**Информация о проведении мероприятий**

**«Недели здорового питания»**

**МКОУ СОШ № 6**

Важнейшим фактором формирования здорового подрастающего поколения является правильное питание.

Для формирования у обучающихся культуры питания как составляющей здорового образа жизни, создания благоприятных условий для сохранения и укрепления физического здоровья школьников с 11 по 15 декабря 2023 года МКОУ СОШ № 6 прошла «Неделя здорового питания». Целью проведения стало повышение уровня информированности обучающихся о значимости здорового питания, особенно в школьном возрасте, содействие созданию условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся в школах.

В рамках недели прошли мероприятия, направленные на пропаганду здорового питания школьников. В 1-4 классах проведены классные часы на тему "Разговор о главном". Школьники узнали о том, что такое правильное питание, какую роль оно играет в жизни человека.

Здоровое правильное питание – это фундамент его полноценной жизни в будущем, именно оно обеспечивает детскому организму рост и развитие, как физическое, так и умственное. В 5-7 классе прошёл тематический час «Формула правильного питания», в 8-11 классе прошла беседа «Правильное питание подростка». Обучающиеся познакомились с понятием рацион питания, режим питания, поделились мнением о важности правильного питания, о последствиях для здоровья отсутствия разнообразия в рационе полезных продуктов и употребления фастфуда.

Также в рамках данной недели проходил родительский контроль за горячим питанием обучающихся родителями. В ходе контроля было проверенно соответствие реализуемых блюд утвержденному меню, санитарное состояния обеденного зала. Родители сняли пробу с приготовляемых блюд. Убедились в соблюдении санитарно-гигиенических требований работниками столовой.

 По итогам недели школьники сделали вывод о том, что одной из важнейших задач сегодня является ответственное отношение к своему здоровью. Здоровая еда – это здорово!

****

****

****

****

****

****