



ЧАЙКОВСКИЙ
ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ
КОЛЛЕДЖ

Проектная работа: «ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ»

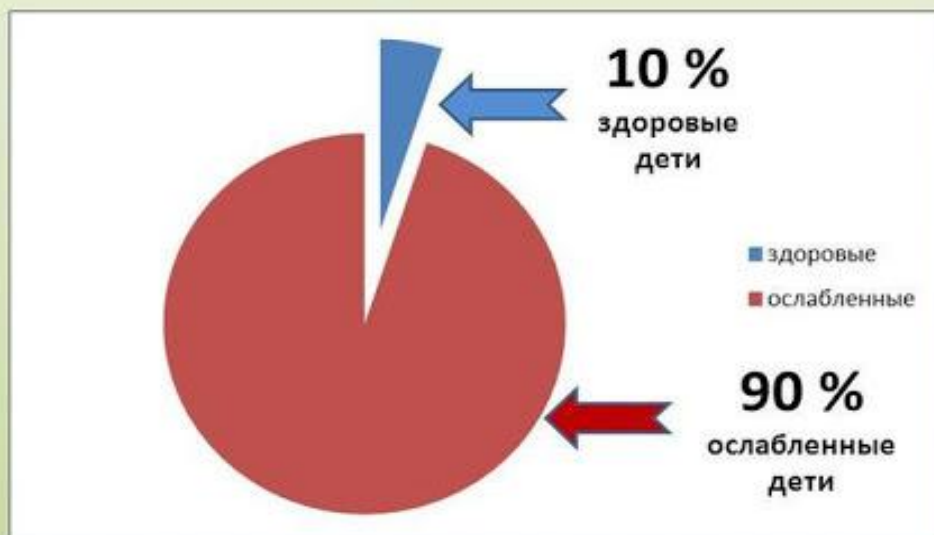
Выполнил(а): студент(ка) группы _____,

специальность _____

Ф.И.О.

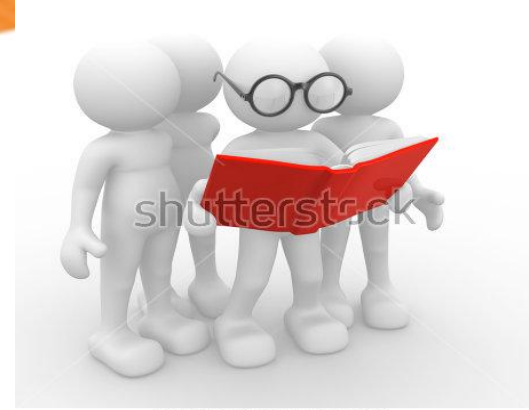
Руководитель: _____

Актуальность



ЗДОРОВЬЕ





Цель: ознакомление с информацией по здоровому питанию.

Задачи:

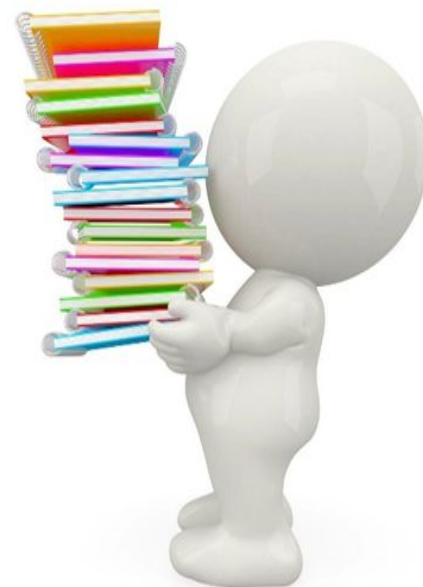
- 1. Доказать актуальность темы по здоровому питанию.**
- 2. Изучить литературные источники относительно здорового питания.**
- 3. Разработать структуру и содержание буклета.**
- 4. Апробировать разработку и проанализировать результаты.**

ЭТАПЫ РАБОТЫ НАД ПРОЕКТОМ

Аналитический: работа с информационным материалом

Основной: разработка структуры и содержания буклета, его оформление

Заключительный: анализ результатов работы

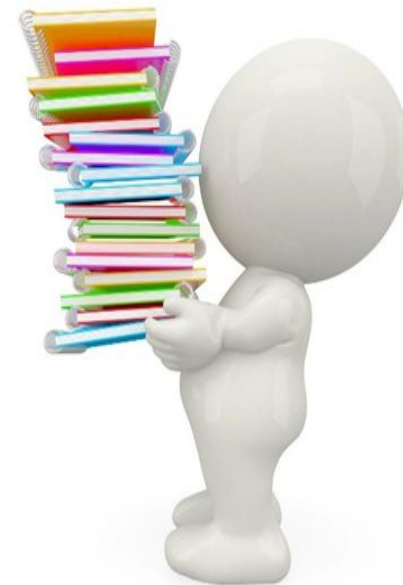


ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗРАБОТКИ ПРОЕКТА

Здоровый образ жизни - есть способ жизнедеятельности, соответствующий генетически обусловленным типологическим особенностям данного человека, конкретным условиям жизни и направленный на формирование, сохранение и укрепление здоровья и на полноценное выполнение человеком его социально-биологических функций.

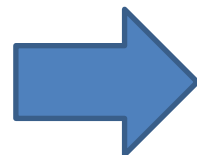


ЭЛЕМЕНТЫ ЗОЖ



- *культура питания,*
 - *культура движения*
 - *культура эмоций*
-
- ***Культура питания.*** В здоровом образе жизни питание является определяющим, системообразующим, так как оказывает положительное влияние на двигательную активность и на эмоциональную устойчивость. При правильном питании пища наилучшим образом соответствует естественным технологиям усвоения пищевых веществ, выработавшимся в ходе эволюции.

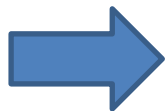
ПИРАМИДА ПИТАНИЯ



СОДЕРЖАНИЕ БУКЛЕТА

**5 ЦЕННЫХ
РОССИЙСКИХ
ПРОДУКТОВ** и
их влияние на
организм

**5 идеальных
сочетаний
продуктов**



ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Выбор целевой аудитории

Предложение рассмотреть буклет

Получение обратной связи



100% - информация понравилась



ВЫВОД

-
- 1. Тема является актуальной.
- 2. Проработаны понятия по ЗОЖ и здоровому питанию.
- 3. Разработан буклет.
- 4. Доказана эффективность содержания буклета.

