Организация питания, охрана жизни и здоровья воспитанников В ДОУ

# Охрана и укрепление здоровья воспитанников

Здоровье ребенка – это основа успешного формирования, развития и реализации его способностей и

задатков, адаптации к быстро меняющимся условиям социальной жизни. Согласно определению, данному ВОЗ, здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия.

В детском саду ребенок проводит значительную часть времени, поэтому окружающая его среда должна обеспечивать укрепление психического и физического здоровья ребенка, создавать благоприятные

гигиенические, педагогические и эстетические условия и комфортную психологическую обстановку. Одними из главных задач коллектива ДОУ, являются:

* забота о сохранении и укреплении здоровья детей
* формирование у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни
* воспитание полезных привычек, в том числе привычки к здоровому питанию
* воспитание потребности в двигательной активности
* полноценное физическое развитие
* воспитание интереса к различным доступным детям видам двигательной деятельности
* формирование положительных нравственно-волевых черт личности.

Период дошкольного детства наиболее важный в формировании основ физического, психического, интеллектуального и социального здоровья. Очень важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В нашем ДОУ задачи по охране и укреплению здоровья детей решаются в соответствии с

«Положением об охране жизни и здоровья воспитанников» (Приказ № 76 от 31.12.2014г.) по следующим направлениям:

* создание и поддержание безопасных условий пребывания ребенка в ДОУ
* использование здоровьесберегающих технологий во всех разделах воспитательно- образовательной работы
* обеспечение индивидуального подхода к ребенку с учетом его уровня развития, биологического и психологического возраста
* соблюдение рационального режима дня, обеспечивающего смену разнообразной деятельности и отдыха
* создание условий для удовлетворения биологической потребности детей в движении
* реализация системы мероприятий по оздоровлению детей
* организация взаимодействия с семьями воспитанников по формированию навыков здорового образа жизни.

# Основные направления и формы работы по охране и укреплению здоровья детей

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Направления работы** | **Формы реализации** |
| 1 | Создание и поддержание безопасных условий  пребывания ребенка в ДОУ | Ежедневный контроль состояния мебели и оборудования в местах пребывания детей (игровые, учебные кабинеты, приёмные, кафе, спальни , участки ...) |
| 2 | Использование  здоровьесберегающих технологий | Технологии сохранения и стимулирования здоровья:   * пальчиковая гимнастика * дыхательная гимнастика * гимнастика для глаз * динамические паузы * подвижные и хороводные игры * закаливающие процедуры |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | * релаксация   Технологии обучения ЗОЖ:   * занятия по физической культуре * дни здоровья * коммуникативные игры * утренняя гимнастика * физкультурные праздники Коррекционные технологии: * самомассаж * точечный массаж * артикуляционная гимнастика * сказкотерапия * песочная терапия |
| 3 | Обеспечение индивидуального подхода к ребенку | Индивидуальные меню (при необходимости), свободная работа в специально-подготовленной среде (развитие ребенка в соответствии с его темпом и программой), индивидуальная работа в режимных моментах |
| 4 | Соблюдение рационального режима дня | Организация жизни детей в ДОУ в соответствии с согласованным с родителями режимом дня |
| 5 | Создание условий для удовлетворения  биологической потребности детей в движении | Свободная работа детей в специально- подготовленной среде, наличие зон двигательной активности, контроль соблюдения режима двигательной активности детей |
| 6 | Реализация системы мероприятий по  оздоровлению детей | Периодические медицинские осмотры детей врачом-педиатром, полоскание горла и полости рта прохладной водой, различные виды закаливания (босоножие, солнечные и воздушные ванны (в зависимости от сезона), дневной сон с открытой форточкой, умывание прохладной водой...), витаминизация |
| 7 | Организация взаимодействия с семьями воспитанников по формированию у них навыков здорового образа жизни. | Беседы с родителями, консультации, участие родителей в совместных с детьми спортивно- развлекательных мероприятиях, в детско- родительских проектах, посвященных ЗОЖ |
| 8 | Психолого-педагогическая поддержка детей (охрана психического здоровья) | Психологическое сопровождение социальной адаптации вновь поступивших детей, профилактика возможных отклонений в эмоционально-волевой сфере и развитии детей |

Для обеспечения эмоционального благополучия детей педагоги ДОУ общаются с детьми

доброжелательно, внимательно выслушивают их, показывают, что понимают их чувства, учат делиться своими переживаниями и мыслями с взрослыми, помогают детям обнаружить

конструктивные варианты поведения. Также создают ситуации, в которых дети при помощи разных культурных средств (игра, рисунок, движение и т. д.) могут выразить свое отношение к значимым

для них событиям и явлениям, в том числе происходящим в ДОУ. Педагоги обеспечивают в течение дня чередование ситуаций, в которых дети играют вместе и могут при желании побыть в одиночестве или в небольшой группе детей.

Систематизированная работа коллектива ДОУ по охране и укреплению здоровья детей, скоординированная и взаимосвязанная деятельность педагогов и медицинского персонала

* важный фактор реализации всех разделов программы по охране жизни и здоровья детей.

# Режим двигательной активности детей в учебном году

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Виды детской двигательной активности** | **Распределение двигательной нагрузки по возрастным группам** | | | |
|  |  | **Группа №1 (1,5 – 3 года)** | **Группа №2 (3 – 4 года)** | **Группа №3 (4 – 6 лет)** | **Группа №4 (5 – 7 лет)** |
| 1. | Физкультурно- оздоровительная работа |  | | | |
| 1.1. | Утренняя гимнастика | ежедневно 5 мин. | ежедневно 5-7мин. | ежедневно 6-8 мин. | ежедневно 8 -10 мин. |
| 1.2 | Физкультминутки | - | 1 | 2 | 1-3 |
| 1.3. | Подвижные игры и физические  упражнения на прогулке | утром 10 мин. вечером 10 мин. | утром 15-20 мин. вечером  10 мин. | утром 20 мин. вечером 20 мин. | утром 25-30 мин. вечером 15-20 мин. |
| 1.4. | Индивидуальная работа по развитию  движений на прогулке | вечером 10 мин. | вечером 15 мин. | утром 10-15 мин.  вечером 10-15 мин. | утром 15-20 мин. вечером 10-15 мин. |
| 1.5. | Индивидуальная работа в группе | ежедневно 6 мин. | ежедневно 10 мин. | ежедневно 15 мин. | ежедневно 20 мин. |
| 1.6. | Пешие прогулки | - | Ежедневно 3-5 мин. | ежедневно 3-5 мин. | ежедневно 3-5 мин. |
|  |  | | | | |
| 2. | Непосредственно- образовательная деятельность |  |  |  |  |
| 2.1. | Физкультура | 2 р. в нед. по 10 мин. | 2 р. в нед. по 15 мин.  1 р. в нед. НОД с  играми высокой степени подвижности 15 мин. | 2 р. в нед. по 20 мин.  1 р. в нед. НОД с  играми высокой степени подвижности 20 мин. | 2 р. в нед. по 25 мин.  1 р. в нед. НОД с  играми высокой степени подвижности 25 мин. |
| 2.2. | Музыка | 2 р. в нед. по 10 мин. | 2 р. в нед. по 15 мин. | 2 р. в нед. по 20 мин. | 2 р. в нед. по 25 мин. |
| 3. | Физкультурно- массовая работа |  | | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3.1. | Физкультурные праздники | - | - | 2 р. в год, 30 - 40 мин | 2 р. в год, 40 – 60 мин |
| 3.2. | Физкультурный досуг | - | 1 р. в мес., 20 мин. | 1 р. в мес., 25-30 мин. | 1 р. в мес. до 40 мин. |
| 4 | Самостоятельная двигательная  деятельность  (в группе и на прогулках). | Ежедневно, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей двигательной активности детей. | | | |

1. **Организация питания**

Правильно организованное питание детей является важным фактором в формировании роста и развития ребенка, его здоровья не только на данный момент, но и в будущем. Организация питания в ДОУ осуществляется в соответствии с «Положением об организации детского питания» (Приказ № 29 от 05.10.2015г.) и базируется на следующих принципах:

* + рациональная организация режима питания
  + адекватная энергетическая ценность пищевых рационов (не менее 70 %) от энерготрат детей
  + сбалансированность рациона по всем необходимым пищевым ингредиентам (белки, жиры, углеводы, витамины, макро- и микроэлементы)
  + использование адекватной технологической и кулинарной обработки продуктов, обеспечивающей высокие вкусовые качества блюд и сохранность пищевой ценности продуктов
  + соблюдение всех санитарно-гигиенических требований предъявляемых к получению и транспортировке продуктов, местам и условиям их хранения, кулинарной обработке
  + осуществление ежедневного контроля выполнения санитарно-гигиенических требований при приготовлении пищи
  + учет индивидуальных особенностей детей.

В рамках решения задач по пропаганде принципов здорового и полноценного питания в ДОУ проводится следующая работа:

* консультации для воспитателей и помощников воспитателей (методическая помощь в организации и проведении процесса приема пищи детьми в группе)
* обмен опытом между педагогами по решению вопросов организации питания детей в группе и приобщения детей к основам здорового питания
* развитие у детей культурно-гигиенических навыков приема пищи
* организация дежурства в группе ознакомление со столовым этикетом
* использование художественного слова и игровых приемов в рамках сопровождения процесса приема пищи детьми
* проведение цикла бесед, игр и упражнений в рамках образовательных областей «Здоровье»,

«Безопасность»

* оснащение предметно-развивающей среды групп (размещение тематических настольно-печатных игр, атрибутов для сюжетно-ролевых игр, предметных и сюжетных картинок и проч.)
* организация сюжетно-ролевых игр «Кафе», «Кухня» и проч.
* проведение экскурсий детей на пищеблок
* Работа с родителями по вопросам организации питания детей, анкетирование родителей.

Во время приема пищи педагоги стараются создать спокойную доброжелательную обстановку и поддерживать у детей хорошее настроение, так как состояние нервной системы ребенка сказывается на его аппетите. Если ребенок отказывается от какого-либо полезного блюда, постепенно приучают его к нему, давая пищу небольшими порциями. Такого ребенка стараются посадить с детьми, которые едят пищу с удовольствием. Детей учат мыть руки перед едой, во время приема пищи правильно сидеть (не откидываться на спинку стула, не расставлять локти и не ставить их на стол), пользоваться столовыми приборами. Педагоги следят, чтобы во время еды дети не спешили, не отвлекались, не набивали полный рот пищей и не разговаривали за столом, учат пользоваться салфеткой.

Питание детей организовано в соответствии с сезонным примерным 10-дневным меню, на его основе контролер по питанию ежедневно составляет меню-требование. Меню-требование представляет собой перечень блюд, входящих в дневной рацион ребенка, исходя из физиологических потребностей ребенка в различных пищевых веществах.

Дети получают питание 4 раза в сутки с интервалами между приемами пищи не более 4 ч. Завтрак составляет 25 % от суточной энергетической ценности рациона, обед - 35 %, полдник 15- 20 %, ужин- 25

%. Контролёр по питанию ДОУ ежедневно вывешивает на информационном стенде информацию о меню на соответствующий день, в котором указываются название блюд, объем порций и калорийность.

Бракеражная комиссия присутствует при закладке основных продуктов и раздаче готовых блюд, так же следит за тем, чтобы объем готовой пищи точно соответствовал количеству порций по утвержденной норме. Готовая пища раздается сразу после ее приготовления. Это необходимо для сохранения в ней витаминов и вкусовых качеств, а также для предупреждения пищевых отравлений. Готовую пищу закрывают крышками. Витаминизация пищи проводится ежедневно в пищеблоке непосредственно перед раздачей.

Один раз в 10 дней контролёр пи питанию контролирует выполнение среднесуточной нормы выдачи продуктов на одного ребенка, при необходимости проводит коррекцию питания в следующей декаде. Подсчет основных пищевых ингредиентов по итогам накопительной ведомости контролёр по питанию проводит один раз в месяц (подсчитывают энергетическую ценность, количество белков, жиров и углеводов).

Доставка, качество и хранение продуктов питания находятся под строгим контролем администрации ДОУ, так как от этого зависит качество приготовляемой пищи. Под контролем находятся сроки годности поставленных продуктов, сертификаты качества, маркировка и другие требования, которым должны соответствовать продукты, поставляемые в ДОУ.

Для хранения продуктов ДОУ обеспечено всем необходимым: достаточным количеством холодильных камер, кладовыми для сухих продуктов, фруктов и овощей.

# Медицинское обслуживание

В целях создания условий для охраны и укрепления здоровья воспитанников медицинское обслуживание осуществляется ГБУЗ «Нижнеангарская ЦРБ»

в соответствии с «Соглашением об организации медицинского обслуживания между ДОУ и ГБУЗ «Нижнеангарская ЦРБ».

Медсестра и врач-педиатр состоят в штате сотрудников ГБУЗ «Нижнеангарская ЦРБ».

Медицинский персонал наряду с администрацией ДОУ несет ответственность за здоровье и физическое развитие детей, проведение оздоровительных и профилактических мероприятий, соблюдение санитарно- гигиенических норм, режима и обеспечение качества питания.

Для медицинского обслуживания воспитанников силами ГБУЗ «Нижнеангарская ЦРБ»,

ДОУ предоставляет помещение (медицинский блок) с соответствующими условиями.

В медицинский блок входят:

* кабинет медсестры
* изолятор – 2 шт
* процедурный кабинет

Медицинский блок оборудован в соответствии с санитарными нормами:

* специальным оборудованием и инструментарием
* медицинским бельем, перевязочным и вспомогательным материалом
* специальной мебелью.

Медицинский персонал ДОУ проводит:

* профилактические осмотры детей при поступлении в ДОУ для выявления заболевших детей, своевременную их изоляцию
* оказание доврачебной медицинской помощи при возникновении несчастных случаев
* осмотр на педикулез
* антропометрию воспитанников
* распределение детской мебели по группам в соответствии с антропометрией воспитанников
* систематическое наблюдение за состоянием здоровья воспитанников, особенно имеющих отклонения в состоянии здоровья
* работу по организации профилактических осмотров воспитанников и направление на профилактические прививки
* распределение детей на медицинские группы для занятий физическим воспитанием
* информирование педагогов о состоянии здоровья детей, рекомендуемом режиме для детей с отклонениями в состоянии здоровья
* систематический контроль санитарного состояния, содержания территории и всех помещений ДОУ, соблюдением правил личной гигиены воспитанниками и персоналом
* организацию и проведение профилактических и санитарно-противоэпидемических мероприятий
* работу по организации и проведению профилактической и текущей дезинфекции
* работу по формированию здорового образа жизни с персоналом и детьми, организацию "дней здоровья", игр, викторин на медицинскую тему
* контроль организации физического воспитания, состояния и содержания мест занятий физической культурой
* контроль работы пищеблока и питания детей
* ведение медицинской документации.

# Соблюдение требований к санитарному состоянию и содержанию помещений

В ДОУ утвержден «План производственного контроля на 2022г.» (Приказ № 1/7 от 14.01.2022г.) соблюдения санитарных правил и выполнения санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий. Администрация строго следит за соблюдением санитарного законодательства в ДОУ.

Все помещения ДОУ ежедневно убираются влажным способом с применением моющих средств при открытых фрамугах или окнах с обязательной уборкой мест скопления пыли (полы у плинтусов и под мебелью, подоконники, радиаторы и т.п.) и часто загрязняющихся поверхностей (ручки дверей, шкафов, выключатели и др.). В физкультурном и музыкальном залах уборка проводится перед

каждым занятием. Влажная уборка в спальнях проводится перед дневным сном, в игровых комнатах, раздевалках и учебных классах ежедневно. Генеральная уборка всех помещений и оборудования проводится один раз в месяц с применением моющих и дезинфицирующих средств. Окна снаружи и изнутри моются по мере загрязнения, но не реже 2 раз в год (весной и осенью).

Уборка в помещении проводится после каждого приема пищи. Столы промываются горячей водой с мылом до и после каждого приема пищи специальной ветошью, которая простирывается, просушивается и хранится в сухом виде в специальной промаркированной посуде с крышкой.

Мусор и пищевые отходы с территории вывозятся своевременно.Уборочный инвентарь для уборки помещений хранится в специально оборудованных комнатах, оборудованных отдельным водопроводным краном.

Ковры ежедневно пылесосятся или чистятся влажной щеткой, выколачиваются на специально отведенной для этого площадке, два раза в год стираются.

Санитарно-техническое оборудование ежедневно обеззараживается независимо от

эпидемиологической ситуации. Сидения на унитазах, ручки сливных бачков и ручки дверей моются теплой водой с мылом или иным моющим средством ежедневно. Горшки моются после каждого использования и ежедневно замачиваются в обеззараживающем растворе. Поддоны, раковины, унитазы чистятся дважды в день с использованием моющих и дезинфицирующих средств. Весь уборочный инвентарь промаркирован, уборочный инвентарь для туалетов хранится в туалетной комнате в специальном шкафу.

При неблагоприятной эпидемиологической ситуации в период карантина, в целях предупреждения распространения инфекции, проводятся дополнительные мероприятия в соответствии с требованиями

санитарных правил.

Дезинфицирующие растворы в специальных емкостях и моющие средства хранятся в шкафах, недоступных для детей.

Смена и маркировка постельного белья, полотенец проводится по мере загрязнения, но не реже одного раза в неделю. На каждого ребенка в ДОУ имеется по три комплекта постельного белья, включая полотенца для лица и ног, две смены наматрасников.

В зимний период медсестрой осуществляется контроль температурного режима в помещениях для организации образовательной деятельности.

В ДОУ регулярно проводятся инструктажи с помощниками воспитателями, воспитателями, сотрудниками пищеблока и уборщицами по режиму работы, по карантинным мероприятиям и различным инфекциям. Замечания устраняются своевременно.

# Соблюдение требований пожарной безопасности и техники безопасности

Администрация ДОУ строго следит за соблюдением требований пожарной безопасности к содержанию территории, помещений ДОУ, эвакуационных выходов. На все двери в здании ДОУ установлены доводчики, выходы из здания оборудованы легко открывающимися запорами, ключи от решеток на окнах цокольного этажа хранятся над окнами. В ДОУ имеется в наличие необходимое количество огнетушителей, перезарядка и взвешивание которых осуществляется в строгом соответствии с регламентом и записью в соответствующем журнале. На каждом этаже здания ДОУ размещен «План эвакуации на случай возникновения пожара», утвержденный Приказом № 17 от 22.08.2018 г.

С сотрудниками регулярно проводятся все необходимые противопожарные инструктажи в соответствии с требованиями пожарной безопасности, два раза в год проводится учебная эвакуация персонала и воспитанников. Все сотрудники ДОУ обязаны знать и строго выполнять правила пожарной безопасности, а в случае возникновения пожара принимать все зависящие от них меры к эвакуации детей и тушению пожара. Приказом заведующего утверждена «Инструкция по

действиям персонала при эвакуации и ликвидации пожара в здании МБДОУ детский сад «Лесная поляна», все сотрудники ознакомлены с ней под роспись.

Здание ДОУ оборудовано противопожарной сигнализацией с автоматической голосовой системой оповещения на случай возникновения пожара, обслуживание которой осуществляет ООО «Система

безопасности» согласно заключённого договора в соответствии с РД 009-02-96 «Установки пожарной автоматики, техническое обслуживание и планово-предупредительный ремонт». В ДОУ имеется внутренний пожарный водопровод, проверка исправности пожарных кранов проведена согласно графика (акт проверки от 17.07.2022г.). Между ДОУ и ПЧ-49 заключен договор о передаче извещений о пожаре на пульт централизованного наблюдения дежурно-диспетчерской службы посёлка Нижнеагнарск.

В помещениях используется исправное электрическое оборудование, строго запрещено использование переносок и неисправного оборудования, назначено ответственное лицо за электрохозяйство. Лица неэлектротехнического персонала, выполняющие работы, при которых может возникнуть опасность поражения электрическим током, проходят и проверку знаний один раз в год с записью в журнале проверки знаний по технике безопасности.

В ДОУ назначены ответственные лица по ОТ и ТБ, с сотрудниками регулярно проводятся инструктажи по ОТ и ТБ и оформляется необходимая документация по этому вопросу, утвержден «План организационно-технических мероприятий по улучшению условий труда сотрудников.

Участки, помещения, игровое и спортивное оборудование находятся в удовлетворительном состоянии. Комиссией по ОТ и ТБ (назначенной Приказом №17 от 10.09.19 г.) дважды в год проводится осмотр участков, помещений, игрового и спортивного оборудования на безопасность с составлением соответствующих актов осмотра:

* Акт № 1 от 21.12.2021г. технического осмотра малых архитектурных форм, игрового и спортивного оборудования на прогулочных и спортивном участках
* Акт № 2 от 21.12.2021г. осмотра технического состояния спортивного оборудования в спортивном зале, миниспортзале
* Акт № 3 от 21.12.21г. технического осмотра наружного освещения
* Акт № 4 от 21.12.21г. технического осмотра здания и территории
* Акт № 5 от 21.12.21г. проверки исправности технологического оборудования на пищеблоке и пищевом складе.

Состояние и содержание территории, здания и помещений ДОУ соответствует требованиям пожарной безопасности и техники безопасности.

# Обеспечение безопасности, антитеррористической защищенности

В ДОУ проводятся следующие мероприятия по обеспечению безопасности, антитеррористической защищенности воспитанников и сотрудников:

* разработана «Инструкция по действиям персонала при угрозе и возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и выполнение мероприятий гражданской обороны и террористической угроз»
* издан приказ по организации охраны, пропускного режима в ДОУ, запрещен несанкционированный въезд автотранспорта на территорию ДОУ
* организована работа по безопасному обеспечению учебного процесса
* определены ответственные сотрудники за ежедневный осмотр состояния территории и участков на предмет взрывоопасности и др.
* регламентирован диалог с посетителями, в т.ч. лицами, прибывшими для проверки,

рекомендовано начинать с проверки наличия у них документов, удостоверяющих личность, и предписания на право проверки

* не разрешается посетителям бесконтрольно гулять по территории ДОУ, оставлять какие-либо принесенные с собой вещи и предметы
* организовано и постоянно поддерживается взаимодействие с правоохранительными органами, ГО и ЧС, органами местного самоуправления
* сотрудники обязаны в случае обнаружения признаков подготовки или проведения возможных террористических актов, обо всех чрезвычайных происшествиях немедленно докладывать

заведующему, в правоохранительные органы, дежурные службы ОВД

* в ДОУ исключен прием на работу в качестве обслуживающего и технического персонала для проведения ремонтов, какого-либо другого обслуживания, непроверенных и подозрительных лиц, не имеющих регистрации на проживание.
* прохождение сотрудниками периодического и предварительного медицинского осмотра Сотрудники ДОУ в обязательном порядке проходят обязательные предварительные (при

поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры согласно приложения № 3 к приказу Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 12 апреля 2011 года

№302н «Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения обязательных предварительных и периодических

медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) опасными условиями труда».

Пропуск на территорию ДОУ регламентирован «Порядком пропуска транспорта на территорию ДОУ и правила парковки частных автомобилей» (Приказ № 36 от 10.02.2019 г).