

Охрана здоровья и организация питания в ОАНО «Дари Детям Добро»

Проблема здоровья и его сохранение в современном обществе стоит на первом месте. Здоровье человека – это полное физическое, психическое и социальное благополучие при отсутствии заболевания. Такое благополучие обеспечивается комплексом внешних и внутренних факторов. Одним из главных признаков здоровья считается способность организма надежно приспосабливаться к условиям внешней среды и возможность осуществления полноценной деятельности в различной обстановке.

Сохранение и укрепление здоровья детей, определяется рядом условий:

- определение оптимальной учебной нагрузки, режима занятий
- пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни;
- организация и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления воспитанников, для занятий ими физической культурой;
- обеспечение безопасности воспитанников во время пребывания в детском саду;
- профилактика несчастных случаев с воспитанниками во время пребывания в дошкольном учреждении;
- проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий
- индивидуальный подход к каждому ребёнку;

Среди перечисленных условий важнейшим является индивидуальный подход к ребёнку, который реализуется воспитателем при организации воспитательно-образовательной деятельности. Нами эффективно используются меры по охране физического и психического здоровья и предупреждение утомляемости детей.

Реализация данного направления зависит от правильной деятельности взрослого (воспитателя или родителя).

ОАНО «Дари Детям Добро» работает по предупреждению заболеваемости. Все наши оздоровительные мероприятия направлены на повышение защитных механизмов самого организма, увеличение его сопротивляемости воздействию неблагоприятных факторов среды. Так же в нашем детском саду большое значение придается адаптации ребёнка к меняющимся внешним условиям: климатическим, бытовым, погодным и др. Для профилактики заболеваний проводится комплекс мер общеукрепляющего характера, включающих полноценное физическое воспитание при реализации физических нагрузок.

Закаливающие мероприятия не приведут к положительным результатам, если не будут выполняться все медико-гигиенические и педагогические требования и не будет создана благоприятная среда пребывания детей в коллективе. Все наши педагоги следят за соблюдением этих мероприятий.

В ОАНО закаливающие мероприятия направлены на укрепление здоровья, предупреждения заболеваемости и совершенствование физического развития воспитанников.

Для укрепления здоровья в нашем детском саду разработана система закаливающих мероприятий, органично вписывающихся в распорядок дня. Общие оздоровительные профилактические мероприятия проводятся в течение всего года. Успешная реализация оздоровительной работы – это постоянный и тесный контакт воспитателя с родителями. Для родителей проводятся разъяснительные беседы, консультации, дни здоровья и др.

Медицинское обслуживание осуществляется медицинскими работниками ФГАУ «ННПЦЗД» Минздрава России на основании договора от 21.09.2010 года на медицинское обслуживание обучающихся. В ОАНО имеется медицинский блок, специально оборудованы и включающий: медицинский и процедурный кабинеты.

Основной задачей медицинских работников является оказание первичной медико-санитарной помощи детям.

Задачи ОАНО создание условий для охраны здоровья воспитанников, в том числе обеспечение:

- текущего контроля за состоянием здоровья воспитанников.

-проведение санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучение и воспитание в сфере охраны здоровья.

-соблюдение санитарно - эпидемиологических правил и нормативов.

Мероприятия, закалывающие и укрепляющие здоровье:

- ежедневно проводится утренняя гимнастика, цель которой – создание бодрого, жизнерадостного настроения у детей, укрепление здоровья, развитие сноровки, физической силы, утренняя гимнастика сопровождается музыкой, которая благоприятно влияет на эмоциональную сферу, способствует хорошему настроению, формирует представления дошкольников о здоровом образе жизни;

- занятия по физическому развитию проводятся в физкультурном зале в каждой возрастной группе их цель – обучение детей правильному выполнению движений, различным упражнениям, направленным на развитие координации тела и повышение самостоятельной двигательной активности, сопровождаются музыкой;

- подвижные игры проводятся на специальных занятиях, во время прогулки и в промежуточные интервалы между занятиями, цель подвижных игр – создавать чувство радости, развивать самостоятельность в игре и стремление к еще большей физической активности, к организации здорового образа жизни;

- во время прогулок планируются эстафеты, соревнования, сбор природного материала для дальнейшей работы с ним в группе;

- дневной сон, создаётся специальная зона для отдыха и расслабления, при этом групповая комната заранее хорошо проветривается, все это укрепляет нервную систему;

- осуществляется медицинский контроль за состоянием здоровья детей, проводятся профилактические мероприятия для его укрепления;

- правильное питание удовлетворяет потребность организма в основных питательных веществах и минералах;

Для повышения эффективности оздоровительной работы и осуществляется мониторинг состояния здоровья воспитанников, представляющий собой систему динамического наблюдения за детьми на основе комплексного обследования. Такая система позволяет нам накапливать базу данных для выявления наиболее эффективных мер по сохранению и укреплению здоровья каждого ребёнка. В ОАНО «Дари Детям Добро» укрепление здоровья наших воспитанников является одним из приоритетов работ.

Организация питания в ОАНО

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 уделяется повышенное внимание. Организация питания возлагается на администрацию ОАНО. Дети получают 5-ти разовое питание – завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин. В рацион второго завтрака входят фрукты, соки. Рационально составленное цикличное меню - это подбор блюд суточного рациона, который удовлетворяет потребность детей в основных пищевых веществах и энергии с учетом возраста, необходимых для нормального роста, обеспечивающие физиологическую потребность детей в необходимых веществах.

Основными принципами организации питания 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).
- Пищевые продукты, поступающие в детский сад, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность; хранятся в с соблюдением требований СанПин и товарного соседства.
- Устройство, оборудование, содержание пищеблока детского сада соответствует санитарным правилам к организации детского общественного питания. Пищеблок оснащен всем необходимым технологическим и холодильным оборудованием,