

УДК 372.8

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЕКТНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ШКОЛЕ

Анастасия Александровна Самсонова

магистрант

snasty@mail.ru

Юлия Александровна Федулова

кандидат сельскохозяйственных наук, доцент

Yulia_Fed@mail.ru

Мичуринский государственный аграрный университет

г. Мичуринск, Россия

Аннотация. В статье приводится пример организации проектно-исследовательской деятельности школьников для формирования мотивации к здоровому питанию.

Ключевые слова: проектная деятельность, обучающиеся, здоровое питание.

Забота о здоровом образе жизни — одна из ключевых задач сегодняшнего дня, и российское образование уделяет этому особое внимание. Желание быть здоровым, бодрым и продуктивным заставляет нас все больше задумываться о правильном питании как о фундаменте благополучия.

Что такое правильное питание? Это не просто еда, а полноценный рацион, который подбирается индивидуально под человека: учитывается его возраст, пол, образ жизни и даже климат, в котором он живет. Такой подход помогает укрепить здоровье и поддерживать высокий уровень как физической, так и умственной активности.

Особенно остро этот вопрос стоит для детей, ведь школьная жизнь это серьезные испытания для организма, ведь в школе ребенок проводит большую часть дня [1].

Формирование культуры здорового питания у детей и подростков — это стратегическая задача национального масштаба, не зависящая от текущей общественно-политической ситуации. От ее решения напрямую зависит здоровье будущих поколений и сохранение генофонда нации. В связи с этим сегодня на государственном уровне повышенное внимание уделяется продвижению принципов именно здорового рациона [2].

Главная цель государственной политики в этой сфере — укрепление здоровья граждан и профилактика заболеваний, связанных с нарушениями пищевого поведения как у взрослого, так и у детского населения.

Культура питания признана неотъемлемым компонентом общей системы ценностей здорового и безопасного образа жизни учащихся, что закреплено в требованиях современных федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) [3].

Для ее системного формирования предусмотрен комплексный подход, реализуемый по трем ключевым направлениям:

1. Организационное: обеспечение сбалансированного и качественного питания непосредственно в стенах образовательных учреждений.

2. Образовательное: интеграция в учебные программы специальных курсов и модулей, направленных на формирование знаний о здоровом питании.

3. Просветительское: организация разъяснительной работы со всеми участниками образовательного процесса — обучающимися, их родителями, педагогами и администрацией школ.

Нами был проведен анализ организации питания школьников в МБОУ «Гимназия» г. Мичуринска. В результате проведенного исследования было отмечено, что для организации питания обучающихся оборудована столовая, в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами. Производство готовых блюд осуществляется в соответствии с технологическими картами, в которых отражены рецептуры и технологии приготавливаемых блюд и кулинарных изделий. Для того чтобы учащиеся получали питание горячим, работа столовой организована по строгому графику. Для обеспечения обучающихся здоровым питанием, в гимназии большое внимание уделяется калорийности школьного питания. Используется 10-дневное меню, которое разрабатывает ООО «Новая Система Услуг» г. Мичуринска. Для контроля за организацией питания в гимназии создана бракеражная комиссия, в состав которой входит заместитель директора по ВР, ответственный по питанию и председатель родительского контроля. В обязанности комиссии входит контроль за поступающей продукцией, за условиями получения, хранения и ее реализации согласно срокам, контроль за санитарно-гигиеническим состоянием пищеблока.

Для формирования культуры питания у обучающихся в школе ведется активная работа. Ежегодно для учащихся 1—11 классов проводятся классные часы по программе «Разговор о правильном питании», которая разработана специалистами Института возрастной физиологии Российской академии образования. Данная программа направлена на формирование культуры здоровья у детей.

Нами было проведено анкетирование обучающихся 5-11 классов в результате которого было отмечено, что 70% учеников 5 - 6 классов постоянно

питаются в столовой, тогда как старшие классы не ходят на завтрак и обед, а предпочитают заменять приемы пищи быстрыми перекусами из хлебобулочных изделий.

Для формирования культуры питания нами была использована проектно-исследовательская деятельность, при реализации которой обучающиеся сначала знакомятся с проблемой по литературным источникам, а потом предлагают свое решение [4]. Школьники приняли участие в разработке проектов «Азбука здорового питания», «Мы – за правильную пищу!», «Правильно питайся – здоровья набирайся». При реализации данных проектов обучающиеся узнали о роли правильного питания для организма человека, о содержании витаминов и микронутриентов в пище, оценили свой рацион питания и научились составлять его правильно с учетом особенностей организма.

Проведенное исследование показало, что в школе проводится большая работа как для организации правильного питания детей, так и для формирования мотивации к нему. Нами было выявлено, что при правильной мотивации, дети школьного возраста могут изменить свой рацион питания и отказаться от вредной пищи.

Список литературы:

1. Скударнова Е.А., Мурзина Н.В. Рациональное питание как компонент здорового образа жизни у детей школьного возраста // Научная дискуссия современной молодёжи: актуальные вопросы, достижения и инновации: сборник статей V Международной научно-практической конференции, Пенза, 17 октября 2018 года. Пенза: "Наука и Просвещение" (ИП Гуляев Г.Ю.), 2018. С. 191-194.
2. Федулова Ю. А., Федулова Я. А. Рациональное питание как элемент здорового образа жизни // Тенденции развития науки и образования. 2023. № 104-11. С. 117-120.

3. Федулова Я.А., Федулова Ю. А. Здоровое питание - основа полноценной жизни // Наука и Образование. 2023. Т. 6, № 3.

4. Федулова Я.А., Федулова Ю. А., Иванова Е. Н. Проектно-исследовательская деятельность обучающихся в образовательном пространстве школы // Наука и Образование. 2022. Т. 5, № 2.

UDC 372.8

ORGANIZING PROJECT-BASED RESEARCH ACTIVITIES IN SCHOOL

Anastasia A. Samsonova

master's student

snasty@mail.ru

Yulia A. Fedulova

candidate of agricultural sciences, associate professor

Yulia_Fed@mail.ru

Michurinsk State Agrarian University

Michurinsk, Russia

Abstract. This article provides an example of organizing project-based research activities for schoolchildren to foster motivation for healthy eating.

Keywords: project-based activities, students, healthy eating.

Статья поступила в редакцию 01.11.2025; одобрена после рецензирования 20.12.2025; принята к публикации 29.12.2025.

The article was submitted 01.11.2025; approved after reviewing 20.12.2025; accepted for publication 29.12.2025.