



**ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ  
ШКОЛЬНИКА**



СОЮЗСОЦПИТ



**ПРОСВЕЩЕНИЕ**  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

# Акция «Здоровое питание школьника»

социальная акция, задача которой - сформировать потребность в здоровом питании и ведении активного образа жизни у школьников и их родителей

## ЗАДАЧИ:



Повысить осведомленность в вопросах здорового питания.



Рассказать о методиках и способах поддержания здоровья и красоты.



Привлечь школьников и их родителей к решению проблем отсутствия культуры здорового питания, активного образа жизни, мотивировать к социальной активности.



Сформировать потребность в здоровом питании и ведении активного образа жизни у школьников и их родителей.



Поддержать профильные инициативы и проекты.



Ознакомить учащихся с деятельностью общественных организаций, направленной на сохранение здоровья.

**Конкурс  
«Время быть лидером»  
для старшеклассников  
(8-10 классы)**

Учащиеся 8-10 классов  
на время станут педагогами  
для своих младших товарищей,  
проведя для них тематические  
уроки(педагогический модуль)  
и мероприятия  
(практикоориентированный модуль)

**Творческий конкурс для  
участников акции (1-7 классы)**

Плакаты о здоровом питании  
по итогам прослушанных уроков

**Педагогический блок  
(для лидеров акции  
в рамках конкурса)**

Обязательные модули  
для участников конкурса:

- Урок «Я — то, что я ем»  
для 5-7 классов

- Интерактивное занятие  
по правильному питанию  
«Секреты правильного питания»  
для 1-4 классов

Дополнительные модули  
для участников конкурса:

- Занятие для людей  
старшего возраста  
«Правильное питание –  
залог долголетия»

**Практикоориентированный  
блок (для лидеров акции  
в рамках конкурса)**

Обязательный модуль для  
участников конкурса:  
Организовать дебаты  
по тематике акции

Дополнительные модули  
для участников конкурса:

- Исследование организации  
системы школьного питания  
(совместно с родителями);  
- Исследование своего  
фактического рациона  
и обоснование  
необходимости внесения  
изменений в свой рацион.

# Описание элементов педагогического модуля для участников конкурса

## **Обязательный урок**

### **«Я – то что я ем» в 5-7 классах:**

- презентация
- методические рекомендации по проведению занятия

**Ожидаемый результат:** ранний опыт педагогической деятельности может повлиять на выбор профессии, умение работать в команде, повышение собственной эрудиции, расширение информационного поля, творческое развитие

## **Обязательное интерактивное занятие**

### **«Секреты правильного питания»**

в 1-4 классах в форме игры

Инструменты:

- компьютер
- экран
- презентация PowerPoint

**Дополнительный модуль –  
занятие с людьми старшего возраста**

# Описание элементов практикоориентированного модуля

## ДЕБАТЫ:

- вкусно или полезно: есть ли выбор
- школьная столовая – новый имидж
- обратная сторона диет
- если бы я был директором:  
что убрать и что добавить в меню
- свободная тема в рамках акции

**Исследование организации системы  
школьного питания (совместно с родителями)**

**Исследование своего фактического рациона  
и обоснование необходимости внесения изменений  
в свой рацион.**

# Памятка участникам конкурса «Время быть лидером» «ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКА»

- 1 ПОЛУЧИТЬ СОГЛАСИЕ РОДИТЕЛЕЙ**  
(законных представителей)  
на обработку персональных данных.
- 2 ЗАРЕГИСТРИРОВАТЬСЯ НА САЙТЕ**  
Движения «Сделаем вместе!» ([www.doit-together.ru](http://www.doit-together.ru))  
через куратора акции в своей общеобразовательной организации
- 3 ПРОВЕСТИ ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ АКЦИИ**
  - урок «Я — то, что я ем» для 5-7 классов
  - интерактивное занятие по правильному питанию «Секреты правильного питания» для 1-4 классов
  - дебаты на одну из тем акции

- 4 ПРОВЕСТИ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ**
  - занятие для людей старшего возраста
  - исследования
- 5 ПОДГОТОВИТЬ И ЗАГРУЗИТЬ ОТЧЁТ**  
о результатах своей деятельности  
в виде презентации в свой личный кабинет на сайте Движения.
- 6 ДОПОЛНИТЕЛЬНО** вовлечь участников акции в различные активности: дебаты, Зож-классы, практикумы и воркшопы, проекты, флэш-мобы