



«Утверждаю»  
Директор МБОУ «Лицей №153»  
ГО город Уфа РБ  
Э.Г.Минюк  
«14» 10 2019г.

## Программа здорового питания учащихся МБОУ «Лицей №153» ГО город Уфа РБ

Цель программы: формирование культуры здорового питания учащихся, совершенствование организации питания.

### Задачи программы:

- расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;
- просвещение родителей в вопросах организации правильного рационального питания детей.

### 1. Пропаганда здорового питания.

В целях формирования культуры здорового питания школьников в рамках внеурочной деятельности проводятся мероприятия:

- по формированию и развитию представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формированию готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
- по формированию у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- по освоению детьми и подростками практических навыков рационального питания;
- по формированию представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
- по информированию детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширению знаний об истории и традициях своего народа, формированию чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- по просвещению родителей в вопросах организации здорового питания школьников.

Практические занятия предусматривают различные формы проведения:

- конкурсов рисунков и плакатов на тему: «Правильное и здоровое питание»;
- анкетирования школьников и их родителей.