

## **Условия питания обучающихся (воспитанников), в том числе приспособленных для детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья.**

Одним из факторов, влияющих на здоровье детей, является организация рационального питания в Учреждении. Питание детей в МБОУ «Тат.Каргалинская СОШ» дошкольные группы организовано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Питание организовано в соответствии с примерным 10-дневным меню, разработанным с учетом физиологических потребностей детей в калорийности и пищевых веществах, утвержденным директором ОУ. Также имеется картотека блюд с разработанными технологическими картами, позволяющими выдерживать все требования к приготовлению разнообразных детских блюд. Питание четырехразовое. Ежедневно проводится витаминизация 3-го блюда. Натуральные нормы питания колеблются в пределах от 90 до 100%. При организации питания соблюдаются возрастные физиологические нормы суточной потребности в основных пищевых веществах.

При организации питания соблюдаются возрастные физиологические нормы суточной потребности в основных пищевых веществах. Завтрак составляет 20-25% суточной калорийности, 2-ой завтрак-5%, обед 30-35%, полдник 10-15%. Важно правильное распределение различных продуктов в течение суток. В течение года между завтраком и обедом дети получают соки, фрукты. В еженедельный рацион питания включены фрукты, овощи, мясо, рыба и творог.

Выдача готовой пищи с пищеблока и прием пищи в группе осуществляется согласно режиму дня. Перед раздачей пищи в группы бракеражная комиссия снимает пробу. Ежедневно проверяется качество поставляемых продуктов, осуществляется контроль сроков реализации и правильностью их хранения.

В правильной организации питания детей большое значение имеет создание благоприятной и эмоциональной окружающей обстановки в группе. 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. В образовательном учреждении организован питьевой режим, используется кипяченая питьевая вода.

## **Условия охраны здоровья обучающихся (воспитанников), в том числе приспособленных для детей-инвалидов и детей с ограниченными**

### **возможностями здоровья.**

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 23.12.2012 г., с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», с требованиями Санитарных правил Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» деятельность по сохранению и укреплению здоровья обучающихся (воспитанников) направлена на организацию питания, определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима занятий и продолжительности каникул, пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления воспитанников, для занятия ими физической культурой и спортом; прохождение обучающимися (воспитанниками) медицинских осмотров, профилактику и запрещение вредных привычек (курения, употребления алкогольных напитков и пр.), обеспечение безопасности обучающихся (воспитанников) во время пребывания в Учреждении, профилактику несчастных случаев с обучающимися (воспитанниками) во время пребывания в Учреждении, проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий, обучение педагогических работников навыкам оказания первой помощи.

Организация занятий осуществляется в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком, в которых четко прописаны объем недельной образовательной нагрузки, продолжительность занятий, каникул, время, отведенное на самостоятельную деятельность, сон, прогулку.

В Учреждении создан психологически комфортный микроклимат: педагогами обеспечивается положительная эмоциональная мотивация воспитанников во всех видах детской деятельности; лично-ориентированный стиль взаимодействия педагогов, специалистов с детьми на основе сотрудничества, уважения личности ребенка; во всех группах созданы уголки уединения.

Педагогами разработаны картотеки подвижных игр, различных видов гимнастик, имеются дидактические пособия физкультурно-оздоровительной направленности и атрибуты для их проведения. Особое место уделяется повышению двигательной активности каждого ребенка в течение всего дня.

Детям созданы оптимальные условия для увеличения их двигательной активности в режиме дня: три занятия по физическому развитию, одно из которых для детей 5-7 лет организуется на открытом воздухе; подвижные игры, соревнования, физкультминутки,

организуются как в помещении, так и на открытом воздухе во время прогулки.

В свободном доступе для детей находятся физкультурные уголки в группах, оснащенные необходимым оборудованием; спортивное и гимнастическое оборудование.

В летний период на территории Учреждения функционирует «Тропа здоровья», цель которой укрепление здоровья детей с использованием естественных природных факторов (солнце, воздух, вода).

В группах проводится ежедневный утренний фильтр. Воспитатели опрашивают родителей о состоянии здоровья детей. Один раз в месяц медицинский работник проводит осмотр детей на чесотку, педикулез. Результаты осмотра заносят в специальный журнал. Ежегодно на начало календарного года заключается договор о совместной деятельности по медицинскому обслуживанию воспитанников между МБОУ «Тат.Каргалинская СОШ» и районной поликлиникой ГБУЗ «Сакмарская РБ». Регулярно воспитателями проводится беседы, анкетирование, консультации для родителей по различным вопросам (о состоянии здоровья детей, формах взаимодействия ОУ и семьи по снижению заболеваемости и др.).

Разработаны и реализуются профилактические меры по снижению заболеваемости у детей:

- соблюдение режима дня;
- ежедневные прогулки;
- снятие умственной усталости во время занятий (физминутки, релаксационные паузы);
- комплексы упражнений по профилактике нарушений зрения, плоскостопия, осанки;
- наличие в групповых помещениях бактерицидных ламп;
- С-витаминация;
- дыхательная гимнастика;
- ежедневное употребление салатов из свежих овощей, фруктов, сока;
- организация теплового и воздушного режима помещения;
- утренняя гимнастика;
- корректирующая гимнастика;
- физкультурные занятия;
- закаливание (сон без пижам, ходьба босиком, оптимальный двигательный режим);
- в холодное время ходьба по массажным коврикам, в теплое время по Тропе здоровья;
- мероприятия на период повышенной заболеваемости гриппа и ОРЗ;
- вакцинация по возрасту противогриппозной сывороткой.

Педагоги осуществляют тесное взаимодействие с семьями воспитанников по всем вопросам оздоровления детей, проводят совместные мероприятия с родителями, индивидуальное консультирование.

В каждой возрастной группе имеются информационные стенды, в которых периодически размещается информация по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей, организации и ведению здорового образа жизни в домашних условиях, в кругу семьи.