

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 509
Красносельского района Санкт-Петербурга**

**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Школа - территория успеха: #ПРОекториУМ»**

**Проект: «Вред и польза привычных продуктов»
для учащихся 5-6 классов**

Лаборатория здоровья

Возраст: 10 – 12 лет

Тип программы: линейная

Количество часов: 8

**Санкт-Петербург
2022**

Замысел проекта

Очень часто, заходя в магазин, видим, как маленькие дети бегут к прилавку, где лежат всевозможные сладости-вкусности в ярких упаковках. Дети просят родителей, чтобы очередная конфета была куплена. Иногда просьба превращается в маленькое представление, и родители, чтобы успокоить малыша, покупают все, что он просил. Так в руках оказываются – конфеты, шоколад, чипсы, газированные лимонады. Когда я была маленькой – мне тоже очень нравились чипсы, чупа-чупсы, газированные напитки. Иногда я обижалась на маму, которая не покупала мне их, а говорила: «Это вредные продукты, я хочу, чтобы ты росла здоровая, красивая и крепкая. Давай ты выберешь что-нибудь другое, и я с радостью тебе это куплю». Домой мы приносили фрукты, соки...

Вредные продукты... А знают ли родители и дети, что такое «вредные продукты», о плохом влиянии этих продуктов на наш организм? – вот вопрос, который меня интересует. В результате возник выбор нашей темы. Что это? Как же они могут навредить человеку?

Описание проекта

Проект «Вред и польза привычных продуктов» позволяет обучающимся 5-6 классов получить опыт исследовательской и практической работы в проектной деятельности, стимулирует творческий подход к реализации продукта, а также повышает мотивацию обучающихся к здоровому образу жизни.

В ходе проекта его авторы изучили теоретический материал по теме проекта, провели анкетирование обучающихся в своей школе, создали сборник и интерактивную презентацию рецептов самых популярных блюд, получили опыт создания новых полезных блюд.

Паспорт проекта

Название проекта	Вред и польза привычных продуктов
Автор	Никитина Наталья Юрьевна
Предмет	Основы безопасности жизнедеятельности
Класс	5 класс
Тип проекта	Исследовательский, информационный, творческий
Актуальность проекта	Здоровый образ жизни - это не только занятия спортом, прогулки, закаливание, отсутствие вредных привычек, а ещё и питание. С экранов телевизоров, рекламных проспектов на нас смотрят яркие, красочные и очень вкусные продукты. Попробовав раз, мы иногда с трудом можем отказаться от них, но мало кто задумывается о том, какой вред наносят организму газированная вода, копчёная колбаса, чипсы, кириешки, шоколадные батончики, гамбургеры, пельмени, кондитерские изделия. Ещё труднее отказаться от такого соблазна детям. Данная проблема имеет актуальность для всего детского населения.
Цель проекта	Повышение интереса школьников к ЗОЖ. Формирование представлений о правильном здоровом питании.
Задачи проекта	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проанализировать данные в литературе и интернет ресурсах по теме исследования. 2. Расширить знания о здоровых и вредных продуктах питания, о их влиянии на организм. 3. Практически доказать насколько некоторые продукты могут быть вредны для человека. 4. Объяснить ученикам, что кроме вредной пищи существует очень полезная пища, богатая витаминам и минералами. 5. Выяснить какими продуктами нас травят в магазинах. 6. Сделать сборник рецептов самых популярных блюд 7. Создать презентацию по приготовлению самых популярных блюд для детей школьного возраста
Методы проектной работы	Метод анкетирования, сбора и обработки данных, исследовательский, поисковый, анализа и обобщения, рефлексии
Продукт проекта	Сборник и интерактивная презентация рецептов самых популярных блюд для детей школьного возраста
Практическая ценность проекта	<ol style="list-style-type: none"> 1. Получение дополнительных знаний о ЗОЖ и правильном здоровом питании

	2. Создание сборника рецептов самых популярных блюд и презентации по теме проекта, которые можно использовать самостоятельно
Потенциальная реализация проекта в школе	Проведение отдельных соревнований кулинаров «Правильное питание» и мероприятий по ЗОЖ.
Используемые источники	<p>Список используемой литературы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Г.Л. Апанасенко. Здоровый образ жизни. Л., 2008 2. Ильина Светлана "Как надо питаться". 3. Л.А. Берегите здоровье. М., "Физкультура и спорт", 2005. 4. Михайлов В.С. и др. «Культура питания и здоровье семьи» 5. Учебник для 1 класса «Окружающий мир» Плешаков А.А.и др. 6. http://revolution.allbest.ru/marketing/00026528 7. http://www.gost81.ru/doc-4052.html 8. http://vse-sekrety.ru/11-samy-poleznye-produkty-pitaniya.html

Содержание деятельности на разных этапах работы над проектом

	Раздел	Предлагаемые действия руководителя	Предлагаемые действия учеников
1	Анализ актуальности. Определение цели, задач проекта.	Мотивация учащихся к выбору «нужного» направления по данной теме. Учитель проводит вводную беседу о проекте (что такое проект, для чего он нужен, рассказывает о целях, задачах и продукте проекта), а также выявляет, в ходе беседы, что ребята знают о ЗОЖ (о составляющих ЗОЖ, о правильном питании ...).	Слушают и запоминают информацию. Отвечают на вопросы учителя, демонстрируют имеющиеся у них знания по теме проекта.
2	Средства и методы работы с проектами.	Знакомит с методами и средствами проведения исследования, работы над проектами. Объясняет какие в каких случаях более эффективны.	На основе прослушанного материала выбирают средства и методы работы (поисковый, исследовательский)
3	Составление плана действий, определение последовательности и сроков работ.	Приводит примеры. Предлагает отдельные позиции плана соединить в единый план в соответствии с логикой. Принимает участие в обсуждении. Определяет подходящие пункты плана, утверждает их.	Из разрозненных позиций составляют единый план. Работают в парах. Затем обсуждают.
4	Непосредственная работа над проектом. (теоретическая часть). Сбор информации.	Знакомит обучающихся с ресурсами, из которых можно брать информацию, рассказывает правила работы с информацией. Предлагает ребятам составить страницу сборника о правильно питании	Ищут информацию. Составляют страницу сборника о правильном питании.
5	Непосредственная работа над проектом. (Практическая часть).	Разбивает обучающихся на группы, раздает задания, осуществляет контроль и коррекцию действий учащихся,	каждая группа выполняет работу
6	Анализ / обработка информации по итогам работы, исследования.	Организовывает круглый стол участников проекта.	Во время круглого стола представляют результаты своей работы, подводят промежуточные итоги
7	Оформление результатов.	Разбивает обучающихся на группы, раздает задания,	Создают электронную версию сборника.

		осуществляет контроль и коррекцию действий учащихся,	
8	Представление результатов.	Организовывает занятия для других обучающихся параллели.	Ученики проводят занятие для своих одноклассников, рассказывают о результатах работы.

**Календарно-тематическое планирование ВУД
«Вред и польза привычных продуктов»**

№ п/п	Перечень разделов	Количество часов по каждому разделу			Дата по плану	Дата по факту
		Всего	Из них:			
			Теоретические занятия	Практические занятия		
1	Анализ актуальности. Определение цели, задач проекта.	1	1	0		
2	Средства и методы работы с проектами	1	0	1		
3	Составление плана действий, определение последовательности и сроков работ	1	0	1		
4	Непосредственная работа над проектом. Наблюдение. (учебно- исследовательский проект).Сбор информации (проектная деятельность)	1	1	0		
5	Непосредственная работа над проектом. Проведение проектных работ или исследования	1(2)	0	1(2)		
6	Анализ/Обработка информации по итогам работы, исследования.	1	0	1		
7	Оформление результатов	1	0	1		
8	Представление результатов	1	0	1		
	Итого:	8 (9)	4	6 (7)		