**Справка**

о работе по программе «Разговор о правильном питании»

в МБОУ - гимназии №45

Цель: качество выполнения плана.

Справка составлена на основании:

- изучения документации;

- посещения классных часов.

- анализа работы учителей по программе «Разговор о правильном питании».

Понимание здорового образа жизни человека несёт в себе самый широкий контекст. Базовое понятие здесь – здоровье.

Более 17 лет в школах Российской Федерации реализуется программа «Разговор о правильном питании», разработанная специалистами Института возрастной физиологии Российской академии образования при поддержке компании Нестле Россия.

Программа включает три содержательных модуля-«Разговор о правильном питании и здоровье», «Две недели в лагере здоровья», «Формула правильного питания».

МБОУ гимназия №45 с 2011 года участвует в реализации Федеральной программы «Разговор о правильном питании», так как она позволяет формировать у детей сознательное отношение к своему здоровью, осваивать навыки правильного питания, формировать представления о правилах этикета, пробуждать интерес к народным традициям. Опыт работы показал, что программа эффективна, актуальна, её создание вызвано временем, благодаря ей не только дети, но и взрослые сумели освоить основы здорового образа жизни.

Для реализации Программы все обучающиеся имеют учебно-методические комплекты, включающие в себя рабочие тетради. Подготовлены мультимедийные образовательные ресурсы. Они включают в себя - методическую библиотеку для педагогов, образовательные игры для детей «Город здоровья», «Формула правильного питания».

**Цель программы «Разговор о правильном питании»:** *формирование у детей культуры питания, как составляющей здорового образа жизни.*

Исходя из поставленной цели, мы сформулировали следующие задачи:

**Образовательные :**

* формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье, как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
* формирование и развитие у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
* освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания;
* формирование представления о социокультурных аспектах питания, как составляющей общей культуры человека.

**Воспитательные** :

* информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа и традициях других народов;
* развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности;
* развитие коммуникативных навыков у детей и подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
* просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков

Содержание программы «Разговор о правильном питании» отвечает следующим принципам:

* научная обоснованность и достоверность – содержание комплекта базируется на данных научных исследований в области питания детей и подростков.
* практическая целесообразность – содержание комплекта отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с организацией питания детей и подростков.
* динамическое развитие и системность – содержание каждого из последующих модулей программы, цели и задачи обучения определялись с учётом тех сведений, оценочных суждений и поведенческих навыков, которые были сформированы у детей и подростков в результате изучения предыдущих модулей.
* вовлечённость в реализацию Программы родителей учащихся;
* культурологическая сообразность – в содержании программы отражены исторически сложившиеся традиции питания, являющиеся частью культуры народов России и других стран.
* возрастная адекватность - соответствие используемых форм и методов обучения возрастным, физиологическим и психологическим особенностям детей и подростков.

**Тематика программы охватывает различные аспекты рационального питания**:

* + Разнообразие питания
  + Гигиена питания
  + Режим питания
  + Рацион питания
  + Культура питания
  + Разнообразие питания
  + Гигиена питания и приготовления пищи
  + Этикет
  + Рацион питания
  + Традиции и культура питания

В гимназии программа «Разговор о правильном питании» реализуется в рамках внеклассной воспитательной работы через направление «Здоровому – всё здорово!»

Целью направления «Здоровому – всё здорово!» является создание такой здоровьесберегающей среды, которая продуктивно работала бы на физическое, психическое и социальное здоровье ребёнка.

**Задачи:**

* Подготовить учащихся к самостоятельной жизни;
* Укреплять нравственное и физическое здоровье;
* Научить грамотно, ответственно и эффективно сохранять здоровье.

Принцип деятельности:

* Не навреди
* Ребёнок, ты – ценность

Реализация программы идёт через игровую деятельность.

Проверялись воспитательные планы работы на наличие планирования по направлению, соответствие мероприятий составленному плану.

Было выяснено, что все педагоги начальной школы запланировали мероприятия в плане воспитательной работы.

При посещении мероприятий выяснилось, что педагогами осуществляется формирование и развитие у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья. Так в 4 «а» классе, учитель Мещеркина И.В. провела очень интересное мероприятие «Витаминная страна». В начале праздника состоялось открытие выставки поделок «Супер – овощ, супер – фрукт». На выставке были представлены семейные поделки из овощей и фруктов. В ходе праздника дети читали стихи, загадывали загадки об овощах и фруктах, их пользе для человека. Совместно с родителями был организован «Витаминный фуршет».

Как убедить ребёнка употреблять в пищу молочные изделия? Это и было красной нитью в мероприятии Юровской Н.Ю. Дети с удовольствием занимались исследовательской работой, узнавали новое, применяли свои знания на практике.

Информирование детей о народных традициях, связанных с питанием проводится Кайтмазовой А.В. Интересно прошло мероприятие «Из чего пекут чурек?». Дети погрузились в историю, принесли рецепты приготовления чурека. Провели исследования о пользе чурека для человека.

Организационные формы интегрированных уроков различны: это урок-встреча «Все профессии важны», урок-сказка «Волшебная страна здоровья», урок-практикум «Из чего состоит наша пища», урок-блиц-турнир «Витаминный стол», урок-исследование «Где и как готовят пищу». **Де**ти младшего школьного возраста очень любят играть. На игровых технологиях построены многие занятия по программе «Разговор о правильном питании». Занятие – игра, по теме: «Самые полезные продукты», проведенная Устименко Е.В. создаёт условие для формирования понятий: питание, пища, правил разумного питания, гигиены питания, учит заботиться о своём здоровье, развивает творческое воображение, речь, внимание.

Освоение детьми практических навыков рационального питания осуществляет на своих мероприятиях Паронянц В.Б. Проведённый ею практикум «Из чего состоит наша пища?» позволил обобщить знания детей о составе пищи, выявить, в каких продуктах содержится большое количество белков, жиров, углеводов и витаминов, определить полезные продукты для ребёнка.

Очень увлекательно провели игру «Последний герой» обучающиеся 4 «Б» класса (учитель Возиянова Ф.К.) где закрепили знания детей о законах здорового питания, убедили их в необходимости и важности соблюдения режима питания, учили выбирать самые полезные продукты для здорового, рационального питания.

Формирование навыков здорового образа жизни, соблюдение правил личной гигиены у детей осуществлялось в театрализованном представлении, проведённом в 4 «В» классе Ткаченко И.Ю. На праздник к детям приходили отрицательные герои с вредными привычками, стараясь сделать детей своими друзьями. Но на помощь приходит Доктор Айболит, объясняет, какие последствия несёт такая «дружба», вместе с детьми выясняют, как полезно, интересно заниматься спортом, вести здоровый образ жизни.

Овощи, ягоды, фрукты – полезные продукты, осваивают на своих первых занятиях по правильному питанию первоклассники. Учителя Варламова Э.С., Ходова Л.Р., Гагулова С.К., в игровой форме, ненавязчиво формирует знания о правильном питании. Они провели необходимый для них иллюстрированный показ «В гостях у Мойдодыра». Данные мероприятия формируют у детей положительные привычки, учат употреблять в пищу полезные продукты, приобщают к правильному питанию

Камболова С.Т. стремиться привносить в свои мероприятия выдумку, фантазию. Убедить детей в пользе правильного питания. Она старается это делать ненавязчиво, с помощью игр, викторин, театрализованных представлений.

Осуществляется контроль за питанием детей, для чего был организован родительский рейд в школьную столовую, где родителями проверялась организация питания детей, санитарное состояние столовых помещений, разнообразие меню, порционные нормы. Решением родительского рейда было: признать работу школьной столовой удовлетворительным.

Успешность реализации программы проверялась различными способами: игры; конкурсы; кроссворды; тестовые задания. Так каких же результатов мы достигли?

Исследование показало, что уже к концу второго года обучения дети могут объяснить:

- какие продукты полезные для их организма и почему.

- что надо есть, если хочешь быть сильным.

- где найти витамины весной?

- какую пищу можно найти в лесу?

- как правильно накрыть стол.

- как правильно вести себя за столом.

**На основании вышеизложенного, реализацию работы по направлению ресурсного центра считать удовлетворительным.**

**Рекомендации:**

1. Продолжить работу по программе: «Разговор о правильном питании» через направление «Здоровому – всё здорово!»

2. Шире использовать мультимедийные ресурсы для проведения мероприятий, занятий с детьми.

Заместитель директора по УВР

МБОУ гимназии №45 Л.И.Гуева

2018год.