|  |  |
| --- | --- |
| Муниципальное казенное образовательное учреждение  средняя общеобразовательная школа с. Црау Алагирского района  Отчет по реализации программы «Разговор о правильном питании»  в 1 и 2 классе    учитель **Дудаева В.К.**  Црау  2013 |  |

|  |
| --- |
| Программа **“Разговор о правильном питании”** разработана специалистами Института возрастной физиологии РАО, которые уделяют огромное внимание вопросам здоровьесбережения. Спонсор программы – [компания «Нестле Россия»](http://prav-pit.ru/about/nestle_russia/default.aspx). Именно она стала инициатором создания и внедрения этого курса, обеспечила разработку и издание учебно-методических комплексов. Программа имеет методическое оснащение: прекрасно оформленная рабочая тетрадь для детей “*Разговор о правильном питании»,* методическое пособие для учителя, комплект плакатов. Наша школа участвует в программе с 01.11.2011г., являясь экспериментальной площадкой в апробации федеральной образовательной программы для детей и подростков «Разговор о правильном питании» на основании Соглашения об открытии экспериментальной площадки СОРИПКРО на базе МКОУ СОШ с.Црау Алагирского района.  Обучение по программе представляет собой систему игровых заданий, конкурсов, праздников, помогающих ребятам легко и эффективно осваивать секреты правильного питания. Дети узнавали об основных питательных веществах, полезных продуктах и блюдах, основах составления рациона питания, правилах гигиены, учились сервировать стол и соблюдать правила этикета.  Содержание программы базируется на российских кулинарных традициях и учитывает различный уровень доходов в семьях учащихся. Мы учитывали еще и особенности национальной кухни, при помощи родителей подготовили проект «Ирон харинагта».  На основании рабочих тетрадей для школьников «Разговор о правильном питании» и «Две недели в лагере здоровья», а также комплекта плакатов «Что полезно есть», «Как правильно есть» оформили стенд в школьной столовой, использовали еще и творческие работы детей, как первого класса, так и старших классов, выполненных на уроках рисования и труда.  В первом модуле “Разговор о правильном питании”, который мы прошли в этом году, каждая тема – это новое и увлекательное путешествие вместе с героями книги. Вместе с Аней, Катей и Димой дети гуляли, ходили в магазин, расставляли флажки, делили продукты на красный, зеленый и желтый стол. Теперь мои детки знают, какие продукты необходимо есть ежедневно, какие полезны, но их не надо есть каждый день, и продукты, которые нужно употреблять очень редко. Мы придумывали различные игровые ситуации, чтобы запомнить эти продукты. Находясь на свежем воздухе, играя с мячом, мы тоже часто закрепляли материал, услышанный от героев книги. Детям всегда нравились занятия кружка.  Во втором модуле «Две недели в лагере здоровья» дети закрепляют знания, полученные в первом классе, а также узнают много интересного. Особый интерес вызвала тема «как правильно питаться, будучи спортсменом»  Хочется сказать несколько слов о практических заданиях. Во-первых, то, что реализация программы предусматривает не книжки для чтения, а рабочие тетради, красиво оформленные и увлекательные, является залогом успеха программы. Наличие в тетрадях практических заданий облегчает работу педагога, ничего не нужно придумывать самой, искать дополнительный развивающий материал. Во-вторых, такие задания вызывают огромный интерес у детей. При их выполнении ребята много рисовали, разукрашивали, разгадывали кроссворды, выполняли увлекательные задания, которые способствовали развитию внимания, логического мышления, памяти, одновременно закрепляя новые знания. Особую радость детям приносила творческая и исследовательская работа, которая поощрялась яркими и забавными наклейками, которые находились тут же, в рабочей тетради. Дети приклеивали улыбки за правильно выполненную работу, либо полностью выполняли задание, используя нужные наклейки.  Важно и то, что благодаря этой программе многие мамы и папы смогли познакомиться с основами рационального питания как составной части здорового образа жизни. Многие считают, что правильное питание ребенка требует больших финансовых затрат и по карману лишь очень обеспеченным семьям. Теперь родители моих учеников знают, что полезная и здоровая пища далеко не самая дорогая. К тому же важно не только то, что ест ребенок, но и как организовано его питание. Оно должно быть сбалансированное и рациональное, что обеспечит содержание в рационе всех необходимых для роста и развития ребенка питательных веществ. Обязательным требованием проекта является то, что рабочие тетради остаются детям, это подарок компании  [*«Нестле Россия»*](http://prav-pit.ru/about/nestle_russia/default.aspx), это очень обрадовало детей.  При реализации программы я убеждалась в том, что дети действительно осознавали необходимость заботы о своем здоровье. Постепенно, в течение учебного года, у детей формировалось представление о том, как можно сохранять и укреплять здоровье, соблюдая законы правильного, рационального питания. Так, например, дети составляли собственное меню с учетом полученных знаний. Мы обсуждали меню школьной столовой, дети стали охотнее посещать столовую и есть с большим аппетитом, что заметили и работники столовой. Творчески дети относились к домашним заданиям. Они охотно делились рецептами любимых блюд, рассказывали, как сварить вкусное варенье, в котором так много необходимых нам зимой витаминов, придумывали новые полезные блюда. При этом учащиеся узнавали об особенностях национальной кухни, знакомились с правилами этикета, связанными с питанием.  Убеждена, что программа “Разговор о правильном питании” решает не только задачи здоровьесбережения, но и способствует развитию личности ребенка в целом. Эффективность этого курса проверена и подтверждена мною на практике. Успешная реализация программы не требует какой-либо специальной подготовки педагога, все рекомендации, содержащиеся в программе, доступны и выполнимы, формы и методы построения занятий разнообразны. При планировании занятий педагог без труда сможет внести необходимые изменения и дополнения с учетом возрастных особенностей и возможностей каждого ребенка и всего детского коллектива в целом.  На родительских собраниях родителям раздали буклеты по программе «Разговор о правильном питании».  Материал об участии в эксперименте выставлялся на сайте школы. |