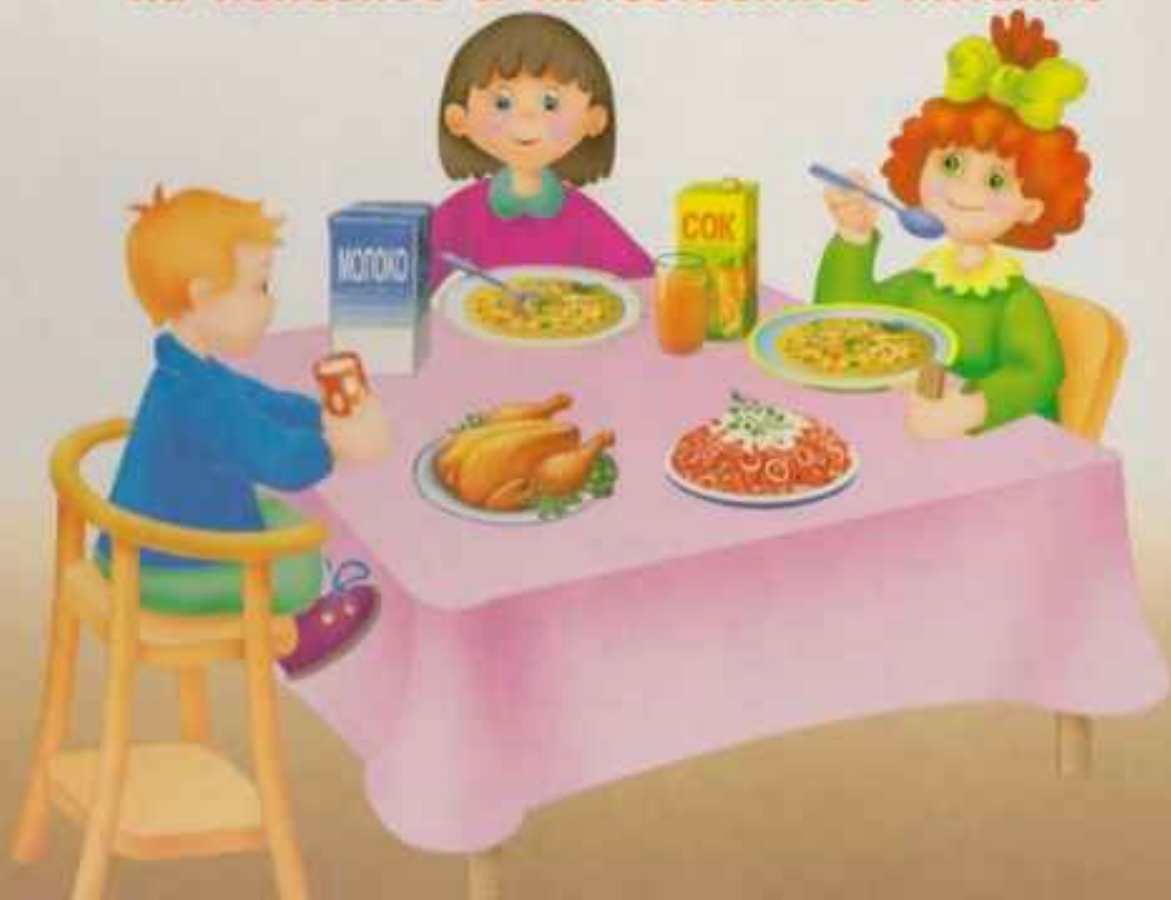


Каждый ребёнок имеет право
на полезное и качественное питание



Условия питания и охраны здоровья воспитанников

Медицинское обслуживание детей в ДОО строится на основе нормативно - правовых документов:

- ✓ Приказа Министерства образования РФ от 30.06.1992 года, №186/272 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в ДООУ»;
- ✓ Санитарно-эпидемиологическим правилам СанПиН 2.4.1.3049-13.

Медицинское обслуживание обеспечивается старшей медсестрой Потовой Ольгой Николаевной, находящейся в штате МБДОО «Еланский детский сад № 5 «Теремок».

Старшая медсестра проводит антропометрические измерения детей в начале и конце учебного года. Оказывает доврачебную помощь детям.

Медицинский персонал наряду с администрацией и педагогическим персоналом несет ответственность за проведение лечебно-профилактических мероприятий, соблюдение санитарно-гигиенических норм, режимом и качеством питания воспитанников.

Меры по сохранению и укреплению здоровья детей.

В целях своевременного выявления отклонений в здоровье воспитанников в детском саду проводится мониторинг состояния здоровья детей, анализ посещаемости и заболеваемости.

Исследование состояния здоровья воспитанников является прерогативой медицинских работников, которые определяют группу физического развития на основе антропометрических данных и группу здоровья на основе анамнеза и обследования детей декретированного возраста врачами-специалистами.

Характеристика воспитанников по группам здоровья на 01.09.2015 г.

Группа здоровья	Количество детей	%
I группа здоровья	6	4%
II группа здоровья	130	95%
III группа здоровья	1	1%
IV группа здоровья	0	0%

Понимая актуальность задач сохранения и укрепления здоровья детей, мы уделяем особое внимание физическому развитию, так как оно является основой здоровья и одной из главных составляющих направлений целостного и разностороннего развития личности.

От степени удовлетворения в движениях во многом зависит развитие не только двигательных навыков, но и развитие памяти, восприятия, эмоций, мышления.

Для укрепления здоровья детей в детском саду имеются:

- ✓ физкультурные уголки (во всех группах);
- ✓ медицинский блок (в медицинском кабинете имеются весы, ростомер, медицинские столики, шкаф, тонометр, аптечка неотложной помощи, шины, бактерицидные облучатели);
- ✓ бактерицидные облучатели (рециркуляторы) в групповых и спальнях помещениях, в музыкально-спортивном зале.

Состояние помещений детского сада соответствует гигиеническим требованиям, поддерживается в норме световой, воздушный, питьевой режимы.

В детском саду создана безопасная, комфортная предметно-пространственная развивающая среда.

**Деятельность сотрудников дошкольной организации
в осуществлении физкультурно-оздоровительной работы**

Наименование должности	Содержание деятельности
Заведующий	➤ Создает необходимые условия для укрепления здоровья детей, для обеспечения их питанием. ➤ Обеспечивает выполнение санитарно-гигиенических правил, противопожарных мероприятий и других условий по охране жизни и здоровья детей. ➤ Обеспечивает медико-педагогический контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий. ➤ Отвечает за проведение ремонта. ➤ Проводит обучение и инструктаж по технике безопасности.
Старшая медсестра	➤ Осматривает детей во время утреннего приема. ➤ Организует и контролирует проведение всех физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах. ➤ Осуществляет контроль за соблюдением режима дня. ➤ Оказывает доврачебную помощь. ➤ Наблюдает за динамикой физического развития воспитанников. ➤ Проверяет организацию питания в группах. ➤ Следит за санитарным состоянием пищеблока и групповых комнат и других помещений ДОО. ➤ Проводит санитарно-просветительскую работу среди сотрудников детского сада и родителей. ➤ Следит за качеством приготовления пищи.
Воспитатель с возложенными обязанностями методиста	➤ Составляет учебный план, расписание непосредственной образовательной деятельности с учетом возраста воспитанников, план оздоровительной работы, двигательный режим в разных возрастных группах. ➤ Контролирует проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах. ➤ Наблюдает за динамикой физического развития детей. ➤ Осуществляет контроль за режимом дня. ➤ Проводит педагогическое обследование совместно с инструктором по физической культуре. ➤ Осуществляет подбор пособий и игрушек в соответствии с гигиеническими требованиями к ним с учетом возрастных особенностей детей. ➤ Проводит консультативную работу среди родителей и педагогов по вопросам физического развития и оздоровления детей.
Педагог-психолог	➤ Наблюдает за динамикой нервно-психического развития воспитанников. ➤ Проводит диагностику психического здоровья воспитанников и их эмоционального благополучия. ➤ Составляет развивающие программы по улучшению эмоционального благополучия и нервно-психического развития воспитанников. ➤ Проводит соответствующую развивающую работу.

Музыкальный руководитель	➤ Способствует развитию эмоциональной сферы воспитанника. ➤ Проводит музыкальные игры и хороводы с воспитанниками. ➤ Занимается развитием движений воспитанников на музыкальных НОД и в свободное от занятий время. ➤ Участвует в проведении утренней гимнастики, физкультурных НОД, досугов, ➤ Организует праздники.
Инструктор по физической культуре	➤ Проводит утреннюю гимнастику. ➤ Проводит физкультурные занятия в зале и на улице. ➤ Проводит педагогическое обследование умений и навыков воспитанников по физической культуре. ➤ Проводит индивидуальную работу по развитию физических умений и качеств воспитанников. ➤ Организует и проводит физкультурные и спортивные досуги, развлечения и праздники, дни здоровья. ➤ Проводит консультативную работу среди родителей и педагогов по вопросам физического развития и оздоровления воспитанников.
Воспитатели	➤ Проводят утреннюю, пальчиковую гимнастику, гимнастику после сна, физкультурные занятия, досуги, физкультминутки, подвижные игры, спортивные упражнения, индивидуальную работу по развитию движений, закаливающие мероприятия. ➤ Соблюдают режим дня. ➤ Следят за здоровьем воспитанников и их эмоциональным состоянием, информируют об этом медицинскую сестру, заведующего, педагога-психолога. ➤ Следят за температурным режимом, искусственным освещением; одеждой детей воспитанников. ➤ Проводят педагогическое обследование двигательных навыков . ➤ На педагогических советах отчитываются о состоянии физического развития воспитанников и проведении закаливающих мероприятий. ➤ Проводят просветительскую работу среди родителей и воспитанников.
Помощники воспитателей	➤ Организуют проветривание группы, спальни, приемной, туалета. ➤ Соблюдают санитарно-гигиенические требования при мытье посуды, уборке в групповых комнатах. ➤ Оказывает помощь воспитателю в закаливающих и оздоровительных мероприятиях
Завхоз	➤ Обеспечивает правильную работу вентиляционных установок. ➤ Своевременно производит замену постельного белья. ➤ Регулирует тепловой и воздушный режим детского сада. ➤ Следит за состоянием оборудования, здания, помещений, территории во избежание травмоопасных ситуаций. ➤ Контролирует соблюдение правил противопожарной безопасности.

Повар	➤ Своевременно готовит пищу в соответствии с режимом детского сада. ➤ Проводит доброкачественную кулинарную обработку продуктов. ➤ Обеспечивает строгое соблюдение срока реализации и условий хранения продуктов.
Дворник	➤ Содержит в чистоте участок детского сада и подходы к нему. ➤ Своевременно убирает снег и сосульки с крыши. ➤ Следит за состоянием ограждения территории детского сада.
Сторож	➤ Следит за дежурным освещением. ➤ Отвечает за противопожарную безопасность охраняемого здания.

Двигательный режим в течение дня

- ✓ Прием детей, самостоятельная двигательная деятельность детей
- ✓ Утренняя гимнастика
- ✓ НОД физическая культура в группе
- ✓ НОД физическая культура на прогулке
- ✓ Физкультминутки во время НОД
- ✓ НОД музыка
- ✓ Прогулка
- ✓ Корригирующая гимнастика после сна
- ✓ Физкультурный досуг
- ✓ Спортивные упражнения, игры
- ✓ Спортивный праздник

Оздоровительные и профилактические мероприятия:

- ✓ Закаливание (солнце, воздух, вода)
- ✓ Профилактические мероприятия (витаминотерапия, кварцевание, употребление лука и чеснока)
- ✓ Профилактика нарушения осанки и плоскостопия;
- ✓ Нетрадиционные методы (элементы музыкотерапии, психогимнастики, выращивание и употребление зеленого лука)
- ✓ Игры-тренинги, направленные на умение владеть своими отрицательными эмоциями
- ✓ Приобщение к ЗОЖ:
 - наглядно-печатная информация;
 - курс консультаций и бесед для родителей.

Создание условий для двигательной активности:

- ✓ утренняя гимнастика;
- ✓ игры малой подвижности;
- ✓ физкультминутки;
- ✓ динамические паузы;
- ✓ музыкальные паузы;
- ✓ гимнастика после сна;
- ✓ подвижные игры;
- ✓ игры-упражнения;
- ✓ спортивные упражнения.

Схема закаливания детей в разные сезоны года

группа	осень	зима	весна	лето
1 - 2 года ясельная группа	2 3 5 6 8	2 3 5 6 8	2 3 5 6 8	2 3 4 5 6 8 11
2 - 3 года младшая группа	2 3 5 6 8 9	2 3 5 6 8 9	2 3 5 6 8 9	2 3 4 5 6 7 8 9 11
3 - 4 года вторая младшая группа	2 3 5 6 8 9	2 3 5 6 8 9	2 3 5 6 8 9	2 3 4 5 6 7 8 9 11
4 – 5 лет средняя группа	2 3 5 6 8 9	2 3 5 6 8 9	1 2 3 5 6 8 9 10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
5 – 6 лет старшая группа	1 2 3 5 6 8 9 10	2 3 5 6 8 9 10	1 2 3 5 6 8 9 10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
6 – 7 лет подготовительная к школе группа	1 2 3 5 6 8 9 10	2 3 5 6 8 9 10	1 2 3 5 6 8 9 10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11

Условные обозначения:

Закаливание воздухом: 1. - утренний прием на свежем воздухе 2. – утренняя гимнастика 3. - облегченная одежда 4. – солнечные ванны 5. – воздушные ванны 6. – ходьба босиком по ковру и массажным дорожкам, упражнения для коррекции осанки, плоскостопия и др. (после сна) 7. – сон при открытых фрамугах	Закаливание водой: 8 - умывание водой 9. - мытье рук до локтя водой комнатной температуры 10. – полоскание рта кипяченой водой 11. – мытье ног
---	--

Немаловажное значение отводится в детском саду физкультурно-массовым мероприятиям: физкультурным досугам, играм-соревнованиям. Систематически режим дня наполняется различными играми и упражнениями, увеличивается время пребывания на свежем воздухе.

Физическое развитие в детском саду осуществляется на занятиях физкультуры, спортивных мероприятиях. Основная задача этих мероприятий – формирование основ здорового образа жизни.

На занятиях формируются мотивы и потребности в целостном развитии физических и психических качеств и организации здорового образа жизни. В процессе освоения программного материала и обеспечивается формирование целостного представления в единстве биологического, психологического и социального в человеке.

В течение дня проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия. Педагоги проводят физкультминутки в середине каждого занятия, состоящие из 2-3 игровых упражнений, направленных на снятие напряжения мышц глаз, спины, пальцев рук, плечевого пояса.

Проводятся подвижные и спортивные игры, занятия, развлечения, двигательная активность в течение дня, закаливание. Их целью является укрепление здоровья, повышение умственной и физической работоспособности.

На родительских собраниях, в индивидуальной беседе с родителями, рассматриваются вопросы о гигиенических требованиях к одежде детей дошкольного возраста, значение соблюдения режима дня. Педагогами проводятся беседы с воспитанниками о сохранности здоровья и факторов, отрицательно влияющих на него. В ДОО традиционно проводятся дни здоровья, спортивные праздники и развлечения, педагогические совещания и консультации, выступления специалистов, посещение мастер-классов, способствуют формированию знаний по основам здорового образа жизни.

В детском саду по плану проводятся профилактические мероприятия по гриппу:

- утренний фильтр во всех возрастных группах
- сезонная профилактика гриппа (в меню включался лук, чеснок, витаминизация III блюда аскорбиновой кислотой)

Работники ДОО в обязательном порядке проходят периодическое медицинское обследование, которое проводится за счет средств местного бюджета.

Питание

Обязательным условием нормального роста организма, его гармоничного физического и психического развития является организация рационального питания.

Наши дети активно растут и развиваются, поэтому очень важно заботиться о здоровом и сбалансированном питании.

Питание организовано в соответствии с примерным меню, утвержденным руководителем дошкольной образовательной организации, рассчитанным на 10 дней, с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей всех возрастных групп и рекомендуемых суточных наборов продуктов для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (см. СанПин 2.4.1.3049-13).

В меню включены 4 приема пищи:

- завтрак;
- второй завтрак;
- обед;
- полдник.

В 10 часов предусмотрен 2-й завтрак, включающий в себя свежие фрукты в зависимости от сезона, разнообразные соки.

Перед раздачей пищи из пищеблока в группы медицинская сестра снимает пробу с готовых блюд, фиксирует качество пищи в специальном журнале, проба всех блюд хранится на пищеблоке в течение 48 часов. Ежедневно проверяется качество поставляемых продуктов (на всю поступающую продукцию имеются сертификаты соответствия), осуществляется контроль за сроками реализации продуктов и правильностью их хранения.

Ежедневно дети получают необходимое количество белков, жиров и углеводов, витаминизированные продукты. В рационе присутствуют свежие овощи, фрукты, соки, молоко, кисломолочные продукты, мясо, рыба.

В детском саду имеется вся необходимая документация по питанию, которая ведется по форме и заполняется своевременно. Технология приготовления блюд строго соблюдается, в соответствии с технологическими картами.

В ДОО для детей организуется 4-х разовое питание. Контроль за качеством питания (разнообразием), витаминизацией блюд, закладкой продуктов питания, кулинарной обработкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи, санитарным

состоянием пищеблока, правильностью хранения, соблюдением сроков реализации продуктов возлагается на старшую медицинскую сестру ДОО.

Питание в ДОО осуществляется в соответствии с примерным цикличным двухнедельным меню, разработанным на основе физиологических потребностей детей в пищевых веществах с учетом рекомендуемых среднесуточных норм питания для двух возрастных категорий: для детей с 1 до 3 лет и для детей с 3 до 7 лет, утвержденным заведующим ДОО. При составлении меню и расчете калорийности соблюдается оптимальное соотношение пищевых веществ (белков, жиров, углеводов), которое составляет 1:1:4 соответственно.

Приготовление первых, вторых блюд, салатов, кондитерских изделий осуществляется на основе технологических карт оформленных в картотеке блюд в соответствии с десятидневным меню.

Ежедневно в меню включаются: молоко, кисломолочные напитки, сметана, мясо, картофель, овощи, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль. Остальные продукты (творог, рыба, сыр, яйцо и другие) – 2-3 раза в неделю.

При отсутствии, каких либо продуктов, в целях полноценного сбалансированного питания, производится замена на равноценные по составу продукты в соответствии с утвержденной СанПиН 2.4.1.3049-13 таблицей замены продуктов по белкам и углеводам.

На основании утвержденного примерного меню ежедневно составляется меню - требование установленного образца, с указанием выхода блюд для детей разного возраста, которое утверждается заведующим ДОО.

В целях профилактики гиповитаминозов в ДОО проводится круглогодичная искусственная С-витаминизация готовых блюд. Препараты витаминов вводят в третье блюдо после охлаждения непосредственно перед выдачей.

Выдача пищи на группы осуществляется строго по утвержденному графику только после проведения приемочного контроля бракеражной комиссией. Результаты контроля регистрируются в «Журнале бракеража готовой кулинарной продукции». Вес порционных блюд соответствует выходу блюд, указанному в меню-требование.

Пищевые продукты хранятся в соответствии с условиями их хранения и сроками годности, установленными предприятием-изготовителем в соответствии с нормативно-технической документацией. Складские помещения для хранения продуктов оборудованы приборами для измерения температуры воздуха, холодильным оборудованием с контрольными термометрами.

Устройство, оборудование и содержание пищеблока ДОО соответствует санитарным правилам к организациям общественного питания. Всё технологическое и холодильное оборудование в рабочем состоянии.

Для приготовления пищи используется электрооборудование, электрическая плита. В помещении пищеблока проводится ежедневная влажная уборка, генеральная уборка по утвержденному графику.

В ДОО осуществляется работа с сотрудниками по повышению качества, организации питания, с родителями воспитанников в целях организации рационального питания в семье, с детьми, посещающими дошкольную образовательную организацию по формированию представлений о правильном питании и способах сохранения здоровья. Для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.

В процессе организации питания решаются задачи гигиены и правил питания:

- мыть руки перед едой;
- класть пищу в рот небольшими кусочками и хорошо ее пережевывать;
- рот и руки вытирать бумажной салфеткой;
- после окончания еды полоскать рот.