



### Организация питания в нашей школе

Формирование культуры питания детей как основы здорового образа жизни, воспитание у детей, родителей, педагогов понимания необходимости и важности правильного питания в современных условиях - это одна из важных задач школы. Объяснение школьникам огромной роли рационального питания для здоровья и творческого долголетия является одним из главных направлений в работе всего коллектива школы и всех заинтересованных лиц. Технологический процесс приготовления пищи соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям. Питание учащихся разнообразно, соответствует возрастным потребностям. Проводится витаминизация третьих блюд. Дети получают напитки: чай с лимоном, компоты из сухофруктов, кисели, какао, соки и др. Салаты овощные и фруктовые, иногда просто фрукты (яблоки, апельсины). Поэтому в школе высок процент охвата горячим питанием – 96- 98 %.

**ГБОУ ООШ с. Спиридоновка с 2011 г. является экспериментальной площадкой по реализации программы «Разговор о здоровье и правильном питании», разработанной в Институте возрастной физиологии РАО.**

**Цель программы: формирование основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни.**

Учителями начальных классов Валитовой Д.Ш., Гайдар С.В., учителем биологии Пахомочевой В.Э. была разработана и внедрена в работу ОУ комплексная общеобразовательная дополнительная программа по формированию культуры здоровья, здорового питания у обучающихся, воспитанников, под руководством Герасименко Н.В. - методиста, руководителя экспериментальной работы по формированию культуры питания. Учителя нашей школы являются активными участниками ежемесячных областных методических семинаров по обобщению результатов опытно-экспериментальной работы «Формирование культуры здоровья, здорового питания у обучающихся, воспитанников в образовательном учреждении».

**В 2013- 2014 уч. г.** новые методические рекомендации к комплексным модулям для 1-6 классов, использовали и классные руководители, учителя- предметники, интегрировали в образовательные области новые методические приёмы. Также была разработана внеклассная работа (тематика классных часов), внешкольная деятельность детей и родителей, составлено календарно- тематическое планирование по всем этим направлениям- комплексам.

**1-2 кл. занимаются по УМК «Разговор о здоровье и правильном питании»**

**3-4 классы занимаются по УМК «Две недели в лагере здоровья»**

**5- 6 классы занимаются по УМК «Формула правильного питания»**

Занятия по этим комплексам проводятся в 1-6 классах во внеурочной деятельности и направлены на формирование у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Валитова Д.Ш. является активным участником областного методического семинара-совещания по обобщению результатов опытно-экспериментальной работы «Формирование культуры здоровья, здорового питания у обучающихся, воспитанников в образовательном учреждении»

**В 2014 уч. г.** ученица 1 класса - Ефремова К. , ученицы 2 класса – Головина О., Князева Н, Лемаева В. участвовали в областном конкурсе семейной фотографии программы

«Разговор о здоровье и правильном питании» - **«Накрываем стол для любимого литературного героя».**

Дети должны были выбрать литературное произведение и для героя накрыть стол. Девочки выбрали разные произведения: сказки, рассказы. Получился очень забавный фотоконкурс.

**Вот результаты:**

**Головина Оксана, 2 класс** «Чебурашка - фруктоешка» - «Крокодил Гена и его друзья» Э. Н. Успенский

**Ефремова Карина, 1 класс**, «Солнечная каша» Сказка «Солнечный цветок» Скребцова М.В.

**Князева Анастасия, 2 класс**, «Оранжевое солнце» словацкая сказка «У солнышка в гостях»

**Лемаева Вероника, 2 класс**, «Каша-лакомка для котёнка Васьки», «Живая шляпа» Н. Н. Носова.



**Победителем конкурса стала Князева Анастасия-награждена дипломом.**

Активное участие в реализации программы принимают родители. Проводится просвещение родителей в вопросах организации рационального питания учащихся.

#### **Просветительская работа с родителями.**

**Родительские собрания, лекции, беседы:** «Укрепляй свой иммунитет?», «Семья и школа за сохранение здоровья детей», «Профилактика простудных заболеваний», «Физическая культура и здоровье»

**Лекции для родителей обучающихся, воспитанников начальной школы**

Лекция 1. Основные принципы организации рационального питания в младшем школьном возрасте

Лекция 2. Рацион питания младшего школьника

Лекция 3. Режим и гигиена питания младших школьников

Лекция 4. Значение витаминов и минеральных веществ в рационе питания младшего школьника. Профилактика

витаминовой недостаточности.

Лекция 5. Формирование основ культуры питания и здорового образа жизни у младших школьников

**Конкурс для родителей:** «Полезные рецепты в школьную столовую»,

Семейный конкурс «Моя семья за ЗОЖ», «Мастерим всей семьёй», «Любимые блюда моей семьи».

**Анкетирование:** «Моё питание», «Мы за здоровый образ жизни», «Рацион питания семьи»  
Результаты:

-Подтверждено формирование полезных привычек, связанных с правильным питанием: соблюдение режима питания, соблюдение правил гигиены, предпочтение полезных продуктов и блюд - 65% учащихся.

-Подтверждено изменение рациона и режима питания в семьях – 30%.

-Абсолютное большинство детей, участвующих в программе, оценили ее как «интересную» и выразили желание продолжить обучение - 98%

-Абсолютное большинство родителей школьников-участников программы оценили ее как «очень полезную» -100%.

*Дания Шарифулловна*

**Работа родительского комитета Спиридоновской ООШ**

Как и во всех Российских школах, в Спиридоновской ООШ существует и ведёт работу родительский комитет. В обязанности родительского комитета входит сотрудничество с учителями школы. Родительский комитет состоит из председателя и представителей классов. Мы оказываем помощь в организации и проведении школьных праздников и других школьных мероприятий. Совместно с учителями, участковым полицией и инспекторами посещаем неблагополучные семьи. Организуем рейды в вечернее время суток для выявления учащихся, находящихся вне дома. На второе полугодие 2014-2015 года запланировано:

- Выявление учащихся в позднее время суток на улице и пресечение этого
- Рейды в неблагополучные семьи
- Помощь в организации и проведении мероприятий в школе
- Беседы с родителями и учащимися, имеющим проблемы

*Председатель родительского комитета Прусс Светлана Анатольевна*

**Успех порождает успех и усиливает уверенность в своих силах у ребенка. Чтобы воспитать ребёнка успешным, необходимо:**

1. Опирайтесь на сильные стороны ребенка.
2. Избегать подчеркивания его промахов.
3. Показывать, что вы удовлетворены ребенком.
4. Уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение к ребенку.
5. Уметь помочь ребенку разбить большие задания на более мелкие, с которыми он может справиться.
6. Проводить больше времени с ребенком.
7. Знать обо всех попытках ребенка справиться с заданием.
8. Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.
9. Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний.
10. Принимать индивидуальность ребенка.
11. Проявлять веру в ребенка. Демонстрировать оптимизм.

Поддерживают такие слова и фразы:

Зная тебя, я уверен, что ты все сделаешь хорошо.

Ты делаешь это очень хорошо.

У тебя есть некоторые соображения по этому поводу. Готов ли ты начать?



**А в том, что наши дети талантливы, легко убедиться, посмотрев на оформление новогодних окон нашей школы.**

**Конкурс агитбригад**

В районе объявили конкурс агитбригад по теме толерантность. Тема выступления актуальна, ребята взялись с увлечением за подготовку. Вот какие у них впечатления:

«Задумка была очень интересная: с песнями, с танцами. Мы долго готовились. Поскольку учитель был на курсах, мы ходили в школу по вечерам. И в холод, и по сугробам. Нам понравилось в этом участвовать. Выступили не очень гладко: сбивались, движения несинхронные.»

Зрители не были единодушны в оценке выступления агитбригады: кому-то понравилось, кому-то нет. Павел Емельянов, например, заметил под национальными рубашками джинсы и кроссовки, отметил некачественную хореографию. Конечно, хореограф у нас работает первый год, хорошая постановка танца будет возможна нескоро. Кое-как

смогли сшить рубашки, а лапти плести никто не умеет у нас. Но в агитбригаде главное не точность костюма и красивое исполнение, а эмоциональный заряд и сила убеждения.

**В результате у Спиридоновцев 1 место в районе, агитбригада едет на областные соревнования.**

**Лыжный поход**

Восемнадцатого января мы с друзьями ходили в поход на лыжах. Инициаторами похода были учитель истории Князева Юлия Сергеевна и руководитель туристического объединения Дунец Наталья Николаевна. В девять часов мы подошли к

школе, там погрузили лыжи на машину и поехали за мост. Когда мы подъехали, первая группа уже ушла. Мы надели лыжи и пошли

их догонять. Шли очень долго. Погода была очень хорошая, лёгкий морозец, яркое солнышко. Было очень красиво, мы пили чай из термоса и любовались природой. До села мы дошли примерно в 11-



30. Нашли хорошую горку, покатались. Было весело. Наконец добрались до цели нашего похода – частной киностудии Карасёва С.В. Там нас встретили очень приветливо. Напили чаем с бутербродами, рассказали историю В.О.В. Нам показали много оружия: револьверы, пистолеты МП40, ТТ, винтовку Мосина, знаменитую трёхлинейку, РПД, и т.д. Рассказали о применении этого оружия, разрешили подержать и сфотографироваться на память. Во дворе мы видели две машины времён отечественной войны фирмы «Опель». А дальше было ещё интереснее. Нам показали немецкий тяжёлый танк «Тигр». Он был очень страшным! Когда шли домой, мы разделились на две группы. Одна группа пошла к мосту. А мы вышли к Самарке, и по Самарке через старую водокачку пошли домой. Домой пришли в 15-30. Уставшие, но довольные.

**Бужин Кирилл**

