Конкурс среди обучающихся на лучшее эстетическое оформление интерьера столовой.

Организация питьевого режима с использованием бутилированной воды.

### **2. Организация и проведение диагностических мероприятий**

Опрос родителей по совершенствованию организации школьного питания.

Исследование уровня знаний обучающихся о здоровом питании.

Мониторинг состояния здоровья обучающихся.

Создание базы данных о состоянии здоровья обучающихся на основе мониторинга.

Анкетирование обучающихся и родителей по культуре питания.

### **3. Организация и проведение мероприятий по здоровому питанию**

Проведение бесед, классных часов на темы:

- «Режим питания. Правила поведения за столом»;
- «Здоровое питание»;
- «Здоровое питание и распорядок дня современного школьника»;
- «Питание и здоровье»;
- «Обработка пищевых продуктов перед употреблением. Правила ухода за посудой»;
- «Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья»;
- «Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и готовых блюд».

Конкурс «Дружный и здоровый класс».

Оформление информационных стендов»:

- «Мы – здоровое поколение»;
- «Что необходимо знать, чтобы быть физически здоровым»

Акция «Мы – за здоровую пищу!»

Конкурс домашних рецептов «Вкусная и здоровая пища».

Проведение фотовыставки «Как оформить стол».

Конкурс плакатов «Здоровое питание».

### **4. Работа с родителями.**

Индивидуальное консультирование родителей по вопросам организации школьного питания.

Информирование родителей по вопросам здорового питания с использованием буклетов, информационных стендов.

Круглый стол «Школьное питание. Каким ему быть?» для учителей, обучающихся, родителей и работников столовой.

Лекторий для родителей «Правильное питание - залог здоровья».