

# Аттестационная работа

Слушателя курсов повышения квалификации по программе:  
«Проектная и исследовательская деятельность как способ  
формирования метапредметных результатов обучения в  
условиях реализации ФГОС»

Кухарчук Галины Михайловны,  
преподавателя

МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ»  
КОЛЬЧУГИНСКОГО РАЙОНА, ВЛАДИМИРСКОЙ ОБЛАСТИ

**На тему:**

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Основы здорового питания»**

# Краткая характеристика образовательного учреждения

- МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
БЮДЖЕТНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ

## «ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ»

КОЛЬЧУГИНСКОГО РАЙОНА,  
ВЛАДИМИРСКОЙ ОБЛАСТИ



# Краткая характеристика работы

- **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы здорового питания» по формированию культуры здорового питания обучающихся с акцентом на активные методы обучения**

Особенностями содержания модифицированной программы является интегрированный характер знаний, расширение практической деятельности учащихся, формирование информационной культуры через разные способы получения информации и предъявления (рисунок, аппликация, коллаж, поделка, схема, сообщение, инсценировка, дегустация, реклама, исследование, проект), формирование общих умений и навыков, способов деятельности, что дает возможность осуществлять межпредметные связи с другими предметами, изучаемыми в школе.

# Цель и задачи работы

- **Целью** данного курса является формирование у детей основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни, ответственного отношения школьников к своему здоровью и здоровью окружающих, соблюдение гигиенических правил и норм поведения, основанных на знаниях о питании, продуктах питания, их производстве и хранении, влиянии на рост и развитие организма.
- **Задачи:**
  - а) Предметные
    - - формирование знаний подростков о рациональном питании, о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, готовности соблюдать эти правила;
  - б) Метапредметные
    - - развитие творческих способностей, кругозора подростков, их интереса к познавательной деятельности;
    - - развитие коммуникативных навыков у подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе изучения курса;
  - в) Личностные
    - - пробуждение интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширения знаний об истории и традициях своего народа, формирования чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;

# Применяемые формы исследовательской/проектной деятельности

При реализации программы используются разные формы организации образовательной деятельности: групповая, индивидуальная, всем составом объединения. При проведении занятий используются логико - содержательные, тренинговые и игровые технологии, включающие методы и приемы самооценки учащимся своего питания. Для реализации программы используются активные формы обучения: беседа с игровыми элементами (сказка, сюжетно-ролевая игра, игра-путешествие, игра-имитация), викторины, соревнования, конкурсы, состязания, заочная экскурсия, коллективное творческое дело, тематические задания по подгруппам, практические работы.

## **Проектная деятельность :**

- ✓ групповой проект «Книга рецептов вкусных салатов от обучающихся группы...»
- ✓ индивидуальный проект «Составление режима дня для себя, с учётом режима питания»

## **Исследовательская деятельность:**

- ✓ исследовательская работа «Определение годности продуктов питания по информации на упаковках пищевых продуктов».

# Актуальность образовательной программы

- Питание играет огромную роль в жизни человека, особенно в период его роста и развития, который связан с обучением в школе. Для сохранения здоровья и работоспособности школьников в этих условиях необходимо, чтобы получаемая ежедневно пища полностью возмещала то количество энергии, которое учащийся затрачивает в течение суток.
- Современные продукты питания технологически переработаны, рафинированы, концентрированы, подслащены, подсолены, химически сконструированы с целью создания разнообразных вкусовых ощущений. Важнейшим фактором здоровья учащихся является соблюдение принципов рационального питания. Нерациональное питание негативно сказывается на здоровье. «Чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия и значительные. Заменить их нельзя ничем. Необходимо научить человека учиться строительству своего здоровья», - говорил академик Н. М. Амосов.
- При изучении данного курса учащиеся узнают о рациональном питании как основе сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья окружающих. Школьники научатся понимать, что такое рациональное питание, что надо есть, как надо есть, зачем надо есть, каковы особенности современного питания.

# Учебно-тематический план

№	Название темы	Количество часов		
		<i>Всего часов</i>	<i>Теоретические занятия</i>	<i>Практические занятия</i>
I	Введение. Здоровый образ жизни	2	1	1
II	Изучение показателей здоровья школьника	2	1	1
III	Вода – источник жизни	2	1	1
IV	Пищевые вещества	12	6	6
V	Продукты питания необходимые организму	24	11	13
VI	Продукты, употребление которых следует ограничить.	8	3,5	4,5
VII	Здоровое питание и индивидуальное здоровье	12	2,5	9,5
VIII	Гигиена питания	8	3	5
IX	Заключительное занятие	2	0,5	1,5
ИТОГО		72	29,5	42,5

# Методы диагностики образовательного результата

- Методики выявления результатов:

- тестирование;
- анкетирование;
- творческие работы (участие в конкурсах, выставках);
- метод педагогического наблюдения;
- выполнение заданий.

- Мониторинг качества

образовательно-воспитательной деятельности  
в учреждении дополнительного образования

# Перспективы развития исследовательской/проектной деятельности

- Научно - практическое образование объединяет практическое образование исследовательскую, проектную деятельность, научно - техническое творчество учащихся.
- Это сфера образования, позволяющая ребенку приобрести знания, умения, навыки, компетентности, личностные смыслы, достаточные для его самореализации в условиях современной высокотехнологичной цивилизации (техносферы) на личностном, социальном, профессиональном уровнях.
  - Именно ему принадлежит будущее.
- Именно его мы будем реализовывать для общего блага.