



Дорогие наши обучающиеся!

Сегодняшний новостной лист хотим посвятить соблюдению правил личной гигиены!

Учебный год продолжается – интересное, но непростое время для детей. Большой объем знаний, новые задачи требуют много энергии и концентрации.

К тому же зима – сезон респираторных заболеваний.

Инфекция легко проникает в организм через слизистую воздушно-капельным или контактно-бытовым путем, и риск заразиться у школьника, который много времени находится в коллективе, довольно высок. Поэтому, чтобы достичь успехов в учебе и сохранить здоровье, каждый обучающийся должен соблюдать нормы гигиены – это базовое средство профилактики от многих заболеваний.

Школьник должен понимать, как важно регулярно мыть руки – под теплой проточной водой с мылом не менее 15–20 секунд. Делать это нужно перед едой, после посещения туалета, школы и других общественных мест.

Кроме того, нужно ухаживать за ногтями, чистить зубы минимум два раза в день – утром и вечером, умываться, мыть голову один-два раза в неделю, принимать душ каждый вечер, чистить уши, следить за чистотой одежды и обуви. После школы рубашки, носки, белье нужно класть в корзину для грязного белья, обувь чистить специальной щеткой и просушивать, если есть необходимость.

В школе обязательно должна быть сменная обувь.

Не нужно меняться шарфами, шапками или какой-либо одеждой или гигиеническими принадлежностями с другими детьми.

Пить можно только из своей чашки или бутылки для воды, есть – из своей посуды. Не нужно брать у других детей использованные столовые приборы и делиться своими. Нельзя пить воду из-под крана: лучше носить в рюкзаке бутылку с чистой питьевой водой.

С собой должны быть одноразовые салфетки или платок, чтобы при чихании, кашле ими можно было прикрыть рот и нос. Или же можно чихать в сгиб локтя.

Помните, что для поддержания иммунитета важны также правильное питание, физические нагрузки и прогулки на свежем воздухе. Все эти меры работают в комплексе.

30 января 2025 года комиссия в составе Якушевой К.С. – председателя комиссии, Касенцевой Т.В. и Савицкас А.С. – заместителей директора по УВР, Шароватовой К.П. - представителя родительского комитета 6 класса оценили организацию питания в школе, составили оценочный лист.



Важно! На стенде в столовой и на стенде с информацией у кабинета директора находятся штрихкоды. С их помощью вы можете принять участие в оценке питания в нашей школе! Будьте здоровы, питайтесь правильно!

С целью изучения организации школьного питания 27 января 2025 г в 6 классе было проведено анкетирование. Опрос обучающихся (12 человек) показал следующие результаты:

1. Удовлетворяет ли вас система организации питания в школе?

Да – 10

Нет – 0

Затрудняюсь ответить – 2

2. Удовлетворяет ли вас санитарное состояние школьной столовой?

Да – 10

Нет – 0

Затрудняюсь ответить – 2

3. Питаетесь ли вы в школьной столовой?

Да – 10

Нет – 0

3.1 Если нет, то по какой причине?

Не нравится – 0

Не успеваете – 0

Питаетесь дома - 2

4. В школе вы получаете:

Горячий завтрак – 0

Горячий обед (с первым блюдом) – 7

Горячий обед – 0

2-разовое питание – 3

5. Наедаетесь ли вы в школе?

Да – 10

Иногда – 0

Нет – 0

6. Хватает ли продолжительности перемены для того, чтобы поесть в школе?

Да – 10

Нет – 0

7. Нравится ли питание в школьной столовой?

Да – 8

Нет – 0

Не всегда – 2

7.1. Если не нравится, то почему?

Невкусно готовят – 0

Однообразное питание – 0

Готовят нелюбимую пищу – 2

Остывшая еда – 0

Маленькие порции – 0

Иное – 0

8. Устраивает ли меню школьной столовой?

Да – 9

Нет – 0

Иногда – 1

9. Считаете ли питание в школе здоровым и полноценным?

Да – 10

Нет – 0

10. Ваши предложения по изменению меню:

Нет предложений.

11. Ваши предложения по улучшению питания в школе:

Нет предложений.