

### Паспорт социального проекта

<b>Название проекта</b>	Социальный проект «Здоровое питание»
<b>Руководитель проекта</b>	Шерина Ирина Викторовна
<b>Состав проектной группы</b>	28 человек
<b>Возраст обучающихся</b>	10-11 лет
<b>Название образовательного учреждения</b>	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 1 муниципального образования Красноармейский район
<b>Год разработки учебного проекта</b>	октябрь 2021г.- январь 2022 г.
<b>Цель</b>	<p>Познакомиться с понятием «Здоровое питание»;</p> <p>Подтвердить, что здоровое питание – главная составляющая здорового образа жизни;</p> <p>Провести исследование «Что значит правильное и здоровое питание»;</p> <p>Пропагандировать здоровый образ жизни.</p>
<b>Задачи</b>	<p>Раскрыть значение понятия «Здоровое питание»;</p> <p>Понять - какие продукты полезные, а какие вредные?</p> <p>Научиться правильному режиму питания;</p> <p>Формировать у своих сверстников навыки здорового питания</p>
<b>Форма организации детей</b>	<p>- групповая;</p> <p>-индивидуальная;</p>
<b>Вид деятельности</b>	<p>- поисковый;</p> <p>- исследовательский;</p> <p>- творческий;</p> <p>- практический</p>
<b>Краткое содержание проекта</b>	<p><b>1 Подготовительный этап</b></p> <p>1)Постановка проблемы. Деление класса на 4 группы.</p> <p>1 группа - составить анкету для опроса одноклассников, которым было предложено из перечня продуктов выбрать наиболее любимые и вкусные, полезные и вредные.</p> <p>2 группа - изучить полезные вещества, содержащиеся в продуктах питания.</p> <p>3 группа - составить список самых опасных для детей продуктов.</p>

	<p>4 группа – изучить влияние режима питания на здоровье ребёнка.</p> <p>2) Обозначение целей, задач для каждой группы</p> <p>3) Первичный сбор информации по теме.</p> <p><b>2. Основной этап</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение консультации с родителями по работе над проектом.</li> <li>• Опрос учащихся по данной теме.</li> <li>• Обработка собранного материала, систематизация.</li> </ul> <p><b>3. Заключительный этап</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Защита проекта.</li> <li>• Результатом всех наших исследований стало примерное меню на неделю, которым могли воспользоваться все желающие.</li> </ul>
<p><b>Выводы, результаты проекта</b></p>	<p>В результате работы над проектом учащиеся нашего класса пришли к выводу:</p> <p>Чтобы вырасти здоровыми надо с детства стараться правильно питаться, соблюдать режим дня, стараться каждый день бывать на свежем воздухе.</p> <p>И главный вывод: здоровый образ жизни детей – это здоровое будущее страны.</p>

Директор МБОУ СОШ № 1

Учитель начальных классов



Братикова Л.Ф.

Шерина И.В.

## Отчёт о реализации проекта «ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ»

Руководитель: Шерина Ирина Викторовна

Наше здоровье - самое дорогое, что смогла подарить природа, но, к сожалению, мы очень часто забываем о том, что его нужно беречь.

### **Актуальность:**

В настоящее время прилавки магазинов содержат больше вредной пищи, чем полезной. Детям нравится то, что рекламируется, красочно оформлено, быстро готовится. Как правило, эти продукты питания содержат большое количество пищевых добавок, которые пагубно влияют на организм человека

### **Цель данного проекта:**

- Познакомиться с понятием «Здоровое питание»;
- Подтвердить, что здоровое питание – главная составляющая здорового образа жизни;
- Провести исследование «Что значит правильное и здоровое питание»;
- Пропагандировать здоровый образ жизни.

### **Задачи исследовательской работы:**

- Раскрыть значение понятия «Здоровое питание»;
- Понять - какие продукты полезные, а какие вредные?
- Научиться правильному режиму питания;
- Формировать у своих сверстников навыки здорового питания.

Сроки работы: октябрь 2021г.- январь 2022 г.

### **Методы и приёмы:**

1. Опросы и наблюдения;
2. Работа с литературой, интернет-источниками;
3. Анкетирование
4. Обработка собранной информации;
5. Творческая работа.

### **План работы над проектом:**

- Постановка проблемы
- Обозначение целей, задач для каждой группы
- Первичный сбор информации по теме
- Проведение консультации с родителями по работе над проектом
- Обработка собранного материала, систематизация
- Защита проекта

**Участники проекта:** учащиеся 4 «Г» класса МБОУ СОШ № 1

В результате реализации проекта мы добились следующих результатов:

- 1) Дети узнали о пользе и вреде некоторых продуктов.

- 2)Познакомились с группами витаминов.
- 3) Составили меню здорового питания.
- 4) У детей и их родителей появился интерес к здоровому питанию, дети стали понимать, что еда должна быть не только вкусной, но и полезной.

Чтобы вырасти здоровыми надо с детства стараться правильно питаться, соблюдать режим дня, каждый день бывать на свежем воздухе.

Если ребёнок с детства будет знать, как надо правильно питаться – он и, будучи взрослым человеком, будет придерживаться здорового питания. А это значит – он будет полноценным гражданином своей страны.

Директор МБОУ СОШ № 1

Учитель начальных классов



Братикова Л.Ф.

Шерина И.В.