На сайт

Конкурсы

**Международная социальная акция «Здоровое питание школьников»**

В период с 9 декабря 2021 по 15 июля 2022 будет проходить международная социальная акция «Здоровое питание школьников». Задача данной акции - сформировать потребность в здоровом питании и ведении активного образа жизни у школьников и их родителей.

Основным элементом акции является конкурс для старшеклассников «Время быть лидером». Учащимся 8-10 классов предлагается подготовить и провести теоретические и практические занятия для своих младших товарищей.

Педагогический блок:

- интерактивное занятие по правильному питанию «Своя игра» для 1-4 классов;

- урок «Здоровое питание» для 5-8 классов;

- урок «Варианты наполнения ланчбоксов» для 1-8 классов;

- от лидера акции к руководству проектом: организация среди учащихся анализа рациона питания.

Практико-ориентированный блок:

- анализ своего фактического рациона (количество потребляемых калорий, белков, жиров и углеводов), а также соотношения в нем белков, жиров и углеводов, ведение дневника правильного питания;

- сравнение калорийности пищи с нормами энергозатрат для соответствующей половозрастной группы;

- обоснование необходимости внесения в свой рацион, проведение индивидуального расчёта калорий суточного рациона;

- активности (практикумы, проекты, дебаты)

Отчеты о своей работе школьники (через куратора учреждения) должны разместить на сайте [www.doit-together.ru](http://www.doit-together.ru/). Итоги регионального уровня будут подведены в июне 2022 года, а подведение общих итогов и награждение победителей состоится в июле 2022 года.

Победители региональных этапов конкурса получат дипломы и ценные подарки. Победители общероссийского и международного этапа конкурса получат бесплатные путевки на 10 смену 2022 года в МДЦ «Артек», а также ценные подарки.