

Средняя общеобразовательная школа № 51

В связи с реализацией экспериментального проекта по совершенствованию организации питания обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях города Пензы разработаны планы информационно-разъяснительной работы с учащимися, родителями и педагогическими работниками по формированию культуры здорового питания школьников.

Согласно Проекту одна из главных задач школы сегодня - помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих. Для этого школьники должны узнать и, главное, принять для себя основные принципы здорового образа жизни, в том числе здорового питания, а это возможно только в результате серьезной кропотливой совместной работы педагогов, родителей и самого ребенка.

Этому призван способствовать план работы Клуба неформального общения школы № 51 города Пензы, членами которого являются не только учащиеся, но и педагоги, мамы и папы, бабушки и дедушки обучающихся.

В рамках работы Клуба реализуется программа «Разговор о правильном питании».

Поскольку питание является важнейшим фактором здоровья человека, программа «Разговор о правильном питании» не только формирует у ребенка рациональное отношение к собственному питанию, но и дает представление об основных принципах здорового образа жизни.





Приготовление сложных салатов – дело, требующее фантазии и мастерства



Вкусная и полезная еда повышает настроение, а приготовленная своими руками и в компании друзей - вдвойне

В рамках работы Клуба организуются и проводятся викторины и конкурсы по здоровому питанию для учащихся младших классов.





Обучаясь в школе, дети получают большую нагрузку: выполнение домашних заданий, работа на уроках, дополнительное образование. Чем родители, бабушки и дедушки могут помочь детям? Бабушки и мамы учащихся школы № 66 города Пензы сами отвечают на этот вопрос: «Прежде всего, мы должны обеспечить им оптимальный распорядок дня и здоровое полноценное питание».

Для здоровья детей важнейшее значение имеет правильное соотношение питательных веществ. В меню школьника обязательно должны входить продукты, содержащие не только белки, жиры и углеводы, но и незаменимые аминокислоты, витамины, некоторые жирные кислоты, минералы и микроэлементы.

Эти и другие вопросы обсуждаются на мастер - классах для учащихся «100 рецептов от бабушки», организованных на базе кабинета технологии школы № 66. Совет бабушек школы активно участвует в подготовке ярмарок школьной столовой, помогает в проведении конкурсов, викторин, конференций по вопросам здорового питания детей и подростков.

