1. **Условия и организация питания  воспитанников**

Рациональное и полноценное питание – залог крепкого здоровья, нормального роста и правильного развития детей и этому вопросу отводится одно из главных мест в работе руководителя и медицинских работников МАДОУ. В детском саду организовано четырехразовое питание, которое осуществляется в соответствии с примерным десятидневным меню, разработанным на основе физиологических потребностей в пищевых веществах, утвержденным заведующей МАДОУ и согласованным с территориальным отделом территориального управления «Роспотребнадзора» по Красноярскому краю.

 Закупка продуктов питания производится по договорам с поставщиками. На все продукты, поступающие в детский сад, имеются санитарно – эпидемиологические заключения. Продукты хранятся в кладовой с соблюдением требований СаНПин и товарного соседства. Качество продуктов проверяется кладовщиком, шеф – поваром и медицинским работником. Не допускаются к приему в МАДОУ пищевые продукты без сопроводительных документов, с истекшим сроком годности и признаками порчи.

 Медицинскими работниками МАДОУ осуществляется контроль за технологией приготовления пищи, за реализацией скоропортящихся продуктов, за реализацией продуктов по срокам их хранения. Медицинские работники МАДОУ также контролируют санитарное состояние пищеблока, соблюдение личной гигиены его работниками, доведение пищи до детей и организацию питания в группах.

 Пищеблок оборудован моечными ваннами, стеллажами для посуды, раковиной для мытья рук, весами, электроплитой с духовым (жарочным) шкафом, разделочными столами, шкафом для хранения хлеба, пароконвектомат, холодильными шкафами, низкотемпературным морозильным ларем. Имеется кладовая для хранения продуктов питания.

 Организация питания находится под постоянным контролем у администрации детского сада. Медицинскими работниками составляется меню-требование установленного образца с указанием выхода блюд для детей дошкольного (2-7 лет) возраста. Ежедневное меню обеспечивает 80% суточного рациона, при этом завтрак составляет 25% суточной калорийности, обед - 35-40%, ужин - 15-20%.

 В меню каждый день включена суточная норма молока, сливочного и растительного масла, сахара, хлеба, мяса. Все блюда готовятся в соответствии с технологическими картами, санитарными нормами. Продукты, богатые белком (рыба, мясо) включаются в меню в первой половине дня. Во второй половине дня детям предлагаются блюда из творога и овощные блюда. Для приготовления вторых блюд, кроме говядины, используется птица. Ежедневно в меню включены овощи в вареном и тушеном виде. Готовая пища выдается только после снятия пробы медработниками и соответствующей записи в журнале бракеража готовой кулинарной продукции. Выход блюд соответствует рекомендуемым объемам порций для детей.

 В МАДОУ имеется дополнительный второй завтрак, состоящий из натуральных соков. В целях профилактики гиповитаминозов проводится витаминизация третьего блюда. В питании детей используется йодированная соль.

 Питьевой режим в детском саду проводится в соответствии с требованиями СаНПиНа 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013г. Кипяченая питьевая вода доступна воспитанникам в течение всего времени нахождения в саду и меняется каждые 3 часа.

 В правильной организации питания детей большое значение имеет создание благоприятной обстановки в группе. Сервировка стола, внешний вид блюд, их вкусовые качества вызывают положительные эмоции у детей. Каждый прием пищи используется педагогами как благоприятный момент для воспитания у детей культуры поведения за столом и навыков самообслуживания.

1. **Охрана и укрепление здоровья воспитанников**

 Здоровье – одно из основных условий, определяющих возможность полноценного физического и психического развития ребенка. Задача детского сада – не только сохранить, но и по возможности укрепить здоровье детей при взаимодействии всех участников педагогического процесса – педагогов, родителей и специалистов МАДОУ.

 В детском саду разработана и реализуется программа «Будь здоров, малыш!», направленная на сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, совершенствования их физического развития.

 Для эффективного осуществления физкультурно – оздоровительной работы с детьми в МАДОУ созданы необходимые условия. Материально – техническое оснащение и оборудование, пространственная организация среды детского сада соответствует требованиям санитарно – гигиенических правил, физиологии детей. В течение года с сотрудниками МАДОУ проводятся плановые инструктажи по охране жизни и здоровья детей.

 Физкультурный зал и спортивная площадка оснащены оборудованием и инвентарем для развития у дошкольников основных видов движений и обучению элементам спортивных игр. С целью профилактики плоскостопия, улучшения координации движения, эмоционально – психического состояния, функций сердечно – сосудистой и дыхательной систем, повышения сопротивляемости к инфекционным заболеваниям, приобщения детей к здоровому образу жизни на территории МАДОУ создана «Тропа здоровья», позволяющая проводить следующие закаливающие и профилактические процедуры: вводную утреннюю зарядку на свежем воздухе; игры с водой и песком; дыхательную гимнастику; «босоножье» - хождение босиком по дорожке с разным покрытием»; игровую гимнастику. Для развития физических качеств у детей с учетом возрастных особенностей, повышения двигательной активности во время прогулки оформлена «Тренирующая дорожка», на которой комплекс основных движений изображен на асфальте в виде условных обозначений.

Медико – педагогический коллектив МАДОУ уделяет должное внимание закаливающим и профилактическим процедурам, вид и методика которых меняется в зависимости от сезона и погоды: игровая оздоровительная гимнастика после дневного сна, включающая релаксационную и дыхательную гимнастику, упражнения на профилактику плоскостопия и нарушения осанки у детей; полоскание зева кипяченой водой, контрастные воздушные ванны, хождение босиком по «солевой дорожке», утренний прием на свежем воздухе, витаминизированное питье и др.

 Педагоги МАДОУ проводят большую работу по валеологическому воспитанию и образованию детей. Подбирают эффективные методы и приемы, позволяющие в доступной интересной форме преподнести знания о строении тела человека, о важности правильного питания, закаливания, сна, и таким образом приобщают детей к здоровому образу жизни.

 Систематически в детском саду проводятся: утренняя зарядка как средство тренировки и закаливания организма, ритмическая гимнастика, медико – педагогический контроль, подвижные, спортивные и народные игры на прогулке, физминутки в ходе образовательной деятельности, игровой массаж по методике А.Усманской и К. Динейка. Организованы занятия в кружках: «Юный Олимпиец», работа которого направлена на развитие скоростно – силовых качеств и выносливости детей, приобщение к здоровому образу жизни. С часто болеющими детьми три раза в неделю проводится «Гимнастика маленьких волшебников» по методике А.Шкода, Т. Нестерюк, где используется дыхательная гимнастика с элементами йоги; «Мы шагаем по дорожке, укрепляем наши ножки» по профилактике плоскостопия у детей, укреплению опорно – двигательного аппарата.

 Особое место в физкультурно – оздоровительной системе отводится работе с родителями, которая включает: участие родителей в спортивных праздниках, досугах, соревнованиях; проведение консультаций по вопросам оздоровления детей; участие в физкультурных занятиях, утренней гимнастике. В родительских уголках во всех возрастных группах ежемесячно размещается информация о детской заболеваемости и мерах по ее предупреждению, оформляются папки – передвижки.

 Качественное питание – залог крепкого здоровья и правильного развития детей. Четырехразовое питание, воспитанников в МАДОУ осуществляется в соответствии с примерным десятидневным меню, разработанным на основе физиологических потребностей в пищевых веществах, утвержденным заведующей МАДОУ и согласованным с территориальным отделом территориального управления «Роспотребнадзора» по Красноярскому краю. Разработаны и утверждены технологические карты приготовления блюд, ежедневно отслеживается калорийность рациона, ежемесячно проводится анализ норм питания.

Решение вопросов оздоровительной и профилактической работы в детском саду невозможно без тесного взаимодействия с врачами. Помимо ежегодной диспансеризации, которую проводят специалисты детской поликлиники, ребята постоянно находятся под наблюдением врача – педиатра.

 Во всех возрастных группах имеются листы здоровья с полными антропометрическими данными детей, размером рекомендуемой мебели, основным и сопутствующим диагнозами и рекомендациями врача. Каждый месяц проводится анализ заболеваемости и посещаемости воспитанников. Весной и осенью проводится мониторинг состояния здоровья детей, уточняются диагнозы и группы здоровья.

**2. Адаптация поступивших детей к МАДОУ (прогноз, результат)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Степень адаптации** | **Прогноз адаптации** | **Показатель адаптации** |
| - легкая степень | 97,7% | 98,7% |
|  - средняя степень | 2,3% | 1,3% |
|  -тяжелая степень | 0 | 0 |

* вновь прибывшие дети успешно прошли адаптацию к условиям МАДОУ.

 Таким образом, проведение физкультурно – оздоровительных мероприятий способствует сохранению и укреплению здоровья детей, повышает интерес к физической культуре и спорту, заряжает положительными эмоциями. Мониторинг состояния здоровья и физического развития воспитанников показывает эффективность используемых мероприятий.