# 2024年全国学生营养日营养知识宣传资料

来源：网络 作者：七色彩虹 更新时间：2024-09-10

*5月20日是我国第19个学生营养日。为了让同学们具有正确的饮食营养观念，培养他们良好的饮食习惯，济宁市北门里中心小学紧紧围绕今年学生营养日的宣传主题：“食品安全营养，孩子健康成长——远离肥胖与慢性病”，充分做好学生营养知识的宣传与普及工作，...*

5月20日是我国第19个学生营养日。为了让同学们具有正确的饮食营养观念，培养他们良好的饮食习惯，济宁市北门里中心小学紧紧围绕今年学生营养日的宣传主题：“食品安全营养，孩子健康成长——远离肥胖与慢性病”，充分做好学生营养知识的宣传与普及工作，使同学们从小树立良好的平衡膳食意识，为自己的健康成长奠基。

有数据显示，全世界1。55亿超重肥胖儿童少年中，每13个里就有一个是中国儿童少年。与此同时，由肥胖带来的儿童少年高血压、脂肪肝的比例也不断增长，儿童少年肥胖已经成为亟需整个社会关注的公共卫生问题。

为此，在5月20日 “全国小学生营养日”来临之际，学校各中队辅导员针对学生现在的营养观念淡薄，以及平时挑食厌食的不良习惯，进行耐心细致的讲解，使同学们知道偏食挑食爱吃零食，不爱喝豆浆，不吃蔬菜或肉食类食品等不良饮食习惯，长此以往，必将造成营养的缺失和发育的不健全，辅导员还精心制作了幻灯片将豆浆、蔬菜、肉食类、香菇等食物富含的营养素以及对人体生长发育的作用，从均衡营养的角度阐述了合理膳食的方法和注意事项，加深了孩子们的认识，使学生们明晓只要注意每日营养，就能保证大家维持正常学习活动和拥有强健体魄，远离肥胖与慢性病。

同学们还对自己平时的饮食习惯进行了积极的反思，是否有挑食厌食爱吃零食现象，营养是否均衡全面，同时还表示在今后的生活中，要改掉偏食、挑食的毛病，做一个营养全面、健康的小学生。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找