



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 22» г. Сыктывкара  
(МАОУ «СОШ №22» г. Сыктывкара)  
«22 №-а шör школа»  
Сыктывкарса муниципальнõй асьюралана велöдан учреждение  
(«22 №-а ШШ МАВУ»)

**РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЭТАП ОТКРЫТОГО КОНКУРСА «ВРЕМЯ  
БЫТЬ ЛИДЕРОМ» В РАМКАХ МЕЖДУНАРОДНОЙ АКЦИИ  
«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКА»**

**Отчёт о проделанной работе**

Автор:  
Хаирова Софья Маратовна  
Класс: 10 «А»

Руководитель:  
Разговорова Марина Павловна

# Интерактивное занятие по правильному питанию «Секреты правильного питания» для учащихся 1-4 классов

А теперь в интерактивной игре проверим знания, полученные на уроке!



Ребята активно включились в рассуждение «Что значит здоровое питание»



Видео с урока во 2 классе:  
<https://cloud.mail.ru/public/mMW7/3crUJT9P1>

# Интерактивное занятие по правильному питанию «Секреты правильного питания» для учащихся 1-4 классов



Дети знакомятся с пирамидой  
правильного питания. Это  
очень важно!



Работа в команде помогает  
найти правильное решение на  
вопрос игры



Видео с урока в 3-их классах

<https://cloud.mail.ru/public/N7Lf/oAQNR6BF6>  
<https://cloud.mail.ru/public/9umK/2MQCqHht3>

## Урок «Я – то, что я ем» для 5-7 классов



Обсуждение предполагало собой ознакомление с правилами здорового питания и некоторых важных вопросов



По окончании урока дети написали отзывы и дали оценку представляемому материалу

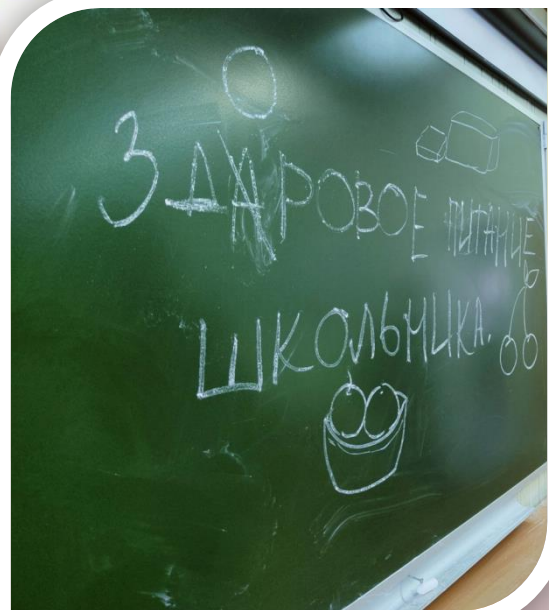
Видео с урока 5 класса

<https://cloud.mail.ru/public/MA5t/J3J8PCADK>

## Дебаты «Если бы я был директором: что убрать и что добавить в школьное меню»



Ученики были распределены на 2 команды: что убрать и что добавить в школьное меню; каждая высказывала свою точку зрения



Ребят заинтересовали такие вопросы как, можно ли давать блины, фруктовые салаты, установить торговый автомат, кулер с горячей водой, и др



Видео с урока 10 класса

<https://cloud.mail.ru/public/3QjU/QZpqHugTV>

## Занятие для людей старшего возраста «Правильное питание – залог долголетия»

Все активно  
включились в  
творческий  
процесс



Командная работа – это ЗДОРОВО  
и ЗДОРОВО!



# Занятие для людей старшего возраста «Правильное питание – залог долголетия»

Результат коллективной  
творческой работы

Полезный обед



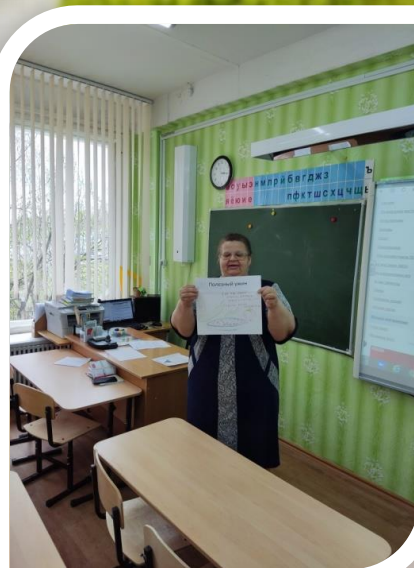
Полезный завтрак



Ешь на ужин  
огурец, помидор,  
укроп и гречку —  
Будешь вечно  
молодичка.



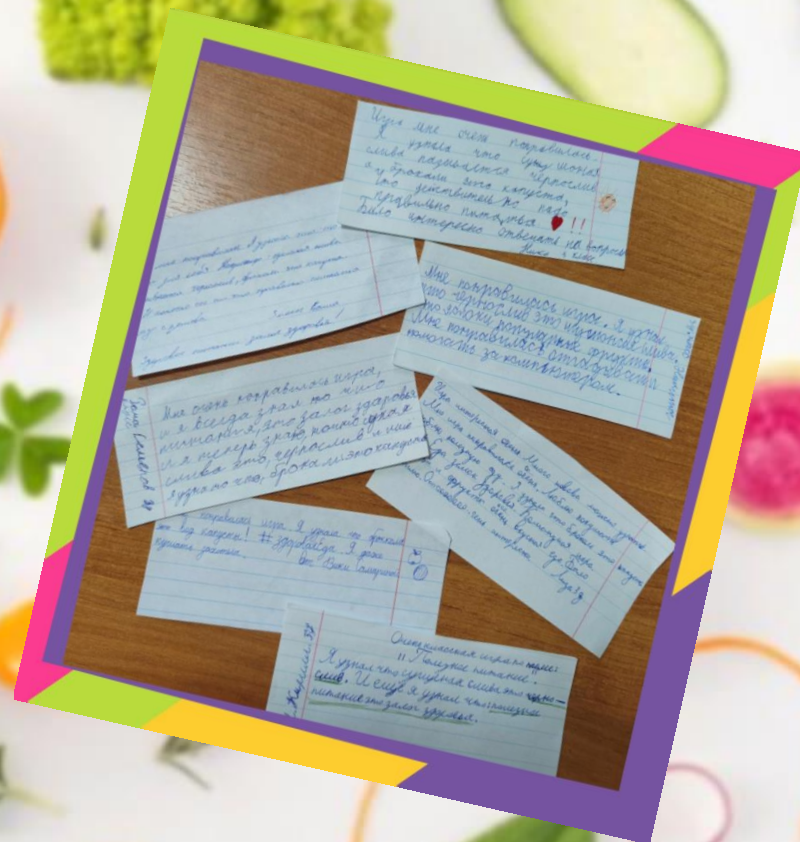
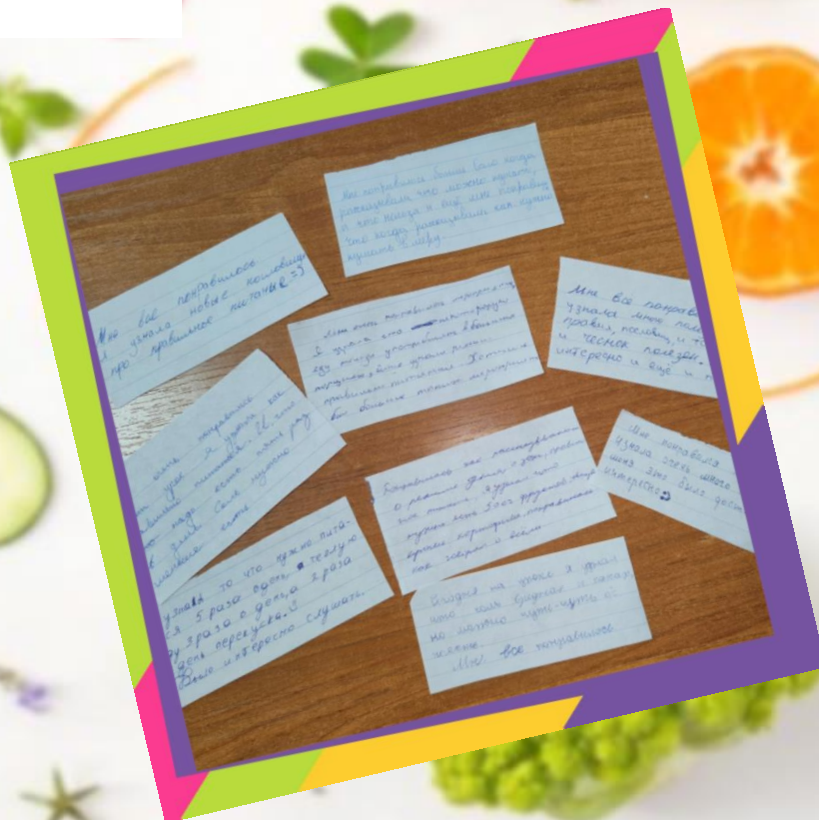
Полезный ужин



Ссылка на видео занятия

<https://cloud.mail.ru/public/dP1y/dopQ8FDsh>

## Отзывы детей по проведенным урокам



По итогам проведенных уроков я сделала такие выводы:

- Полученные знания в области здорового питания помогут им в дальнейшей жизни
- Дети поняли и приняли принципы здорового питания
- Игра – конкурс способствует сплочению детей, развитию познавательного интереса



# Конкурс творческих работ среди учащихся 1-5 классов «Правила здорового питания»



Работы оформлены на  
выставке

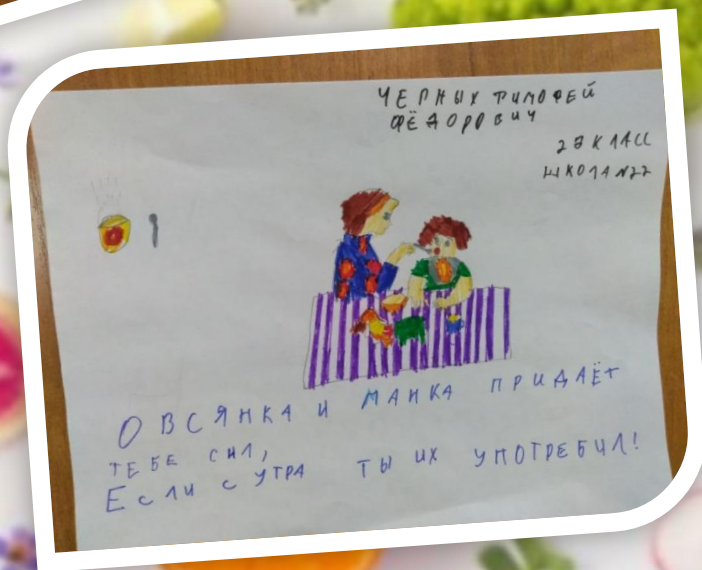


# Конкурс творческих работ среди учащихся 1-5 классов «Правила здорового питания»

Лучшие работы были отмечены  
грамотами и благодарностями



Конкурс слоганов среди учащихся 1-4 классов о  
здоровом и правильном питании



# Конкурс слоганов среди учащихся 1-4 классов о здоровом и правильном питании



Лучшие работы были отмечены грамотами и благодарностями

**Исследовательская работа на тему :  
Исследование своего фактического  
рациона и обоснование необходимости  
внесения в свой рацион**

*Гипотеза: возможен ли рацион  
питания в домашних условиях быть  
сбалансированным*



*Рацион питания в домашних условиях  
может быть сбалансированным, но для  
этого требуется соблюдение  
определённых правил: питание должно  
быть регулярным, умеренным, богатым  
как животной, так и растительной  
пищей, двигаться как можно больше и др.*

**Мой рацион питания. ИР.doc**

## *Мой личный отзыв*

*Данный конкурс дал мне возможность узнать много нового о здоровом питании: нужно употреблять суточную потребность в калориях, обеспечивать свой организм витаминами и минералами, соблюдать водный баланс и т.д.; Так как в рамках данного проекта в задания входили проведение уроков, то я развила свои коммуникативные способности с помощью общения с детьми и людьми старшего возраста, это дало мне положительные эмоции; Очень интересно было наблюдать и даже иногда самой участвовать в командных работах, данная практика позволяет людям сплочаться;*

*Хочу также сказать большое спасибо организаторам, которые дали такой шанс детям показать себя!*