

Формирование культуры здорового питания у учащихся

Культура питания – важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, что нашло отражение в федеральных государственных образовательных стандартах нового поколения (ФГОС). В настоящее время вопросы школьного питания в школе постоянно находятся в центре внимания. Организация питания школьников требует должного внимания.

Существующие проблемы: слабые знания о правильном питании среди родителей и учащихся; низкая культура питания; несоблюдение норм сбалансированного питания – требуют комплексного системного подхода. Поэтому в МОУ СШ № 97 разработана программа по формированию культуры правильного питания.

Цель программы – формирование у обучающихся культуры питания как составляющей здорового образа жизни и создание необходимых условий, способствующих укреплению их здоровья.

Реализация программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:

- формирование и развитие представлений у обучающихся о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;
- формирование готовности обучающихся заботиться и укреплять собственное здоровье;
- формирование у обучающихся знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья;
- профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием обучающихся.

Кроме того, в МОУ СШ № 97 реализуется программа для 1-4 классов «Азбука здорового питания», программа для 5-9 классов «Питание и спорт», программа для 10-11 классов «Анализ школьного меню».

Мероприятия по формированию культуры здорового питания проводятся в рамках мероприятий «День здоровья», на классных часах и тематических мероприятиях.