

Утверждаю
Директор школы:

Скоробогатов В. А.

**План работы
по формированию
навыков и культуры правильного питания
на 2020-2021 учебный год
в МКОУ «Дракинская СОШ»**

Цель: 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.

№	Наименование мероприятий	Срок выполнения	Участники	Ответственный
1	Родительское собрание «О питании в школе».	сентябрь	родители 1-11 кл.	директор школы
2	Размещение информации на школьном сайте	в течение года	1-11	учитель информатики
3	Анкетирование учащихся по вопросам питания	ноябрь	1-11 кл	З/д по ВР
4	Беседа с учащимися «Профилактика простудных заболеваний в осенне-зимний период»	октябрь	1-11 кл	классные руководители
5	Урок здоровья «Здоровая нация- сильная нация»	октябрь	1-11	учителя физической культуры
6	Анкетирование по вопросам удовлетворённости родителей качеством школьного питания	ноябрь	1-11 кл.	администрация
7	Конкурс рисунков: «О вкусной и здоровой пище» (1-4 классы) Конкурс стенгазет «Правильное питание» (5-8 классы)	декабрь	1-11 кл	Учителя ИЗО
8	Выставка книг по теме: «О здоровой пище».	декабрь	1-11 кл.	зав. библиотекой
9	Проведение фотовыставки «Как оформить стол».	Январь	5-8	Учитель технологии,
10	Беседа «Обработка пищевых продуктов перед употреблением. Правила ухода за посудой»;	февраль	1-9	Классные руководители

11	Конкурс домашних рецептов «Вкусная и здоровая пища».	март	5-8	учитель технологии Блощицына Т. М.
12	Выставка книг по теме: «Правильное питание – основа здоровья»	апрель	1–11 кл.	зав. библиотекой
13	«7 апреля – Всемирный День Здоровья»	апрель	1-11	физической культуры, классные руководители
14	Мониторинг, тестирование по вопросам организации питания, работы столовой, качества приготовления пищи, вкусовых пристрастий	апрель	1-11 кл.	администрация
15	Проведение мониторинга «Правильно ли питаются наши дети?»	май	1-11 кл.	классные руководители
16	Тематические классные часы о правильном питании: Здоровое питание и распорядок дня современного школьника»; «Как правильно питаться» «Быстрое пища и здоровье» «Твое здоровье и гигиена» «В жизни надо попробовать все?» «Профилактика заболеваний ЖКТ» «Методы укрепления здоровья» «Путешествие в страну здоровья»	по плану классного руководителя	1-11 кл.	классные руководители
17	Индивидуальное консультирование по вопросам организации питания в столовой	в течение года	1-11 кл.	классные руководители
18	Реализация программы «Разговор о правильном питании»	в течение года	3«б» класс	Медведева И. А.
19	Пропаганда здорового питания через уроки	в течение года	1-11 кл.	учителя - предметники

**Примерное 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