

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ САМОПОДГОТОВКИ (задание на дом)

Раздел дисциплины 1

Введение в дисциплину. Формирование здоровья детской популяции

Тема занятия:

Практическое занятие № 1 «Здоровье детей и подростков, условия его формирования. Физическое развитие детей и подростков»

Вопросы для самоподготовки

1. Определение гигиены детей и подростков как возрастной гигиенической науки, ее цели и задачи.
2. Гигиена детей и подростков как практическая отрасль здравоохранения. История развития гигиены детей и подростков.
3. Основные закономерности роста и развития детей и их гигиеническое значение. Возрастная периодизация.
4. Физическое развитие, методы исследования и оценки.
5. Влияние социально–экономических, экологических и природных факторов на физическое развитие и состояние здоровья детской популяции. Акселерация, децелерация, гипотезы о причинах.
6. Показатели состояния здоровья, методы и принципы изучения, анализа оценки, прогнозирование.
7. Инвалидность детского населения.
8. Заболеваемость детского населения, возрастные особенности.
9. Понятие о группах здоровья. Комплексная оценка состояния здоровья детей и подростков. Особенности формирования заболеваний у детей.
10. Социальные аспекты здоровья детей. Группы риска, методология оценки риска в развитии патологии среди детского населения. Социально–гигиенический мониторинг здоровья детского населения.

Тестовые задания

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ОЦЕНИВАЕТСЯ:

- а) по соматометрическим показателям
- б) по соматоскопическим показателям
- в) по физиометрическим показателям
- г) по сопротивляемости организма факторам окружающей среды
- д) по перенесенным заболеваниям

2. ДЛЯ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ИСПОЛЬЗУЮТ:

- а) метод сигмальных отклонений
- б) регрессионный метод
- в) метод центилей
- г) комплексный метод
- д) ретроспективный метод

3. СООТНЕСИТЕ ПОКАЗАТЕЛИ С ХАРАКТЕРИСТИКОЙ

1. физиометрические показатели А. ДТ, МТ, ОГК
2. соматоскопические показатели Б. ЖЕЛ, АД, ЧСС, ЧДД
3. антропометрические показатели В. Кожные покровы, слизистые

4. СИСТЕМАТИЧЕСКОЕ НАБЛЮДЕНИЕ ЗА ФИЗИЧЕСКИМ РАЗВИТИЕМ РЕБЁНКА В ПРОЦЕССЕ ЕГО РОСТА И РАЗВИТИЯ НАЗЫВАЕТСЯ

- а) генерализирующий метод
- б) индивидуализирующий метод
- в) морфофункциональный метод
- г) комплексный метод

5. АСТЕНИЧЕСКАЯ ФОРМА ГРУДНОЙ КЛЕТКИ ХАРАКТЕРИЗУЕТСЯ:

- а) увеличением размеров грудной клетки в передне-заднем направлении
- б) выделением над- и подключичных ямок
- в) увеличением межрёберных промежутков
- г) увеличением надчревного угла

6. ВИДЫ НАРУШЕНИЙ ОСАНКИ У ДЕТЕЙ:

- а) сутуловатая
- б) кифотическая
- в) сколиотическая
- г) лордотическая
- д) выпрямленная е) о-образная

7. ПРИ ОПРЕДЕЛЕНИИ ОСАНКИ, РЕБЕНОК ДОЛЖЕН НАХОДИТЬСЯ В

- а) положении по стойке смирно
- б) положении лежа
- в) положении сидя
- г) привычной позе, в положении стоя

8. СТЕПЕНЬ ПОЛОВОГО РАЗВИТИЯ МАЛЬЧИКОВ ВКЛЮЧАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ПРИЗНАКИ:

- а) развитие волос на лобке
- б) развитие волос на ногах
- в) оволосение лица
- г) мутация голоса
- д) оволосение лица
- е) развитие мышц плечевого пояса
- ж) развитие кадыка

9. СТЕПЕНЬ ПОЛОВОГО РАЗВИТИЯ ДЕВОЧЕК ВКЛЮЧАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ПРИЗНАКИ:

- а) развитие волос на лобке
- б) развитие волос в подмышечных впадинах
- в) развитие молочной железы
- г) развитие тазовой кости
- д) развитие кадыка
- е) менархе
- ж) жизненная ёмкость лёгких

10. ДЛЯ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ВЫЧИСЛЯЮТ ВОЗРАСТ ОБСЛЕДУЕМОГО С ТОЧНОСТЬЮ ДО:

- а) часов
- б) месяцев
- в) лет
- г) дней

Эталоны ответов к тесту:

1-а,б,в; 2 – а,б,в,г; 3 - 1-б; 2-в; 3-а; 4- б ; 5 -б,в; 6 -а,б,г,д; 7 – г; 8 – а,в,г,д,ж; 9 -а,б,в,е;

Ситуационная задача к практическому занятию

Петрова Алина родилась 13 декабря 2001 г, дата обследования 20 ноября 2016 г., имеет длину тела 168 см., массу тела 50 кг, ОГК- 86 см., постоянных зубов 28, годовая прибавка длины тела - 2см. АхЗРЗМа2 Ме+. Мышечная сила правой руки 25 кг., левой – 21 кг. ЖЕЛ 2200 мл. Хронических заболеваний девочка не имеет, в текущем году перенесла инфекционный гепатит продолжительность течения которого составила 2,5 месяца. Задание: оцените уровень физического и биологического развития девочки центильным методом, степень гармоничности развития

Эталон ответа

Определение календарного возраста и возрастной группы

При использовании таблицы для определения календарного возраста ребенка из года проведения обследования вычитаем год рождения ребенка: 2016-2001=15 лет. Затем из полученного числа лет вычитываем число месяцев, исходя из пересечения горизонтальной (месяц рождения XII) и вертикальной (месяц обследования XI) строк: 15 лет – 1 месяц = 14 лет 11 месяцев (календарный возраст). По таблице определим, что девочка относится к возрастной группе 15 лет.

Определение центильных интервалов (ц.и.) антропометрических признаков:

По таблице центильных величин определим: Длина тела – 168 см – 4 ц.и.(160,0 – 168,0)

Масса тела – 50 кг – 4 ц.и. (48,63 – 60,61) ОГК – 68 см – 3 ц.и. (65,50 – 70,0)

Определение темпового соматотипа: По сумме значений центильных интервалов определяем темповый соматотип (4+4+3=11) – Мезосоматический тип развития, средний темп роста. Определение гармоничности развития: По разности между максимальным и минимальным номерами центильных интервалов определяем гармоничность (4-3=1) – Гармоничное физическое развития.

Раздел дисциплины 1**Гигиена образовательной деятельности****Тема занятия:**

Практическое занятие № 2 «Гигиеническая оценка учебно-воспитательного процесса в детских и подростковых учреждениях. Гигиенические требования к размещению и планировке детских и подростковых учреждений. Санитарные требования к режиму эксплуатации детских и подростковых учреждений»

Вопросы для самоподготовки

1. Основы проектирования, строительства реконструкции и эксплуатации различных образовательных учреждений.
2. Гигиенические принципы планировки различных образовательных учреждений.
Воздушно-тепловой режим в детских и подростковых учреждениях. Гигиенические нормы воздухообмена в различных помещениях для детей и подростков. Естественная и искусственная вентиляция, отопительные устройства, применяемые в детских учреждениях.
3. Световой режим в детских учреждениях. Гигиенические требования к освещению помещений в детских и подростковых учреждениях. Характеристика естественного и искусственного освещения различных помещений в учреждениях для детей и подростков. Ультрафиолетовая недостаточность и ее профилактика.

4. Физиологические основы деятельности детей. Возрастные закономерности развития высшей нервной деятельности детей и подростков как физиологическая основа гигиенического регламента педагогического процесса. Гигиенические основы подготовки детей к школе. Понятие школьной зрелости, методы определения. Утомление и переутомление, возрастные особенности.
5. Гигиенические принципы организации учебного процесса в различных образовательных учреждениях.
6. Периодичность умственной работоспособности в течение суток и недели, годовая динамика. Гигиеническое значение формирования динамического стереотипа.
7. Возрастная хронобиология. Сон, его физиологическая сущность и значение для развития детского организма. Гигиенические принципы организации учебного процесса в различных образовательных учреждениях с учетом возраста детей.
8. Гигиенические критерии построения учебного дня, недели, года. Основные факторы внутришкольной среды и их влияние на здоровье детей.
9. Гигиенические основы компьютерного обучения, использования аудио–визуальных технических средств обучения.
10. Гигиенические требования к условиям обучения детей с отклонениями в здоровье.
11. Методы гигиенической оценки организации и условий проведения педагогического процесса

Ситуационная задача к практическому занятию

Средняя образовательная школа №1017 Западного административного округа г. Москвы, рассчитанная на 464 учащихся, расположена на территории микрорайона внутри квартално на расстоянии 50 м от межквартальных проездов. С наветренной стороны в 100 м от школы имеется промышленное предприятие 2 класса. Земельный участок прямоугольной формы, общая площадь составляет 2,1 га. На участке выделены следующие зоны: физкультурно-спортивная, учебно-опытная, зона отдыха и зона хозяйственного двора с отдельным въездом с улицы. Площадь зеленых насаждений составляет 12000 м². Здание школы имеет блочную планировку: имеется 3 учебных двухэтажных блока (А, Б, В) и административно-хозяйственный корпус. Учебные помещения для младших классов (4 класса) расположены на первом этаже блока А. Площадь классных комнат 53,5 м² (7,6 х 7,04 м), окна ориентированы на южную сторону горизонта, На втором этаже имеются кабинеты для учащихся средних и старших классов: кабинет математики, литературы, русского языка (площадью 53,5 м²), черчения и рисования (74,8 м²) и военной подготовки (62,8 м² с лаборантской и комнатой хранения оружия). Лаборатории физики, химии и биологии расположены на первом этаже блока Б. Площадь лабораторий 73-74 м², имеются лаборантские (17-18 м²) с отдельным входом из коридора. В третьем учебном блоке (В) первый этаж занимает спортивный зал размером 9 х 13 м (117 м²), а также две раздевалки с душевыми и туалетными комнатами, снарядная и комната инструктора. На втором этаже расположена комбинированная мастерская по обработке металла и древесины (52,3 м²), комната мастера и инструментальная. Помимо перечисленного, в школе имеются помещения для организации продленного дня, библиотека, актовый зал, столовая и медицинский пункт.

ЗАДАНИЕ

1. Оцените представленное архитектурно-планировочное решение школьного участка и здания в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями. Какой радиус обслуживания установлен для городских школ?
2. Радиус обслуживания, допустимый для школ в сельской местности?

3. Какой процент территории участка школы может быть отведен под застройку в % ?
4. От чего зависит величина земельного участка образовательного учреждения?
5. Каких размеров должен быть спортивный зал в школах большой вместимости и при какой высоте помещения?
6. Какие значения светового коэффициента (СК) и коэффициента заглубления (КЗ) нормируется для классных комнат?
7. Допустимое расстояние от первой и последней парты до классной доски?
8. Какие требования предъявляются к рекреационным помещениям школы?
9. На какую сторону горизонта необходимо ориентировать окна кабинета черчения и рисования?

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ

Наилучший вариант размещения школы на территории микрорайона – внутри кварталное, в достаточном удалении от межквартальных проездов. Однако, в данном случае расстояние от проезжей части дорог не выдержано (50 м вместо 100-170 м). Кроме того, не соблюдена величина санитарно-защитной зоны от промышленного предприятия 2 класса – величина ее должна быть не менее 500 м. Размеры земельного участка и его конфигурация полностью соответствуют гигиеническим требованиям: площадь на одного учащегося составляет более 40 м², на участке имеются все основные зоны, для зоны хозяйственного двора предусмотрен отдельный въезд с улицы, более 50% площади территории участка озеленено. Композиция школьного здания – блочная в наибольшей степени соответствующая сохранению секционности. Основные помещения школы – классные комнаты и кабинеты имеют достаточную площадь (более 50 м²) и допустимые размеры, за исключением кабинета военной подготовки (его площадь должна быть 72 м²). Лаборатории физики, химии и биологии расположены на первом этаже блока Б, площадь лабораторий достаточна, при каждой из них имеется лаборантская комната. Предназначенная для трудового обучения школьников комбинированная мастерская расположена на 2 этаже, что не согласуется с требованиями СанПиН, площадь ее не достаточна для рационального размещения оборудования. Мастерские желательно размещать на первом этаже в торце здания и иметь дополнительный выход. Площадь мастерских определяется из расчета 6 м² на 1 учащегося и рассчитывается на половину учащихся класса. Спортивный зал в средних школах на 10-16 классов должен иметь площадь 162 м² (18 x 9 м). Следовательно, в данном случае длина зала уменьшена на 5 м, что привело к уменьшению его площади до 117 м². Б. 1. Радиус обслуживания для городских школ должен составлять 0,3-0,5 км пешеходной доступности. Допускается размещение школ на расстоянии транспортной доступности: для учащихся начальной школы – 15 минут, для средних и старших школьников – не более 30 минут (в одну сторону). 2. Для учащихся 1 ступени – 2 км пешком или 15 минут на транспорте; для учащихся 11 и 111 ступени – 4 км пешком или 30 минут на транспорте. 3. 10-15%. 4. Размеры участка определяются типом учреждения (школа, школа-интернат) и его вместимостью. 5. Размеры спортивного зала школы большой вместимости должны составлять 12 x 24 м при высоте 6 м. 6. СК – 1:4-1:6; КЗ не более чем 1:2,5 7. Расстояние от первой парты до классной доски должно быть не менее 2 м; от последней - не более 8 м. 8. Рекреационные помещения проектируют в виде односторонне застроенных коридоров шириной не менее 2,8 м; при двухсторонней застройке ширина коридора должна быть не менее 4 м. Предпочтение отдается рекреациям зального типа, при этом в одну рекреацию может выходить 3-6 классных комнат. 9. На северную сторону горизонта для создания равномерного освещения.

Пример работы «Проведение комплексного обследования детского сада и школы с написанием акта обследования» по разделу «Гигиена образовательной деятельности».

Акт комплексного обследования
детского сада

Дата составления акта обследования: 17 ноября 2017 года.

Наименование учреждения: МДОУ №37 «Березка»

Адрес фактический: город К., улица Ленина, 34.

Руководитель: Иванова Л.Р.

Перечень нормативных документов, в соответствии с которыми проведено обследование: ФЗ №52 «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» статья 28, СанПиН 2.2.1/2.1.1.1278-03 «Гигиенические требования к естественному, искусственному и совмещенному освещению жилых и общественных зданий» (табл.1 п.62); СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

По результатам обследования установлено:

Общие данные Число детей: расчетное - 140, фактическое - 125. Всего в детском саду 6 групп: 1 младшая, 5 подготовительных; Режим работы – 5-ти дневный, с 7.00 до 19.00; Возрастной состав – от 3 до 7 лет;

Обследование земельного участка и здания

Детский сад размещен в центре микрорайона, в пешеходной доступности, удален от магистральных улиц и промышленных предприятий. Вблизи к МДОУ №37 расположены линии электропередач. Территория земельного участка имеет наружное электрическое освещение. Территория детского сада ограждена забором и полосой зеленых насаждений. Имеется 2 входа/выхода. На земельном участке выделяется игровая и хозяйственная зоны. Игровая зона включает 6 индивидуальных групповых площадок и общую физкультурную площадку. физкультурная площадка оборудована турниками, гимнастическими стенками, горками, лесенками, качелями, что соответствует требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 п.2.1.13. Групповые площадки отделены друг от друга полосой зеленых насаждений (кустарниками). Каждая игровая площадка оборудована теньвым навесом, закрытым с 3-х сторон, с деревянными полами на расстоянии 15 см. от земли, что соответствует п.3.9 СанПиН 2.1.4.1249-13; Общая площадь земельного участка = 5009 м²; План земельного участка: Рисунок 1 (Приложение);

На территории земельного участка имеется овощехранилище; Здание детского сада располагается в центре участка, двухэтажное, имеет централизованную конфигурацию. В здании имеется два входа, нет изолированного входа для детей ясельной группы. Вход на 6 групп. Что не соответствует требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 На первом этаже располагаются групповые ячейки для младших групп -1, для подготовительных групп -2, медицинский блок, пищеблок, административно-хозяйственные помещения. На втором этаже - групповые ячейки для подготовительной группы - 3, совмещенный музыкальный и гимнастический зал; Поэтажные планы здания: Рисунок 2 (Приложение); За территорией детского сада со стороны хозяйственной зоны, расположены мусорные баки с крышками, находящиеся на расстоянии более 15 метров от здания; Изоляция дошкольных и дошкольных групп осуществляется посредством групповых ячеек - изолированных помещений, принадлежащих каждой детской группе, а также специализированных помещений для занятий с детьми. В ходе обследования групповой ячейки для подготовительной группы (на 22 ребенка), установлено, что в состав групповой ячейки входят приемная, групповая, спальня и туалетная; Характеристика отдельных помещений:

1) РАЗДЕВАЛЬНЯ:

Раздевальня оборудована 25 индивидуальными промаркированными шкафчиками.

2) ГРУППОВАЯ: длина – 7,5 м, глубина – 6,5 м, общая площадь – 48,75 м². Площадь на одного ребенка – 2 м², что соответствует приложению 1, таблице 1 СанПиН 2.4.1.3049-13 (2 м² на 1 ребенка). Естественное освещение: площадь всех окон равна 10,5 м² (2,10*2,5+2,10*2,5= 10,5 м²), СК=10,5 м² : 48,75 м² = 1:4,5 (что соответствует рекомендуемому 1:4), КЗ= 3,9 м : 10,5 м = 1:2,6 (при рекомендованном 1:2). Искусственное освещение представлено лампами накаливания – 8 по 100 Вт). Уровень освещенности: общая мощность - 800 Вт. Вентиляция: общая площадь фрамуг=4*(1,7*0,7)=4,8 м²; имеются 2 вытяжки. Коэффициент аэрации=4,8 : 60,1=1:13 (норма – не более 1:30). Отопление: 3 внешних радиаторов с защитными кожухами.

Напольное покрытие ковровое.

График проветривания:

Группа – с 6.00 до 7.00; с 10.00 до 11.00; с 16.00 до 17.00; с 19.00 до 20.00

График сквозного проветривания – 6.50 – 7.00; 8.50 – 9.00; 10.50-11.00; 14.30-14.40; 16.50-17.00

3) СПАЛЬНЯ: длина – 7,5 м, глубина – 6,5 м, общая площадь – 48,75 м². Площадь на одного ребенка – 2 м², что соответствует приложению 1, таблице 1 СанПиН 2.4.1.3049-13 (2 м² на 1 ребенка).

Естественное освещение: площадь всех окон равна 10,5 м² (2,10*2,5+2,10*2,5= 10,5 м²), СК=10,5 м² : 46,6 м² = 1:4,4 (что соответствует рекомендуемому 1:4), КЗ= 3,9 м : 10,5 м = 1:2,6 (при рекомендованном 1:2). Искусственное освещение представлено галогеновыми лампами – 8 по 100 Вт). Уровень освещенности: общая мощность - 800 Вт. Вентиляция: общая площадь фрамуг=4*(1,7*0,7)=4,8 м²; имеются 2 вытяжки. Коэффициент аэрации=4,8 : 60,1=1:13 (норма – не более 1:30). Отопление: 3 внешних радиаторов с защитными кожухами.

Имеется термометр (25 град. С).

4) ТУАЛЕТНАЯ. В туалете имеется 3 унитаза, 1 душ, 3 раковины для детей, 1 раковина для сотрудников, 2 шкафа для хранения инвентаря. В туалетной имеются 25 ячейки с полотенцами, полотенце индивидуальное для каждого ребенка, промаркированное. Искусственное освещение представлено лампами накаливания 3 по 100 Вт. Общая мощность составляет 300 Вт. Отопление представлено радиаторами, установленными по периметру помещений.

Отопительная система центральная. Вентиляция естественная, приточно-вытяжная.

Проветривание осуществляется через каждые 1-1,5 ч. Сквозное проветривание во время прогулки детей. Пол в раздевальной и групповой покрыт линолеумом, в удовлетворительном состоянии. Подогрев пола имеется в групповой. Пол в туалетной и буфетной покрыт керамической плиткой.

Обследование режима дня

Режим дня:

7.00 – 8.00 – прием, осмотр, игры, индивидуальная работа, дежурства;

8.00 – 8.10 – утренняя гимнастика;

8.10 – 8.20 – гигиенические процедуры;

8.20 – 8.40 – подготовка к завтраку, завтрак;

8.40 – 9.00 – игры, подготовка к НОД

9.00 – 9.30 – организованная образовательная деятельность;

9.40 – 10.10 – организованная образовательная деятельность;

10.10 – 10.40 – организованная образовательная деятельность;

10.40 – 10.45 – второй завтрак;

10.45 - 12.15 – подготовка к прогулке, прогулка;

12.15 – 12.25 – возвращение с прогулки, водные процедуры;

12.25 – 12.45 – подготовка к обеду, обед;
12.45 – 15.00 – подготовка ко сну, дневной сон;
15.00 – 15.30 – постепенный подъем, водные и воздушные процедуры, гимнастика;
15.30 – 15.45 – подготовка к полднику, полдник;
15.45 – 16.05 – игры, совместная и самостоятельная деятельность;
16.05 – 17.20 – подготовка к прогулке, прогулка;
17.20 – 18.00 – возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин;
18.00 – 19.00 – игры, индивидуальная работа, уход детей домой.

Режим дня выполняется всеми возрастными группами. Прогулки на свежем воздухе регулярные, 2 раза в день;

Гигиеническая оценка детской мебели и игрушек

Размеры столов и стульев соответствуют возрасту и росту детей. Стул: 20шт, высота – 28 см; стол: 12шт, высота – 48см. Размеры кроватей соответствуют норме. Мебель изготовлена из ДСП, цвет орех, имеет маркировку. Расстановка мебели соответствует организации игрового процесса. Столы для занятий установлены вблизи светонесущей стены при левостороннем освещении рабочего места, для леворуких детей индивидуальные места с правосторонним освещением рабочего места. Четырехместные столы установлены в 2 ряда, расстояние между столов 0,5 м, а от первого ряда столов до светонесущей стены 1,14м (что соответствует СанПиН 2.4.1.3049-13). Кровати расставлены с соблюдением минимальных разрывов.

Имеется список детей на столы, кровати, стулья. В раздевальнях имеются индивидуальные промаркированные шкафчики с тремя полками. Игрушки соответствуют возрасту детей. Игрушки моют ежедневно в конце дня. Кукольная одежда стирается по мере загрязнения с использованием детского мыла и проглаживается.

Гигиеническая оценка физического воспитания

Из форм физического воспитания используется гимнастика, массаж, спортивные игры, закаливание водное и контрастное, прогулки. Спортивные мероприятия проводятся по программе Глазыриной. Утренняя гимнастика проводится в гимнастическом зале.

Площадь гимнастического зала- 63 м², световой коэффициент составляет 1:1, искусственное освещение представлено лампами накаливания:16шт по 100 Вт. Все в рабочем состоянии. Уровень освещенности не определяется в связи отсутствия люксметра. Система вентиляции приточно-вытяжная. Помещение неоднократно проветривается в отсутствие детей. Длительность проветривания зависит от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы. Уборка зала ежедневно с 13.00 -15.00ч. Чистка ковров ежедневно. Влажная уборка с применением моющих средств ежедневно. Генеральная уборка один раз в месяц. Проветривание: 7.50-8.00ч. 8.40-9.00ч. Проветривание между занятиями. Проветривание после влажной уборки.

Общая схема закаливания:

1. Утренняя гимнастика;
2. Местное закаливание холодной водой (20-25°): умывание лица, полоскание горла, мытье рук до локтей, мытье ног перед сном;
3. Массаж биологически активных точек лица;
4. Разминка после сна: дыхательные упражнения, тренажерный путь, массаж;
5. Интенсивное закаливание: контрастное закаливание по схеме: здоровые дети Х-Т-Х, часто болеющие дети Т-Х-Т;
6. Босохождение;
7. Активные прогулки;
8. Аромотерапия.

Программа обследования организации питания

Пищеблок имеет отдельный вход. Вентиляция приточно-вытяжная, в исправном состоянии. Проводится контроль за работниками пищеблока (осуществляется ежедневный осмотр на гнойничковые заболевания, своевременный мед. осмотр персонала, наличие санитарных книжек). Кормление детей осуществляется персоналом в специальных халатах. Правила личной гигиены соблюдаются детьми и персоналом. Регистрацию утреннего приема детей проводит ежедневно воспитатель. Дети питаются 4 раза в день.

График проведения генеральной уборки: Пн – уборка раздевалки; Вт – уборка туалетов; Ср – уборка в группе; Чт- уборка в буфетной комнате. Ежедневно проводится влажная уборка всех помещений.

Оценка медицинского обслуживания

Штат медицинского персонала представлен медицинской сестрой. График работы 5-ти дневный с 7.00 до 15.00. Врач-педиатр из поликлиники посещает детский сад два раза в неделю;

Медицинский блок представлен медицинским кабинетом. Медицинский кабинет оснащен: весами, ростомером, кушеткой, раковиной, шкафом для документации, 2 столами и 4 стульями

Перечень документации медицинского блока соответствует требованиям

Диспансерное наблюдение детей проводится 1 раз в год на базе детского сада.

Проводятся оздоровительные мероприятия в отношении ослабленных детей: кислородные коктейли 10 раз в месяц, сироп шиповника, контрастное закаливание, гимнастика утром, после сна, массаж по назначению, прогулки 2 раза в день по 1,5-2 часа.

Санитарно-просветительная работа

Санитарно-просветительная работа проводится. Проводятся беседы с родителями и персоналом, также проводятся дни открытых дверей для родителей. Имеется санитарный уголок с необходимой информацией.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

При обследовании МДОУ №37 Детский сад присмотра и оздоровления «Березка» установлено, что воспитательно-оздоровительные мероприятия проводятся в полном объеме. Организация медицинского обслуживания детского сада в полном объеме. Санитарное благоустройство земельного участка удовлетворительное. Санитарное состояние помещений удовлетворительное в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.1249-03 . Соблюдается принцип индивидуальной и групповой изоляции в каждой группе.

Инструкция по выполнению письменной проверочной работы: оформите акт санитарного обследования детского сада по следующей схеме.

Санитарное обследование детского сада для оценки соответствия нормативным документам:

- по условиям размещения дошкольных образовательных организаций,
- оборудованию и содержанию территории,
- помещениям, их оборудованию и содержанию,
- естественному и искусственному освещению помещений,
- отоплению и вентиляции,
- водоснабжению и канализации,
- организации питания,
- организации медицинского обслуживания,
- организации режима дня,
- организации физического воспитания,
- личной гигиене персонала.

Заключение и рекомендации.

Раздел дисциплины 1
Гигиена предметов детского обихода

Тема занятия:

Практическое занятие № 3 «Гигиеническая оценка учебных пособий, школьной мебели, детских игрушек».

Вопросы для самоподготовки

1. Гигиенические требования, предъявляемые к материалам, применяемым для изготовления детской одежды.
2. Гигиенические показатели, характеризующие ткани.
3. Детская одежда по сезонам года и зонам медицинской климатологии. Зоны медицинской климатологии, требующие различные виды одежды и обуви. Детская одежда для переходного периода года для дошкольников и школьников.
4. Форменная детская одежда и ее гигиеническая оценка (с учетом климатических поясов).
5. Гигиенические требования к детской обуви, анатомо–физиологические особенности детской стопы. Гигиенические требования к материалам, используемым для изготовления детской обуви.
6. Гигиенические требования к детским игрушкам, методы лабораторно–инструментального контроля. Гигиенические требования к полимерным материалам, применяемым для их изготовления.
7. Полиграфическая продукция для детей, методы гигиенической экспертизы. Формирование навыка чтения и его влияние на формирование здоровья ребенка.
8. Гигиенический контроль и надзор за производством и реализацией предметов детского обихода.
9. Физиологические основы правильного положения тела, при различных видах занятий.
10. Гигиенические требования к учебной мебели, оборудованию и их размещению.

Раздел дисциплины 1
Гигиена питания детей и подростков

Тема занятия:

Практическое занятие № 4 «Гигиеническая оценка питания детей и подростков».

Вопросы для самоподготовки

1. Особенности обмена веществ и энергии растущего организма и роль гигиенически рационального питания для создания положительного энергетического баланса.
2. Значение макро – и микронутриентных компонентов в детском питании.
3. Роль продуктов животного и растительного происхождения в питании детей и подростков.
4. Ксенобиотики в продуктах детского питания.
5. Роль сбалансированного питания в формировании тканей и обмена веществ.
6. Особенности питания в различных типах детских учреждений для детей и подростков (детских дошкольных, школах, круглосуточного пребывания, спортивных, для детей с отклонениями в здоровье).
7. Питание в летних оздоровительных учреждениях.
8. Медицинский контроль за питанием в детских учреждениях.
9. Методы гигиенической оценки питания детских организованных коллективов.
10. Нормативное обеспечение контроля за питанием детей и подростков.

Ситуационная задача к практическому занятию

Управлением Роспотребнадзора, проведено санитарно-эпидемиологическое обследование сельской общеобразовательной школы. Установлено, что для учащихся организовано одноразовое горячее питание (завтрак), а для групп продленного дня – завтрак и обед. Питание осуществляется на базе школьной столовой. Рацион питания учащихся общеобразовательного учреждения не согласован с органами Госсанэпиднадзора. В питании школьников используются маргарины, кулинарные жиры, колбасные изделия, жирные сорта мяса, фляжное, не пастеризованное молоко без тепловой обработки (кипячения); творог и сметана в натуральном виде без обработки, жареные во фритюре пирожки, пончики. Широко используются сладкие кондитерские изделия. В рационах имеет место невыполнение норм питания по основным продуктам (молоку, маслу сливочному, овощам, фруктам). Горячий завтрак составляет 15%, обед – 25% энергетической ценности суточного рациона питания школьника.

Вопросы:

1. Укажите документы санитарно-эпидемиологического законодательства (законодательные, нормативные, методические), используемые при оценке питания школьников.
2. Укажите рекомендованное (по приемам пищи) распределение энергетической ценности суточного рациона питания школьника в образовательном учреждении. Сколько процентов от суточной потребности в пищевых веществах и энергии школьников должны суммарно обеспечивать завтрак и обед в организованном питании?
3. Укажите требования к составлению и согласованию меню питания в школе для обеспечения обучающихся здоровым питанием.
4. Составьте заключение об организации питания детей в сельской школе.

Эталон ответа

1. При оценке питания необходимо использовать СанПиН 2.4.5.2409-08 «Питание в образовательных учреждениях», СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях", Методические рекомендации МР 2.3.1.2432-08 "Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации".
2. Для обучающихся образовательных учреждений необходимо организовать двухразовое горячее питание (завтрак и обед). Для детей посещающих группу продленного дня должен быть организован дополнительно полдник. При одно-, двух-, трех- и четырехразовом питании распределение калорийности по приемам пищи в процентном отношении должно составлять: завтрак - 25 %, обед - 35 %, полдник - 15 % (для обучающихся во вторую смену - до 20 - 25 %), ужин - 25 %. Суммарно завтрак и обед – 60 %.
3. На основании сформированного рациона питания разрабатывается меню, включающее распределение перечня блюд, кулинарных, мучных, кондитерских и хлебобулочных изделий по отдельным приемам пищи (завтрак, обед, полдник, ужин). Примерное меню разрабатывается юридическим лицом или индивидуальным предпринимателем, обеспечивающим питание в образовательном учреждении и согласовывается руководителями образовательного учреждения и территориального органа исполнительной власти, уполномоченным осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор. Примерное меню разрабатывается с учетом сезонности, необходимого количества основных пищевых веществ и требуемой калорийности

суточного рациона, дифференцированного по возрастным группам обучающихся (7 - 11 и 12 - 18 лет). Интервалы между приемами пищи не должны превышать 3,5 - 4-х часов. Примерное меню должно содержать информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов и минеральных веществ в каждом блюде. Обязательно приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептур. Наименования блюд и кулинарных изделий, указываемых в примерном меню, должны соответствовать их наименованиям, указанным в использованных сборниках рецептур.

4. На основании санитарно-эпидемиологического обследования школы выявлено несоответствие санитарным нормам: организовано одноразовое питание, меню не согласовано с органами Госсанэпиднадзора, в питании школьников используются запрещенные продукты маргарины, кулинарные жиры, колбасные изделия, жирные сорта мяса, фляжное, не пастеризованное молоко без тепловой обработки (кипячения); творог и сметана в натуральном виде без обработки, жареные во фритюре пирожки, пончики. Широко используются сладкие кондитерские изделия. В рационах имеет место невыполнение норм питания по основным продуктам (молоку, маслу сливочному, овощам, фруктам). Для устранения выявленных нарушений необходимо привести в соответствие меню нормам рационального питания школьников, исключить из рациона запрещенные продукты, довести потребление основных продуктов до нормативных значений.