**Условия питания, охрана и укрепление здоровья детей**

**в МАДОУ «Детский сад № 50» г.о. Самара**

Здоровье – важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, сильной воли, дарований, природных способностей. Поэтому необходимо создать такие условия в детском саду, в которых возможности ребенка раскроются во всей полноте.

Эффективность работы по укреплению физического здоровья детей зависит от системы физкультурно-оздоровительных мероприятий, проводимых в МАДОУ, которая включает следующие мероприятия:

1. Создание оптимальных санитарно – гигиенических условий. Общее санитарно-гигиеническое состояние МАДОУ «Детский сад № 50» г.о. Самара соответствует требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (с изменениями от 27 августа 2015 г.). Питьевой, воздушный, тепловой режимы соответствуют норме.

1.1. Организация рационального питания

В МАДОУ используется разнообразный ассортимент продуктов; расход продуктов питания производится в соответствии с нормой; соблюдается режим питания; проводится витаминизация пищи; соблюдается технология приготовления пищи.

Рациональное питание является фактором, обеспечивающим гармоничный рост, физическое и нервное развитие детского организма, устойчивость к инфекциям и другим неблагоприятным факторам окружающей среды.

В МАДОУ «Детский сад № 50» г.о. Самара 5-ти разовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин).

В МАДОУ «Детский сад № 50» г.о.Самара разработано примерное 10- дневное меню на основе рекомендуемых суточных наборов продуктов для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях (СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (с изменениями от 27 августа 2015 г.).

Суточные пробы хранятся в специально отведенном месте холодильника. При отсутствии тех или иных продуктов, проводится замена по таблице. В питьевой режим включаются витаминизированные напитки из шиповника, компоты. За качеством пищи, ее приготовлением, раздачей и нормой осуществляется постоянный контроль со стороны администрации и медицинского работника. На пищеблоке имеется всѐ необходимое оборудование, находящееся в

исправном состоянии (Электрические плиты, жарочный шкаф, электромясорубка, машина протирочно-резательная, овощерезка, машина картофелечистка, водонагреватель, электрический котел, холодильники, холодильные шкафы, весы электронные, гигрометр, другие необходимые кухонные принадлежности).

1.2. Соблюдение правильного режима дня.

Правильное распределение умственной и физической нагрузки; соблюдение двигательного режима; рациональная организация детской деятельности; использование физкультурных, оздоровительных и динамических пауз; индивидуальный и дифференцированный подход к детям.

Непосредственно образовательная деятельность, требующая повышенной познавательно активности и умственного напряжения детей (по формированию целостной картины мира, формированию элементарных математических представлений), планируется в первой половине дня. Для профилактики утомления воспитанников в режиме сочетаем ее с

образовательной деятельностью, направленной на физическое и художественно-эстетическое развитие.

2. Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей в МАДОУ «Детский сад № 50» г.о.Самара.

В МАДОУ имеются музыкально/физкультурный зал со спортивным оборудованием, позволяющим реализовать двигательную активность детей дошкольного возраста.

Детский сад имеет 6 летних веранд, спортивную площадку,

С целью снижения заболеваемости проводятся профилактические

мероприятия:

 витаминотерапия;

 щадящее закаливание;

 ежедневная утренняя гимнастика;

 физкультурные занятия, а также большое внимание уделяется

соблюдению воздушного режима в группах, организации прогулок на свежем воздухе, поддерживанию температурного режима.

3. Создание комфортной психологической обстановки в группе.

В детском саду осуществляется постоянный контроль за физическим воспитанием детей. Динамичное наблюдение за состоянием здоровья и физическим развитием детей и оценка эффективности воздействия средств физического воспитания осуществляется при плановых профилактических осмотрах детей врачами детской поликлиники и медицинской сестрой МАДОУ.

Осуществляется медико-педагогический контроль за организацией двигательного режима, методикой проведения занятий физическими упражнениями и их воздействия на организм ребенка, контроль за проведением закаливающих мероприятий, а также за санитарно-

гигиеническим состоянием мест проведения занятий, физкультурного

оборудования, спортивной одежды и обуви.

Методический кабинет оснащен специальной литературой по физическому воспитанию и развитию детей, который постоянно пополняется новыми книгами и пособиями, кроме того, имеется богатый выбор литературы для детей по формированию здорового образа жизни, такие как «Твоя безопасность», «Уроки Айболита», «Путь к здоровью», регулярно

обновляется информация в уголках для родителей «Это интересно», где содержатся советы и рекомендации по вопросу формирования привычки к здоровому образу жизни.

Особое внимание уделяем повышению квалификации воспитателей, используя различные формы работы: Педагогические советы, семинары, консультации, изучение опыта работы других ДОУ по данному вопросу.

Педагогические советы с конкретными рекомендациями по организации физкультурно-оздоровительной работы проводятся в начале и середине учебного года. Воспитатели отчитываются на Педагогическом совете, на совещаниях о состоянии физического развития детей данной группы, выявляются причины и недостатки в работе с детьми, намечаются определенные задачи работы, направленные на повышение уровня

физического развития отдельных детей.

На Педагогическом совете, семинарах рассматриваются такие вопросы, как «Основные принципы организации физического воспитания в ДОУ», «Нетрадиционные методы оздоровления дошкольников», «Индивидуальный подход к работе с ослабленными детьми», «Связь физического и нервно- психического развития», «О совершенствовании работы по физическому воспитанию и качественно новых подходах» и др.

Воспитатели проводят с детьми занятия познавательного цикла на темы: «Чистота – залог здоровья», «Знания о собственном теле», «Оказание элементарной помощи», «Безопасное поведение в социуме и природе», где дети закрепляют правила безопасности поведения. Проводится работа с родителями по вопросам здорового образа жизни на родительских собраниях, консультациях, посредством использования наглядных средств (санбюллетений, экранов заболеваемости детей), а также привлечение родителей к подготовке и участию в спортивных праздниках, соревнованиях, походах.

4. Медицинское обслуживание осуществляется по договору с Муниципальным медицинским учреждением «Городская поликлиника №13 Самарского района г.о. Самара (детское поликлиническое отделение).

Медицинский персонал: медицинская сестра.

Для работы медицинского персонала в МАДОУ предоставляется специально оборудованный медицинский блок.

Задачами медицинского обслуживания в МАДОУ являются:

 получение объективной информации о физическом состоянии и здоровье детей;

 анализ физического, нервно психического развития и здоровья детей для планирования профилактических и оздоровительных мероприятий;

 осуществление эффективной организационно-медицинской работы в ДОУ, своевременное внесение соответствующих коррективов в медицинское обслуживание детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей;

 проведение консультативно-просветительской работы с работниками МАДОУ и семьями воспитанников по вопросам физического развития и оздоровления детей дошкольного возраста.

Функции медицинского персонала

Медицинский персонал, осуществляющий медицинское обслуживание воспитанников МАДОУ, выполняет следующие функции:

*Разрабатывает:*

 план организационно-медицинской работы с учетом

эффективных оздоровительных технологий и рекомендаций современной медицинской науки;

 план профилактической и оздоровительной работы, включающий мероприятия по предупреждению заболеваний, сохранению и укреплению здоровья детей;

 памятки по организации режима дня, режима двигательной активности (совместно со старшим воспитателем).

*Составляет:*

 меню, обеспечивающее сбалансированное питание воспитанников;

 график проведения вакцинации;

 график контроля выполнения работниками санитарно-эпидемиологического режима.

*Осуществляет:*

 динамическое медицинское наблюдение за физическим развитием и ростом детей;

 антропометрические измерения воспитанников;

 распределение детей на медицинские группы;

 медицинский осмотр и иммунопрофилактику (совместно с врачом-педиатром);

 оказание доврачебной помощи при возникновении несчастных случаев;

 наблюдение за самочувствием и физическим состоянием детей

после прививок и на физкультурных занятиях;

 дифференциацию детей по группам для занятий физической культурой в целях профилактики и коррекции имеющихся нарушений;

 выявление заболевших детей, своевременную их изоляцию;

 информирование администрации и педагогов ДОУ о состоянии здоровья детей, рекомендуемом режиме для воспитанников с отклонениями в состоянии здоровья, заболеваниях острыми инфекциями, гриппом, энтеробиозом и т.д.;

 информирование территориальных учреждений здравоохранения и Роспотребнадзора о случаях инфекционных и паразитарных заболеваний среди воспитанников и работников ДОУ после установления диагноза.

*Проводит:*

 консультации по вопросам физического развития и оздоровления детей;

 консультативно просветительскую работу с педагогами и родителями (или законными представителями) по вопросам физического развития детей, воспитания здорового образа жизни, профилактики инфекционных заболеваний, адаптации детей;

 мероприятия по профилактике и предупреждению заболеваний (витаминизация, закаливающие мероприятия и др.);

 работу с воспитанниками и работниками ДОУ по формированию здорового образа жизни.

*Участвует:*

 в Педагогических советах по вопросам оздоровления и закаливания детей.

*Контролирует:*

 режим физических нагрузок детей с учетом их возрастных и индивидуальных возможностей;

 двигательную активность детей на физкультурных занятиях и в течении дня;

 организацию и проведение закаливающих мероприятий;

 качество организации питания детей;

 санитарно-гигиенические условия осуществления образовательного процесса;

 соблюдение правил личной гигиены детьми и работниками ДОУ;

 соблюдение обслуживающим и техническим персоналом санитарно-эпидемиологического режима.