

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

В соответствии с письмом Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Самарской области, в целях вовлечения детей дошкольного и младшего школьного возраста по освоению принципов здорового питания 22 декабря в 3-4 классах прошел классный час, на котором ребята отвечали на вопросы викторины на тему «Здоровое питание». (для проведения викторины использованы материалы письма от 17.12.2020 № МО 16-09-01/1649-ТУ)

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

На классном часе были заслушаны доклады о вреде "фаст – фудов", выявлены факторы, отрицательно влияющие на организм человека.

Далее учащиеся с большим интересом отвечали на вопросы викторины, выбирали продукты, которые являются полезными для их организма: а именно, без вкусовых добавок. Так же в классе была организована выставка рисунков «Полезные продукты»

Пришли к выводу, что здоровая еда – это здорово, а так же, 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, прожить долгую и счастливую жизнь!



*Классный руководитель 3-4 класса С.М.Тупоносова*

*22.12.2020г.*