

Система воспитательной работы МОУ СОШ №93 по пропаганде здорового питания школьников

Выступление на районном родительском собрании

12 ноября 2010 года

Докладчик: заместитель директора по УВР Сухаревская Ж.А.

Древнегреческому философу Сократу принадлежит мудрое изречение: «Мы живём не для того, чтобы есть, а едим для того, чтобы жить». Эти слова актуальны и в наше время.

Чтобы вырастить здорового ребенка, необходимо создать все условия для его воспитания и развития. Поэтому одним из основных направлений, которое определяет здоровье ребенка, его физическое и умственное развитие является организация качественного питания подрастающего поколения. Именно в школьном возрасте, когда активно закладываются привычки, важно сформировать у детей правильное отношение к здоровому образу жизни, к культуре питания, разъяснить необходимость приёма горячей пищи для сохранения здоровья, роста и развития организма человека.

В соответствии с гигиеническими требованиями в школе организовано горячее питание обучающихся. Сбалансированный горячий завтрак приносит растущему организму ребёнка наибольшую пользу, в отличие от «фаст-фудов», чипсов, сухариков, шоколадных батончиков и газированных напитков, которые богаты «пустыми» калориями и наносят урон здоровью наших детей. Отмечено, что ученики, получающие горячий завтрак, лучше воспринимают учебный материал и остаются до конца занятий бодрыми и работоспособными.

Организация питания обучающихся МОУ СОШ №93 осуществляется на основе нормативно-правовой базы, куда входят:

1. Положение о Совете ОУ (в части права Совета принимать решение о предоставлении льготного питания).
2. Положение об организации школьного питания.

В школе создана независимая комиссия по контролю за организацией школьного питания, работа которой осуществляется с привлечением родительской общественности в лице председателя общешкольного родительского комитета Каштановой И.Ф. Вопрос организации горячего питания находится на постоянном контроле администрации школы.

Пропаганда здорового образа жизни, культуры питания и поведения являются неотъемлемой частью учебно-воспитательной работы в МОУ СОШ №93. Особое внимание уделяется совместной деятельности классных руководителей со школьной службой здоровья, включающей в себя:

- психолого-педагогическое направление (беседы, консультации, тренинги),

- беседы школьного врача по санитарному просвещению,
- обследование детей педиатрами и узкими специалистами поликлиники №31,
- организация питания в школьной столовой.

С целью выявления недостатков в организации питания обучающихся дома и в школе, здорового питания, культуры и режима питания проводится анкетирование обучающихся, мониторинг здоровья школьников.

Результаты исследований врачей-педиатров свидетельствуют, что ещё до поступления в школу более чем у половины детей сформированы поведенческие привычки, связанные с высоким риском развития хронических болезней. В связи с этим обучение и воспитание в нашей школе направлено не только на формирование правильных здоровых поведенческих стереотипов, но и на коррекцию уже сложившихся, что является более сложной задачей.

Следовательно, работа с родителями основывается на таких предпосылках:

- Чем меньше ребёнок, тем в большей степени он не может участвовать в выборе того или иного образа жизни. Этот выбор делает за него семья.
- Основные поведенческие привычки, в том числе и связанные с риском для здоровья, формируют у ребёнка сами родители.
- Выбирая тот или иной образ жизни, родители несут ответственность не только за собственное здоровье, здоровье детей, но и за здоровье своих будущих внуков.

Здоровье детей – это та цель, где, безусловно, сходятся интересы семьи и образовательного учреждения.

В соответствии с воспитательным планом школы организуются мероприятия как с обучающимися, так и с их родителями, направленные на пропаганду здорового образа жизни, рационального питания, культуры поведения за столом, в столовой. На **родительских собраниях** проводятся **беседы** соответствующей тематики:

- Основные пищевые вещества, их значение для здоровья.
- Важнейшие пищевые источники.
- Хранение пищевых продуктов.
- Непереносимость отдельных продуктов и блюд.
- Диеты, лечебное питание и голодание.
- Болезни желудочно-кишечного тракта, анорексия, ожирение.
- Основные химические и биологические загрязнители пищи: тяжёлые металлы, пестициды, плесень.

В тематику **классных часов** введены «**Часы здоровья**»:

- Как происходит пищеварение.
- Режим питания.

- Традиции приёма пищи в разных странах.
- Правила поведения за столом.
- Обработка пищевых продуктов перед употреблением.
- Сервировка стола.
- Питание в особых условиях (питание спортсменов, питание в походах, во время экзаменов).

На уроках окружающего мира (1-4 классы), биологии, химии особое внимание уделяется здоровому питанию в рамках прохождения программного материала.

Обучающиеся нашей школы принимают активное участие в конкурсах, фестивалях по данной теме. Обучающиеся 1 класса МОУ СОШ №93 представили учебный проект на тему: «Быстро? Вкусно? Полезно?» На районной научно-практической конференции обучающихся «Наука. Здоровье. Безопасность» и областном конкурсе проектов секция «ЗОЖ. Вредные привычки и питание» была представлена работа Холошиной Валерии (9 класс) «Плюсы и минусы жёсткой воды» (лауреат, 3 место).

В начальной школе и среднем звене реализуется **программа «Разговор о правильном питании»**. Она реально позволяет формировать у детей сознательное отношение к своему здоровью, осваивать навыки правильного питания, способствует формированию культуры питания. В рамках реализации программы силами детей и родителей созданы альбомы творческих работ, которые используются:

- на занятиях с обучающимися 1-4 классов,
- на тематических классных часах по пропаганде здорового образа жизни,
- на родительских собраниях,
- как иллюстративный материал при оформлении летнего оздоровительного лагеря,
- для оформления интерьера школьной столовой.

Организация горячего питания школьников невозможна без создания соответствующих условий: столовая нашей школы оснащена современным технологическим оборудованием, в обеденном зале имеется новая мебель (столы, скамейки).

Столовая школы №93 является победителем **городского конкурса «Лучшая школьная столовая»**. Более 30 лет руководит столовой заведующая производством Грачёва Марина Петровна, обеспечивая наших детей вкусными завтраками, обедами, выпечкой. По итогам конкурса на базе нашей школы проходил **областной семинар «Организация питания в образовательных учреждениях Волгоградской области»**, который предоставил широкие возможности школам области обменяться положительным опытом организации питания.

В 2010-2011 учебном году МОУ СОШ №93 обучается 814 человек, из которых горячим питанием в настоящее время охвачены 418 человек. Бесплатное питание получают 308 человек.

На протяжении многих лет в летнем оздоровительном лагере «Берёзка» ведётся воспитательная работа по разным направлениям, среди которых приоритетным является культура питания, здоровый образ жизни. С младшими школьниками проводятся:

- конкурсы рисунков «Берегите хлеб», «Витамины на столе», фотоконкурсы «Любимое блюдо моей семьи»,
- праздники «Путешествие на поезде «Здоровье», «Угощаю чаем»,
- практические занятия «Сервировка стола», «К вам пришли гости»,
- беседы «Правила поведения в столовой», «Культура питания», «О вкусной и полезной пище».

Школьный лагерь «Берёзка» участвовал в городском конкурсе на лучшую организацию горячего питания в летних оздоровительных лагерях и занял первое место среди школ города.

Таким образом, школа проводит большую работу по формированию культуры питания и организации правильного питания школьников. И мы призываем Вас, уважаемые родители, к сотрудничеству, ведь главная цель этой работы – здоровье наших детей.