Здоровье детей

Организации питания в детском саду уделяется особое внимание, т.к. здоровье детей не возможно обеспечить без рационального питания.

Контроль за качеством питания разнообразием и витаминизацией блюд, закладкой продуктов питания, кулинарной обработкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи, правильностью хранения и соблюдением сроков реализации продуктов питания осуществляет старшая медсестра детского сада

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Возрастные группы | завтрак | обед | полдник |
| 1,5-2 лет | 8.10 | 11.10. | 15.05. |
| 2-3 года | 8.15 | 11.15. | 15.10. |
| 3-4 года | 8.20 | 11.20. | 15.15. |
| 4-5 лет | 8.25 | 12.25. | 15.20. |
| 6-7 лет | 8.35 | 12.30. | 15.25. |

 График выдачи питания разрабатывался в соответствии с возрастными особенностями детей и временем года. Обязательным условием рационального питания является правильно составленное меню, при разработке которого должен учитываться целый ряд факторов. Одним из условий правильного составления меню является максимально возможное разнообразие блюд, обязательное использование свежих фруктов и овощей в натуральном виде и в виде салатов. При составлении меню-требования медсестра руководствуется разработанным и утвержденным 10 - дневным меню (составлено с соблюдением пищевой ценности и калорийности), технологическими картами с рецептурами и порядком приготовления блюд с учетом времени года.

Организация питания в детском саду сочетается с правильным питанием ребенка в семье. С этой целью педагоги информируют родителей о продуктах и блюдах, которые ребенок получает в течение дня в детском саду, вывешивая ежедневное меню детей. Важнейшим условием правильной организации питания детей является строгое соблюдение санитарно-гигиенических требований к пищеблоку и процессу приготовления и хранения пищи. В целях профилактики пищевых отравлений и острых кишечных заболеваний работники пищеблока строго соблюдают установленные требования к технологической обработке продуктов, правил личной гигиены.

Группы обеспечены соответствующей посудой, удобными столами. Блюда подаются детям не слишком горячими, но и не холодными. Воспитатели приучают детей к чистоте и опрятности при приеме пищи

**Формы работы по воспитанию у детей основ здорового образа жизни**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Мероприятия** | **Место в режиме** | **Ответственные** | **Группа** |
| Диагностика физического и психического развития | сент. май | восп., ст. восп., инстр. по физ, ст. медс. | все группы |
| Организация двигательной деятельности | ежедневно | воспит. | все группы |
| Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре | 3 раза в неделю | инстр. по физ, восп. | все гр |
| Утренняя разминка | ежедн. | инст. по физ, восп. | все группы |
| Физ. Минутки | по мере необх | воспитатели | все группы |
| Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | 20 – 25 мин. ежедн. | воспитатели | все группы |
| Прогулки- походы в парк | 1 раз в месяц | воспитатели, инстр. по физ | ср.,ст.подг |
| Гимнастика после сна | ежедн. | воспитатели | все гр |
| Пальчиковая гимнастика | ежедн.  | воспитатели | все гр |
| Дыхательная гимнастика | ежедн. | воспитатели,  | все гр |
| Воздушные ванны | ежедн. после сна | воспитатели | все гр |
| Закаливание водой (умывание, полоскание горла) | ежедн. | воспитатели | 2 мл,ср.ст.подг |
| Физкультурный досуг | 1 раз в месяц | воспитатели, инстр. по физ | 2 мл.ср.ст.подг |
| Спортивный праздник | 1 раз в квартал | воспитатели, инстр. по физ | ср.ст.подг |
| Кружковая работа | 2 раза в нед | инстр. по физ, ст. восп | ср.ст.подг |
| Самостоятельная двигательная деятельность | ежедн. | воспитатели | все гр |
| День здоровья | 1 раз в кварт. | воспитатели, инстр. по физ | все гр |
| Неделя здоровья | 2 раза в год | воспитатели, инстр. по физ. | все гр. |
| Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи –участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях –подготовка и проведение физкультурных досугов, праздников, Дня здоровья и т.д. | по плану  |  | все гр |

**Оздоровительная работа с детьми в режиме дня**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Приём детей на улице  |  все группы | май-сентябрь  |  35 мин. |
| Проветривание помещений |  все группы |  по графику | в соответствии с сан пин |
| Воздушные ванны | все группы | после сна | 5,10, 15 мин. |
| Гимнастика после сна | все группы | после сна |  7-10 мин. |
| Обширное умывание  | 2 мл, ср., ст. подг. группы | после сна | 5-мин. |
| Сон без маек  | \_//-//-//- | сончас |  1,5-2 часа |
| Ходьба босиком | 2 мл., ср., ст., подг. | летом, на прогулке, после сна  |  3-7 мин. |
| Полоскание рта и горла  | 2 мл., ср., ст., подг. | после приёма пищи |  |
| Упражнения для профилактики плоскостопия, дых. Гимнастика  | все гр. | ежедн.  | утром, на физк. зан., в бассейнепосле сна, 3-5 мин |
| Упражнения на формирование правильной осанки | все |  | на физк. зан. 3-5 мин. |
| Реализация Бос технологии «волна»«статус» | индивидуально | по графику  | 15-20 минут |
| Прогулка | все | весь год прогулка не проводится при: температуре ниже 15 градусов и ветре более 15м\с (дети до 4 лет) с детьми 5-7 лет при температуре ниже 20 градусов и ветре более 15м\с | не менее 4,5 часов в день (суммарно днем и вечером); |

**Содержание направлений работы с семьёй**

***Образовательная область «Здоровье»***

• Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка.

• Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка.

• Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

• Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников. Совместно с родителями и при участии медико-психологической службы детского сада создавать индивидуальные программы оздоровления детей и поддерживать семью в их реализации.

 ***Образовательная область «Физическая культура»***

• Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.

•Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка;покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

• Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.

• Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

• Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции и клубы (любителей туризма, плавания и пр.). Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

В результате анализа заболеваемости воспитанников была разработана программа «Растим здоровых детей», программа оздоровления детей в условиях детского сада и воспитание здорового образа жизни не только в детском саду, но и в семье. Цель программы – сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Работа по обеспечению антитеррористической защищенности, охране труда и пожарной безопасности строится в соответствии с планом мероприятий Департамента управления персоналом, планом мероприятий службы управления персоналом Забайкальской железной дороги, планами мероприятий, утвержденными руководителем учреждения.

Заключен договор с частным охранным предприятием «Хранитель», имеющим соответствующие лицензии, на оказание услуг по невооруженной охране персонала и детей. Осмотры территории и зданий проводятся в соответствии с графиком учреждения, результаты заносятся в регистрационный журнал. Проводятся комиссионные осмотры территории и здания учреждения, ежедневно перед началом рабочего дня и по окончании рабочего дня, перед прогулкой детей. Проводится внеплановые, внезапные проверки сотрудников охранного предприятия, с оформлением актов проверок.

Организована система персонифицированной выдачи ключей от всех помещений. В учреждении выдача детей родителям или доверенным лицам производиться под роспись.

Учреждение обеспечено телефонной связью с пунктами охраны правопорядка. Заключен договор по обслуживанию пожарной сигнализацией, по обслуживанию видеонаблюдения и автоматической кнопки подачи сигнала на пульт МЧС г.Сковородино.

Порядок оповещения в необходимых случаях осуществляется через стационарную и сотовую связь с органами правопорядка, определен порядок оповещения через дежурного по станции, по сотовой связи через оперативного дежурного Регионального центра безопасности.

В вечернее и ночное время территория учреждения ограждена, калитки закрываются на замки.

 На всех этажах учреждения, на видных местах размещены схемы путей эвакуации и телефоны экстренного вызова, обозначены пути эвакуации. Разработаны и проводятся инструктажи о действиях работников в экстремальных и чрезвычайных ситуациях при угрозе и проведении террористических актов и оказании в случае необходимости первой помощи. Утвержден порядок действий работников в экстремальных и чрезвычайных ситуациях. Проводятся практические занятия с персоналом учреждения.

 В учреждении установлены металлические двери, обеспечено видеонаблюдение. Складские помещения для проникновения в них посторонних лиц и попадания предметов, представляющих угрозу для жизни и здоровья людей недоступны.

Испытания заземляющих устройств проводится один раз в год. Проведены испытания сетей отопления, водоснабжения, промывка систем отопления .

Проверка пригодности спортивного инвентаря проводится комиссией один раз в квартал, согласно проверки составляется акт.

 Проводится вводный инструктаж со всеми вновь поступившими работниками и другие виды инструктажей, воспитательная работа по соблюдению правил охраны труда и пожарной безопасности среди воспитанников.

 Детский сад укомплектован средствами индивидуальной защиты, налажена выдача спецодежды, моющими средствами в соответствии с нормами.

Приказом заведующего назначены ответственные за пожарную безопасность, определен круг лиц ответственных за служебные помещения и создана комиссия для проведения комиссионных осмотров территории и зданий образовательных учреждений. Осмотры территории и зданий проводятся в соответствии с графиком учреждения.

Заключен договор на техническое обслуживание пожарного оборудования.

Проводятся испытания качества огнезащитной обработки деревянных конструкций два раза в год.