

Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение г. Мурманска № 93

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ г. Мурманска № 93
Е.В.Корсун

Приказ № 203-Од от 31.10.2018 г.



ПРОГРАММА

«Правильное питание – здоровый малыш»

г. Мурманск

2018 год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт Программы.
2. Значимость Программы
3. Основные направления работы по организации питания дошкольников.
4. Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы.
5. Примерная тематика бесед, тематических занятий, мероприятий.

1.Паспорт программы.

Полное наименование программы	Программа по вопросам выявления и решения проблем качества питания совместно с родительским сообществом в МАДОУ г. Мурманска № 93
Разработчики программы	Заведующий МАДОУ г. Мурманск № 93 Корсун Е.В. Наблюдательный совет МАДОУ г. Мурманск № 93
Цель программы	Создание условий, направленных на обеспечение воспитанников рациональным и сбалансированным питанием, гарантирование качества и безопасности питания, пищевых продуктов, используемых в приготовление блюд, формирование навыков пищевого поведения.
Основные задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> - обеспечение воспитанников питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; - гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании; - предупреждение (профилактика) среди воспитанников инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; - пропаганда принципов здорового и полноценного питания. - организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.
Ожидаемые результаты программы	<ul style="list-style-type: none"> - формирование у детей ценностного отношения к собственному здоровью, навыков здорового питания; - сокращение заболеваемости воспитанников по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи до минимума; - повышение культуры питания; - формирование рационального пищевого поведения; - улучшение осведомленности родителей в области сбалансированного питания в семье.
Нормативно – правовая база	<ol style="list-style-type: none"> 1.Федеральный закон ФЗ -№ 273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» ; 2. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях. СанПиН 2.4.1.3049-13» (далее СанПиН 2.4.1.3049-13), утвержденных постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 15.05.2013 г. № 26; 3. Законом РФ «О качестве и безопасности пищевых продуктов» от 02.2000 г. № 29-ФЗ (с изменениями от 30.12.2001г.; 10.01.2003 г.; 30.06.2003 г.; 22.08.2004 г.); 4.Законом РФ «О санитарно-эпидемиологическом благополучия населения» № 52-ФЗ (ст. 1728) от 30.03.1999г.; 5.Методическими рекомендациями «Питание детей в детских дошкольных учреждениях, утвержденные Минздравом ССР от 14.06.1984 г.; 6.Информационным письмом Минздрава РФ от 18.02.1994

	<p>«Профилактическая витаминизация детей в дошкольных, школьных, лечебно-профилактических учреждениях и домашних условиях»;</p> <p>7.Инструкцией по использованию концентратов поливитаминных напитков для профилактики полигиповитаминозов в дошкольных, школьных, лечебно-профилактических учреждениях и домашних условиях», утвержденных Минздравом РФ от 18.02.1994 № 06-15/2-15;</p> <p>8.Инструкцией по витаминизации молока и готовых блюд в дошкольных, школьных, лечебно-профилактических учреждениях и домашних условиях поливитаминным премиксом 730/4», утвержденных Минздравом РФ от 18.02.1994 № 06-15/3-15;</p> <p>9.Уставом МАДОУ г. Мурманска № 93.</p>
--	--

2. Значимость проблемы.

Приоритетность задач охраны и укрепления здоровья ребенка обуславливает насущность принципиальных изменений, обеспечивающих формирование у воспитанников ценностных установок по отношению к собственному здоровью. Отличительными особенностями Программы являются:

- преобладание интерактивных методов организации питания;
- практическая значимость содержания программы;
- обеспечение активного участия педагогов, семьи (родители (законные представители) должны осознавать важность и значимость результатов).

К организации питания детей предъявляются особые требования. Составляя рационы для воспитанников, следует добиваться того, чтобы они не только обладали достаточной энергетической ценностью, но и содержали необходимое, сбалансированное количество белков. Жиров, углеводов, минеральных веществ. Рацион питания должен строиться с учетом индивидуальных особенностей ребенка. Правильно организованное питание во многих случаях может не только предотвратить возникновение болезни, но и справиться с ней. Прежде всего, необходимо улучшить осведомленность родителей (законных представителей), педагогов о том, какие требования предъявляются к организации питания детей. Сформировать у самих воспитанников ценностное отношение к собственному здоровью, навыки заботы о своем организме. Необходима специальная подготовка в области питания для детей родителей (законных представителей), педагогов. Такая подготовка способна решать даже самые сложные проблемы, связанные с нехваткой материальных средств. Правильное питание не обязательно должно быть дорогим. Выбор продуктов во многом определяется вкусовыми пристрастиями детей. Предпочтение ребенка к еде закладывается уже в раннем детстве и в значительной мере зависит от воспитания, традиций питания, сложившихся в семье. Наиболее благоприятным временем в воспитании положительного отношения к еде является период адаптации. Важно именно в это время вместе с родителями (законными представителями) выполнять единые требования, а педагогу предоставляется максимальная возможность использования индивидуального подхода в организации питания. Родители (законные представители), педагоги, способны повлиять на мнение ребенка в отношении выбора блюд таким образом, чтобы дети предпочитали наиболее полезное не потому, что их заставляют, а потому что нравится вкус. С детства могут и должны закладываться поведенческие стереотипы в отношении питания – соблюдение культурно-гигиенических навыков, режима питания, правил поведения за столом. Ставшие полезной привычкой, они способны в значительной мере повлиять на здоровье, укрепить его.

Программа ориентирована на детей от 1 года 6 месяцев до 8 лет

3. Основные направления работы по организации питания дошкольников.

№	Задачи	Содержание работы
1.	Обеспечение детей дошкольного возраста питанием, соответствующим возрастным, физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального сбалансированного питания	<ul style="list-style-type: none"> - разработка нормативно – правовой и технологической документации по организации дошкольного питания - создание системы производственного контроля - разработка десятидневного меню - организация работы по С-витаминизации
2.	Обеспечение доступности дошкольного питания	<ul style="list-style-type: none"> - выплата компенсаций различным группам воспитанников - учет социального положения различных категорий семей воспитанников
3.	Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании	<ul style="list-style-type: none"> - жесткий контроль за соблюдением законодательства РФ в области прав потребителей - приоритет продукции местных производителей - использование современных технологий приготовления
4.	Модернизация материально – технической базы пищеблока	<ul style="list-style-type: none"> - замена устаревшего технологического оборудования на более новое и современное
5.	Предупреждение(профилактика) среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания	<ul style="list-style-type: none"> - просветительская работа о соблюдении санитарных норм и личной гигиены - воспитание правильного отношения к питанию
6.	Повышение кадрового потенциала работников пищеблока и других специалистов, ответственных за организацию питания	<ul style="list-style-type: none"> - обучение персонала санитарному минимуму и работе на современном оборудовании - просветительская работа среди педагогов по вопросам питания
7.	.Пропаганда принципов здорового и полноценного питания. Организация образовательно – разъяснительной работы по вопросам здорового питания	<ul style="list-style-type: none"> - использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации питания детей дошкольного возраста - проведение в ДОУ мероприятий по формированию навыков здорового питания, культуры приема пищи
8.	Совершенствование системы финансирования питания воспитанников, оптимизация затрат	<ul style="list-style-type: none"> - организация контроля за соблюдением ценообразования, выделением и освоением финансовых средств

4.Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы.

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
I. Работа с воспитанниками			
1.	Проведение бесед, в рамках недели здоровья «Мы за здоровый образ жизни»	По плану	Ст.воспитатели , Воспитатели групп
2.	Конкурс плакатов «Мы за правильное питание»	март	Ст.воспитатели, Воспитатели групп Родители
II. Работа с педагогическим коллективом			
1.	Обсуждение вопросов горячего питания на педагогических советах	1 раз в квартал	Заведующий
2.	Ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям.	В течение года	Старшая медсестра Воспитатели групп
3.	Своевременное выявление воспитанников, с заболеваниями ЖКТ.	В течение года	Старшая медсестра
4.	Организация своевременной сдачи документации по выплате компенсаций по оплате за д/с	В течение года	Заведующий
5.	Ведение пропаганды здорового питания.	В течение года	Воспитатели групп
III. Работа с родителями			
1.	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании воспитанников на родительских собраниях «Основы формирования у ребёнка навыков здорового образа жизни. Атмосфера жизни семьи как фактор физического и психического здоровья ребёнка. Профилактика вредных привычек и социально обусловленных заболеваний у детей».	1 раз в квартал	Заведующий, Старшая медсестра, Воспитатели групп
2.	Изучения отношения родителей к организации питания в ДОУ . Анкетирование.	2 раза в год	Старшая медсестра Воспитатели групп
3.	Привлечение родителей к проведению мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ, проводимых в	В течение года	Педагоги ДОУ

	ДОУ.		
4.	Помещение в родительский уголок информации по организации питания	В течение года	Воспитатели групп
IV. Контроль за организацией питания и работой пищеблока			
1.	Создание комиссии по проверке качества питания.	Сентябрь	Заведующий
2.	Составление НОД для каждой возрастной группы.	Сентябрь	Ст.воспитатели, Старшая медсестра
3.	Рейд по проверке организации питания в ДОУ	Ежемесячно	Члены комиссии
5.	Составление отчёта по проверке организации питания	Ежемесячно	Ст.воспитатели, Старшая медсестра
6.	Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню.	Ежедневно	Старшая медсестра
V. Работа по воспитанию культуры питания среди родителей воспитанников			
1.	Консультации для родителей: «Организация рационального питания в семье» « Питание часто болеющих детей» «Правильное рациональное питание успех развития и роста дошкольников»	1 раз в квартал	Старшая медсестра Воспитатели групп
2.	Общее родительское собрание по вопросам питания; Интервьюирование родителей на тему: «Питание вашего ребенка»	2 раза в год	Заведующий Старшая медсестра Воспитатели групп

5.Примерная тематика бесед, тематических занятий, мероприятий

Мероприятие	Цель	Ответственные	Сроки реализации
<p>Тематика родительских уголков (родительских собраний)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Организация питания в выходные дни - Рецепты витаминных блюд - Рекомендуемые нормы содержания витаминов в питании ребенка - Правила поведения за столом - Здоровье ребенка в руках взрослых - молоко – источник здоровья - Питание – основа жизни - Режим дня – залог здоровья дошкольника - Физическое развитие дошкольника - мастер классы от родителей 	<p>Помочь родителям в получении информации о правильном питании, здоровье дошкольника</p>	<p>Воспитатели групп, старшая медсестра</p>	<p>В течение года</p>
<p>Тематика бесед с детьми дошкольного возраста <i>Форма проведения - игр</i></p>			
<p>«Овощной салат»</p>	<p>Дать детям представления по необходимости питания. Закрепить знания детей об овощах, рассказать детям о пользе овощей для здоровья</p>	<p>Воспитатели групп</p>	<p>Сентябрь</p>
<p>«Хлеб – всему голова»</p>	<p>Рассказать детям откуда появляется хлеб на нашем столе, познакомить ребят с разными видами хлеб, их пользой для здоровья</p>		<p>Октябрь</p>
<p>«Фруктовый салат (мусс) »</p>	<p>Закрепить знания детей о фруктах, познакомить детей с их свойствами.</p>		<p>Ноябрь</p>

«Полдник. Время есть булочки»	Формировать представление о полднике, как обязательной части ежедневного меню, формировать представление о продуктах и блюдах, которые могут быть включены в меню полдника		Декабрь
«Пейте дети молоко – будете здоровы»	Рассказать детям о пользе молока и молочных продуктов	Воспитатели групп	Январь
«Пора ужинать»	Формировать представление об ужине как обязательной части ежедневного меню, расширить представление о блюдах, которые могут быть включены в меню ужина	Воспитатели групп	Февраль
«Что не надо кушать»	Дать детям представление о самых вредных для организма продуктах		Март
«Завтрак для космонавта»	Рассказать детям о профессии космонавта и необходимости здорового питания в космосе		Апрель
«Как утолить жажду»	Формировать представления о роли воды для организма человека, расширить представление о разнообразии напитков и вреде различных видов напитков	Воспитатели групп	Май
Интерактивная игра «Здоровье в	Закрепить знания	Воспитатели	Июнь

тарелке»	детей о полезных и вредных продуктах	групп	
Массовые мероприятия (досуги, развлечения, праздники)			
Физкультурный досуг «Праздник картошки»	Формировать у детей привычку к ЗОЖ	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, родители	Сентябрь
Развлечение с родителями «Быть здоровыми хотим»	Формировать у детей привычку к ЗОЖ	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, родители	В рамках проведения недели здоровья (по плану)
Викторина «Здоровейка»	Закрепить знания детей о пользе тех или иных продуктов питания.	Воспитатели групп	1 раз в квартал
Развлечение «Праздник урожая»	Расширить представления детей о сезонных витаминах – овощах и фруктах	Воспитатели групп, музыкальный руководитель	Октябрь
Встреча с родителями «За чашкой чая»: «Вопрос – ответ на тему «Столовый этикет»	Расширить представления родителей и детей о правилах и нормах столового этикета, необходимости привития детям этих норм и правил детям.	Воспитатели групп	Декабрь
Встреча с родителями «Конкурс кулинарных рецептов»	На конкурсной основе выявить наиболее полезный рецепт блюда и порекомендовать его для приготовления дома.	Воспитатели групп, родители.	Март
Конкурс рисунков «Самые полезные продукты»	Закрепить знания детей о пользе тех или иных продуктов	Зам. зав. по ВР, воспитатели групп, родители.	Май