

**Программа
«Культура здорового
питания»
МОУ гимназии № 32**



**Отчет команды волонтеров
о проделанной работе по направлению
«Здоровый образ жизни»**

**Проведено группой учащихся-волонтеров в составе:
Дарья Азаревич, Анна Агафонова, Ксения Чуева, Карина
Сычева**

Цели и задачи:

Долгосрочная цель: развить у учащихся гимназии, детей и подростков активную жизненную позицию в вопросах здорового образа жизни.

Краткосрочные цели (текущий учебный год):

- создание социально активной среды, способствующей самостоятельному осознанию каждым ценности здоровья;
- формирование у всех участников образовательного процесса **культуры питания**



Направления работы:

- **Просветительское направление**

- проведение волонтерами классных часов по темам **«Здоровое питание школьника»**, **«Азбука здорового питания»**, **«Правила гигиены питания»**, **«Пища для мозга»**, **«Рациональное питание»**, **«Лечебные свойства продуктов питания»**;
- Организация конкурсов, выпуск журнала.

- **Диагностическое направление**

- исследование питания школьников методом опроса и анкетирования.

- **Консультационное направление**

- консультации по вопросам питания

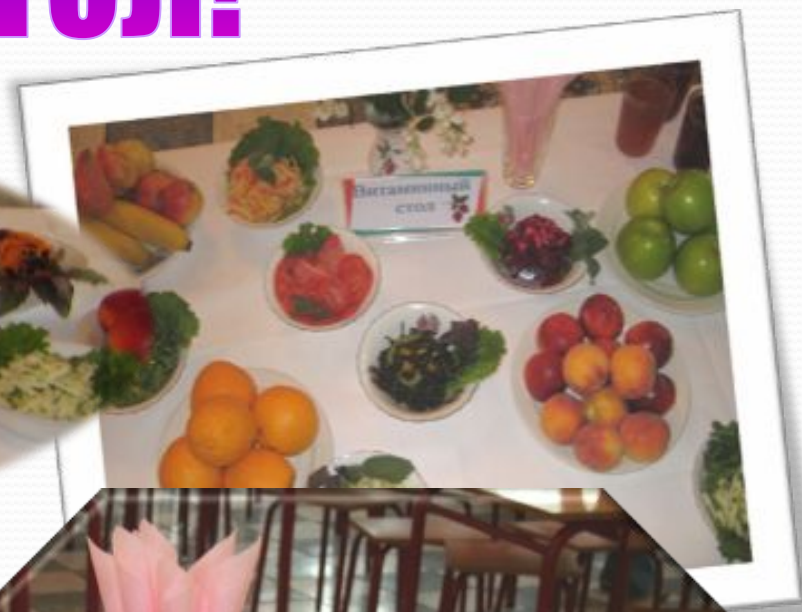


Стол "Здоровье"

- Если хочешь быть здоровым ,
- Ешь ты овощи и фрукты,
- Остальное лишь отравы, организм приводит в хаос!
- Чтобы он не появился – чипсы, колу и иное...
- Все ж не надо это кушать,
- Надо правильно питаться!



Витаминный стол!



Гипоаллергенные блюда

- Если вдруг тебе знакомый
- Предложил глоточек «Спрайта»
- Ты не пей его, не слушай,
- Отнесись ты равнодушно,
- Дай ему ты вместо «Спрайта»
- Лучше яблока кусок!



Горячее питание для всех!

- Если ты сегодня утром
- Скушал чипсов и конфет,
- Не пошел потом ты в школу,
- Так как твой болит живот!
- Не поможет даже доктор,
- Иль таблетки и микстуры,
- Нужно просто всегда помнить:
- «Чтобы быть всегда здоровым,
- Нужно кушать много фруктов,
- И не есть вредных веществ!»



Чтоб расти и развиваться, нужно правильно питаться!

- Будь здоров всегда-
- День, неделю, года!
- Правильно питайся,
- Хочешь – закаляйся,
- Не ешь ты много химии,
- И будешь жить счастливее!



ГОТОВИМСЯ К КОНКУРСУ "ЧИСТЫХ ТАРЕЛОК"

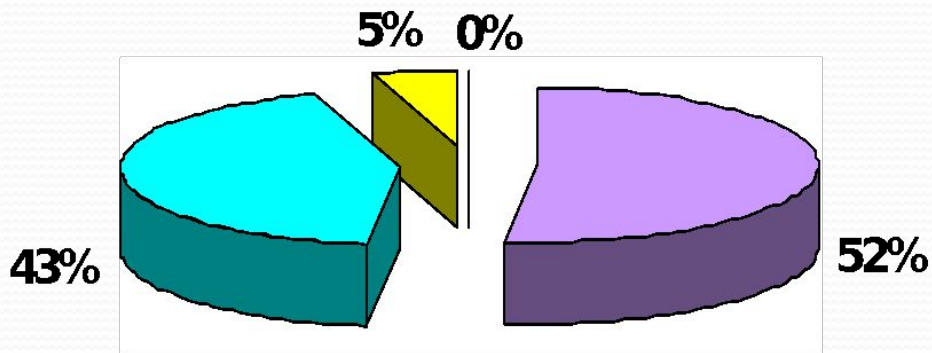


Надо руки чисто мыть!
Феном надо просушить!



Анкетирование учащихся

Ваше отношение к программе



- Очень положительно
- Положительно
- незначительно
- Отрицательно