

Информация классного руководителя 8 класса Сухиной Т.В. по теме «Здоровое питание».

Одной из важнейших задач сегодня является формирование у детей ответственного отношения к своему здоровью.

В нашем классе 16. 10 2020 г. прошел классный час на тему «Полезность горячего питания». Его цель: сформировать полное представление о правильном питании. О его влиянии на здоровье организма, о пользе горячего питания.

Основные проблемные вопросы, которые обсуждались на классном часе:

1. Что такое здоровое питание?
2. Какие продукты являются полезными, а какие вредными?
3. Что необходимо знать школьнику о своем питании

Далее учащиеся строили пирамиду, выбирали продукты, которые являются полезными для их организма: а именно, без вкусовых добавок.

Пришли к выводу, что здоровая еда – это здорово, а также, для организма ребенка необходимо горячее питание. Никогда не поздно пытаться изменить свой образ жизни и пищевые привычки в лучшую сторону, чтобы быть здоровыми духовно и физически!

23.12 2020 г. с родителями учащихся 8 класса была проведена беседа-инструктаж «Родителям о пользе горячего питания школьника». Также родителям были розданы памятки «О профилактике заболеваний в школе: 10 шагов к здоровью школьника», «Здоровое питание школьника».

В классе и в школьной столовой учащимися 8 класса были оформлены стенды «Здоровое питание».

Кл. рук. 8 класса: Сукина Т.В. Сухина