综合实践活动研究性学习成果报告

研究主题：**营养午餐**

学校年级：**常州市龙虎塘第二实验小学四年级**

指导老师：**左燕磊**

**目 录**

**一、研究背景**

**二、研究的目的和意义**

**三、研究活动过程**

**四、研究收获**

**一、问题的研究背景**

我国学校营养午餐发展于80年代末，京、津、沪等大城市在这方面尤为重视，学生营养午餐指的是生产单位根据平衡膳食的要求和保证学生生长发育和健康为目的，在严格消毒卫生的条件下提供安全卫生、符合营养标准的色香味俱佳的配餐。

**二、研究的目的和意义**

1.认识健康知识，知道吃好午餐的重要性，指引学生渐渐养成健康的生活态度。

2.会用专家的建议正确地剖析午餐菜肴中营养成分，能设计分配科学、合理午餐食谱，在生活中养成科学的思想生活方式。

3.懂得科学、合理营养饮食的重要性，养成优秀的饮食习惯。

4.系统而有步骤地浸透数学思想方法， 把重要的数学思想方法经过学生能够理解的简单形式，透过生动风趣的营养搭配、分配系列活动而体现出来，从而提升学生用数学解决问题的能力，同时也能够使学生感觉数学思想方法的巧妙与作用，逐渐形成有序地、严实地思虑问题的意识，增强学生综合运用知识解决问题和解决问题策略多样化的能力和意识。

**三、研究活动过程**

1.我们本课题的研究活动分为三个阶段

第一阶段：了解健康知识，知道营养午餐设计原理

第二阶段：调查资料，自己设计营养午餐

第三阶段：交流设计的营养午餐以及设计原理

2.制定方案

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **课题名称** | | **营养午餐设计研究** | | | | | | |
| **我们想研究的问题和内容** | 研究内容 | | 研究方法 | | | | | |
| 查找资料 | 采访 | 调查 | 实践 | 体验 | 其它 |
| 营养午餐的重要性 | | √ | √ | √ |  |  |  |
| 营养午餐的设计注意点 | | √ | √ | √ |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |
| **我们的活动安排** | 活动一：交流学校一周的午餐，明确学校午餐的设计原理  活动二：分工，明确任务，初步设计方案  活动三：调查、采访、实践、体验，绘制小报  活动四：交流成果 | | | | | | | |

**四、研究过程及研究收获**

**（一）首先了解营养午餐的意义和设计原理以及设计过程中的注意事项**

**（二）进行分组，以小组为单位调查研究各类食物的营养成分、每单位的热量等。**

**（三）用小报的形式展现自己设计的营养午餐并交流。**







