

Информация о проведенных мероприятиях, по формированию «здорового питания» в МАОУ СОШ №32



Правильное питание – залог здоровья, но не все воспринимают это серьезно. О еде человек думает в течение всей своей жизни, кем бы он ни работал. За последние несколько лет наш рацион изменился до неузнаваемости: мы пьем порошковое молоко, завариваем кипятком сухое картофельное пюре, утоляем голод хот-догами, чипсами и шоколадными батончиками. Супы из пакета, каша моментального приготовления вытеснили со стола здоровую еду.

Известно, что фундамент **здорового** человека закладывается в раннем возрасте, следовательно, **здоровые интересы**, привычки, ценностное отношение к **здоровью** целесообразно начать развивать именно в этот период. В раннем возрасте закладываются и основы **здорового образа жизни**. В их формировании важнейшую роль играет семья. Современные дети под воздействием рекламы часто предпочитают продукты, которые не только не приносят пользы, но и наносят вред их **здоровью**.

В связи с этим в нашей школе были проведены мероприятия:

- ✚ -Классные часы в 1-7 классах на тему «Пирамида питания».
- ✚ -Конкурс рисунков среди 5 классов «Самый полезный продукт».
- ✚ -Библиотечный урок для учащихся первых классов «Здоровое меню. «Злые продукты!»»

