**Филиал Примокшанская СОШ**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Ковылкинская средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза М.Г.Гуреева»**

План работы

по организации здорового образа жизни

«Здоровое питание - активное долголетие»

2019г

**План мероприятий**

 **В рамках акции «Здоровое питание- активное долголетие**»- Всероссийская акция, реализуемая региональным движением «Сделаем вместе» Акция началась 12 февраля 2019г и продолжится до 30 июня 2019гг. Активно включилась в нее наша школа

**Задачи:**

1. Расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила.

2. Формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.

3. Предупреждение заболеваний и сохранение здоровья школьников.

 4. Просвещение педагогов и родителей в вопросах организации правильного питания.
 5.Формирование у детей и подростков ценностного отношения к основам культуры питания.

**Прогнозируемый результат:**

1. Улучшение состояния здоровья школьников по показателям заболеваний, зависящим от

качества питания.

2. Обеспечение благоприятных условий для организации режима дня детей и подростков.

3. Повышение уровня знаний родителей и обучающихся школы по вопросам здорового питания, здорового образа жизни.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название мероприятия**  | **Сроки проведения** | **Охват классов** | **Ответственные** |
|  |  **1 этап Информационный блок ( подготовка лидеров)** |
| 1 |  Размещение информации о начале акции сайте школы | март.2019 |  | Звонарева Е.А. |
| 2  |  Заседание активистов Акции | февраль2019 |  |  Звонарева Е.А. |
| 3 |  Оформление уголка здоровья «Правильное питание – залог здоровья»«Мы – здоровое поколение» |  февраль2019апрель2019 |   | Звонарева Е.А.Видякова Н.С. |
|  **2 этап Реализация проекта «Здоровое питание»** |
| 4 | Проведение урока (внеурочного мероприятия) для учащихся 9—11 классов на тему «Здоровое питание» |  март2019 | 9-11кл | Звонарева Е.А. |
| 5 |  Игра «Секреты правильного питания» с учащимися 1—4 классов«Вода-основа здоровогопитания» | март 2019 | 1-4кл |  лидеры акции |
| 6 |  Игра путешествие в страну здорового питания  | Март 2019 | 1-2кл |  лидеры акции. |
| 7 | Проведение лидерами из 9—11 классов интерактивного занятия «Я то, что я ем» для учащихся 5—8 классов. |  март2019 | 5-8кл | лидеры акции. |
| 8 | Проведение лидерами из 9—11 классов рациона учащихся 5—8 классов в соответствии с принципами здорового питания. Расчёт фактического рациона учащихся 5—8 классов.«Вода и здоровье» | Март-апрель2019 | 5-8 кл |  лидеры акции. |
| 9 | Конкурс рисунков по теме:«Здоровое питание – активное долголетие» | Апрель2019 | 1-5кл | Учитель ИЗО лидеры акции. |
| 10 | Исследовательская работа«Подсчет и анализ рациона обучающихся» | Апрель2019 | 5-8 кл |  Звонарева Е.А.  |
| 11 | Мастер-класс «Витаминные салаты» | Март2019 | 5-8кл | Звонарева Е.А. Канунникова Л.Н. |
| 12 | Мастер -класс «Полезныеотвары» | Март2019 | 5-8кл | Звонарева Е.А.  |
| 13 | Конкурс рисунков по теме:«Здоровое питание – активное долголетие» | Апрель2019 | 1-5кл |  Учитель ИЗО  |
| 14 |  Конкурс домашних рецептов «Вкусная и здоровая пища» | Апрель2019 | 1-4кл. 5-8кл |  Классные руководители |
| 151617. | Агитбригады по здоровому питаниюПостановка « Спор кисломолочных продуктов»**Классные часы, беседы на тему**: Режим питания. Правила поведения за столом»«Здоровое питание»«Здоровое питание и распорядок дняшкольника» Обработка пищевых продуктов перед употреблением»«Пищевые риски, продукты , опасные для здоровьяБолезни, передаваемые через пищу»Правила хранения продуктов и готовых блюд»Витаминная неделя «Витамин дня»Выпуск школьной газеты « Правильное питание -путь к Здоровью» | Март-май | 1-11кл |  Классные руководители социальный педагог, мед. работник |
|  |  Защита проектов | Май 2019 |  | лидеры акции |
|  | Анкетирование учащихся «Что ты знаешь о правильном питании»  | Март 2019 | 5-11кл | лидеры акции |
|  | Еженедельный пост всоциальных сетях о проведенных мероприятиях. |  |  |  лидеры акции |
|   **3 этап . Работа с родителями** |
| 31 |  Индивидуальное анкетирование родителей по вопросам рационального питания | Апрель 2019 |  | Социальный педагог |
| 32 |  Информирование родителей по вопросам здорового питания с использованием буклетов.информационных стендов | Март 2019 |  | Социальный педагог, педагог- организатор |
| 33 |  Лекторий для родителей «Правильное питание- залог здоровья» | Окябрь, апрель2019 |  |  Социальный педагог,кл . руководители |
|  **4 этап . Ознакомление учащихся школы с результатами проекта «Здоровое питание»** |
| 4.1 | Организация выставки плакатов, буклетов посвящённых правильному питанию | Апрель 2019 | Звонарева Е.А.Видякова Н.С. |
| 4.2 | Отчет о проведении акции , размещение на сайте. | Май 2019 | Звонарева Е.А. |