Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад «Ягодка»

с. Золотая Степь Советского района Саратовской области

413200, Саратовская область, Советский район, с. Золотая Степь, ул. Советская, д.3,

т. 8 (845-66) 6 – 91 –49

# ДОКЛАД

## на тему «Санитарные нормы и гигиена в ДОУ»

Выполнила заведующий МБДОУ-д/с «Ягодка»
Е.А. Литвинова

2022г.

**Санитарные нормы и гигиена в детских дошкольных учреждениях.**

Ребенок проводит в дошкольном учреждении много времени, и его здоровье в значительной степени зависит от условий, в которых он находится. Правильное развитие детей в дошкольном возрасте очень важно, так как определяет здоровый рост и развитие ребенка. Особая роль в создании здорового образа жизни детей отводится таким факторам как рациональное питание, соблюдение нормируемых параметров микроклимата, освещенности, гигиенически обоснованный режим дня в дошкольных учреждениях.

Питание ребенка – ведущий фактор, обеспечивающий правильное развитие и функционирование всех органов и систем, питание должно удовлетворять физиологические потребности детей в основных пищевых веществах и энергии. Питание должно быть организовано в соответствии с примерным меню, утвержденным руководителем дошкольной образовательной организации, рассчитанным не менее чем на 2 недели. Кратность приема пищи определяется временем пребывания детей и режимом работы детского сада.

Для обеспечения разнообразного и полноценного питания детей в дошкольных образовательных организация, родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню в каждой групповой ячейке. В ежедневном меню указывается наименование блюда и объем порции, а также замены блюд для детей с пищевыми аллергиями, сахарным диабетом и другими заболеваниями

*Для создания благоприятных условий среды в помещениях пребывания детей необходимо обеспечить оптимальные параметры уровня искусственной освещенности и микроклимата. Администрации дошкольного учреждения необходимо осуществлять контроль за температурой и относительной влажностью воздуха в детском саду.*

*Температура воздуха в приемных, игровых ясельных групповых ячеек не ниже 22 $^0$С, в приемных игровых младшей, средней, старшей групповых ячеек не ниже 21 $^0$С, в спальнях всех групповых ячеек не ниже 19 $^0$С, в туалетных ясельных групп не ниже 22 $^0$С, в туалетных дошкольных групп не ниже 19 $^0$С.* Относительная влажность воздуха в помещениях с пребыванием детей должна быть в пределах 40 - 60%. Все помещения дошкольной организации должны ежедневно проветриваться. Проветривание проводится в отсутствие детей и заканчивается за 30 минут до их прихода с прогулки или занятий.

При проветривании допускается кратковременное снижение температуры воздуха в помещении, но не более чем на 2 - 4°С. В помещениях спален сквозное проветривание проводится до дневного сна в отсутствие детей. При проветривании во время сна фрамуги, форточки открываются с одной стороны и закрывают за 30 минут до подъема. В холодное время года фрамуги, форточки закрываются за 10 минут до отхода ко сну детей. В теплое время года сон (дневной и ночной) организуется при открытых окнах (избегая сквозняка).

Нет сомнения, что все родители хотят, чтобы их ребенок был здоров, но далеко не все знают, что главное условие сохранения здоровья – соблюдение режима дня.

При нарушении режима дня ребенок быстро устает, становится рассеянным, ничего не успевает, появляются головные боли, снижается настроение.

Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

При организации режима пребывания детей в дошкольных образовательных организациях (группах) более 5 часов организуется прием пищи с интервалом 3-4 часа и дневной сон; при организации режима пребывания детей до 5 часов - организуется однократный прием пищи. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов.

На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4-х лет - не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

Администрации и медицинским работникам детского сада необходимо принимать меры по профилактике заноса и распространения инфекционных заболеваний в дошкольных учреждениях. В связи с этим ежедневный утренний прием детей проводится воспитателями и (или) медицинскими работниками, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей. По

показаниям (при наличии катаральных явлений, явлений интоксикации) ребенку проводится термометрия.

Выявленные больные дети или дети с подозрением на заболевание в дошкольные образовательные организации не принимаются; заболевших в течение дня детей изолируют от здоровых детей (временно размещают в помещениях медицинского блока) до прихода родителей или их госпитализации в лечебно-профилактическую организацию с информированием родителей.

Родителям нужно помнить, что после перенесенного заболевания, а также при отсутствии детей в детском саду более 5 дней (за исключением выходных и праздничных дней) детей принимают в дошкольные образовательные организации только при наличии справки с указанием диагноза, длительности заболевания, сведений об отсутствии контакта с инфекционными больными.

Соблюдение гигиенических требований и рационального режима дня детьми в дошкольных учреждениях способствует укреплению и улучшению состояния их здоровья, а также повышению эффективности учебной и воспитательной деятельности.