

Школьное питание

«Школьное питание – это залог здоровья подрастающего поколения» Горячее питание детей во время пребывания в школе является одним из важных условий поддержания их здоровья и способности к эффективному обучению. Хорошая организация школьного питания ведёт к улучшению показателей уровня здоровья населения, и в первую очередь детей, учитывая, что в школе они проводят большую часть своего времени. Поэтому питание является одним из важных факторов, определяющих здоровье подрастающего поколения.

Полноценное и сбалансированное питание способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и успеваемости, физическому и умственному развитию детей и подростков, создаёт условия к их адаптации к современной жизни. Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательном учреждении.

Меню соответствует требованиям, предъявляемым к школьному питанию. Кроме того, в нем рассчитано количество белков, жиров и углеводов, необходимых для здорового развития детского организма. Со 2 сентября 2019 года в школе организовано горячее питание для учащихся 1-4 классов – бесплатное и 5-11 классов. Столовая Лицея рассчитана на 446 посадочных мест. Меню соответствует требованиям, предъявляемым к школьному питанию. Кроме того, в нем рассчитано количество белков, жиров и углеводов, необходимых для здорового развития детского организма.

В ежедневном рационе ребёнка должно быть достаточное количество свежих овощей и фруктов! Поэтому осенью в школьной столовой угощают салатами. Ведь салаты имеют большую пищевую ценность и удовлетворяют ежедневную потребность в витаминах, микроэлементах. Витаминный салат - лучшее профилактическое средство от простудных заболеваний.

В плане работы Лицея на 2020-2021 учебный год включены мероприятия направленные на просвещение школьников, родителей по основам правильного питания, воспитание культуры питания и ответственности за свое здоровье.

Для формирования правильного пищевого поведения, воспитания культуры питания и ответственности за свое здоровье у детей и подростков, классными руководителями проводится внеклассная воспитательная работа с учащимися. В классных коллективах проводятся классные часы:

- 1,2 классы - «Здоровье в твоих руках»
- 3-е классы – «Из чего состоит наша пища»
- 4-е классы - «Полезное питание»
- 5-е классы – «Все о здоровом питании»
- 6-е классы – «Правильное питание. Обмен веществ»
- 7-е классы - «Школьное питание. Школьный ЗОЖ»
- 8-е классы - «Рациональное питания»
- 9-е классы - «Правила здорового питания»

Классные руководители используют в своей работе программу «Разговор о правильном питании». Учебно-методический комплект «Разговор о правильном питании» состоит из рабочих тетрадей для учащихся и SD диск:

- 1,2 классы – «Разговор о правильном питании»
- 3,4 классы – «Две недели в лагере здоровья»
- 5,6 классы – «Формирование правильного питания»

Школьные конкурсы:

Конкурс «Школьное молоко» (1-4 классы, сентябрь)

Конкурс буклетов «Пейте, дети, молоко будете здоровы!» (3,4 классы, октябрь)

Конкурс педагогического мастерства классных руководителей, использующих современные информационные технологии в воспитательной деятельности «Лучшая разработка воспитательного мероприятия с ИКТ (декабрь, январь)

Участие учителей начальных классов в республиканском конкурсе «Заботливый учитель» (декабрь)

Конкурс буклетов «Здоровый образ жизни – норма жизни» (7,8 классы, февраль)

НПК для учащихся секция ЗОЖ (апрель)