

«Здоровое питание – залог здоровья»

Вся информация по курсу и по урокам проекта - <https://zdorovoe.menu>

Здоровое питание — это здорово!

Татарстан участвует во Всероссийском социальном проекте «Здоровое питание от А до Я» по обучению школьников, родителей и учителей основам здорового питания.

Задача проекта – научить детей осознанно и добровольно выбирать полезные продукты и отказаться от фастфуда и вредной еды. Очень важно объяснить гимназистам, в чем преимущества правильных пищевых привычек как части здорового образа жизни и почему их надо придерживаться с самого раннего возраста.

"Вредная еда становится все более дешёвой и доступной. Автоматизация и развитие технологий приводят к малоподвижному образу жизни, что становится реальной угрозой здоровью. В результате гиподинамии нарушаются многие функции и системы организма, поэтому навык управления собственным телом, в том числе знания о правильном питании, становятся критически важными в XXI веке. Через проект мы хотим донести идею необходимости правильного питания - его связь с качеством и продолжительностью жизни, уровнем здоровья и даже с уровнем успеваемости детей в школах", - говорит об основной идее руководитель проекта Марина Слагодская.

Чтобы процесс обучения проходил в интересной для учащихся форме, проект разработан по концепции смешанного обучения с использованием интерактивной подачи материала. Эта концепция реализует одну из приоритетных задач в сегодняшней модернизации российской системы образования – информатизацию школьного образования. Современные технологии позволяют давать материал наглядно, ярко и привлекательно для учащихся. Кроме того, интерактивные блоки можно проходить удаленно, и это часть подхода смешанного обучения, когда совмещаются уроки с учителем в классе и самостоятельное онлайн-обучение.

Учителям проект предлагает подробные методические рекомендации по работе с курсом, которые помогут давать материал так, чтобы максимально эффективно научить детей нести ответственность за состояние своего здоровья, выбирать полезные продукты и правильно перекусывать.

В проекте будет проводиться много интересных конкурсов для детей, родителей и учителей. Чтобы не пропустить анонс, за новостями проекта можно следить в соцсетях:

Программа реализуется при поддержке Рыбаков Фонда, Роскачества, компании Danone в России и Фонда Луи Бондюэля.

Сделаем шаг в здоровое будущее России!