



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 00968aa3301041791cea3b601d80c9458e
Владелец: Ильметова Светлана Владимировна
Действителен с 26.06.2023 по 18.09.2024

План мероприятий по реализации и пропаганде культуры здорового и правильного питания в МБОУ «Тобольская СОШ» на 2024-2025 учебный год.

Цель: формирование культуры здорового питания всех участников образовательного процесса.

Задачи:

1. Способствовать формированию ответственного отношения обучающихся к своему здоровью;
2. Повысить ответственность родителей за обеспечение детей питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам сбалансированного питания;
3. Систематизировать работу педагогических коллективов по формированию культуры здорового питания.

Прогнозируемый результат: увеличение охвата горячим питанием школьников; улучшение состояния здоровья детей по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи; обеспечение благоприятных условий для организации учебно-воспитательного процесса.

| | Мероприятия и классные часы | | |
|---|---|----------|--|
| 1 | «Режим питания. Правила поведения за столом» (1-4 кл) | сентябрь | Горохова В.А. Воробьева Н.С. |
| 2 | «Что нужно есть» (5кл-6кл) | Октябрь | Вирт А.К. |
| 3 | «Полезная и вредная еда» дискуссия 7 класс | ноябрь | Камартдинова А.Ф. |
| 4 | «Еда –источник витаминов» (8-11кл) Час здоровья | декабрь | Макарова Г.В. |
| 5 | «Организация здорового питания в школе и дома» (Родительский всеобуч) | сентябрь | Воробьева Н.С |
| 6 | Конкурс домашних рецептов «Вкусная и здоровая пища» 5-11 | январь | Кургузова А.В. |
| 7 | «Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и готовых блюд». | февраль | Ильметова С.В совместно с фельдшером |

| | | | |
|----|---|----------------|------------------------------|
| | | | ФАПа |
| 8 | Выпуск информационно- В течение года Педагог организатор, агитационных листовок «А у меня члены РДШ сегодня на столе ...» | март | Воробьева Н.С., члены РДШ |
| 9 | Конкурс проектов «Питайся правильно» 5-11 кл | апрель | Воробьева Н.С. |
| 10 | Выпуск видеоролика «Зачем нужна горячая еда?» | май | Классные руководители |
| 11 | Оформление информационных стендов»: «Мы – здоровое поколение»; «Что необходимо знать, чтобы быть физически здоровым» | В течение года | Воробьева Н.С. |
| 12 | Проведение тематических бесед на уроках технологии, биологии, химии, окр. мира по данной тематике с использованием оборудования центра Точка роста | В течение года | Учителя- предметники |

**Содержание тематических уроков
по рациональному питанию в рамках различных учебных предметов**

| Предмет | Содержание занятия |
|------------------|---|
| Биология | Основные компоненты пищи, их значение. Физиология пищеварения, значение рационального питания для нормального функционирования желудочно-кишечного тракта. Жевание. Роль правильного измельчения пищи во рту для профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта. Витамины. Микроэлементы. Их значение для организма человека. |
| География | Национальные кухни и блюда. Подход с точки зрения рационального питания. |
| ИЗО | Рисунок «Мое меню», «Витамины в жизни человека» |
| Иностранный язык | Чтение, пересказ текста по рациональному питанию или проблемам со здоровьем, вызванным нерациональным питанием. |
| История | Рассмотрение эпидемий голода, холеры и т.д. с позиции рационального питания, соблюдения мер гигиены. |
| Технология | Обучение приготовлению блюд вкусной и здоровой пищи. Обучение правилам этикета. |
| Литература | Обсуждение меню персонажей литературного произведения (А.Пушкин "Евгений Онегин", А.Толстой "Война и мир", Н.Гоголь "Вечера на хуторе близ Диканьки" и т.д.). |
| ОБЖ | Обсуждение продуктов питания, отрицательно влияющих на состояние здоровья. |
| Обществознание | Обсуждения проблемы питания в обществе. |
| Русский язык | Диктант, изложение или сочинение на тему рационального питания, компонентов пищи или заболеваний, связанных с питанием. |
| Физика | Использование физических факторов (температура, измельчение и т.д.) для обработки пищи. Роль правильной обработки пищи (например, кипячения) для профилактики различных заболеваний. |

| | |
|-------------|---|
| Химия | Пищевые добавки и их отрицательное влияние на здоровье. Белки, жиры, углеводы как компоненты пищи и их значение для организма. |
| Информатика | Чертеж пирамиды рационального питания |