

Информация
об условиях питания в МДОАУ «Центр развития ребенка - детский сад № 94
«Радуга» г. Орска Оренбургской области»

Рациональное питание детей - необходимое условие обеспечения здоровья обучающихся (воспитанников). Организация питания в МДОАУ № 94 осуществляется в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049 -13 (с изменениями от 27.08.2015г.) «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Учреждение функционирует в режиме полного дня (10, 5 - 12 часового пребывания воспитанников) с организацией 4-х и 5-ти разового питания. В учреждении устанавливается следующая кратность питания детей:

- в группах с 12 часовым пребыванием детей пятиразовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин);
- в группах с 10,5 часовым пребыванием четырехразовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник).

В Учреждении организовано сбалансированное горячее питание: разработано и утверждено 10-дневное меню с учетом пищевой ценности и калорийности, возможной замены продуктов и блюд; технологические карты с рецептурами и порядком приготовления блюд с учетом времени года разработаны штатным технологом Управления образования г. Орска. Доставка продуктов производится своевременно и в нужном объеме, на основании заключенных договоров с поставщиками.

При организации питания соблюдаются возрастные физиологические нормы суточной потребности в основных питательных веществах. В летний период происходит обогащение меню фруктами, соками и овощными блюдами. С согласия родителей осуществляется С-витаминизация третьего блюда, используется специально обогащенный витаминный кисель.

В рацион питания включены все необходимые питательные вещества и элементы, которые важны для роста и развития детей.

Завтрак включает горячее блюдо: кашу, запеканку, творожные и яичные блюда и др., бутерброд и горячий напиток.

Второй завтрак носит рекомендательный характер. Включает фруктовый сок и (или) свежий фрукт.

Обед включает закуску: салат или порционные овощи, первое блюдо (суп), второе блюдо: гарнир и блюдо из мяса, рыбы или птицы, напиток (компот и ли кисель).

Полдник включает напитки: молоко, кисломолочную продукцию, соки, чай с булочными или кондитерскими изделиями без крема, допускается выдача творожных или крупяных запеканок и блюд.

Ужин может включать рыбные, мясные, овощные и творожные блюда, салаты, винегреты и горячие напитки.

Из меню детского питания исключены жареные, копченые, острые, жирные блюда. Размеры порций, ежедневное количество необходимых питательных веществ для обучающихся разных возрастов определены в правительственных законодательных актах и санитарных правилах, разработанных на федеральном уровне.

Для информирования родителей (законных представителей) об ассортименте питания обучающихся, вывешивается ежедневное меню в каждом групповом помещении и на информационном стенде в фойе первого этажа Учреждения.

В МДОАУ № 94 организован питьевой режим с использованием кипяченой воды, при условии ее хранения не более 3-х часов. Кипячение осуществляется на пищеблоке, в специально отведенной для этого емкости, которая обрабатывается ежедневно. Питьевая вода доступна воспитанникам в течении всего времени пребывания в ДОУ.

С целью контроля за организацией питания в МДОАУ № 94 создана специальная комиссия по питанию, заседания которой проводятся ежемесячно. При этом обращается внимание на соблюдение режима питания, доведения пищи до детей (при необходимости проводится взвешивание порций, взятых со стола), организацию кормления детей.

Ведется просветительская работа среди родителей: в информационных уголках размещена информация о правильном питании, режиме и рационе питания детей, необходимости витаминов для детей. Контроль за организацией питания и питьевого режима детей в группах проводится заведующим ДОУ и медсестрой во время посещения групп (ежедневных обходов в разные отрезки времени).

Отдельное меню для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья не предусмотрено.

Пищевой блок МДОАУ № 94 оснащен всем необходимым технологическим оборудованием и соответствует санитарным и пожарным нормам.

Перечень технологического оборудования пищеблока
МДОАУ «ЦРР – детский сад № 94 «Радуга» г. Орска Оренбургской области»

Оборудование	Количество, шт.
Стол разделочный нержавеющей	6
Холодильная камера	3
Морозильная камера	2
Плита электрическая 4-х комфорочная	2
Картофелечистка электрическая	1
Овощерезка электрическая	2
Электромясорубка	1
Сковорода электрическая	1
Водонагреватель	1
Лампа бактерицидная	1
Ванна 2-х секционная нержавеющей	1
Ванна 3-х секционная нержавеющей	1
Весы электронные	3

Информация

**о создании условий для охраны и укрепления здоровья дошкольников
в МДОАУ «Центр развития ребенка - детский сад № 94 «Радуга» г. Орска
Оренбургской области»**

В соответствии со статьей 41 главы 4 «Закона об образовании в РФ» от 29.12.2012г. № 273 – ФЗ охрана здоровья воспитанников МДОАУ № 94 включает в себя:

Оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья. Медицинское обслуживание воспитанников в образовательном учреждении обеспечивают органы здравоохранения. Медицинское обслуживание воспитанников МДОАУ № 94 обеспечивает детская городская поликлиника № 5 г. Орска на основании действующего договора. Помещение медицинского кабинета состоит из трех блоков: смотровой, процедурный, изолятор на 2

места. Медицинский персонал имеет медицинское образование. Медицинский кабинет оснащен оборудованием в полном объеме.

Определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул. Учебный план реализуется с воспитанниками с 01 сентября по 31 мая. В середине года (с 12.01-по 18.01), а так же в летний период (с 01.06 по 31.08) для детей организуются каникулы, во время которых проводится образовательная деятельность физкультурно-оздоровительной направленности.

Длительность и количество занятий определено в соответствии с нормативными требованиями СанПиНа 2.4.1.3049-13.

Продолжительность непрерывно непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4 лет – не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет – не более 20 минут, для детей 5-6 лет – не более 25 минут, а для детей 6-7 лет – не более 30 минут.

Максимальный объем образовательной нагрузки детей в 1 половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной группах - 45 минут и 1,5 часа соответственно. Перерывы между периодами непосредственно образовательной деятельности не менее 10 минут. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность составляет не более 25-30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

В младшей группе – 10 занятий в неделю, в средней группе – 10 занятий в старшей группе - 13 занятий в неделю, в подготовительной группе – 14 занятий в неделю по 30 минут.

Пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда. Основные направления воспитательно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении:

- организация рациональной двигательной активности;
- реализация системы эффективного закаливания;
- обеспечение полноценного питания;
- создания условий для организации оздоровительных режимов.

Решая задачу совершенствования физкультурно-оздоровительной работы, был осуществлен поиск новых идей физического воспитания, в основу которых заложены подходы, базирующиеся на увеличении резервов здоровья детей, повышения их интереса к физической культуре и спорту.

Двигательный режим организован следующим образом:

- утренняя гимнастика – ежедневно в зале или на улице (в зависимости от погодных условий);
- динамическая пауза – между занятиями;
- подвижные игры – ежедневно в зале или на улице, подобраны с учетом уровня двигательной активности детей;
- спортивные игры и спортивные упражнения – целенаправленное обучение не реже одного раза в неделю;
- индивидуальная работа по развитию движений – ежедневно во время нерегламентированной деятельности;
- гимнастика после дневного сна в сочетании с закаливающими процедурами – ежедневно;

- занятия по физической культуре – 3 раза в неделю, подобраны с учетом уровня двигательной активности детей. На физкультурных занятиях осуществляется индивидуально-дифференцированный подход к детям: при определении нагрузок учитывается уровень физической подготовки и здоровья, половые особенности.
- самостоятельная двигательная деятельность – ежедневно под руководством воспитателей в помещении или на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей;
- физкультурно-массовые мероприятия:
 - «День здоровья» - 1 раз в квартал;
 - физкультурный досуг – 1-2 раза в месяц в зале или на улице;
 - физкультурно-спортивные праздники – 2 раза в год;
 - дополнительные виды занятий:

В каждой группе ДОУ имеются «Центры здоровья», с необходимым набором спортивного инвентаря (мячи, дуги для подлезания, мешочки для метания, обручи, скакалки, маски для подвижных игр), «дорожки здоровья» для закаливания детского организма, также для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.

Для того чтобы компенсировать влияние экологического фактора на здоровье детей, для улучшения экологической ситуации в помещениях детского сада используются бактерицидные лампы.

Созданная система оздоровления детей в учреждении способствует положительному физическому развитию воспитанников. В процессе реализации программы «Здоровье» отмечается положительная тенденция к снижению заболеваемости (уровень физического здоровья детей соответствует стандарту).

Организация и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом. Физкультурно-оздоровительную деятельность в МДОАУ № 94 обеспечивает образовательная программа МДОАУ № 94.

В детском саду сложилась и действует комплексная система физкультурно-оздоровительной работы, основными задачами которой являются:

- создание условий для радостной и содержательной жизни в детском саду;
- обеспечение охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, обеспечение эмоционального благополучия;
- формирование жизненно-необходимых двигательных умений и навыков;
- формирование физической и социальной готовности к обучению в школе;
- преодоление недостатков физического развития детей с нарушением речи;
- воспитание сознательного, внимательного отношения к своему здоровью, понимания и стремления к здоровому образу жизни.

Для объективной оценки состояния здоровья детей и коррекции педагогической деятельности воспитателей по оздоровлению, ежегодно проводятся осмотры детей узкими специалистами: офтальмолог, хирург, отоларинголог, невропатолог, эндокринолог, стоматолог. Педиатр подводит итог осмотров, оценивает физическое, нервно-психическое развитие детей, определяет группу здоровья, затем составляет индивидуальный план оздоровления, даёт рекомендации родителям.

В ДОУ с детьми используются нетрадиционные формы организации физкультурно-оздоровительной работы:

- ритмическая гимнастика;
- дыхательная гимнастика (по методу А. Стрельниковой);
- гимнастика после дневного сна (по методу Н.Н. Ефименко);
- пальчиковая гимнастика;
- пассивно-активная гимнастика рук с использованием «руковички-ежика»;
- точечный самомассаж ушных раковин, ключиц, груди, рук (по Л.А. Уманской);
- спортивные игры.

Система закаливающих мероприятий разработана и периодически корректируется педагогами совместно с медицинским работником учреждения в соответствии с имеющимися условиями. Основной принцип - постепенное расширение зоны воздействия и увеличение времени процедуры. При осуществлении закаливания учитываются основные принципы:

- закаливающее воздействие вписывается в каждый элемент режима дня;
- закаливание осуществляется на фоне различной двигательной деятельности;
- закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне.

Закаливающие процедуры проводятся воспитателями групп с согласия родителей в течение всего года на основе рекомендаций врача-педиатра, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребёнка.

В МДОАУ № 94 осуществляется дифференцированный отбор видов закаливания:

- дневной сон, организуемый в проветренных спальнях;
- ежедневная гимнастика после сна;
- ежедневная ходьба по массажным коврикам;
- хождение босиком в летний период, способствующее поддержанию определённого тонуса сосудистой сети кожи стоп, играющей важную роль в терморегуляции;
- воздушные и солнечные ванны в летний период в сочетании с гимнастикой, подвижными играми, беговыми упражнениями;
- умывание лица водой комнатной температуры;
- игры с водой на участке в летний период.

Во всех возрастных группах разработаны комплексы оздоровительных мероприятий с учётом возрастных особенностей детей, которые включают в себя профилактические, физкультурно-оздоровительные, закаливающие процедуры.

Таким образом, комплексная система физкультурно-оздоровительной работы способствует оздоровлению детей, повышению медико-педагогических условий для физического развития ребенка. Дети легче адаптируются, а значит, направление работы ДООУ и выработанная система деятельности педагогического коллектива оправдывает свое предназначение, позволяя нашим воспитанникам быть физически, душевно и социально более благополучными при переходе к школьному обучению.

Прохождение обучающимися в соответствии с законодательством Российской Федерации периодических медицинских осмотров и диспансеризации. Ежегодно производится оценка состояния здоровья детей на основании наблюдений, профилактических осмотров, ежегодной диспансеризацией. Осмотр проводится врачом-педиатром, и узкими специалистами: офтальмолог, хирург, отоларинголог, невропатолог, эндокринолог, стоматолог. Педиатр подводит итог осмотров, оценивает физическое, нервно-психическое развитие детей, определяет группу здоровья, затем составляет индивидуальный план оздоровления, даёт рекомендации родителям. Периодичность

медосмотров и диспансеризации устанавливается соответствующим графиком детской поликлиникой № 5. Контроль антропометрических данных проводится 2 раза в год (в сентябре и в мае). Все профилактические прививки проводятся в процедурном кабинете под наблюдением врача-педиатра, придерживаясь национального календаря профилактических прививок и индивидуального развития ребенка.

Проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий. В рамках действующей программы «Здоровье» в ДОО проводятся профилактические меры по снижению заболеваемости у детей:

1. Специфическая профилактика: вакцинопрофилактика детей;
2. Неспецифическая иммунпрофилактика (закаливание): прогулки, хождение босиком, использование массажных дорожек различной фактуры, витаминизация третьего блюда витамином С; фрукты, соки (по меню), проведение точечного массажа и дыхательной гимнастики, воздушные ванны;
3. Сопровождение адаптационного периода у вновь поступающих детей, после пропусков по болезни, отпуска родителей: соблюдение санитарно – эпидемиологических требований, щадящий режим, сокращение времени пребывания ребенка в ДОО, сокращение времени прогулки в холодный период; соблюдение режима дня; проведение санитарно-просветительской работы для родителей и воспитателей;
4. Сезонная профилактика простудных заболеваний: использование лука и чеснока в рационе питания.