Здоровое питание должно являться неотъемлемой частью повседневной жизни и способствовать крепкому физиологическому, психическому и социальному здоровью человека. Для формирования правильного пищевого поведения, воспитания культуры питания и ответственности за свое здоровье, во всех классах проводятся тематические классные часы.

Необходимость серьезно заниматься формированием культуры здоровья в системе общего образования обусловлена рядом объективных причин:

·  фундамент здоровья человека закладывается в школьном возрасте

·  в этом же возрасте закладываются основы здорового образа жизни, как система норм и правил

·  именно в школьный период формируются знания о факторах и способах сохранения здоровья

Большую часть времени дети проводят в школе, то и полноценно питаться учащиеся должны в школе. Очень важно, чтобы школы стала началом распространения знаний и умений в построении здорового питания. Это одно из направлений воспитательной работы классного руководителя.

