Организация режима питания воспитанников

Одна из главных задач, решаемых в дошкольном образовательном учреждении (ДОУ), – это обеспечение конституционного права каждого ребенка на охрану его жизни и здоровья. 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.

Приготовление пищи для детей осуществляется на пищеблоке ДОУ.Пищеблок ДОУ оборудован необходимым технологическим, холодильным и моечным оборудованием, кухонным инвентарем и кухонной посудой, изготовленными из нержавеющей стали. Набор оборудования производственных и складских помещений в рабочем состоянии и отвечает требованиям СанПиН. Пищевые продукты и производственное сырье для приготовления пищи осуществляется поставщиками на основе муниципального контракта.

Прием пищевых продуктов и производственного сырья в ДОУ осуществляется при наличии документов, подтверждающих их качество и хранятся в соответствии с условиями хранения и сроками реализации.

Организация питания осуществляется на основе принципов «щадящего питания», без применения жарки. Дети обеспечиваются четырёхразовым питанием (завтрак, обед, полдник, ужин). Ежедневно в меню включаются: молоко, кисломолочные напитки, сметана, мясо, картофель, овощи, фрукты, соки, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль. Остальные продукты (творог, рыба, сыр, яйцо и др.) включаются в меню 2-3 раза в неделю. Проводится круглогодичная искусственная С-витаминизация третьих блюд.

Организация рационального питания детей в ДОУ основана на соблюдении утверждённых наборов продуктов и примерных меню и осуществляется в соответствии с 10-дневным меню. Разработана специальная картотека блюд. Организации питания в ДОУ уделяется особое внимание. Регулярно осуществляется контроль за качеством питания разнообразием и витаминизацией блюд, закладкой продуктов питания, кулинарной обработкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи. Непосредственная организация питания детей осуществляется в групповых помещениях. Во всех группах оборудованы кухонные зоны с набором столовой и чайной посуды, из темногостекла и столовых приборов из нержавеющей стали. В процессе организации питания у детей формируются культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания.

Режим питания детей

Время приема пищи	Приемы пищи	Энергетическая ценность
08.30 – 09.00	Завтрак	20% суточного рациона
12.00 – 13.00	Обед	35% суточного рациона
15.20 – 15.30	Полдник	15% суточного рациона
18.00 – 18.30	Ужин**	25% суточного рациона

После ужина в ДОУ предусмотрен второй ужин в семье ребенка дома, до 5% суточного рациона.

Охрана жизни и здоровья воспитанников

Работа по обеспечению охраны жизни здоровья воспитанников, созданию безопасных условий пребывания в ДОУ осуществляется систематически и планомерно: 4-мя сторожами –вахтерами осуществляется круглосуточная охрана здания и территории. В ДОУ функционирует пожарная сигнализация, системы мониторинга и оповещения при возникновении пожара. Имеется «Тревожная кнопка» связи с милицией. Один раз в квартал проводятся тренировочные занятия с детьми и сотрудниками по отработки действий, в связи с возникновением ЧС. Сотрудниками выполняются правила техники безопасности при выполнении трудовых обязанностей. В 2015 году планируется проведение специальной оценки рабочих мест по результатам ранее проведенной аттестация рабочих мест для установления вредных и опасных условий труда. В 2014 году несчастных случаев с детьми и сотрудниками не было.

Формы и методы оздоровления детей

№ п/п	*Формы и методы работы*	*Содержание деятельности*	*Контингент детей*	*Ответственный*
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	- соблюдение режима дня; - соблюдение режима двигательной активности детей; - поддержание положительного психологического микроклимата; - положительный фон настроения; - учет индивидуальных и личностных особенностей каждого ребенка; - соблюдение щадящего режима в адаптационный период; - функционирование адаптационной группы кратковременного пребывания детей	Все дети Вновь прибывшие. Дети адаптационной группы	Заведующий, старшая медсестра, старший воспитатель
2.	Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима	- обработка и мытье игрушек; - наличие сеток на окнах; - кварцевание помещений; - наборы полотенец отдельно для каждой группы; - своевременная смена и стирка белья, одежды; - отсутствие травмирующего оборудования, аварийных деревьев, ядовитых растений на территории детского сада; - санитарная обработка песка; - ежедневная уборка территории; - соблюдение температурного режима в холодильниках и сроков хранения продуктов; - соблюдение санитарного режима на пищеблоке и др.	Все группы	Старшая медсестра, младшие воспитатели, заведующий, старший воспитатель, завхоз, кастелянша, шеф-повар

3.	Организация рационального питания и диетотерапия	- рациональное питание; - индивидуальное меню (аллергии, ожирение, хронические заболевания); - дополнительный питьевой режим	Все группы	Врач-педиатр, старшая медсестра, младшие воспитатели
4.	Физические упражнения	- утренняя гимнастика; - непосредственно образовательная деятельность по физической культуре; - физминутки; - двигательная разминка в перерыве между видами образовательной деятельности; - подвижные игры; - спортивные игры; - занятия с элементами лечебной физкультуры; - профилактическая гимнастика; - пробежки и ходьба по массажным коврикам; - индивидуальная и подгрупповая работа с детьми по развитию основных движений и физических качеств в помещениях ДОУ и на свежем воздухе; - музыкально-ритмическая деятельность; - дозированный бег (оздоровительные пробежки) на свежем воздухе; - тренирующая игровая дорожка на свежем воздухе;	Все дети Дети с 4-х лет Дети старшего возраста	Воспитатель по физической культуре, воспитатели групп, музыкальный руководитель
5.	Активный отдых	- физкультурные праздники, развлечения, досуги; - игры-забавы; - дни и недели здоровья; - целевые прогулки, минипоходы; - каникулы		Воспитатель по физической культуре, старший воспитатель, воспитатели групп
6.	Гигиенические и водные процедуры	- мытье рук, умывание; - игры с водой; - обливание ног, ножные ванны; - обеспечение чистоты среды	Все дети	Воспитатели групп, старшая медсестра
7.	Свето-воздушные ванны	- проветривание помещений (одностороннее и сквозное); - сон при открытых фрамугах; - прогулки на свежем воздухе; - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	Все группы	Воспитатели групп, младшие воспитатели, старшая медсестра

8.	Арома и фитотерапия	- ароматизация помещений; - фитопитание (чаи, коктейли, отвары); - аромамедальоны	Все группы	Старшая медсестра
9.	Физиотерапия	- общее УФО; - кварцевание помещений	Все группы	Старшая медсестра
10.	Стимулирующая терапия	- адаптогены и стимуляторы (по плану оздоровительных мероприятий); - лечебное смазывание носа оксолиновой мазью; - витаминизация	Все дети	Старшая медсестра
11.	Вакцинирование	- проведение профилактических прививок по плану	Все группы	Врач-педиатр, старшая медсестра
12.	Медицинские осмотры	- ежедневные медицинские осмотры детей медицинскими работниками ДОУ; - антропометрические измерения; - осмотры детей на педикулез и scabies; - плановые медицинские осмотры детей специалистами детской поликлиники и физкультурного диспансера	Все дети Дети старшего возраста	Врач-педиатр, старшая медсестра; специалисты детской поликлиники и физкультурного диспансера
13.	Специальное закаливание	- босохождение; - дыхательная гимнастика; - соляризация; - гимнастика в постелях после сна; - игровой массаж; - полоскание ротовой полости водой комнатной температуры; - массаж биологически активных точек; - занятия босиком в спортивном зале при температуре пола не ниже 18 градусов; - обширное умывание	Все дети Дети с 3-х лет Дети старшего возраста	Воспитатели групп, младшие воспитатели, старшая медсестра, старший воспитатель
14.	Психо-гимнастика и аутотренинги	- психогимнастика по методике М.И.Чистяковой; - игры, этюды и упражнения на развитие эмоциональной сферы; - игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невропатических состояний; - релаксационные паузы	Все дети	Воспитатели групп, учителя-дефектологи, учителя-логопеды

15.	Музыкотерапия	- музыкальное сопровождение режимных моментов; - музыкальное оформление фона образовательной деятельности; - музыкально-театральная деятельность; - хоровое пение; - двигательные импровизации под музыку; - прослушивание музыки специально; - валеологические песни-распевки	Все дети	Воспитатели групп, музыкальные руководители, учителя-дефектологи
16.	Изотерапия	- рисование за мольбертами; - работа с пластическими материалами (глина, тесто); - использование специальных технических приемов; - рисование, лепка эмоций, желаний; - цветотерапия; - рисование семьи, друзей; - совместное рисование; - создание карикатур	Все дети Дети старшего возраста	Воспитатели групп, воспитатель по изобразительной деятельности
17.	Песочная игротерапия	- игры и манипуляции на песочных столах с подсветкой.	Все дети	Воспитатели групп
18.	Акватерапия	- игры с водой; - использование минифонтанов	Все дети	Воспитатели групп
19.	Кружковая и студийная работа	- кружок подвижных и спортивных игр; - театральная студия; - вокальная студия; - хореография	Дети старшего возраста. Дети с 4-х лет	Руководители кружков и студий
20.	Пропаганда здорового образа жизни	- специальные занятия по ОБЖ; - индивидуальные и подгрупповые беседы на эколого-валеологические темы; - валеологические проекты; - соблюдение ритуалов и обычаев валеологического характера; - демонстрация аналогов, примеров; - валеологические праздники и досуги; - информационная среда здоровья	Дети от 3-х до 7-ми лет	Воспитатели групп, старший воспитатель, музыкальные руководители