

Организация питания в МБДОУ.

Рациональное питание детей дошкольного возраста необходимое условие их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости и действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды.

МБДОУ обеспечивает гарантированное, сбалансированное трехразовое питание в соответствии с их возрастом и временем пребывания в детском саду по нормам, утвержденным СанПиНа 2.4.1.3049-13.

Питание детей осуществляется в соответствии с перспективным примерным 20-ти дневным меню, разработанным технологом Управления образования Нерюнгринской районной администрации и утвержденным Роспотребнадзором.

Основной принцип правильного питания дошкольников максимальное разнообразие пищевых рационов. При включении в рацион мяса, рыбы, молока и молочных продуктов, яиц, овощей и фруктов, сахара и кондитерских изделий, хлеба, круп – обеспечит малышей всеми необходимыми пищевыми веществами. Их следует постоянно включать в рацион питания дошкольников.

В питании дошкольников широко применяются овощи, фрукты и плодовоовощные соки. Плоды и овощи особенно свежие – важнейший источник аскорбиновой кислоты. Витамина Р, бета –каротина, калия. Дети получают необходимое количество продуктов содержащих витамины Е, В1, В2, РР, магний – это хлеб (черный и белый) крупы: гречневую, овсяную, макаронные изделия, бобовые. Включается сливочное масло, сметана, растительное масло.

При составлении меню обязательно учитываю рекомендации по возрастным нормам питания, в которых указаны: объем пищи в граммах, нормы потребления различных продуктов в граммах, суточная потребность детей в основных пищевых ингредиентах, витаминах и их содержание в различных продуктах. При необходимости используется таблица замены продуктов.

Правильный подбор продуктов – условие необходимое, но очень важно, чтобы готовые блюда были красивыми, вкусными. Для детей с пищевой аллергией и заболеваниями желудочно-кишечного тракта составляется индивидуальная диета согласно приказам МЗ №540, 330 "Лечебное питание"

Дети находятся в детском саду в дневное время (10,5 часов) получают трехразовое питание, которое удовлетворяет их суточную потребность в пищевых веществах и энергии примерно 75-80% на долю завтрака приходится 25% суточной калорийности, на долю обеда – 35-40%, полдника – 15%, ужин – 20-25% суточной калорийности, дети получают дома.

Нормы физиологических потребностей детей в пищевых веществах и энергии (в день)

Возраст детей	Энергетич. ценность (в ккал.)	Белки (в граммах)		Жиры (в граммах)	Углеводы (в граммах)
		Всего	В т.ч. живот.	Всего	Всего
До 3-х лет	1540	53	37	53	212
3-7 лет	1970	68	44	68	272

Один раз в десять дней контролируется выполнение среднесуточной нормы выдачи продуктов на одного ребёнка и при необходимости проводится коррекция питания в следующей декаде. Подсчёт основных пищевых ингредиентов по итогам накопительной ведомости проводится один раз в месяц (подсчитывается калорийность, количество белков, жиров и углеводов).

Особое значение имеет организация питания детей в дошкольных учреждениях в период адаптации. Переход ребенка от домашнего воспитания к воспитанию в детском коллективе почти всегда сопровождается определенными психологическими трудностями. Часто в это время у детей ухудшается аппетит, нарушается сон, снижается общая сопротивляемость к заболеваниям, если ребенок не умеет или не хочет, есть самостоятельно, мы должны кормить его в течение некоторого времени. Если ребенок отказывается от пищи, ни в коем случае нельзя заставлять его есть насильно.

Организация питания в дошкольном учреждении должна сочетаться с правильным питанием ребенка в семье. Для этого требуется четкая преемственность между ними. Мы стремимся к тому, чтобы домашнее питание дополняло рацион детского сада. Для этого в группах вывешиваем ежедневное меню. Медицинские работники дают родителям рекомендации по составу домашних ужинов и питанию ребенка в выходные дни. При этом на ужин рекомендуем те продукты и блюда, которые ребенок не получил в детском саду.

В МБДОУ создана бракеражная комиссия, которая ежедневно осуществляет контроль на пищеблоке за закладкой продуктов питания, кулинарной обработкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи и даёт разрешение на выдачу готовых блюд. В состав этой комиссии входят: заведующая, старшая медсестра, шеф-повар.

Таким образом:

В МБДОУ выполняются принципы рационального и здорового питания детей: регулярность, полноценность, разнообразие путём соблюдения режима питания, норм потребления продуктов, гигиены питания и индивидуального подхода к детям во время приёма пищи. Такой подход к детскому питанию позволяет нам добиваться хорошей прибавки в весе у ослабленных детей, улучшения их физического развития, повышения иммунологической защиты детского организма.

Оздоровительные мероприятия в МБДОУ

Физическое воспитание детей в МБДОУ направлено на улучшение состояния здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей растущего организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

В детском саду проводится комплекс мероприятий направленный на оздоровление детей, предусмотрены определенные условия и оборудование, которые соответствуют СанПиН 2.4.1.3049-13.

Имеется физкультурный и музыкальный залы, оборудованные пособиями для развития детей: тренажёрами, гимнастической стенкой, скамейками для упражнений в равновесии, стойками для прыжков, матами, а также мелкими пособиями: мячами, гимнастические палки, обручи и т.д.

Указанное оборудование соответствует возрастным особенностям детей.

В залах проводится систематическая, тщательная уборка, строго соблюдается воздушный режим. Непосредственно перед физкультурными занятиями и утренней гимнастикой проводится влажная уборка и сквозное проветривание. Физические упражнения, проведённые в гигиенически полноценной среде, дадут большой оздоровительный эффект.

Все групповые помещения оборудованы спортивными уголками и созданы необходимые условия для проведения закаливающих мероприятий.

На территории детского сада, кроме групповых площадок оборудована общая физкультурная площадка, стадион которые используются для проведения гимнастики, подвижных игр и т.д. в летне-оздоровительный период.

В МБДОУ разработана оздоровительная программа «Крепыш», направленная на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственных взглядов на сохранение собственного здоровья, а также разработаны и внедрены стандарты закаливающих методов детей во второй половине дня.

Все закаливающие мероприятия проводятся с учётом состояния здоровья и физического развития, индивидуальных особенностей ребёнка, а также условий детского сада. Режим закаливания устанавливает врач педиатр.

Обеспечить воспитание здорового ребёнка можно только при условии сотрудничества медицины и педагогики, чётко организованного медико-педагогического контроля, в который входит:

- медицинское обследование состояния здоровья и физического развития детей, определение на его основе мер по улучшению данной работы;
- медико-педагогические наблюдения за методикой физического воспитания и закаливания детского организма, за физиологической реакцией детей, соответствием нагрузки их возрастным и индивидуальным возможностям;
- Санитарно-педагогический надзор за помещением, где проводятся физкультурные занятия и закаливающие процедуры, за гигиеническим состоянием оборудования, пособий, одежды и обуви занимающихся детей.

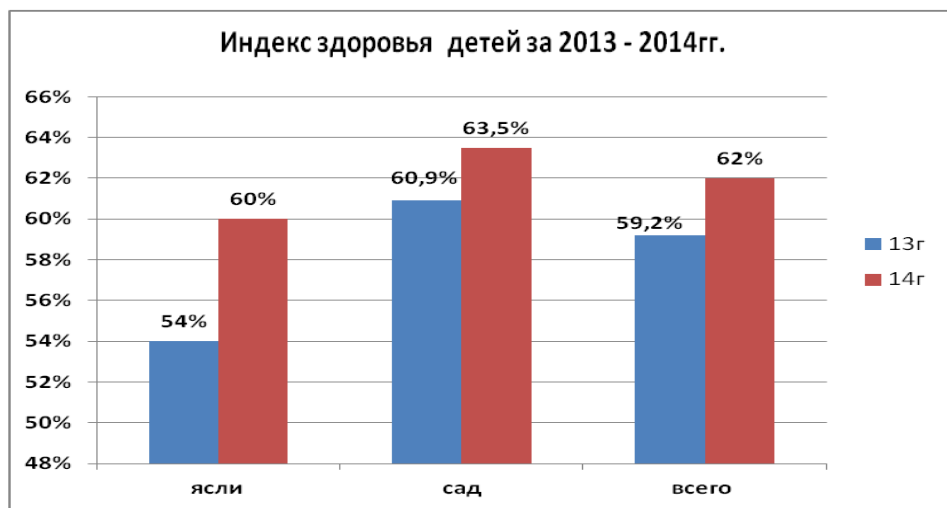
Вся работа по физическому воспитанию и закаливанию детей строится с учётом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

Для этого на основании индивидуальных медицинских карт составляется «Лист здоровья» группы, который помогает воспитателю иметь чёткую картину о состоянии здоровья всей группы и каждого ребёнка в отдельности.

Воспитатель планирует физкультурно-оздоровительную работу в соответствии с особенностями здоровья детей .

Основными показателями оценки качества деятельности по оздоровлению детей в МБДОУ являются:

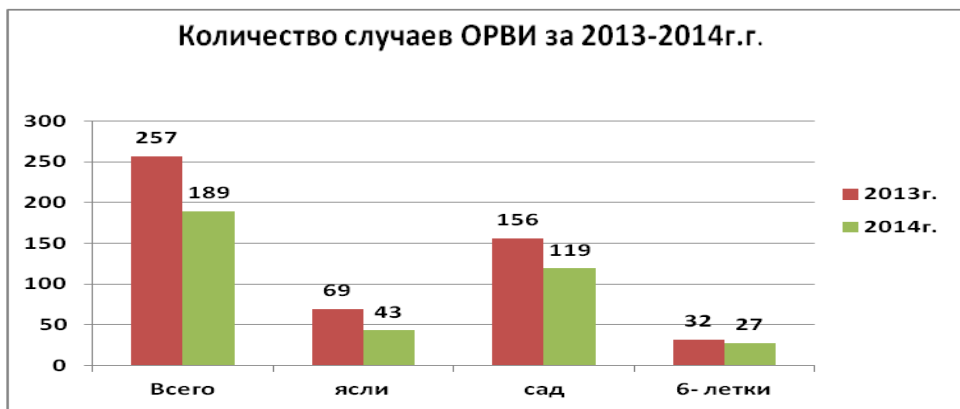
- Индекс здоровья детей за год
- Пропуски по болезни на одного ребенка в год
- Количество случаев ОРВИ за год
- Количество детей по группам здоровья
- Количество детей состоящих «Д» учёте ЧДБ



Увеличение индекса здоровья, подтверждает повышение устойчивости детского организма к резко меняющимся климатическим условиям Севера.



Нет роста количества пропусков по болезни на 1-го ребёнка. Это подтверждает что если ребенок перенёс ОРВИ он не получает осложнения и меньше находится на больничном листе.



В 2014 году значительно снизилось количество случаев ОРВИ - на **26%**,

Анализируя проделанную работу по оздоровлению детей можно отметить, что систематическая работа педагогов и медицинского персонала с детьми и их родителями по пропаганде здорового образа жизни, внедрению методов закаливания, приносят свои результаты.



Комплексная реабилитация детей с ЧДБ приводит к снижению заболеваемости этих детей на **-50%**, тем самым уменьшилось количество детей стоящих на «Д» учете с диагнозом ЧДБ.

Структура больных детей, состоящих на «Д» учёте за 2013г-2014г

Наименование заболевания	Состояло в 2013 году	Состояло в 2014 году
Всего	45	30
Болезни крови ,в т.ч. анемия	2	1
Болезни органов дыхания, в т.ч.:		1
пневмония	16	11
ЧДБ	8	4
Болезни глаза	-	-
Болезни эндокринной системы	5	5
Болезни кожи, в т.ч. атопический дерматит	-	-
Заболевания С.С.С.	4	2
Болезни мочеполовой системы	8	4
Дефекты О.Д.А.	2	-
Прочие	-	2

Из таблицы видно, что в сравнении с 2013 годом общее количество детей стоящих на «Д» учете снизилось на- **30%**

Выводы

1. Анализируя проделанную работу видно, что оздоровительная работа ведётся по трём направлениям:

- * лечебно - профилактическому;
- * лечебно - оздоровительному;
- * закаливающих мероприятий

и имеет своей целью качественное улучшение физического состояния, развития и здоровья ребёнка.

2. Работа по оздоровительной программе «Крепыш» и стандартам закаливающих методов позволила формировать у детей потребность в сохранении здоровья и дать определённый запас знаний, как сохранить здоровье. В этом направлении важная роль отводится закаливанию в сочетании с гимнастикой.

3. Показатели общей заболеваемости позволяют судить о состоянии устойчивости детского организма к неблагоприятным факторам окружающей среды, функциональному состоянию организма ребёнка в разные возрастные периоды, качестве медицинского обслуживания. Благодаря контролю над выполнением противоэпидемических мероприятий в МБДОУ, наблюдаются случаи воздушно-капельной инфекции и отсутствие каких-либо других инфекций.

4. Об улучшении состояния здоровья детей можно судить по итогам профилактического осмотра, который является основным критерием эффективности лечебно-оздоровительной работы МБДОУ.