**“营”在起跑线 “食”尚更健康**

——幼儿营养膳食与健康的实践研究计划（2021.9—2022.1）

新《纲要》明确要求“幼儿园必须把保护幼儿的生命和促进幼儿健康放在工作的首位”，因此抓好幼儿园膳食营养工作是一项非常重要的工作。为此，我们本学期开始实施《幼儿营养膳食与健康的实践研究》，准备进一步实施营养膳食科学管理办法，对幼儿食谱的制定、幼儿良好的饮食习惯的培养、幼儿营养与健康教育课程的研究、有效利用家长资源及膳食制作、进餐护理等多方面的研究，以确保幼儿的营养均衡、促进幼儿的身体健康。

**一、调整计划**

本课题计划2024年6月完成，根据研究内容和研究思路，将分下列四个阶段展开：

第一阶段：前期准备阶段（2021年4月—2021年6月）

组建课题组，撰写课题设计方案，初步明确成员责任分工。学习相关理论知

识、查找资料，明确人员分工等。确定研究课题，撰写好课题申报书及开题报告书。

第二阶段：文献研究阶段（2021年9月—2022年4月）

围绕课题学习相关文献资料，收集整理材料，完成对膳食营养与幼儿健康的文献研究。研究膳食营养与幼儿健康的目标与内容体系，制定比较完善的课题实施方案。

第三阶段：研究实施阶段（2022年5月——2023年12月）

进一步明确研究目标，掌握相关的研究方法，不断完善计划方案，提高研究水平。收集、积累和整理资料，认真制订好实施计划、实施总结。认真总结经验，提炼和整理有创造性的研究成果，召开中期评估会。

第四阶段：结题鉴定阶段（2024年2月—2024年6月）

在不断深入研究的基础上，及时进行思考和总结，举行课题鉴定会，展示研究成果，汇编课题理论研究成果集和实践研究成果，撰写课题研究报告。

**二、研究重点**

1.加强学习，提高理论水平

课题组成员围绕幼儿膳食营养与健康，阅读相关书籍，查阅相关资料，丰厚文化底蕴，为课题研究开展提供理论依据。

2.明确任务，有效推进进程

进一步完善课题研究方案。课题组成员一起商量如何进一步完善方案，使之

更具可操作性和实效性。进一步明确课题组各成员的研究任务和工作职责，完善研究计划，不断推进课题研究的进程，建立课题网站。

3.深入研究，形成目标体系

均衡膳食营养，促进幼儿健康的培养目标研究。从研究者自身开始，加强营养科学知识的学习，积极更新营养健康观念，在调查分析的基础上，研究确立合理膳食，均衡营养，促进幼儿健康的目标体系。

4.拓展活动，促进纵深发展

赛培结合：组织食堂人员开展膳食营养知识培训以及膳食制作比赛等，提升食堂人员制作、切配能力，提高膳食质量。

深化课程：继续开展营养膳食与健康生成主题活动，优化区域环境，种植蔬菜瓜果，让幼儿在课程中进一步探究膳食营养与健康的秘密。

家园共育：继续做好营养膳食与幼儿健康的宣传工作，组织开展系列家园活动。如制定家庭营养食谱，使幼儿在家也能做到营养均衡，并进行幼儿最喜欢的食谱评选活动。开展亲子早餐创意大赛，最后评选出人气厨神、健康厨神、创想厨神等，让营养膳食与健康走进家庭。同时开展小小“干饭人”打卡光盘行动，评选最佳“干饭人”，促进家园同步。

**三、活动安排**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **活动时间** | **活 动 内 容** | **主办人** | **督办人** |
| 9月份 | 制定课题研究计划 | 唐文婷 | 贺 静 |
| 召开课题组会议、部署新学期工作 | 唐文婷 | 贺 静 |
| 课题开题活动 | 唐文婷 | 贺 静 |
| 小班幼儿进餐护理 | 姜世玲 | 唐文婷 |
| 10月份 | 大班级组幼儿活动：小小报餐员 | 宋灵燕 | 唐文婷 |
| 健康与营养生成主题活动 | 邵 菲  王川川 | 唐文婷 |
| 11月份 | 食堂：膳食切配、烹饪培训 | 颜春林  陈鹏玉 | 唐文婷 |
| 12月份 | 制定小中大研究目标 | 黄 鸣  高 维 | 唐文婷 |
| 1月份 | 课题组总结，思考新学期工作计划 | 唐文婷 | 贺 静 |
| 每 月 | 认真研读关于健康与营养膳食文献、收集相关资料、撰写体会等 | 课题组成员 | 唐文婷 |