

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 43
с углубленным изучением отдельных предметов



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ

«Разговор о правиле питания»

В МАОУ СОШ № 43 с углубленным изучением отдельных предметов

(Краткая информационная справка)

Программа «Разговор о правильном питании» разработана в Институте возрастной физиологии Российской Академии Образования. Руководитель авторского коллектива – академик М.М. Безруких.

Внедрение программы началось в 1999 году в 9 регионах. Сегодня программа охватывает 56 регионов.

Цель Программы: формирование у детей интереса и готовности вести здоровый образ жизни. Ключевое направление Программы - вопросы правильного питания, культура питания на основе кулинарных традиций России. Программа вносит важный вклад в формирование культуры здоровья подрастающего поколения. Как показывают результаты внедрения, «Разговор о правильном питании» позволяет эффективно формировать у детей и подростков полезные привычки и навыки, связанные с правильным питанием и заботой о собственном здоровье.

Школа № 43 включилась в освоение программы вместе с другими образовательными организациями города с 2005 года. Осваиваются все модули программы: «Разговор о правильном питании», «Две недели в лагере здоровья» (во время летней оздоровительной кампании), «Формула правильного питания». Изучение программы происходит во время классных часов, на факультативных и внеурочных занятиях. Материал программы используется для проведения классных праздников, а также интегрируется в содержание учебных предметов. Так, на уроках математики можно подсчитать

стоимость корзины с самыми полезными продуктами, на уроке рисования – узнать, чем полезны фрукты и овощи, изображенные на натюрморте и т.д.

В последние несколько лет программа в основном реализуется во внеклассной работе (классные часы, конкурсы, праздник и т.д.), использоваться для проведения факультативов, спецкурсов, связанных с формированием здорового образа жизни, а также интегрируется в содержание базовых учебных курсов начальной школы (математики, русского языка, чтения, окружающего мира и т.д.).

В данной информационной справке частично представлены результаты реализации программы, свидетельствующие о системной характере были многолетней целенаправленной работы педагогического коллектива по формированию и развитию навыков здорового образа жизни у обучающихся и пропаганде правильного полноценного питания.

2013 год

Общее количество классов, прошедших обучение по программе: 4 класса.

Количество учащихся, прошедших обучение по программе: 100 учащихся.

Педагоги, реализующие программу:

1-А класс Никитина Юлия Геннадьевна

1-Б класс Петрова Марина Михайловна

1-В класс Виноградова Елена Владимировна

4-В класс Горохова Юлия Александровна

Организованные мероприятия:

- Для родителей:
 - Общешкольное родительское собрание «Школьное питание. Каким оно должно быть?».
 - Классные родительские собрания «Как сберечь здоровье?».
 - Лекторий для родителей «Правильное питание - залог здоровья».
 - Анкетирование родителей по вопросу питания.
 - Информирование родителей по вопросам здорового питания с использованием буклетов, информационных стендов, школьного сайта.
 - Открытые уроки для родителей: «Растём здоровыми» (музыкально-спортивная игра, 1Б класс), «Самые полезные продукты» - открытый урок, 1А класс), «Где найти витамины весной» - игра-викторина -1В класс.
- Совместная деятельность родителей и детей:
 - Участие в конкурсе рисунков, семейных фотографий в рамках программы «Разговор о правильном питании».
 - Конкурс домашних рисунков «Вкусная и здоровая пища».

- Для обучающихся:
 - Проведение тематических дней «Дары осени», «Витаминки нам нужны».
 - Конкурс рисунков, групповых проектов «Как это здорово здоровое питание!».
 - Занятия по программе «Разговор о правильном питании», реализация содержания через уроки «Окружающий мир», внеклассные мероприятия.
 - Работа с обучающимися 1-х классов по рабочей тетради «Разговор о правильном питании».
 - Для обучающихся старших классов организована выставка литературы по темам: «О вкусной и здоровой пищи», «Традиции питания», «Питаемся правильно».
 - Проведение анкетирования обучающихся по вопросам организации питания.

- Участие в конкурсах
 - «Правильное питание - залог здоровья».
 - «Разговор о правильном питании».
 - Конкурс семейных фотографий.
 - Конкурс детского творчества.

- Для педагогов:
 - Совещания педагогического коллектива при директоре, повестка - «Об организации питания обучающихся».
 - Изучение методического пособия «Разговор о правильном питании», учителя начальных классов.
 - Круглый стол классных руководителей по обмену опытом: «Формирование культуры и здорового питания учащихся».
 - Открытый урок в 4В классе для педагогов школы «Что надо есть, если хочешь стать сильнее».

Программа «Разговор о правильном питании» реализована полностью. В ходе проведенной работы родители (законные представители) обучающихся информированы о системе работы школы по вопросам формирования культуры питания; обучающиеся получили представление, что рациональное питание связано с соблюдением режима, правил гигиены, умением выбирать полезные продукты и блюда.

Выводы: Программа «Разговор о правильном питании»- уникальная образовательная программа для детей, направленная на формирование основ культуры здоровья. Все учителя, родители утверждают, что программа реально помогает им решать проблемы, связанные с укреплением здоровья

детей. Данные отзывы о программе являются основанием для продолжения работы в данном направлении в следующем учебном году.

2014 год

В течение учебного года к традиционным формам и направлениям работы было добавлено расширение участия обучающихся во внешних мероприятиях в сфере правильного здорового питания.

Так, в региональном конкурсе семейной фотографии «Накрываем стол для любимого героя» в рамках программы «Разговор о правильном питании» от школы приняли участие 12 человек, из них трое стали победителями и призерами. Все участники конкурса награждены дипломами. Руководитель школьной команды - Елькина Лариса Николаевна, диспетчер по организации питания.

2015 год

В рамках стратегического проекта «Здоровье маленьких горожан» организовано участие обучающихся начальной школы в программе «Разговор о правильном питании». Обучающиеся приняли участие в конкурсах рисунков, стенных газет, конкурсе детских творческих работ, конкурсе семейной фотографии, спортивных мероприятиях.

Ученики первых классов приняли участие в социальном проекте «Азбука здорового питания». Организатором проекта выступило Свердловское областное отделение Российского Детского фонда совместно с информационно-просветительским центром «Доверие» при поддержке министерства общего профессионального образования Свердловской области, министерства здравоохранения региона. Формат проекта – организация интерактивных занятий с обучением через игру, вовлечение детей в серию групповых и индивидуальных творческих работ. На занятиях обучающимся рассказали, что значит питаться правильно и почему это необходимо.

2016 год

Продолжилась реализация федеральной программы «Разговор о правильном питании» (куратор - Т.Э. Быкова, заместитель директора школы по УВР).

За год выпущено несколько школьных газет, в которых затронуты вопросы организации питания в школьной столовой: «Здоровье – это здорово!»; «Продукты разные нужны, продукты разные важны»; «Режим питания».

В таблице отражено участие обучающихся школы в реализации программы «Разговор о правильном питании»:

Показатели	Модуль								
	«Разговор о правильном питании»			«Две недели в лагере здоровья»			«Формула правильного питания»		
	1 класс	2 класс	3 класс	2 класс	3 класс	4 класс	4 класс	5 класс	6 класс
Количество классов	3	2			3	3		3	1
Количество учащихся	75	57			77	70		87	23
Итого	132			147			110		

2017 год

Обучающиеся школы приняли участие в комплексном исследовании городского центра медицинской профилактики Екатеринбурга, проведенном с целью оценки информированности детей и их родителей о правилах питания, а также степени осознанности и понимания в соблюдении этих правил.

В ходе исследования было выявлено, что существуют различия между учениками, занимающимися по программе «Разговор о правильном питании» и школьниками контрольной группы по следующим показателям:

- среди школьников, обучавшихся по программе, выше не только знания о нормах правильного питания, но и доля выбора овощей, молочных и кисломолочных продуктов, рыбы, круп и бобовых;
- увеличилась частота выбора обучающимися, освоившими программу, супа и мясных блюд на обед;
- ученики, обучавшиеся по программе, реже включают в ежедневный рацион бесполезные продукты: колбасные изделия, сахар и кондитерские изделия;
- среди изучивших программу более распространено частое и дробное питание: более трети школьников стали питаться 4 раза в день, четверть учеников питаются пять раз в день;
- школьники после изучения программы чаще выбирали полезные перекусы, чем школьники, не изучавшие программу;
- среди участников программы меньше доля школьников, отмечающих полезные блюда как нелюбимые.

Количественные показатели участия обучающихся школы в программе «Разговор о правильном питании» в 2017 году.

Показатели	Модуль								
	«Разговор о правильном питании»			«Две недели в лагере здоровья»			«Формула правильного питания»		
	1 класс	2 класс	3 класс	2 класс	3 класс	4 класс	4 класс	5 класс	6 класс
Количество классов	4	3			3	3		3	2
Количество учащихся	100	78			52	64		87	51
Итого	178			126			138		

2018 год

Ученики начальных классов приняли участи в школьном конкурсе рисунков по теме «Правильное питание - залог здоровья». На выставке представлено 260 работ.

20 марта дружная команда учащихся (Тен Алена, 5Б, класс Стригунова Варвара, 5А класс, Ершова Ольга, Александров Елисей, Ермилова Алиса, Анферов Александр, 7А класс, Кудряшов Иван, Кудряшова Мария, Черников Степан, Стригулина Дарья, 6Б класс) и родителей (Кудряшов Юрий Борисович, Зыкова Марина Александровна, Черникова Марина Юрьевна, Тен Алла Юрьевна, Стригунова Ирина Николаевна) приняли участие в районном конкурсе «Лучший маленький повар». Руководитель команды - Елькина Лариса Николаевна, диспетчер по организации питания.

Команда школы быстрее всех справилась с заданием на лепку пельменей и удивила жюри необычной и яркой подачей блюда. Наставником ребят был настоящий мастер, Кудряшов Ю.Б., работник сферы питания. Не оставила равнодушным председателя жюри и торт «Малахитовая шкатулка», приготовленная Тен Аленой. Итог большой работы – II место и сертификат на посещение мастер-класса в одном из ресторанов города Екатеринбург.

20 апреля 2018 года в столовой школы № 43 проведена акция «Поставь оценку блюду». В рамках данной акции после каждого питания класса любой учащийся мог проголосовать за блюда, которые были в меню на завтрак.

Традиционным стало проведение конкурсов рисунков несколько раз в год. Весенний конкурс рисунков был посвящен теме «Овощи и фрукты –

полезные продукты». Конкурс проводился среди учащихся 4-5 классов. Победителем стала ученица 5б класса Гладских Валерия.

В рамках внеурочной деятельности по программе «Разговор о правильном питании» было проведено внеклассное мероприятие «Здоровье – это здорово!». Обучающиеся 6-8 классов подготовили данное мероприятие для учеников начальной школы (1-2 классов).

В рамках программы прошла защита проектных работ обучающихся 6 классов «Любимое блюдо моей семьи», которая была дополнена мастер-классе, на котором ребята представляли представлен опыт семей – рецепты блюд с овощами и фруктами.

Количественные показатели участия обучающихся школы в программе «Разговор о правильном питании» в 2018 году.

Показатели	Модуль								
	«Разговор о правильном питании»			«Две недели в лагере здоровья»			«Формула правильного питания»		
	1 класс	2 класс	3 класс	2 класс	3 класс	4 класс	4 класс	5 класс	6 класс
Количество классов	4	5			3	3		2	3
Количество учащихся	105	113			96	73		51	78
Итого	218			169			138		

2019 год

30 сентября состоялось традиционное общешкольное мероприятие в рамках реализации Программы «Разговор о правильном питании» - Праздник осени». Ребята вместе с учителями организовали выставку овощей и фруктов, цветочных букетов, газет и рисунков, в которых слышался шорох опадающих листьев, печаль осеннего дождя, нежность последних солнечных дней бабьего лета и пасмурная дымка неба.

Завершением осеннего праздника был весёлый спектакль «Спор овощей», где состоялось «овощное» примирение. Спектакль был организован силами учащихся 5Б и 7А классов. Принимали участие ученики 5Б класса: Ботков Тимофей, Звонорёв Марк, Коченюк Вера, Матвеев Михаил, Могильников Павел, Пашин Данил, Протько Анастасия, Пуркина Варя, Рязанцев Данил, Эсенгельдиева Камила, Юдин Павел и учащиеся 7А класса:

Догадаева Арина, Костырев Никита, Лобанова Кристина, Подоляк Лев, Пурей Ксения и Соснин Тимофей. По окончании спектакля, учащиеся провели веселую викторину.

17 декабря – «День открытых дверей». В программе мероприятия – встреча с представителями родительской общественности и ООО «Комбината питания «Школьно-базовый»: дегустация блюд школьной столовой и предложения по улучшению качества питания в школе.

Количественные показатели участия обучающихся школы в программе «Разговор о правильном питании» в 2019 году.

Показатели	Модуль								
	«Разговор о правильном питании»			«Две недели в лагере здоровья»			«Формула правильного питания»		
	1 класс	2 класс	3 класс	2 класс	3 класс	4 класс	4 класс	5 класс	6 класс
Количество классов	4	4	5	3	3			3	2
Количество учащихся	118	78	127	16	34			87	54
Итого	383			50			140		

2020 год

С 28 сентября по 5 октября в школе прошла традиционная выставка овощей и фруктов в рамках Праздника урожая «Кто полезней всех?»

В рамках дистанционного обучения мы продолжаем осваивать программу «Разговор о правильном питании». Например, в 5 «В» прошла серия классных часов со следующей тематикой:

- Основы здорового питания.
- Организация горячего питания в школе для всего класса.

(см. материалы по ссылке: [Материалы классных часов](#))

Во всех классах начальной школы прошли викторины по темам модуля «Разговор о правильном питании»