# ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ г. ЕКАТЕРИНБУРГА

### Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение – средняя общеобразовательная школа № 82

**Аналитическая справка**

**о результатах реализации программы**

**«Разговор о правильном питании»**

С 2013 г. в начальных классах МБОУ СОШ №82 в рамках программы внеурочной деятельности реализуется курс «Разговор о правильном питании».

Программа курса составлена на основе программы «Разговор о правильном питании», разработанной  сотрудниками Института возрастной физиологии Российской академии образования по инициативе компании «Нестле Россия» ( руководитель авторского коллектива — директор Института, академик Российской академии образования М.М. Безруких.) Содержание программы базируется на российских кулинарных традициях и имеет строго научное обоснование.

**Цель программы**: воспитание у детей культуры питания, осознания ими здоровья как главной человеческой ценности.

Важность  курса  состоит в том, что он осуществляется в рамках программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни,   рекомендованного для внеурочной деятельности новым стандартом.

В отличие от многих других обучающих программ, курс «Разговор о правильном питании» носит комплексный характер и охватывает разные аспекты питания, в том числе и связанные с российской историей и культурой. Содержание и структура программы обеспечивает возможность организации системного обучения школьников, с учетом их возрастных особенностей.

Программа «Разговор о правильном питании» является одной из лучших профилактических программ, используемых ОУ для наполнения качественным содержанием социального или спортивно-оздоровительного направления  внеурочной деятельности, не требующей больших затрат на реализацию.

Программа «Разговор о правильном питании» помогает ученику в формировании личностного восприятия, эмоционального, оценочного отношения к здоровью, воспитывает нравственно и духовно зрелых активных, компетентных граждан, способных оценивать своё место в окружающем мире и участвовать в созидательной деятельности на благо родной страны и планеты Земля. В ходе реализации программы учащиеся  узнают об основных питательных веществах, входящих в состав пищи, полезных продуктах и блюдах, основах составления рациона питания, правилах гигиены, а также традициях и кулинарных обычаях, как своей страны, так и других стран,  учатся  сервировать стол и соблюдать правила этикета.

  Программы «Разговор о правильном питании»  используют поэтапно три учебно-методических комплекта, ориентированных на разные возрастные группы учащихся: «Разговор о  здоровье и правильном питании» (6-8 лет), «Две недели в лагере здоровья» (9-10 лет), «Формула правильного питания» (11-12 лет).

В УМК входят:

* рабочая тетрадь для школьников «Разговор о правильном питании»
* методическое пособие для педагога,
* комплект плакатов «Что полезно есть», «Как правильно есть»,
* Рекомендации для родителей.

Учебно-методический комплект  «Разговор о правильном питании»

включает 15 тем, направленных на формирование у учащихся основных представлений о здоровье и  правильном питании.

В ходе реализации программы используются разнообразные формы и методы, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающий непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующий их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности. Наиболее распространенными при этом являются игровые методики ­ ролевые, ситуационные, образно­ролевые игры, а также элементы проектной деятельности, дискуссионные формы. Ролевая игра базируется на изображении ее участниками определенных персонажей, действующих в заданных условиях. В ходе взаимодействия участники игры должны решить поставленную перед ними задачу. Ролевые игры оказываются весьма эффективными при освоении детьми навыков поведения в различных ситуациях (при изучении темы «Где и как мы едим» школьники должны продемонстрировать варианты поведения в кафе – игра «Кафе»).  
 Ситуационная игра предполагает четко заданный сценарий действий и ориентирована на конкретный результат (при изучении темы «Продукты разные важны, блюда разные важны» дети должны распределить продукты по трем цветным «столам», в зависимости от частоты употребления того или иного продукта в пищу). Образно­ролевые игры позволяют активизировать конкретно чувственный опыт, сформировать определенное эмоциональное отношение к тому или иному фактору (при изучении темы «Здоровье – это здорово» дети должны представить пантомиму, изобразив полезные и вредные привычки – игра «Угадай­ка»). Проектная деятельность основывается на творчестве, самостоятельной работе школьников для решения поставленной задачи (в теме «Кулинарная история» дети готовят викторину для своих одноклассников, посвященную кулинарии в Средние века). Дискуссия, обсуждение. Основная задача заключается в формировании у школьников личной позиции в отношении того или иного вопроса. Дискуссия организована в форме круглого стола, брейн­ринга и т. п.

Формы работы:

❑ сюжетно-ролевые игры (темы 4, 5, 6, 9);

❑ чтение по ролям (все темы);

❑ рассказ по картинкам (темы 1, 4, 5, 6, 13);

❑ выполнение самостоятельных заданий (все темы);

❑ игры по правилам — конкурсы, викторины (темы 1 , 5, 6, 9, 10);

❑ мини-проекты (темы 2, 13, 7, 11, 12, 13);

❑ совместная работа с родителями (темы 3, 5, 6, 8)  
**Групповая работа.**

Работа в парах.(сюжетно-­ролевые игры, игры с правилами, образно­ролевые игры, дискуссии).  
**Фронтальная работа** – это работа со всеми учащимися. Учитель предлагает беседу, рассказ, историю, чтение статей, информационный материал. Такая форма работы требует устойчивого внимания и заинтересованность учащихся.

**Индивидуальная работа** – большое значение имеет для обработки практических навыков и умений, ответы на вопросы анкеты, проблемные задания, выполнение санитарно-­гигиенических требований.  
**Методы:**  
• Репродуктивный  
• Проблемный   
• Частично-­поисковый   
• Объяснительно­-иллюстративный.

**Планируемые результаты.**В результате изучения курса «Разговор о правильном питании» младшие школьники получат представления:  
• о правилах и основах рационального питания,  
• о необходимости соблюдения гигиены питания;  
• о полезных продуктах питания;  
• о структуре ежедневного рациона питания;  
• об ассортименте наиболее типичных продуктов питания;  
• об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах вызывающих изменение в рационе питания;  
• об основных группах питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме.

Полученные знания позволят детям ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирать наиболее полезные.  
 Дети смогут оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия.  
 Дети получат знания и навыки, связанные с этикетом в области питания с, что в определённой степени повлияет на успешность их социальной адаптации, установление контактов с другими людьми.  
 Проверка усвоения программы проводится в форме анкетирования, тестирования, выполнения творческих заданий.  
 Подведение итогов проводится в виде выставок работ учащихся, игр,

праздников.