**“营”在起跑线 “食”尚更健康**

——幼儿营养膳食与健康的实践研究总结（2022.1）

本课题于2021年4月被批准为常州市备案课题，于2021年9月进行了开题论证，制定了本学期的研究计划。一学期来，现将工作总结如下。

**一、开题论证，引领发展**

9月26日，在马杭幼儿园音体室开展了常州市备案课题开题论证会，武进区

横林中心幼儿园杨敏园长、武进区崔桥中心幼儿园陈曙阳园长、武进区宋建湖幼儿园宣桃芬园长及本课题骨干成员参加了论证活动。论证组专家对本课题研究的可行性进行了论证，并对课题选取的现实意义、课题方案的制订、研究目标、研究方法、研究思路、研究载体、研究形式、成果形式等进行了指导，对本课题的研究工作提出了具体的指导意见。专家组表示本课题选题立足实际、研究目标具体、研究内容全面、研究方法得当、研究计划全面、预期成果多样。课题组应进一步完善课题实施方案及研究内容，定期组织开展研讨活动，交流研究心得，梳理提炼成果，及时对研究过程性材料、佐证性材料进行整理和归档！

**二、研究活动，分层开展**

（一）课题会议，规划总结反思

本学期我们每月开展一次课题组会议，继续与膳委会一起开展，请课题组成员调查本级组膳食情况，听取老师们的意见或者建议，不断调整膳食制定、制作，使膳食更具营养，促进幼儿健康成长。同时，根据膳委会的意见，我们及时调整我们的研究计划。

（二）各年龄段活动，有效层层落实

1.小班课题组——进餐护理沙龙活动

良好的习惯受益终身，餐前餐中餐后幼儿常规管理以及护理有助于幼儿养成良好的生活和卫生习惯，同时它贯穿于幼儿在园一日生活，是连接各个环节的重要组成部分。依据《3-6岁儿童学习与发展指南》,实施科学的保和教育，为提升小班老师、保育员护理幼儿进餐的能力，基于小班幼儿发展的年龄特点，2021年11月2日，我们组织小班级组全体老师、保育员开展“进餐护理 我最在行”沙龙活动。

本次沙龙活动共分为爱分享、析实例、知多少、畅今后四个环节。第一个环节是——爱分享，各班老师、保育员根据日常的幼儿进餐护理工作谈谈自己的亮点。小一班杨老师分享进餐前对幼儿的常规教育，让孩子们掌握基本的常规，提升幼儿进餐秩序。小七班高老师与大家分享了在进餐过程中分层次对幼儿进行奖励，饭菜吃完的小朋友奖励小贴花，饭菜、汤全部吃完的小朋友奖励大贴花，一下子激励小朋友的兴趣，大部分小朋友都能吃完饭菜、汤。老师们一致赞同高老师和杨老师的方法。第二个环节是——析实例，根据案例内容，大家谈了谈自己的分析与想法。后将规范的分析与措施与大家分析。第三个环节是——知多少，在这一环节，与老师、保育员们一起分享进餐护理具体方法。第四个环节是——畅今后，各班老师、保育员一起聊一聊经过本次沙龙活动，对进餐护理工作新的认识以及今后准备实施的做法。

通过本次进餐护理沙龙活动，不仅丰富了老师、保育员的护理能力，同时也让大家学习了优秀班级老师的亮点做法。幼儿进餐护理是一个长期坚持的工作,只要持之以恒,幼儿就能养成良好的生活和卫生习惯，进而建立此方面班级良好的常规秩序。

2.中班课题组活动——生成菠菜主题活动

根据课题计划我们中7班开展了《花漾秋“菠” 健康同行》的主题活动。我们都知道菠菜是幼儿每天都能直接接触到的事物，然而幼儿对菠菜的认识大多是一种浅认识，一种模糊的混乱的知觉。因而，有必要引导幼儿进行有意义的学习，引领幼儿从无组织、未分化的知觉转变为有意义、有结构的知觉重组。本主题活动来源于生活，又能服务于幼儿的生活，正如《纲要》中所说：“既符合幼儿的现实 需要，又有利于其长远发展；既贴近幼儿的生活，选择感兴趣的事物或问题，又有助于拓展幼儿的经验和视野。”通过活动，幼儿深入认识了菠菜，知道了菠菜的外形特征及其营养价值、菠菜对人体的作用。了解了菠菜的生长过程，认识各种不同的菠菜制品，喜欢吃菠菜及菠菜制品，激发了幼儿对菠菜的喜爱之情。

3.大班课题组——小小报餐员活动

大班级组则围绕营养膳食开展了报餐活动，通过这个活动的开展，不仅锻炼了幼儿的语言表达能力，纠正了幼儿挑食、偏食的不良习惯，还有效养成了节约粮食的良好行为习惯。同时让家长进一步了解幼儿膳食营养与健康的重要性，掌握了膳食搭配的原则，让家长在家也能根据膳食营养要求为幼儿合理搭配膳食，有效促进了家园沟通和合作。

（三）个案观察，培养良好习惯

本学期，我们课题组成员采用个案研究法，每位成员对班级内个别幼儿进行跟踪观察，了解并记录其能力形成的过程与方法。由于本活动12月份开展，因此到学期末时间不长，观察、培养的策略还没有进行有效的实施，因此成效并不是很明显。相信，随着我们课题研究的逐步深入研究，在个案研究方面会有一些成效，孩子们的膳食行为习惯也会有所改变。

**三、取得成绩，明确方向**

本学期，课题组成员也取得了一些成绩，如何桃平老师撰写的论文《融入幼儿一日生活的滋与味》获武进区一等奖，姜世玲老师撰写的论文《幼儿园膳食营养健康教育的认识与实践研究》获武进区二等奖、王川川老师撰写的论文《育见花开，食全食美》获武进区二等奖、王川川老师撰写的论文《食健康 育未来》一日生活中开展“食育”教育的实践策略获常州市三等奖。

下阶段，本课题将根据常州市备案课题研究要求，继续组织课题组成员加强文献研究，进一步完善课题研究方案；不断推进课程研究的进程，进一步深化各类活动，促进纵深发展；进一步研究合理膳食、健康营养，建立促进幼儿健康的目标体系。