

**АНАЛИТИЧЕСКАЯ СПРАВКА
О РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «РАЗГОВОР О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ»
В МАОУ СОШ № 48 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Целью внедрения и реализации в МАОУ СОШ № 48 программы «Разговор о правильном питании» являлось: развитие творческого мышления учащихся, направленного на формирование представлений о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья, посредством организации эстетико-педагогических условий.

Достижение поставленной цели осуществлялось посредством реализации следующих задач:

Задачи:

1. Обеспечить реализацию программы «Разговор о правильном питании» через функционирование в учебно-воспитательном процессе эстетико-педагогических условий, способствующих развитию творческого мышления учащихся.
2. Формировать представление о необходимости заботы о своем здоровье, о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья через реализацию программы «Разговор о правильном питании».
3. Привлечь педагогическую и родительскую общественность к активному участию в реализации программы «Разговор о правильном питании» как составной части здоровьесберегающих технологий образовательного процесса.
4. Проанализировать результаты внедрения программы «Разговор о правильном питании» в образовательном процессе школы.

Реализация программы проводилась в Этапа:

1. Подготовительный - теоретический – изучение научно-методической литературы; разработка методики реализации программы «Разговор о правильном питании».
2. Этап реализации программы «Разговор о правильном питании» в процессе функционирования эстетико-педагогических условий, способствующих развитию творческого мышления у младших школьников. Каждым педагогом в своем классе было проведено 15 занятий по программе, все участвовали в конкурсах, приняли участие в мероприятии «Праздничный обед».
3. Анализ результатов внедрения и эффективности программы «Разговор о правильном питании».

В реализации программы принимали участие все учащиеся начальных классов с 1 по 4. Целесообразность этого решения была обоснована тем, что программа рассчитана на 1-ый год обучения. До этого года в начальной школе уроки и занятия, посвященные вопросам питания, не проводились. И в связи с тем, что тема очень актуальная и необходимая, было принято решение реализовать программу не для 1-2 класса, а для 1 года обучения по данной программе. Таким образом, первый год обучаются все дети с 1 по 4 класс.

В процессе реализации программы были проведены все мероприятия, в соответствии с планом-графиком работы, утвержденным директором школы.

Работы по программе велась по 3-м основным направлениям:

1. Работа с администрацией и педагогическим коллективом школы с целью организации педагогического сопровождения реализации программы.
2. Работа с учащимися начальных классов в процессе реализации программы.
3. Работа с родителями учащихся.

Реализация программы осуществлялась посредством следующих форм и методов работы:

Основные формы:

- Еженедельные занятия – уроки по программе.

- Участие в предлагаемых программой конкурсах: семейной фотографии «Кулинарные волшебники», литературного творчества «Пишем книгу о правильном питании», «Рецепт здорового блюда», методик реализации программы «развитие детского творчества».
- Коллективный творческий проект «Полезные конфеты».
- Праздник «Праздничный обед» для учащихся и родителей начальной школы.
- Компьютерная презентация детских творческих работ в Microsoft Power Point.
- Выставка детских творческих работ в столовой школы.
- Творческие пятиминутки.
- Различные виды игр: ролевые, дидактические, творческие, сюжетные.
- Музыкально-художественные гостиные.
- Поэтические минутки.
- Театрализованные представления.
- Коллективные творческие дела.
- Сказки.

Методы работы:

- Беседы
- Анкетирование
- Метод проектов
- Метод исследовательской деятельности
- Индивидуальный творческий пример педагога
- Синестетическая деятельность
- Фантазирование (кинестетическое, пластическое, литературное и др.)

В результате реализации программы был достигнут **ожидаемый результат:**

1. Осознание учащимися начальных классов важности и необходимости правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья.
2. Овладение учащимися правилами рационального питания.
3. Повышение уровня развития творческого мышления учащихся.
4. Консолидация усилий педагогов, родителей и учащихся в сохранении и преумножении здоровья детей.

Оценка эффективности программы проводилась по следующим критериям:

- Сравнительный анализ первичного (февраль) и повторного (май) анкетирования родителей учащихся.
1. 85% родителей ответили, что еда нужна для «поддержания работоспособности организма, «жизнедеятельности», «существования», получения необходимой энергии для физических и умственных сил». 15% родителей ответили, как дети, «чтобы жить».
 2. 90% родителей выделили среди полезных продуктов: мясо, рыбу, молочные продукты, овощи и фрукты. 10% ответили «все продукты, но все в меру», «все, только правильно приготовленные».
 3. Есть надо регулярно, тщательно пережевывая пищу, не торопясь, так ответили – 86%. 10% ответили - «не переедать». 4% - «часто, но небольшими порциями», «раздельно», «вовремя», «с удовольствием», «питаться свежими продуктами».
 4. Соблюдать режим питания дома стали 75% семей (40% в начале программы) 80% ответили, что их ребенок завтракает перед походом в школу, 15% - не завтракают, 5% - «когда как». В основном, завтракают чаем с бутербродами, йогуртом и хлопьями с молоком, менее 3% - едят кашу.
 5. 80% ответили, что употребляют на обед разное: супы, каши, пельмени. 10% считают, что на обед обязателен суп. 10% указали на ужин молочные продукты. 28% употребляют салаты, котлеты с пюре, рыбу на ужин.

6. Варят каши детям 100% родителей - всякие. Предпочтение отдается гречневой и рисовой. Никто не указал, как часто готовятся дома каши. 30% ответили, что варят каши редко.
7. Фрукты и овощи дети получают в 93% семей. А достаточно или нет, ответить затрудняются. 25% ответили, что дети получают много овощей и фруктов (по сравнению с 7%).
8. Уменьшилось потребление сладкого с 90% до 60%. 86% (по сравнению с 13%) ответили, что сладости заменить можно медом, орехами, фруктами, ягодами и др.
9. 100% родителей считают, что рациональное питание является составной частью здорового образа жизни.
10. 100% родителей считают, что детям нужны разговоры о правильном питании, но обсуждают эти вопросы дома далеко не все – 30%. 5% затруднились ответить на вопрос.
11. Питанием в школьной столовой удовлетворены 40% («дети не жаловались»), 20% отрицательно относятся к питанию в школьной столовой («оставляет желать лучшего»), 30% затруднились ответить на вопрос, 10% ответили «когда как».
12. Пожеланий по организации питания детей в школе много:
 - продукты должны быть свежими;
 - необходимо подавать горячую пищу;
 - давать разнообразные блюда, по желанию ребенка (наличие меню на выбор);
 - давать больше витаминов в виде салатов, соков, фруктов;
 - чтобы было вкусно, и готовили с душой.

В целом, анализ анкет показал, что все: и дети и родители осознают необходимость разговоров о правильном питании и важность правильного питания, как фактора сохранения здоровья, но далеко не все питаются в семьях правильно.

- Сравнительный анализ первичного (февраль) и повторного (май) анкетирования учащихся начальных классов.
1. Практически 100% учащихся точно определили «Полезные продукты» по сравнению с 66,8% в начальном анкетировании. Дети уже не руководствуются позицией взрослых, а самостоятельно определяют полезность и вредность продуктов, не путая их с блюдами.
 2. 99% учащихся правильно ответили на вопрос «Как правильно есть?» , что на 19% выше предыдущего анкетирования.
 3. Стали соблюдать режим питания 83% учащихся по сравнению с 45% в начале программы (стали питаться не менее 3-х раз в сутки)
 4. Завтракать перед походом в школу стали 99% учащихся, что на 2 % выше. Причем, полноценно завтракать стали 47% (по сравнению с 13%).
 5. Обед в семьях, в основном, состоит из супа (самое распространенное блюдо) – 95%. Количество семей обедающих из двух и более блюд, повысилось с 3% до 35%.
 13. На вопрос «варят ли дома каши», почти все дети ответили «да». Чаще других варят гречневую кашу – 50%, манную кашу – 10% . В ответах встречаются рисовая, ячневая, геркулес.
 14. Почти все опрошенные ответили, что ежедневно едят фрукты и овощи - 97%. 3% - ответили, что не каждый день. Из овощей предпочитают морковь. Из фруктов – апельсины 70%.
 15. На вопрос «что нужно есть, чтобы быть здоровым?» почти все ответили, что надо употреблять в пищу «полезные продукты», среди которых на первом месте фрукты, на втором – каши, на третьем – чеснок, несколько человек назвали рыбу.
 16. Все дети - 100% ответили, что «есть много сладкого нельзя», так как «портятся зубы», «будешь толстеть», «можно заболеть сахарным диабетом». По словам детей,

сладости можно заменить фруктами, «разными пастами», «супами», «пюре и котлетами».

17. Все 100% уверены, что нужно говорить о правильном питании. Вопросы здорового питания стали обсуждаться дома 90% (по сравнению с 69%).
18. 48% опрошенных удовлетворены школьным питанием, 32% «не всегда», «когда как», «и да, и нет», 20% - категорически не нравится питание в школьной столовой.
19. Питаться в школе так же, как и сейчас, хотят 40%. 20% хотят, чтобы каждый день была сосиска с макаронами или пюре, или сосиска в тесте. 5% хотят, чтобы на завтрак давали суп и макароны. 7% ответили, чтобы было вкусно и красиво. 18%, чтобы было все горячее. 10% ответили «не знаю».
20. Если в начале программы самыми любимыми блюдами у детей были сосиска с макаронами, на втором месте – пицца, на третьем – курица с жареной картошкой. То в конце программы появились: каши, рыба, овощные блюда.

- Анкетирование родителей с целью определения мнения о программе (с помощью анкеты, предложенной методическим пособием для учителя).
- Отзывы учащихся, родителей и педагогов о программе после окончания ее реализации.
- Наблюдения за изменениями в поведении учащихся в отношении питания. Учащиеся значительно более сознательно стали вести себя в столовой: повысился процент употребления в пищу каши (раньше каши почти не ели), меньше стали употреблять газированных напитков и чипсов (особенно жвачек), повысился уровень самодисциплины: дети стали тщательно прожевывать пищу, меньше разговаривать и прыгать во время еды. Все сознательно моют руки перед едой.
- Показателем эффективности, служат также семейные и коллективные творческие работы, их качество и количество. (Все работы представлены в виде компьютерной презентации, прилагаются в конце).

Перспективы:

1. Продолжить работу по программе на следующий учебный год.
2. Оформить выставку детских творческих работ в столовой школы.

Недоработки:

- Недостаточная обученность педагогов по программе
- Не успели оформить выставку работ в столовой
- Недостаток наглядного демонстрационного материала

Таким образом: можно сказать, что основные цель, задачи и гипотеза, поставленные в начале реализации программы, в целом, были достигнуты, что способствовало формированию представлений о правильном здоровом питании, которое, в свою очередь, является одной из важных составляющих частей понятия «здоровый образ жизни».

Евдокимова Л.М.