



NESTLÉ
ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ 

Что нужно знать педагогу о
программе
«Разговор о правильном питании»

Нарушения в питании – одна из главнейших общемировых проблем и вызовов за всю историю

42 млн

детей младше 5 лет имеют избыточный вес или ожирение

50 млн

детей с истощением

156 млн

детей показывают задержки в росте

x2

За последние три десятилетия количество детей 2-5 лет с ожирением удвоилось

Обучение и воспитание – эффективная стратегия профилактики и сохранения здоровья нации

- Низкий уровень образования в сфере здорового образа жизни и несформированность полезных привычек признан одним из ведущих факторов риска развития неинфекционных заболеваний.
- Просвещение, обучение и воспитание, связанные с формированием культуры здоровья – эффективный и наименее затратных способ профилактики заболеваемости населения

....Повысить приоритет профилактики неинфекционных заболеваний... посредством усиления ... информационно- пропагандистской деятельности. (ВОЗ «Глобальный план действий по профилактике НИЗ и борьбе с ними на 2013-2020»)



Может ли школа научить ребенка правильно питаться?



По данным исследований:

- 85% младших школьников завтракают в школе
- 43% младших школьника обедают в школе
- 64% младшим школьникам, посещающим столовую, нравится еда

Сегодня школа – это место, где не только изучаются основы наук, но и формируются компоненты культуры здорового образа жизни, в том числе, и питания

NESTLÉ

ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ 

Обучение культуре питания и Закон об образовании

Статья 41. Охрана здоровья обучающихся

1. Организации, осуществляющие образовательную деятельность... создают условия для охраны здоровья обучающихся, в том числе обеспечивающие:
 - 1) текущий контроль за состоянием здоровья обучающихся;
 - 2) .. обучение и воспитание в области охраны здоровья;
2. Охрана здоровья обучающихся включает:
 - 4) пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни;
 - 5) организацию оздоровления обучающихся..
 - 6) профилактику и пресечение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков.. и других одурманивающих веществ...

Статья 43. Основные обязанности и ответственность обучающихся

1. Обучающиеся обязаны: ...3) заботиться о своем здоровье, стремиться к нравственному, духовному и физическому развитию и самосовершенствованию;

Обучение культуре питания и актуальные задачи школы

- В соответствии с письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.06.2020 № АН-1056/03 во исполнение перечня поручений по реализации Послания Президента Российской Федерации Федеральному Собранию Российской Федерации от 15 января 2020 г. (№ Пр-113) от 24 января 2020 г. необходимо обеспечить поэтапный переход с 1 сентября 2020 г. по 1 сентября 2023 г. на организацию бесплатного здорового горячего питания для обучающихся, осваивающих образовательные программы начального общего образования.
- *Важная задача в рамках реализации этого направления – организация информационно-просветительской работы с детьми и родителями по формированию культуры здорового питания*

«Разговор о правильном питании» – уникальный образовательный проект, обеспечивающий формирования культуры питания у детей

60 регионов-участников



Внедряется с 1999 года

78% территории России

1 430 000 детей / год

более 8 000 000 детей / 20 лет

Эффективная организация – ключ к успеху программы

Основой эффективности программы служит профессиональное управление и слаженное сотрудничество бизнеса, науки и государственных структур



Программа «Разговор о правильном питании» – для кого и для чего?



- Разработана в Институте возрастной физиологии
- Основная цель – формирование культуры питания и здорового образа жизни
- Основные целевые группы – дети и подростки 6-13 лет
- Фокус на традиционных, но полезных пищевых привычках в России, с учетом региональных различий



Основная форма реализации – внеурочный курс



- ❑ Состоит из трех содержательных модулей: для детей 6-8 лет; 9-10 лет; 11-13
- ❑ Для каждого модуля разработан УМК, включающий рабочую тетрадь, методическое пособие, плакаты
Все материалы распространяются бесплатно!
- ❑ Продолжительность изучения курса – 3 года/34 часа ежегодно
Это позволяет не только сформировать у детей знания о правильном питании, но и научить их питаться правильно!

Основные темы программы «Разговор о правильном питании»

Почему важно быть здоровым?
Роль здоровья для человека.
Что такое Здоровый образ жизни.

Что такое правильное питание?
Рацион и режим питания – что и как нужно есть, чтобы быть здоровым?

Гигиена питания. Правила этикета и сервировки стола.
Традиции питания в разных странах.

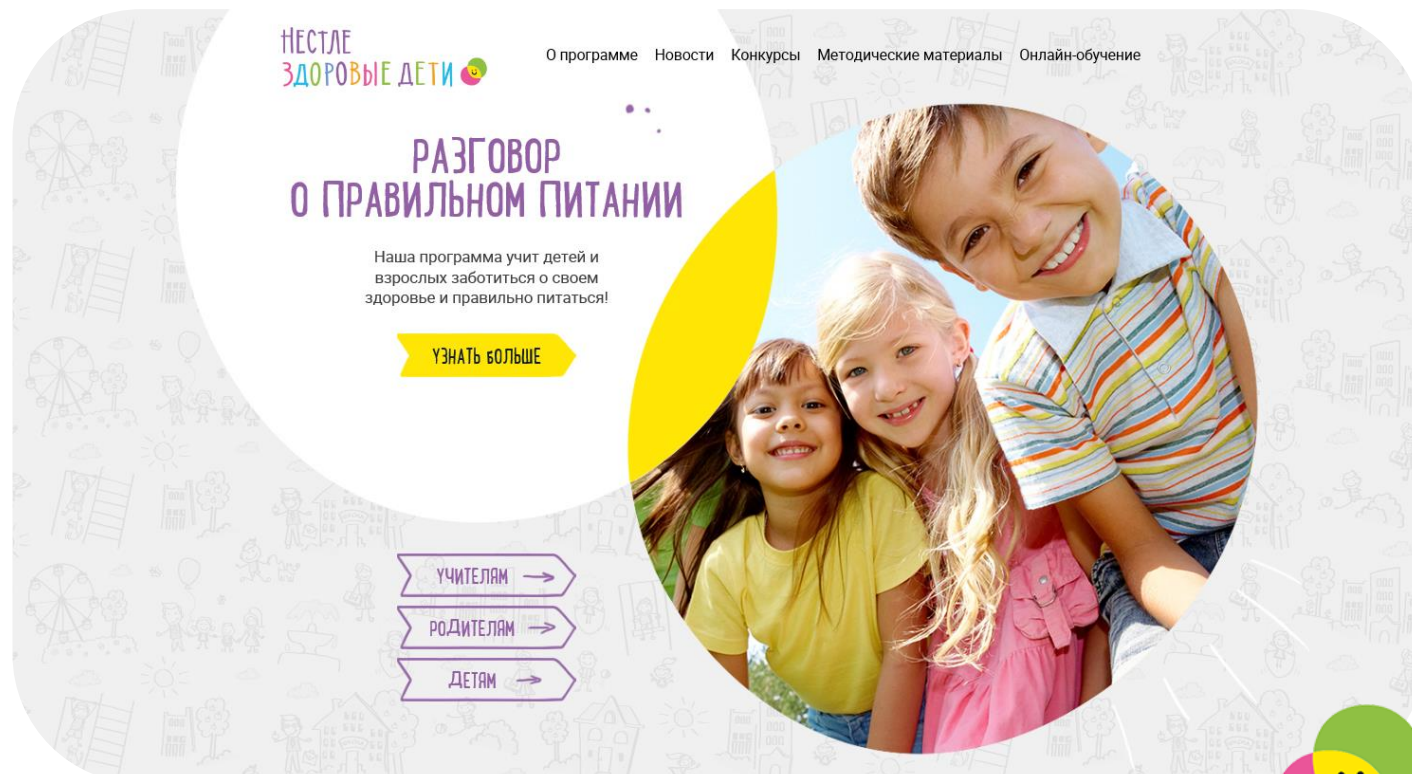
Как и где готовят пищу?
Бытовая техника, оборудование кухни. Простые рецепты.

Как правильно выбирать продукты в магазине? Как читать упаковку? Какие правила нужно соблюдать при посещении кафе, столовой?

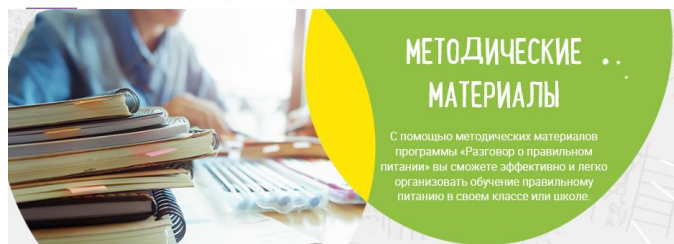
Почему важно много двигаться?
Физкультура и спорт.
Закаливание.

Цифровая платформа программы

<https://www.prav-pit.ru>



Цифровая платформа программы помогает подготовиться к проведению занятия



В разделе **Методические материалы** размещены презентации и сценарии для всех занятий – **5 минут, и вы можете идти в класс!**

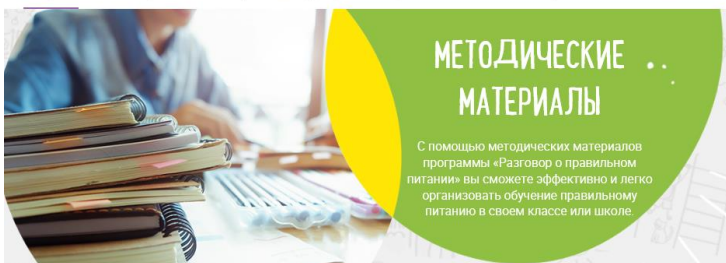


Тема: «Удивительные превращения пирожка»



3 Тема: «Моё здоровье в моих руках»





Цифровая платформа программы помогает подготовиться к проведению занятий

В разделе Методические материалы:

- Мультимедийные ролики о ЗОЖ и правильном питании – можно использовать во время занятия
- Онлайн тесты для учеников - могут использоваться во время занятия и для самостоятельной работы учащихся.



Цифровая платформа предлагает различные формы организации внеклассной и внеурочной деятельности детей



Конкурсы и активности для детей



Конкурсы для семей



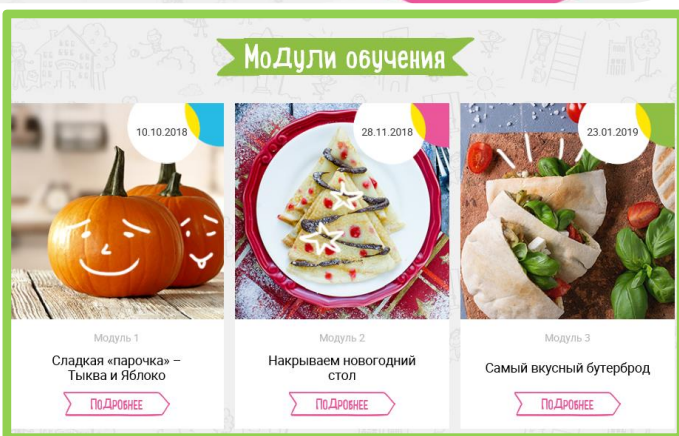
Конкурсы и активности для учителей

С помощью цифровой платформы педагог может перевести воспитательную работу в онлайн формат, в том числе, и в случае дистанционного обучения

Платформа программы: Кулинарная студия для формирования социально-бытовых навыков у школьников

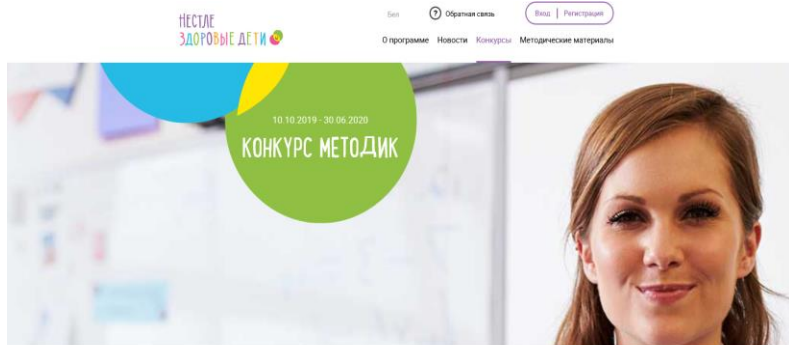


- 12 видео уроков, где шеф-повара программы учат готовить вкусные и полезные блюда
- Простая и доступная рецептура
- Не требуется специальное оборудование
- Могут использоваться педагогом для проведения внеклассных мероприятий
- Могут стать вариантом организации работы с семьей в формате онлайн



Для участия необходима 

- Зарегистрироваться на сайте
- Загрузить фотографии, подтверждающие приготовление блюда
- Загрузка не менее 5 фотографий дает возможность распечатать Диплом Национальной ассоциации кулинаров России



Платформа программы: Конкурс методических разработок для педагогов

- Может участвовать любой педагог, реализующий программу
- Тема конкурса 2020 – **Формирование социально-бытовых навыков, связанных с приготовлением пищи, при реализации программы**
- На конкурс предоставляется описание системы работы педагога в рамках заданной тематики
- Конкурс проходит в два этапа – региональный и российский
- Победители регионального этапа участвуют в Международной конференции «Воспитываем здоровое поколение» в Москве

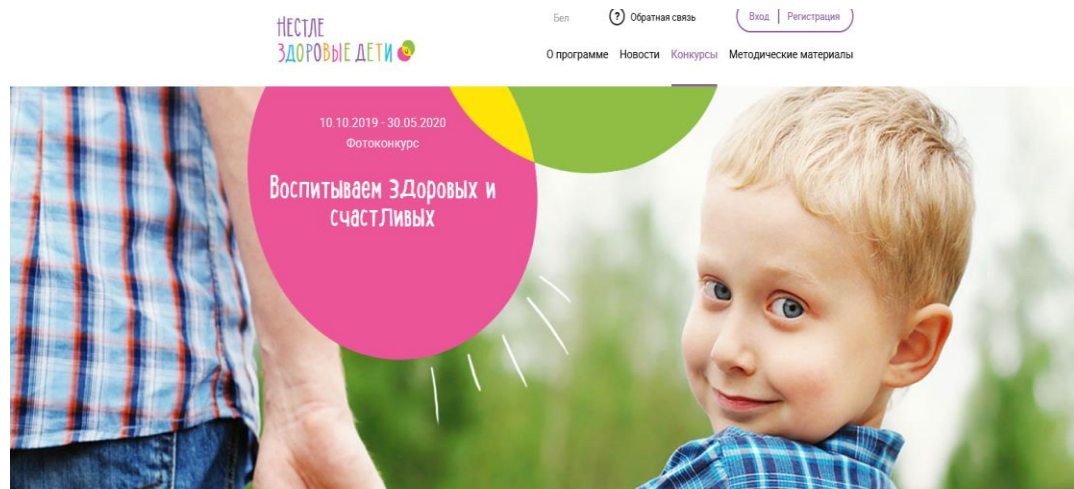


Платформа программы: Международный конкурс «Здоровые дети помогают планете»



- Участники – классы из России, Узбекистана, Казахстана, Белоруссии под руководством учителя
- Цель конкурса – сформировать у участников представление о необходимости заботы об окружающей среде как важном факторе укрепления здоровья
- Является формой организации внеклассной работы, в том числе и в формате онлайн
- Проходит в несколько этапов. На каждом этапе участники выполняют творческое задание
- Все участники получают Дипломы
- Для классов победителей проводится телемост

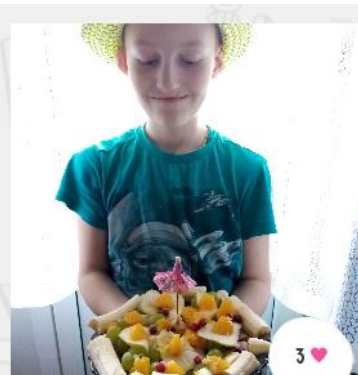
Платформа программы: Конкурс семейной фотографии как форма организации работы с семьей



- Участники – семьи детей, изучающих программу
- Цель – мотивация детей и родителей к соблюдению правил здорового образа жизни
- Может быть формой организации воспитательной работы в формате онлайн
- Участники загружают фотографии, демонстрирующие приготовление блюда
- Победители получают призы и Дипломы
- Главный приз – поездка в Москву



Екатерина Рыбалкина
Шубное



Виктор Грачев
Г. Ногинск школа № 5 Ногинск



Елизавета Огиевская
с. Починки

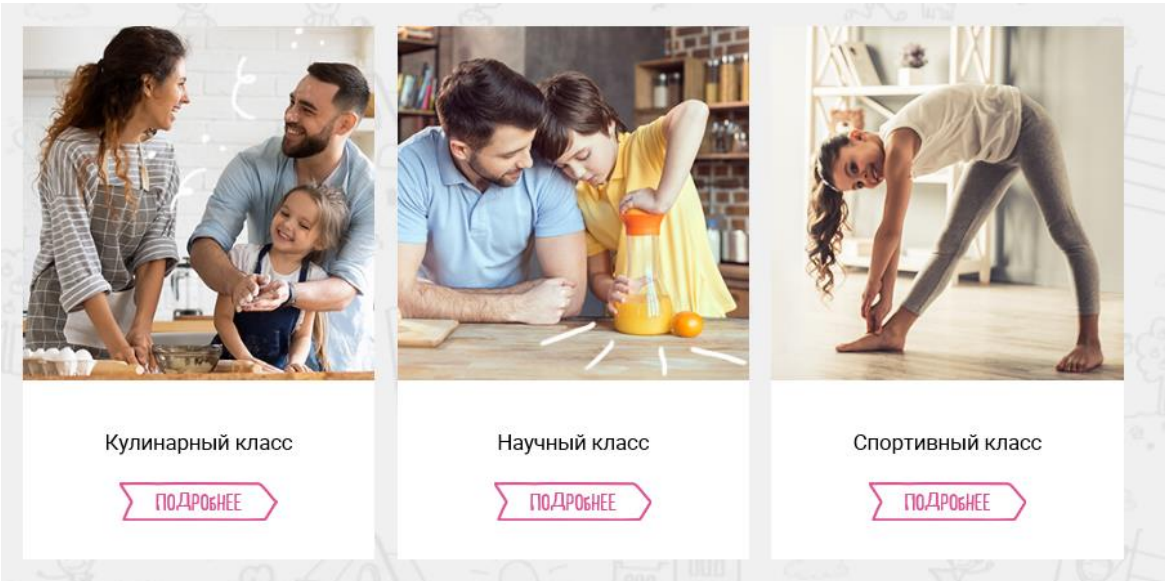
Платформа программы: Конкурс «Занимаемся дома» как форма организации работы с семьей



ЗАНИМАЕМСЯ ДОМА

Домашний Разговор о здоровье и правильном питании

- Участники – семьи (дети и родители)
- Цель – помочь родителям в организации здорового образа жизни их ребенка
- Может использоваться как форма работы с семьей, в том числе, и в режиме дистанционного обучения
- Состоит из трех «классов», в каждом из которых размещены видео уроки от Шеф-повара, Спортсмена, Ученого
- Дети вместе с родителями выполняют задания ведущих и размещают фотографии на сайте
- Будет запущен в октябре 2020



Кулинарный класс

ПОДРОБНЕЕ

Научный класс

ПОДРОБНЕЕ

Спортивный класс

ПОДРОБНЕЕ

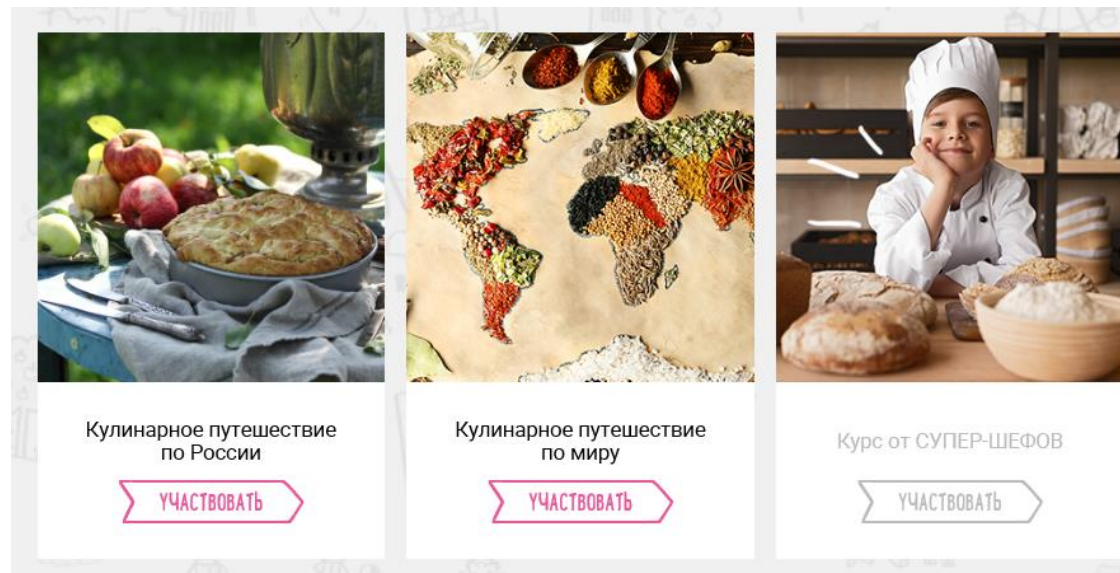
<https://www.prav-pit.ru/homeschooling>

NESTLÉ
ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ 



Платформа программы: Онлайн кулинарный лагерь для организации работы с семьей

- Участники – семьи (дети и родители)
- Цель – помочь родителям в организации содержательного досуга детей во время каникул, сформировать у детей интерес и навыки приготовления пищи
- Состоит из видео уроков от ведущих шеф-поваров России и других стран
- Семьи могут размещать свои фото и видео на сайте и принимать участие в конкурсе



<https://www.prav-pit.ru/summercamp>



Программа «Разговор о правильном питании» размещена также на платформе Московской электронной школы

- Сценарии занятий по второй («Две недели в лагере здоровья») и третьей («Формула правильного питания») размещаются на платформе Московской электронной школы
- Сценарий включает в себя интерактивные демонстрационные слайды для доски, планшета ученика, а также слайды для учителя с информацией
- Позволяет полноценно проводить занятия даже при отсутствии печатных материалов
- Позволяет обеспечить проведение занятий даже в режиме дистанционного обучения
- Поиск #двенеделивлагерездоровья #формулаправильногопитания

Узнать больше: www.prav-pit.ru

NESTLÉ
ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ 