



ИТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ

Мотыгинская средняя школа
Быкова Т.В.

Приказ № 28-П «19» февраля 2024 г.

Программа

«Здоровое питание»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение

Мотыгинская средняя школа



ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

1. Наименование Программы	«Здоровое питание»
2. Основание для разработки Программы	<input type="checkbox"/> Конвенция о правах ребенка. <input type="checkbox"/> Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; <input type="checkbox"/> СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ» <ul style="list-style-type: none"> • Приказ № 28-П «19» февраля 2024 г.
3. Разработчики Программы	Директор школы- Быкова Т.В. заместитель директора по УВР заместитель директора по ВР заведующая столовой, воспитатель
4. Цель Программы	Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием.
5. Основные задачи Программы	<input type="checkbox"/> обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; <input type="checkbox"/> обеспечение доступности школьного питания; <input type="checkbox"/> гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании; <input type="checkbox"/> предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; <input type="checkbox"/> приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями; <input type="checkbox"/> пропаганда принципов здорового и полноценного питания; <input type="checkbox"/> организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.
6. Этапы и сроки реализации Программы	Программа реализуется в период 2024 - 2027 гг. в три этапа: I этап – 2024г., -организационный: «Организационные мероприятия; разработка и написание программы.» II этап – 2024-2026гг. - «Реализация программы»

	<p>III этап – 2027 г.: обобщающий «Систематизация накопительного опыта, подведение итогов и анализ реализации программы.»</p>
<p>7. Объемы и источники финансирования</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Средства Федерального бюджета <input type="checkbox"/> Средства Регионального бюджета
<p>8. Ожидаемые результаты реализации Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> наличие пакета документов по организации школьного питания; <input type="checkbox"/> обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; <input type="checkbox"/> обеспечение доступности школьного питания; <input type="checkbox"/> обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании; <input type="checkbox"/> отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; <input type="checkbox"/> приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями; <input type="checkbox"/> сохранение и укрепление здоровья школьников; <input type="checkbox"/> увеличение охвата горячим питанием школьников и работающих сотрудников школы, доведение его до 100%; <input type="checkbox"/> улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой;

Содержание Программы по питанию

1. ВВЕДЕНИЕ



Человеку нужно есть,
Чтобы встать и чтобы сесть,
Чтобы прыгать, кувыряться,
Песни петь дружить, смеяться.
Чтоб расти и развиваться
И при этом не болеть,
Нужно правильно питаться
С самых юных лет уметь.

Здоровье детей и подростков в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны, генофонд нации, являясь при этом, наряду с другими демографическими показателями, чутким барометром развития страны.

Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты.

Школа и общество – сообщающиеся сосуды: изменения в обществе обязательно отражаются в жизни школы, в приоритетах, требованиях к ученику, структуре и содержании образования. Нестабильность жизни в России за последнее столетие сделала историю реформ отечественного образования бурной и противоречивой. Но одно всегда оставалось неизменным – ведущая роль школы в решении проблем охраны и укрепления здоровья детей, создании нормальных условий для их роста и развития.

Одна из главных задач школы сегодня – помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью. Для этого школьники должны узнать и, главное, принять для себя основные принципы здорового образа жизни, а это возможно только в

результате серьезной кропотливой совместной работы педагогов, родителей и самого ребенка.

Бесспорно, здоровье закладывается в детстве и формируется в юности. Соблюдение режима питания, витаминная обеспеченность, рациональное питание помогут школьникам избежать переутомления, повысить работоспособность и улучшить успеваемость.

Поэтому показателями здорового образа жизни школьника являются:

- оптимальный, соответствующий возрасту режим двигательной активности
- соблюдение рационального режима дня, учебного труда и отдыха
- правильно организованное питание: соблюдение научно обоснованного рациона, калорийности пищи и режима питания
- соблюдение требований психогигиены: адекватная реакция на стрессовые ситуации, отсутствие чувства напряжения, страха, тоски
- соблюдение правил личной гигиены: гигиена тела, одежды, питания, сна, умственного и физического труда
- отсутствие вредных привычек и пристрастий.

Состояние здоровья определяется различными факторами:

- наследственностью,

- внешней средой, а также одно из ведущих мест принадлежит фактору питания. Влияние питания на организм, в особенности на растущий, многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников.

В своей книге "Путь к Виганскому причалу" Джордж Оруэлл писал: *"Полагаю, можно доказать, что перемены в питании более важны, чем религиозные или семейные изменения"*. В самом деле, похоже, что значение хорошего питания для развития здоровья, защиты от инфекций и заболеваний приобретает понимание на государственном и международном уровне.

В 1998 году Правительство России приняло Концепцию государственной политики в области здорового питания населения России.

Государственная политика в области здорового питания населения основывается на следующих принципах:

- здоровье человека - важнейший приоритет государства
- пищевые продукты не должны причинять ущерб здоровью человека
- питание должно не только удовлетворять физиологические потребности организма человека в пищевых веществах и энергии, но и выполнять профилактические и лечебные задачи
- рациональное питание детей, как и состояние их здоровья, должны быть предметом особого внимания государства**
- питание должно способствовать защите организма человека от неблагоприятных условий окружающей среды.

«Живем не для того, чтобы есть, но едим для того, чтобы жить», – часто цитируем мы, и формируем представление о питании как о процессе обеспечения «техническим топливом», на котором организм должен работать. Главное, организовать поставку топлива, а уж когда и как оно будет доставлено – это имеет второстепенное значение.

А между тем питание является важнейшим фактором здоровья человека. Это и послужило отправной точкой для создания программы **«Здоровое питание»**, которая признана не только формировать у школьника рациональное отношение к собственному питанию, но и дать представление об основных принципах здорового образа жизни.

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (№ 29 – ФЗ, от 02.01.2000 г.), санитарными нормами и правилами, утвержденными совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпидемнадзором:

□ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «О введении в действие СанПиН 2.3.2. 1940-05 (вместе с Санитарно – эпидемиологическими правилами и нормативами «Организация детского питания» СанПин 2.3.2. 1940-05)

□ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «О введении в действие санитарно – эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.1178-02»

□ Письмо Роспотребнадзора «О согласовании рационов питания»
(№ 0100/2717-07-032 от 19.03.2007 г.)

□ СанПин 2.3.2.560-96 «Гигиенические требования к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов. Санитарные правила и нормы»

□ СанПин 2.4.2.011-98 «Гигиенические требования к организации питания детей и подростков школьного возраста в общеобразовательных учреждениях».

Программа «Здоровое питание»

обеспечивает основную концепцию, которой руководствуется школа в планировании, реализации и оценке мероприятий по пропаганде здоровья и здорового питания. В ней учитываются действия всех значимых членов школьного сообщества: учащихся, педагогов, родителей, работников школы.

2. ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата учащихся горячим питанием.

3. ЗАДАЧИ

обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;

- обеспечение доступности школьного питания;
- гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.

4. СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В МБОУ Мотыгинская средняя школа

Общая характеристика столовой

1. Мясорыбная зона:

- мочные ванны - 4 шт.
- разделочные столы- 4 шт.
- разделочные доски
- ножи
- эл.мясорубка для сырой продукции
- колода для разрубка мяса
- весы

2. Овощная зона

3. Холодная зона

- производственный стол
- холодильник

-морозильная камера

4. Горячая зона

4.1. Горячий цех:

- стол готовой продукции
- эл.плита
- жарочный духовой шкаф
- весы

5. Моечная кухонной столовой

- ванны для мытья посуды
- стеллажи для посуды
- произв.стол

6.Складские помещения
- стеллажи

7.Административные помещения

5. ПРОГРАММА РАЗВИТИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

№	Основные мероприятия	Срок исполнения	Ответственные
<i>I. Организационно – аналитическая деятельность, информационное обеспечение</i>			
1.	Организационное совещание. Организация горячего питания школьников: обеды График дежурства по столовой, обязанности дежурного учителя и учащихся по столовой.	сентябрь, декабрь	комиссия по контролю за качеством и организацией школьного питания
2.	Совещание с классными руководителями. - Обеспечение учащихся из малообеспеченных семей льготным питанием. - Комплексный контроль за документацией, качеством питания, дежурством, культурой приема пищи.	сентябрь, декабрь в течение года	Зам.директора по ВР ответственная за организацию горячего питания,
3.	Совещание при директоре. Организация горячего питания учащихся	октябрь апрель	Зам. директора по ВР, ответственная за организацию горячего питания,
4.	Организация работы комиссии по контролю за качеством и организацией школьного питания	в течение года	Зам. директора по ВР
5.	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	в течение года	комиссия по контролю за качеством и организацией школьного питания
<i>II. Работа по воспитанию культуры питания среди учащихся</i>			
1.	Часы здоровья «Питание во благо»	1 раз в четверть	Зам. директора по ВР
2.	Выпуск информационно-наглядных агитаций о здоровом питании «Скатерть – самобранка» Организация выставок литературы «Правильное питание - основа здоровья»	1 раз в четверть	Классные руководители, учитель ИЗО, ответственная за организацию горячего питания. Зав.библиотекой
3.	Классные часы в школе «Наше здоровье»	по плану школы	зам. директор по ВР
4.	Проведение элективных курсов, кружков по пропаганде питания школьников.	по плану классных руководителей	Классные руководители.
5	Проведение недели по пропаганде здорового питания: - акция «Мы за здоровый образ жизни»; - конкурс рисунков «Я за здоровое		Учителя начальной школы.

	питание» 1-4 классы; - конкурс презентаций «Режим питания» - 5-11 классы; - викторина «Огород»; - игра «Все, кто хочет быть здоров»	Март	
III. Работа по воспитанию культуры питания среди родителей			
1.	Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»	в течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители
2.	Круглый стол. Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни. Питание детей и подростков в школе и дома. Анкетирование «Правильно ли питаются Ваши дети?»	Октябрь ноябрь	Зам. директора по УВР, ВР, ответственная за организацию горячего питания. Классные руководители, педагог- психолог.
3.	Неделя семьи. Кулинарный поединок «Готовьте с нами, готовьте лучше нас»	Апрель	Классные руководители
4	Подготовка памяток для родителей «Организация правильного питания в семье», «Чтобы дети были здоровыми»	январь	ответственная за организацию горячего питания, социальный педагог, классные руководители, медицинский работник
5.	Час вопросов и ответов. Оптимальное питание – основа здорового детства и юношества	январь	Классные руководители
IV. Работа по улучшению материально – технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей			
1.	Работа по эстетическому оформлению обеденного зала столовой	август	администрация школы
v. Работа администрации школы			
1	Контроль за деятельностью школы по вопросам организации питания учащихся, соблюдения СанПиН	в течение года Быкова Т.В. - директор школы	администрация школы в течение 2024/2025 учебного года
2.	Консультирование учащихся и их родителей, общественности по вопросам питания	Кириллова С.В. ответственная за организацию горячего питания	в течение 2024/2027 учебного года

6. НОРМАТИВНАЯ БАЗА ПО ВОПРОСАМ ПИТАНИЯ

Закон Российской Федерации «Об образовании» №273 от 29.12.2012 года;
Устав МБОУ Мотыгинская СОШ №2.
СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»

Федеральный закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (№ 29 – ФЗ, от 02.01.2000 г.), санитарными нормами и правилами, утвержденными совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпиднадзора:

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «О введении в действие СанПиН 2.3.2. 1940-05 (вместе с Санитарно – эпидемиологическими правилами и нормативами «Организация детского питания» СанПин 2.3.2. 1940-05)

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «О введении в действие санитарно – эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.1178-02» - Письмо Роспотребнадзора «О согласовании рационов питания» (№ 0100/2717-07-032 от 19.03.2007 г.)

СанПин 2.3.2.560-96 «Гигиенические требования к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов. Санитарные правила и нормы»

СанПин 2.4.2.011-98 «Гигиенические требования к организации питания детей и подростков школьного возраста в общеобразовательных учреждениях».

7. ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КОМИССИИ ПО КОНТРОЛЮ ЗА ОРГАНИЗАЦИЕЙ И КАЧЕСТВОМ ПИТАНИЯ

В своей деятельности комиссия руководствуется законодательными и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, приказами и распоряжениями органов управления образованием, уставом и локальными актами образовательного учреждения.

Состав школьной комиссии утверждается приказом директора школы на каждый учебный год.

Члены комиссии из своего состава выбирают председателя.

Работа комиссии осуществляется в соответствии с планом, согласованным с администрацией школы.

Результаты проверок и меры, принятые по устранению недостатков оформляются актами и рассматриваются на заседаниях комиссии с приглашением заинтересованных лиц.

Заседание комиссии оформляется протоколом и доводится до сведения администрации школы.

Основные направления деятельности комиссии:

- Оказывает содействие администрации школы в организации питания обучающихся.
- Осуществляет контроль:
 1. За рациональным использованием финансовых средств, выделенных на питание обучающихся;
 2. За целевым использованием продуктов питания и готовой продукции;
 3. За соответствием рационов питания согласно утвержденному меню;
 4. За качеством готовой продукции;
 5. За санитарным состоянием пищеблока;
 6. За выполнением графика поставок продуктов и готовой продукции, сроками их хранения и использования;

7. За организацией приема пищи обучающихся;
8. За соблюдением графика работы столовой.

- Проводит проверки качества сырой продукции, поступающей на пищеблок, условий её хранения, соблюдения сроков реализации, норм вложения и технологии приготовления пищи, норм раздачи готовой продукции и выполнения других требований, предъявляемых надзорными органами и службами.
- Организует и проводит опрос обучающихся по ассортименту и качеству отпускаемой продукции и представляет полученную информацию руководству школы.
- Вносит администрации школы предложения по улучшению обслуживания обучающихся.
- Оказывает содействие администрации школы в проведении просветительской работы среди обучающихся и их родителей (законных представителей) по вопросам рационального питания.
- Привлекает родительскую общественность и различные формы самоуправления школы к организации и контролю за питанием обучающихся.

8. ПЛАН РАБОТЫ КОМИССИИ ПО КОНТРОЛЮ ЗА ОРГАНИЗАЦИЕЙ И КАЧЕСТВОМ ПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Мероприятия	Сроки	Ответственный
1. Проверка десятидневного меню.	Сентябрь	Зам.директора по ВР
2. Проверка целевого использования продуктов питания и готовой продукции.	Ежемесячно	Главный бухгалтер
3. Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню.	Ежедневно	Зам.директора по ВР
4. Использование финансовых средств на питание учащихся.	Октябрь, январь	Директор школы Главный бухгалтер
5. Организация просветительской работы.	Октябрь, апрель	Зам.директора по ВР
6. Анкетирование учащихся и их родителей по питанию.	Ноябрь	Зам.директора по ВР
7. Контроль за качеством питания.	Ежедневно	Шеф-повар
8. Проверка табелей питания.	Ежемесячно	Главный бухгалтер

9. ПРОГРАММА ПРОИЗВОДСТВЕННОГО КОНТРОЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ (ПРИЛОЖЕНИЕ 2)

План приобретения необходимого оборудования

№	Оборудование	Срок приобретения	Финансирование
1.	Мультиварки	Подключение 2024г	0

2.	Конфорки	2025	40.000
3.	Холодильник (для проб)	2025	15.000
4.	Электроплита	2027	125.000
5.	Посуда: 1. Тарелки для супа; 2. Тарелки для вторых блюд; 3. Стаканы;	2025	150 000
6.	Хозтовары: моющее средство чистящее средство мыло	100X 350 = 35000 100x 400 = 40000 30 x 150 = 45000	120 000

10. МОНИТОРИНГ ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ

Название мероприятия	Форма проведения	Сроки
Изучение уровня владения основами здорового питания	Мониторинговое исследование	Октябрь май
Качество системы школьного питания (школьный уровень)	Мониторинговое исследование	Февраль-март Март-май
Мнение участников образовательного процесса о качестве школьного питания.	Социологическое исследование	Сентябрь Декабрь Май
«Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	Анкетирование родителей Анкетирование учащихся	Апрель-май

Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников:

1. Задачи администрации школы:

Составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;

- Контроль качества питания;
- Контроль обеспечения порядка в столовой;
- Контроль культуры принятия пищи;
- Контроль проведения воспитательной работы со школьниками по привитию навыков культуры приема пищи;
- Контроль расходования средств на питание в школьной столовой.

2. Обязанности работников столовой:

- Составление рационального питания на день и перспективного меню
- Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;
- Обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи;
- Использование современных технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

3. Обязанности классных руководителей:

- Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;
- Воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;
- Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье; Организация конкурсов и викторин на тему правильного питания.

4. Обязанности родителей:

- Прививать навыки культуры питания в семье;
- Оказывать помощь в обеспечении школы чистой питьевой водой;
- Выполнять рекомендации классных руководителей и медработников по питанию в семье.

5. Обязанности учащихся:

- Соблюдать правила культуры приема пищи;
- Дежурить по столовой;
- Принимать участие в выпуске тематических газет;
- В школьной газете открыть рубрику «Питаемся правильно».

11. ОЖИДАЕМЫЕ КОНЕЧНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ

- сохранение и укрепление здоровья при стабильных результатах обучения;

- повышение приоритета здорового питания;

- повышение мотивации к здоровому образу жизни;

- поддержка родителями деятельности школы по воспитанию

здоровых детей;

- улучшение состояния здоровья детей по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи;

- повышение качества и безопасности питания учащихся;

- обеспечение всех обучающихся питанием;

- обеспечение льготным питанием детей из социально-

незащищенных семей.

12. ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Содержание программы позволяет осуществить связь со всеми предметами, изучаемыми в школе: русским языком (работа с текстами, затрагивающими тематику питания); математикой (эффективным средством формирования умений и навыков сохранения и укрепления здоровья являются задачи со здоровьесберегающим содержанием); окружающим миром; литературным чтением, ИЗО (рисунки, роспись посуды), технологией (изготовление муляжей фруктов и овощей) и др. Формированию представлений об основах культуры питания способствует не только система воспитательной внеурочной работы, но и через образовательный процесс, включающий уроки русского языка, математики, окружающего мира, литературного чтения, ИЗО, технологии.

Всё это открывает дополнительные возможности для развития учащихся, позволяя применять в новых условиях знания, умения, навыки, приобретённые на других уроках. Интерес к проблеме правильного питания, отношение к ней в значительной степени обуславливается психологическим климатом семьи. Работа с родителями начинается с установления контакта с семьёй, выработки согласованных действий и единых требований.

Учитывая тот факт, что дети и подростки первую половину дня находятся в школе и питание в школе должно составлять 60% - 70% ежедневного рациона учащихся, качество и эффективность школьного питания становятся важными факторами сохранения интеллектуального капитала и здоровья подрастающего поколения.

Таким образом, такое содержание программы по формированию у детей основ культуры питания позволяет подвести детей к пониманию того, что составляющей здорового образа жизни является правильное питание. Проведённые беседы, экскурсии, занятия, конкурсы, праздники для детей, встречи с родителями, консультации и рекомендации для них, помогли в интересной и увлекательной форме окунуться к истории, сути и актуальности вопроса о правильном питании.

Приложение №1.

Методические рекомендации к Программе «Здоровое питание»

ИГРЫ С ПРАВИЛАМИ. ДИДАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ. Игра-соревнование «Разложи продукты на разноцветные столы».

2 или 3 команды должны разложить продукты (названия которых написаны на карточках, или нарисованы) на 3 стола, покрытые скатертями трех цветов:

- зеленой (продукты ежедневного рациона);
- желтой (полезные продукты, используемые достаточно часто);
- красной (продукты, присутствующие на столе изредка).

Победителем становится команда, первой выполнившая задание правильно.

Динамическая игра «Поезд»

Один ученик исполняет роль светофора. Остальные учащиеся получают по одной карточке с рисунками продуктов. Дети образуют «длинный поезд», держа карточки в руках.

Едет поезд необычный,
Он большой и симпатичный (непривычный).

Нет вагонов, нет колес,
В нем: капуста, мед, овес,
Лук, петрушка и укроп...

Остановка!

Поезд, стоп!

Поезд движется по классу к светофору. По сигналу «Стоп!» на светофоре загорается красный свет (ученик, исполняющий роль светофора, поднимает красный кружок).

Из колонны выходят дети, в руках которых были карточки с рисунками продуктов, которые можно есть лишь изредка.

Поезд движется дальше и снова по сигналу «Стоп» загорается желтый свет. Из колонны выходят дети, в руках которых карточки с рисунками полезных продуктов, которые не следует есть каждый день.

В составе поезда остаются самые полезные продукты. Каждый ученик рассказывает, чем полезен продукт, изображенный на рисунке.

«Помоги Кубику или Бусинке»

На столе 4 карточки, на которых написаны блюда для завтрака, обеда, полдника и ужина. Задание: положите карточки к тем часам, на которых указано время этого приема пищи.

Доскажи пословицу

Каждая пословица написана на 2-х карточках, надо найти правильное продолжение. Кто не умерен в еде - (враг себе)

Хочешь есть калачи - (не сиди на печи)

Когда я ем - (я глух и нем)

Снег на полях - (хлеб в закромах).

Игра «Знатоки»

На столе раскладываются различные колоски. В блюдцах - крупы. Ребятам предлагается по виду колоса определить название растения (пшеница, гречиха, овес...), а затем найти в блюдцах соответствующую крупу и тоже назвать ее (манная, гречневая, овсяная). Следует обратить внимание ребят на форму крупы, ее размеры, цвет.

Конкурс «Самая вкусная и полезная каша»

С помощью работников столовой или родителей педагог подготавливает несколько тарелочек с разными видами каш. Рядом располагаются блюдца с добавками: семечки, сухофрукты, варенье и т. п.

Команды учащихся должны с помощью добавок «придумать» свою кашу и дать ей оригинальное название. Жюри (в него могут войти родители, старшеклассники) определяют победителя.

В ходе конкурса учитель обращает внимание на соблюдение ребятами правил личной гигиены (вымытые руки, использование «личной» ложки, дегустация не из общей тарелки, а из отдельного блюдца *или* розетки), а также правил этикета. Все это также может оцениваться жюри.

Игра «Поварята»

В блюдцах насыпаны вперемешку крупы — рисовая, гречневая, пшенная. Задание «поварятам» — отделить крупы друг от друга и разложить по отдельным кастрюлям. Победителем станет тот, кто быстрее и без ошибок справится с заданием.

Венок из пословиц

Педагог заранее готовит макет венка из колосков и отдельные колоски. Детям предлагается вспомнить и назвать все пословицы о хлебе. После каждой названной

пословицы педагог вплетает в венок новый колосок. После окончания игры венок может украсить класс.

Хлебушко - пирогу дедушка.

Без печки холодно - без хлеба голодно.

Не в пору и обед, коли хлеба нет.

Ешь пироги, а хлеб вперед береги.

Покуда есть хлеб да вода, все не беда.

Нет хлеба - нет обеда.

Много снега - много хлеба.

Ржаной хлебушко - калачу дедушка.

Хлеб на стол - и стол престол.

Хлеб - батюшка-кормилец.

Без хлеба несытно, без него и у воды жить худо.

Хлеб - всему голова.

Все приедается, а хлеб - нет.