

# Правильно питайся – здоровья набирайся!

С 21 по 25 ноября 2022 года в школе была организована и проведена **Неделя правильного питания**. Неделя проходила под девизом: "Правильно питайся – здоровья набирайся!». В ходе Недели учащиеся школы много узнали о значимости здорового питания, о секретах здорового питания, чему способствовали различные мероприятия в классных коллективах.



Так, в **8-9 классах** говорили на классных часах на тему: «Здоровый образ жизни. Здоровое питание - здоровье будущей нации!». В **6-7 –х классах** были проведены тематические часы общения:

**«Самые полезные**



**продукты», «Секреты здорового питания».**

**Пятиклассники** говорили о разных вредных лакомствах на тему «Лакомств тысяча, а здоровье одно!». Познавательный

час в их коллективе прошёл под девизом «Правильное питание – ключ к здоровью». Ребята отметили свои любимые блюда: картофельное пюре с

котлетой, гречку с тефтелями, борщ, салат из капусты и моркови. Также пятиклассники продемонстрировали домашние рецепты. Все попробовали приготовленное блюдо от Ивановой Юлии – вкусный пирог с яблоками.



Много интересных мероприятий прошло в начальных классах. Для **учащихся 1 класса** была подготовлена классным руководителем беседа «**Правильно питайся – здоровья набирайся!**». Первоклассники узнали много полезного об овощах и фруктах.



Во 2 и 3 классах была проведена воспитательная беседа «Разговор о правильном питании». Их разговор о важном проходил под девизом: «Подумай о

здоровье – питайся правильно!» «Овощи, ягоды и фрукты — витаминные продукты» - так назывался их познавательный час.



В 4 классе прошёл классный час, на котором рассматривался «Рацион питания младшего подростка». Были проведены различные игры: «Вредно – полезно», «Что такое хорошо? И что такое плохо?». В конце беседы ребята составили **Памятки здорового питания.**



В поисках здорового питания учащиеся младших классов совершили экскурсию в школьную столовую и узнали от любимого школьного повара, **Пыркиной Розы Сергеевны**, секреты здорового вкусного питания. Она рассказала о том, что надо есть, если хочешь стать сильнее.

