

## Классные часы по формированию правильного питания школьников

Здоровье – самая большая ценность и для человека, и для государства. На здоровье человека влияет множество факторов. Это и состояние окружающей среды, и образ жизни, и двигательная активность, и правильное питание.

В МКОУ «Тиличикская СШ» пропаганде здорового питания уделяется большое внимание. С 9-16 октября прошли классные часы по разъяснению важности правильного



питания.

В начальных классах классный час на тему «Десять правил правильного питания», целью которого являлось формирование навыков здорового образа жизни, гигиены питания, принципов безопасного и здорового питания. Ребята познакомились с пирамидой питания, с правилами правильного питания. В конце занятия поиграли в игру «Полезно-неполезно», разгадали кроссворд. Дети внимательно и с интересом слушали информацию учителя.

В средних и старших классах классный час на тему «Здоровое питание», целью которого являлось приобщение детей к здоровому образу жизни через правильное питание. Учащимся были предложены пословицы про питание, познакомились с пищевыми продуктами. Приняли активное участие в играх и разгадывании кроссворда и ребусов. В завершении мероприятия дети нарисовали рисунки на тему «Азбука здорового питания».

Основная цель мероприятий, классных часов – сохранение и укрепление здоровья обучающихся, профилактика заболеваний путём разъяснения правил здорового питания, с учётом возрастных и физиологических особенностей организма.

Заместитель директора по воспитательной работе Л.В.Слипец