

## **Условия питания и охрана здоровья воспитанников МДОБУ № 32 «Росинка».**

### **СВЕДЕНИЯ ОБ УСЛОВИЯХ ПИТАНИЯ**

Питание – один из ключевых факторов, определяющих качество и жизнь ребенка.

В МДОБУ организовано **четырёхразовое питание** на основе примерного 10 дневного меню - завтрак, второй завтрак, обед, полдник.

Основу меню составляют утвержденные наборы продуктов питания, удовлетворяющие физиологическую потребность детей в основных пищевых веществах и энергии. В меню представлены разнообразные блюда, с обязательным введением в них всех групп продуктов.

Имеются договоры на поставку пищевых продуктов, в которых содержатся требования к их качеству и безопасности условий транспортировки.

Регулярно ведется контроль качества продуктов, закладкой, бракераж, санитарно-гигиеническими условиями приготовления и приема пищи в группах. Строго соблюдается санитарно-эпидемиологические требования по приготовлению пищи, питьевой режим в течение дня

В целях профилактики йододефицита при приготовлении пищи используется йодированная соль.

Питание организовано в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями.

В своей работе мы руководствуемся следующими **принципами:**

- составление полноценного рациона питания;
- использование разнообразного ассортимента продуктов, гарантирующих достаточное содержание необходимых минеральных веществ и витаминов;
- строгое соблюдение режима питания, отвечающего физиологическим особенностям детей различных возрастных групп, правильное сочетание его с режимом работы дошкольного учреждения;
- соблюдение правил эстетики питания, воспитание необходимых гигиенических навыков в зависимости от возраста и развития детей;
- правильное сочетание питания в детском саду с питанием в домашних условиях, проведение необходимой санитарно-просветительской работы с родителями;

- строгое соблюдение технологических требований при приготовлении пищи, обеспечение правильной обработки пищевых продуктов;
- повседневный контроль пищеблока, правильной организацией питания детей в группах.

График выдачи питания разрабатывается в соответствии с возрастными особенностями детей.

#### **График выдачи питания**

<b>Возрастные группы</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Обед</b>	<b>Полдник</b>
1 младшая группа	8.20	11.20	15.20
2 младшая группа	8.25	11.30	15.30
Средняя группа	8.25	11.50	15.50
Старшая группа	8.30	12.30	16.00
Подготовительная группа	8.30	12.30	16.00

### **СВЕДЕНИЯ ОБ УСЛОВИЯХ ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Для оценки общего состояния дел по данному вопросу учитываем:

- общее состояние здоровья воспитанников;
- заболеваемость детей в течение года;
- психологически комфортная среда в группах МДОБУ.

Основной задачей работы педагогического коллектива детского сада является задача создания условий для сохранения и укрепления здоровья детей. В ДОУ прилагаются большие усилия для организации оздоровительной работы: разработана система оздоровительной работы с учетом условий ДОУ и контингента детей, включающая закаливание, физкультурно-оздоровительную работу, рациональное питание, создание эмоционально-комфортной среды, способствующей формированию положительного, осознанного отношения к здоровому образу жизни.

- Основным компонентом здорового образа жизни является режим.

Целью правильно организованного режима дня является укрепление здоровья детей, сохранения высокого уровня их работоспособности в течение длительного времени бодрствования. В основу рационального режима положены следующие моменты:

- Соответствие режима возрасту, состоянию здоровья и психологическим особенностям ребенка;
- Определение продолжительности различных видов деятельности, их рациональное чередование;
- Достаточный отдых с максимальным пребыванием детей на открытом воздухе при соответствующей двигательной активности;
- Достаточный по продолжительности полноценный сон;
- Регулярное сбалансированное питание.

**Организация прогулки** – учитываются погодные условия, длительность прогулки, организация двигательной активности детей чередуется со спокойными играми.

**Организация закаливающих процедур** – учитываются индивидуальные особенности каждого ребенка, обращается внимание на эмоциональное состояние детей, соблюдается система, усложняется методика закаливающих процедур с возрастом детей.

Планирование и проведение работы по охране здоровья воспитанников осуществляется в двух направлениях: педагогическом и медицинском.

Согласно СанПиН от 2.4.1.3049-13 разрабатывается:

- режим дня детей в ДОУ, с обязательным учетом возраста детей. В режиме обязательно отражается время приема пищи, прогулок, дневного сна,
- составляется расписание занятий для каждой группы детей, ведется суммарный учет времени занятий в каждой группе.

Укрепление здоровья осуществляется через совершенствование физического развития детей на физкультурных занятиях.

Во время проведения непосредственной образовательной деятельности в обязательном порядке включаются динамические паузы - физкультминутки.

В детском саду проводятся: закаливание, утренняя гимнастика, подвижные и малоподвижные игры, дыхательная гимнастика, гимнастика после сна, гигиенические процедуры

Медицинское обслуживание в МДОБУ осуществляет медицинская сестра, которая ведет контроль санитарного состояния здания, качества питания, планирование и проведения вакцинации воспитанников, проведения оздоровительных мероприятий для детей, здоровья сотрудников, в соответствии с требованиями действующего законодательства в сфере здравоохранения.

Медицинская сестра наряду с администрацией несет ответственность за здоровье и физическое развитие детей, проведение профилактических

мероприятий, соблюдение санитарно-гигиенических норм, режима и обеспечение качества питания.

Медицинский кабинет и изолятор в ДООУ оборудованы в соответствии с требованиями СанПиН.

В МБДООУ применяются **здоровьесберегающие технологии:**

- Технологии сохранения и стимулирования здоровья.
- Технологии обучения здоровому образу жизни.
- Технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов.
- Технологии пропаганды здорового образа жизни.

В дошкольном учреждении физкультурно-оздоровительная работа ведется в двух направлениях: профилактическое, оздоровительное.

Профилактическое направление (кварцевание, оздоровительный самомассаж, закаливание, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата) способствует укреплению здоровья детей повышению иммунитета, профилактике простудных заболеваний.

Оздоровительное направление (физкультурные праздники, занятия на воздухе, «Дни здоровья», спортивные досуги, кружок «Ритмика» способствует активизации двигательной деятельности, развитию физических качеств, укреплению мышечного тонуса, что оказывает положительное влияние не только на эмоциональное, но и познавательное развитие ребенка, и качественную подготовку его к школе.

### **Обеспечение безопасности**

Для обеспечения безопасности детей и сотрудников МДОБУ:

- установлена противопожарная сигнализация.
- установлена «тревожная кнопка»
- установлено видеонаблюдение внутри и с наружи детского сада.
- организовано систематическое дежурство на территории ДООУ и обход здания при сдаче дежурства. Проводится обследование территории и здания на предмет нахождения посторонних вещей.
- строго запрещен въезд транспортных средств на территорию МДОБУ.