**“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（2021.3—2021.6）

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、研究目标**

1.通过研究，探索我园合理膳食，均衡营养，促进幼儿健康的实际做法，形成比较完善的科学的幼儿营养食谱体系，建立比较完整的幼儿营养健康教育园本课程，积累比较丰富的家长社会营养健康宣传内容，实现幼儿园的主动发展。

2.通过研究，转变教师的教育观念，通过在工作实践中，在研究中工作，积极提高教育科学研究水平，实现教师本体的发展。同时也进一步树立科学的健康观念，改善自身的饮食习惯，均衡营养，促进健康。

3.通过研究，启发幼儿树立科学的健康观念，引导幼儿从小养成良好的饮食习惯，关注普通幼儿群体，重视特殊个别幼儿，促进幼儿健康成长，为一生的发展奠定基础。

**二、研究内容**

**（一）加强学习，提升专业素养**

课题组每月开展一次研讨活动或理论学习活动，请大家查找相关资料，大家共同分享、学习，以此提升理论知识。

1. **扎实工作，提高研究能力**

（1）幼儿园食谱制定的研究

（2）幼儿良好的饮食习惯培养的研究。开展个案观察、行动研究，小小报餐员等活动，以此培养幼儿养成良好的饮食习惯。

（3）幼儿营养与健康教育课程的研究。尝试开发生产健康与营养膳食主题活动、特色课程等的研究。

（4）有效开发和利用家长资源、社区资源的研究。组织开展营养健康专题培训等。

（5）膳食制作及进餐护理的研究。组织食堂人员开展膳食切配、制作培训及比赛活动，促进膳食质量的提升。

**（三）积累经验，提高撰写能力**

大家平时要多学习、多思考、多积累教学案例、观察案例等，积极撰写与课题相关的科研论文、经验总结、案例分析等，争取每个成员1年中有1篇论文或案例在省、市、区级获奖。

**三、活动安排**

课题组成员可根据活动内容主持制定的活动，大家可自主申报。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **活动时间** | **活 动 内 容** | **主办人** | **督办人** |
| 3月份 | 召开课题组会议、部署新学期工作 | 唐文婷 | 贺 静 |
| 4月份 | 大班级组幼儿活动：小小报餐员 | 姜世玲 | 唐文婷 |
| 健康与营养生成主题活动 | 宋灵燕 | 唐文婷 |
| 5月份 | 营养与健康讲座 | 黄 鸣 | 唐文婷 |
| 6月份 | 收集整理本学期有关资料 | 唐文婷 | 贺 静 |
| 课题组总结会议，思考新学期工作计划 | 唐文婷 | 贺 静 |
| 9月份 | 召开课题组会议、部署新学期工作 | 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 | 食堂：切配及膳食制作比赛 | 颜春林  陈鹏玉 | 唐文婷 |
| 1月份 | 全面收集整理本学期课题资料 | 唐文婷 | 贺 静 |
| 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 | 课题组成员 | 唐文婷 |
| 每学期 | 跟踪一名幼儿撰写个案观察记录 | 黄 鸣 | 唐文婷 |
| 每学年 | 期末写好个人总结 | 何桃平 | 唐文婷 |
| 撰写一篇理论学习小结 | 高 维 | 唐文婷 |