

Информация об условиях питания и охраны здоровья обучающихся в МБДОУ детском саду №12 «Белочка»

Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды. Кроме того, правильно организованное питание формирует у детей культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания.

Роль питания в современных условиях значительно повышается в связи с ухудшением состояния здоровья детей в результате целого комплекса причин, одной из которых является нарушение структуры питания и снижение его качества как в семье, так и в организованных детских коллективах.

Снабжение детского сада продуктами питания осуществляется поставщиками, выигравшими муниципальный контракт. Деятельность по организации поставок осуществляет Муниципальное казенное учреждение «Комбинат школьного питания» г. Котовска. Контроль за качеством питания, разнообразием и витаминизацией блюд, закладкой продуктов питания, кулинарной обработкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи, правильностью хранения и соблюдением сроков реализации продуктов питания осуществляет медсестра детского сада Л.В. Полякова. Согласно санитарно-гигиеническим требованиям соблюдения режима питания в детском саду организовано 4-х разовое питание детей:

- Завтрак
- Второй завтрак
- Обед
- Уплотненный полдник-ужин

При составлении меню-требования медсестра руководствуется разработанным и утвержденным 20 - дневным меню, технологическими картами с рецептурами и порядком приготовления блюд с учетом времени года. В меню представлены разнообразные блюда, исключены их повторы. Между завтраком и обедом предусмотрен второй завтрак – соки или витаминизированные напитки. В ежедневный рацион включены овощи разнообразные салаты и фрукты. На информационном стенде для родителей ежедневно вывешивается меню с калорийностью каждого блюда. На пищеблоке вывешен график выдачи готовой продукции для каждой группы, примерная масса порций питания детей. Контрольная порция оставляется ежедневно.

Организация питания детей в дошкольном учреждении должна сочетаться с **правильным питанием ребенка в семье**. Для этого необходима четкая преемственность между ними. Нужно стремиться к тому, чтобы питание вне ДОУ дополняло рацион, получаемый в организованном коллективе. С этой целью в детском саду ежедневно вывешивается меню. В выходные и праздничные дни рацион питания ребенка по набору продуктов

и пищевой ценности лучше максимально приближать к рациону, получаемому им в ДООУ.

Уважаемые родители! Утром, до отправления ребенка в детский сад, не кормите его, так как это нарушает режим питания, приводит к снижению аппетита, в таком случае ребенок плохо завтракает в группе. Однако если ребенка приходится приводить в ДООУ очень рано, за 1-2 часа до завтрака, то ему можно дома дать сока и (или) какие-либо фрукты.

Охрана здоровья детей.

Приоритетным направлением в деятельности МБДООУ «Белочка» является физическое развитие детей, охрана жизни и здоровья детей. С этой целью педагогами, администрацией, медицинским персоналом создается план «Здоровый дошкольник». Для осуществления этого плана используем инновационные технологии:

- «Психогимнастика (М.И.Чистякова)
- «Дыхательная гимнастика» (И.С.Краснова)
- «Оздоровление и реабилитация часто болеющих детей» (З.С.Макарова)
- Программа для ДООУ.
- «Школа здорового человека» (Г.И.Кулик, Н.Н.Сергиенко)

В план «Здоровый дошкольник» включены:

- Адаптационный период с гибким режимом дня
- Чередование разных видов деятельности (умственной, физической, игровой)
- Психогимнастика, физминутки, с целью профилактики переутомления детей.
- Профилактические прививки.
- Профилактика гриппа в осеннее-весенний период: витаминизация третьего блюда, добавление в первые блюда лука и чеснока, самомассаж лица и шеи, ушных раковин под руководством медсестры.
- Прогулки и физкультурные занятия на свежем воздухе.

Большое внимание медико-педагогический коллектив ДООУ уделяет **закаливающим процедурам**, которые проводятся воспитателями групп в течение всего года, с постепенным изменением их характера, длительности и дозировки, с учетом рекомендации врача-педиатра, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей ребенка:

- Корректирующая гимнастика после сна.
- Ходьба босиком по влажной йодисто-соляной поверхности
- Дыхательная гимнастика
- Дозированный бег
- Точечный массаж.

В детском саду обеспечивается высокий уровень развития детей, используются специальные методики, включающие профилактику заболеваемости. Проводятся занятия по лечебной физкультуре, бодрящая, дыхательная гимнастики, подвижные и спортивные игры, релаксация. Вся работа по физическому воспитанию ведется с учетом возрастных, индивидуальных особенностей детей, состояния их здоровья, физической подготовленности. Регулярно анализируется динамика физического развития

детей, данные доводятся до сведения родителей.

Воспитателями по физической культуре разработаны и внедрены в практику сюжетные занятия по ритмической и корригирующей гимнастике, перспективный план занятий для каждой возрастной группы. Используя разнообразные методы и приемы, создают условия для организации оптимальной, двигательной активности детей.

Систематически работает над совершенствованием двигательных навыков и развитием физических качеств, формирует интерес к занятиям, обеспечивает физический и психологический комфорт, жизненно необходимые навыки, потребности в здоровом образе жизни. Занятия проводятся в просторном зале, где имеются все необходимые атрибуты.

Для занятий на свежем воздухе имеется хорошо оборудованный спортивный участок.

Для занятий дозированным бегом используются асфальтированная дорожка вокруг детского сада.

В группы ЛФК отбираются дети с наиболее слабым костно-мышечным суставным аппаратом. Комплексы упражнений подобраны с учетом индивидуальных возможностей детей. С помощью игровых приемов использует самомассаж, гимнастику для глаз, гимнастику для профилактики заболевания горла. Все это интересно и полезно детям. У них развивается воображение, положительные эмоции. Это происходит на фоне теплого тона, доброго, чуткого отношения к ребенку.

Медицинское обслуживание детей осуществляют медсестры Савельева Н.Н. и Полякова Л.В. Они организуют целенаправленную работу медперсонала, педагогов и родителей по снижению заболеваемости детей.

В систему оздоровительных мероприятий включается коррекционно-восстановительная работа под руководством специалистов ДОУ: педагогом-психологом Красновой Е.В., учителями-логопедами Сергуниной О.В. и Тришиной Е.В.

Дошкольный возраст – важнейший этап в развитии ребенка. Это период его приобщения к миру общечеловеческих ценностей, время установления первых отношений с людьми. Вместе с тем детский возраст характеризуется повышенной ранимостью и чувствительностью.