**Организация  питания  детей в МБДОУ    детский сад  №22 С.П. «Село Булава» Ульчского района**

**Хабаровского края**

**Питание** – один из важных факторов, обеспечивающих нормальное течение процессов роста, физического и нервно– психического развития ребенка. Ухудшение качества питания приводит к снижению уровня защитно-приспособительных механизмов детского организма и возможному увеличению аллергических реакций, способствует росту болезней органов пищеварения. Поэтому именно качеству питания  в нашем детском саду уделяется повышенное внимание.

 В нашем саду организовано 4-разовое питание, согласно 10-дневному меню, разработанного на основе физиологических потребностей в пищевых веществах и нормах питания. Составляется меню-требование установленного образца с указанием выхода блюд для детей раннего и

      дошкольного возраста.

Ежедневное меню обеспечивает 80% суточного рациона, при этом завтрак составляет 25% суточной калорийности, обед 35-40%, полдник 15-20%.

**Ведется бракераж готовой** продукции с регулярной оценкой вкусовых качеств. Выдача пищи с кухни проводится только после снятия пробы членами бракеражной комиссии с отметкой в журнале о вкусовых качествах готовых блюд. Оставляется суточная проба, выставляется контрольное блюдо.

**Основными принципами организации питания в нашем учреждении являются:**

 \*    Соответствие энергетической ценности рациона

       Энергозатратам ребенка.

 \*    Сбалансированность в рационе всех заменимых

       и незаменимых пищевых веществ.

 \*    Максимальное разнообразие продуктов и блюд,

      обеспечивающих сбалансированность рациона.

 \*    Правильная технологическая и кулинарная

      обработка продуктов, направленная на сохранность

       их исходной    пищевой ценности, а также высокие

       вкусовые качества блюд.

 \*    Оптимальный режим питания, обстановка,

       формирующая у детей навыки культуры приема пищи.

 \*    Соблюдение гигиенических требования к питанию

       (безопасность питания).

       Количество приемов пищи в нашем детском саду – 4.

**Завтрак** – молочные каши:  манная, рисовая, пшенная. В качестве напитка –  чай с лимоном, бутербродом с маслом, хлеб пшеничный, ржаной.

**2-й  Завтрак** – кисломолочные продукты ,фруктовые соки.

**Обед** – Первое горячее блюдо – щи, борщ, овощной суп, рыбный суп, суп с крупами или макаронными изделиями и т.д…

Второе  блюдо – мясное, рыбное, из птицы, с гарниром.

Третье блюдо –  компот из сухофруктов, кисель плодово-ягодный (С-витаминизация). Хлеб пшеничный

**Полдник в нашем учреждении** – уплотненный,  включает в себя блюда из творога – запеканка, собственного приготовления, , а также напиток –  молоко, какао с молоком, напиток кофейный с молоком. Блюда подаются детям не слишком горячими, но и не холодными. Воспитатели приучают детей к чистоте и опрятности при приеме пищи.

**Выпечка** собственного производства (ватрушка с творогом, сладкая булочка и т.д.), кондитерскими изделиями (печенье, пряник).

Пищевые продукты, поступающие в детский сад, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность; хранятся в кладовой с соблюдением  требований СанПиН.

**Устройства,** оборудование, содержание пищеблока детского сада соответствует санитарным правилам к организации детского общественного питания.

**Пищеблок** оснащен всем необходимым технологическим и холодильным оборудованием, производственным инвентарем, кухонной посудой. Все блюда — собственного производства; готовятся в соответствии с технологическими картами, санитарными нормами.

**Ежедневно соблюдается питьевой режим.** Группы обеспечены кипяченой водой .

**Приложение N 13**

**к СанПиН 2.4.1.3049-13**

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Возраст детей | Завтрак | 2-завтрак | Обед | Полдник |
| от 3-х до 7-ми лет | 400 - 550 | 140-220 | 600 - 800 | 250 – 300 |

**Условия охраны здоровья воспитанников ДОУ**

В нашем образовательном учреждении  МБДОУ детский сад №22 строго соблюдаются правила и меры безопасности. Сотрудники  относятся  ответственно к формированию здоровья  детей в ДОУ.

Заведующим, воспитателями   ведется строгий контроль за охраной здоровья воспитанников. Существуют определенные правила охраны жизни и здоровья детей.  Завхоз  и ответственный по ОТ ДОУ  систематически проводит  технические осмотры помещений детского сада, соблюдение  всеми сотрудниками  правил пожарной безопасности.  Также педагогами проводятся инструктажи  с детьми: по пожарной безопасности, технике безопасности, правила поведения на дороге, в общении с посторонними людьми. Все опасные предметы вне зоны досягаемости для детей. Для проведения занятий выдаются ножницы с затупленными концами, только под руководством и надзором воспитателя. Так же в целях охраны здоровья детей в ДОУ  приведён в порядок и участок, на котором дети гуляют. Все ямы засыпаны, ежедневно проверяется отсутствие предметов, которые могут нанести вред здоровью ребенка.   Все игровые снаряды, в исправном состоянии. В зимний период территория ДОУ систематически очищается  от снега, все дорожки обработаны песком.

**Охрана здоровья в ДОУ** – задача очень важная и ответственная. О наличии заболеваний сотрудники ДОУ сообщают фельдшеру участковой больницы. Помещения, в которых находятся дети, ежедневно убираются и проветриваются. Воспитатели не только обучают детей и развивают их умственные способности, но и следят за тем, чтобы здоровье детей не пострадало, а наоборот крепло и улучшалось.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения т.к. формирование здорового образа жизни  начинаться уже в детском саду. Вся жизнедеятельность ребенка в МБДОУ направлена на сохранение и укрепление здоровья. Основой являются еженедельные познавательные, физкультурные и интегрированные занятия, партнерская совместная деятельность педагога и ребенка в течение дня. Целью оздоровительной работы в ДОУ является создание устойчивой мотивации потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих.   Поэтому педагоги ДОУ стараются  правильно сконструировать содержание воспитательно-образовательного процесса по всем направлениям развития ребенка, отобрать современные программы, обеспечивающие приобщение к ценностям, и прежде всего, – к ценностям здорового образа жизни. Основные компоненты здорового образа жизни: рациональный режим, правильное питание, рациональная двигательная активность, закаливание организма, сохранение стабильного психо-эмоционального состояния.

**Режим дня в ДОУ** соблюдается на протяжении всего дня. От этого зависит здоровье и правильное развитие. При проведении режимных процессов педагоги  придерживаются следующих правил:

1. Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во сне, питании).

 2. Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.

 3. Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах.

 4. Формирование культурно-гигиенических навыков.

5. Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.

6. Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.            Рациональный режим в ДОУ  стабилен  и вместе с тем динамичен для постоянного обеспечения адаптации к изменяющимся условиям внешней социальной и биологической среды. Большое внимание уделяется организации адаптационного периода для детей, вновь поступивших в ДОУ. Разработан комплекс мероприятий по снижению срока привыкания детей к ДОУ, такие как:

* анкетирование родителей на тему "Готовность ребенка к поступлению в детский сад"
* пребывание ребенком небольшого отрезка времени в детском саду вместе с мамой (бабушкой);
* изучение и учет особенностей его поведения дома и привычек;
* показ ребенку фотографий родителей;
* щадящий режим.

На ребенка заводится адаптационный лист, в котором фиксируются все виды деятельности ребенка, его эмоциональное состояние, навыки взаимоотношений, речь, определяется группа адаптации при поступлении в ДОУ.

**Медицинское обслуживание детей** МБДОУ №22 сп «Село Булава» проводится медицинской сестрой и врачом  Детской поликлиники на основании Договора о сотрудничестве.

**Фельдшер ФАП** осуществляет лечебно-профилактическую поддержку воспитанникам, проводит диспансеризацию декретированных возрастов (3,5,7 лет), делает профилактические прививки, согласно Национальному календарю прививок, ежегодно организует проведение профилактического осмотра детей узкими медицинскими специалистами. **Воспитатели** проводят антропометрические измерения детей в начале и конце учебного года.

Ежегодно проводится плановая профилактика энтеробиоза воспитанников.

. Каждый год организуются плановые профилактические осмотры сотрудников медицинскими специалистами, гигиеническое обучение и профилактика энтеробиоза сотрудников с отметками в ЛМК.

**Меры по охране и укреплению здоровья дошкольников**

Одна из главных задач коллектива дошкольного учреждения - построение системы профилактических и оздоровительных мероприятий, направленной на сохранение и укрепление физического и психического здоровья дошкольников и всех участников образовательного процесса.

В рамках данной системы предусмотрена оптимизация режима дня; улучшение питания; осуществление профилактических мероприятий; контроль за физическим, психическим состоянием детей; внедрение эффективных принципов развивающей педагогики оздоровления; обеспечение условий для успешной адаптации дошкольников к детскому саду и школе; формирование у детей и родителей мотивации к здоровому образу жизни.

В МБДОУ разработана **модель здоровьесберегающего воспитательно-развивающего пространства**, включающая в себя:

 оборудованный спортивно-музыкальный зал для проведения физкультурных занятий;

         оборудованные прогулочные площадки, где созданы возможности для метания, лазания, прыжков, упражнений в равновесии;

         физкультурные уголки в каждой возрастной группе.

Работа по физическому воспитанию дошкольников в МБДОУ строится с учетом возрастных и психологических особенностей детей.

**Физкультурно-оздоровительная работа** осуществляется в следующих формах:

         утренний прием детей на свежем воздухе (в теплый период года);

         проведение утренней гимнастики (на свежем воздухе в теплый период года), физкультминуток, динамических пауз, игр с движениями в свободной деятельности;

         организованная двигательная деятельность, согласно учебному плану (с обязательным проведением одного занятия на свежем воздухе);

         музыкально-ритмические движения;

         спортивные досуги и развлечения;

         гимнастика пробуждения, дыхательные упражнения;

         ежедневный режим прогулок – 3-4 часа;

         сбалансированное питание.

Охрана и укрепление здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни являются первостепенной задачей для педагогов. В связи с этим воспитатели ДОУ  организуют  разностороннюю деятельность, направленную на сохранение здоровья детей, реализацию комплекса воспитательно-образовательных, оздоровительных мероприятий по разным возрастным ступеням  жизни,  так как полезно поставить ребенка  перед необходимостью решения задачи.

**Основными условиями** формирования двигательной культуры являются:

1. Воспитание у детей осознанного отношения к выполнению двигательных действий.

2. Развитие воображения при выполнении двигательных действий.

3. Включение сенсорных систем при воспитании двигательной культуры.

Педагогические работники образовательных учреждений проходят периодические бесплатные медицинские обследования за счет средств учредителя.

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", "Уроки светофорика".

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

Также педагоги проводят диагностику развития навыков у детей 2 раза в год (в сентябре и мае). На основе полученных данных составляется диагностическая карта, которая наглядно показывает уровень физических навыков у детей. Воспитатели отчитываются на Советах педагогов, на совещаниях при заведующем 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 Советах педагогов, семинарах рассматриваются такие вопросы, как "Основные принципы организации физического воспитания в ДОУ", "Индивидуальный подход в работе с ослабленными здоровьем детьми", "О совершенствовании работы по физическому воспитанию и качественно новых подходах" и др.

**Взаимодействие с семьей** в процессе охраны и укрепления здоровья детей при поддержке дошкольного учреждения состоит в конструировании природо- и культуросообразной модели поведения, мотивации на готовность принимать помощь и поддержку от специалистов МБДОУ в вопросах сохранения и укрепления здоровья ребенка, на активное участие в физкультурно-оздоровительной работе и создании культурных традиций детского сада. В целях создания единого образовательного пространства для детей, родителей и педагогов проводятся совместные мероприятия, в которых участвуют дети вместе со своими родителями.