**Отчёт о реализации детско-родительского социально-значимого проекта**

**«Здоровое питание»**

**Тип проекта:** познавательно-творческий.

**Участники проекта:** учащиеся 1 класса, педагоги, родители воспитанников.

**Руководитель проекта:** учитель Семёнова И.В.

**Срок реализации проекта:** 2013- 2014 учебный год.

**Цель проекта:** формирование основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

В работу над этим проектом включились не только дети, но и их родители. Этот проект органично вписался в программу «Если хочешь быть здоров…». План, разработанный по данному проекту, включал раздел работы с детьми и совместную деятельность детей и родителей, которые органично становятся участниками образовательного пространства.

В работе были использованы следующие формы обучения, которые позволили активизировать познавательную деятельность младших школьников:

* уроки-путешествия;
* уроки-конкурсы;
* уроки-викторины;
* уроки с использованием ИКТ;
* уроки – исследования.

 При реализации проекта ребята были вовлечены в творческую деятельность, результатом которой явились рисунки, стенгазеты, поделки, стихи, сочинения, собственное меню, рецепты полезных для здоровья блюд и напитков. Это отражало их личное отношение к вопросам правильного питания.

Особую радость детям приносила творческая и исследовательская работа. Итогом работы третьей четверти стала фото галерея «Что ни дом, то традиция». Каждый ребенок подготовил вместе с родителями сначала сюжет будущего снимка, а потом рассказ по фотографии, в котором рассказал о традициях, увлечениях семьи, поделился старинными бабушкиными рецептами, показал кулинарную книгу своей семьи, рассказал об особенностях убранства праздничного стола в их доме. В классе провели конкурс «Чья кулинарная книга толще».

   Была проведена экскурсия в школьную столовую на тему: «Как правильно есть. Режим питания» . Детям интересно было узнать о работе повара, ребята изучили меню, которое предлагала столовая нашей школы. Заведующая столовой рассказала о пользе тех или иных блюд. Детьми был сделан вывод о том, что это меню составлено по всем правилам и соответствует законам рационального питания.

Проект предполагал активное вовлечение в работу родителей. Поэтому на первом родительском собрании было рассказано о проекте, проведено мини – исследование «Как питается ваш ребенок?», которое показало, что многие родители безграмотны в этом вопросе или не предают особого значения проблеме питания. Исследование показало, что только 20% пап и мам знакомы с основными принципами организации здорового питания детей. Несмотря на то, что практически все родители сталкиваются с проблемами в организации питания детей (нежелание ребенка завтракать перед школой, есть горячий завтрак – кашу, привычка есть всухомятку, нежелание есть супы), далеко не все родители считали необходимым рассказывать детям о важности правильного питания.

Родители первоклассников принимали активное участие в подготовке к занятиям, оформлению выставок, конкурсов, наглядных пособий. В конкурсах рисунков и плакатов участвовали многие первоклашки и их семьи.

Одно из мероприятий в реализации проекта была фото галерея «Что ни дом, то традиция». Ученикам надо было придумать сюжет, обсудить с членами семьи, отточить каждое слово, смысловую фразу в комментарии к фотографии. А потом следовал ещё и устный рассказ ребёнка, как фотографии отражают семейные традиции в кулинарном искусстве. Все дети справились с поставленной задачей.

Итогом учебного года стали оформление фотогалереи и фотоальбома «Что ни дом, то традиция», а также книги «Лучшие кулинарные рецепты 1 «Б» класса.

 Были проведены совместно с родителями праздники здоровья, беседы, лекции по проблеме питания школьников со специалистами (психолог, диетсестра, педагоги) по различным вопросам:

- примерный суточный набор продуктов для детей (в граммах);

- физиологические нормы суточной потребности школьников в пищевых веществах и калорийность рациона.

**Результаты работы над проектом:**

Значимость работы в данном направлении подтверждается возрастающей вовлеченностью родителей в реализацию данного проекта. Благодаря этому проекту многие родители смогли познакомиться с основами рационального питания как составной части здорового образа жизни.

Благодаря такой работе, когда привлекаются и дети, и родители идёт сплочение коллектива, а родители отмечают, что в семьях улучшился микроклимат, исчезли проблемы.

Проект «Здоровое питание» вместе с программой «Разговор о правильном питании» решают не только задачи здоровьесбережения, но и способствует развитию личности ребенка в целом.

Успешная реализация этого проекта программы является рекомендацией, как учителям начальных классов, так и воспитателям детских садов использовать его в своей работе.

Директор МОБУ гимназии №1 Э.И.Латиева

Учитель начальных классов И.В.Семёнова