

ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора



**Вопросы технической
сопровождения санитарно-
просветительской работы
для детей дошкольного
возраста
«ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО
ПИТАНИЯ»**

Санитарно-просветительская программа:

Программа имеет три логических уровня:

- 1) Воспитатели, помощник воспитателя, медицинские работники, родители, няни – проходят регистрацию; входной контроль знаний; обучение; итоговое тестирование; завершение обучения; просмотр результатов обучения; анкетирование по вопросам доступности материала, наглядности, нужности, оставляют комментарии по итогам обучения;
- 2) Руководители образовательных организаций – могут просматривать итоговые цифры результатов обучения по своей организации;
- 3) Роспотребнадзор – просматривает итоговые цифры по региону, в т.ч. информацию для заполнения ф. 15

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

основы здорового питания

(санитарно-просветительская программа для детей дошкольного возраста)



Новосибирск - 2020

Программа содержит

- данные о рационального дошкольников,
- принципы формирования навыков здорового личной гигиены дошкольного возраста
- предложены варианты ребенка навыка гигиены в игровой форме



Цели, задачи:

ГЛАВНАЯ ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

ЗАДАЧИ

Формирование у детей основных поведенческих навыков, направленных на здоровое питание и профилактику нарушений здоровья, обусловленных нездоровым питанием и нарушениями личной гигиены.

Формирование навыков здорового питания у родителей, воспитателей и т.д.

Освоение обязательных навыков здорового питания в игровой форме

Выработка стереотипов здорового пищевого поведения



Целевая аудитория, структура программы:

Программа предназначена:



Для работников дошкольных образовательных организаций, организаций по уходу и присмотру за детьми



Для родителей
(законных представителей)



Для высших и средних организаций профессионального образования педагогического профиля



ДЕТИ от 3-х до 7 ЛЕТ

Структура программ

Освоение детьми навыков здорового питания и профилактику наруш здоровья

Выработка стереотипов здоров пищевого поведения

Формирование навыков организ здорового питания у родителей педагогов, воспитателей

Формирование навыков организ здорового питания в условия самоизоляции

Официальный сайт: www.niig



Обучение по санитарно-просветительским программам "Основы здорового питания"

Посетить сайт

Авторизация

Пожалуйста, введите логин и пароль

Ваш идентификационный номер

Войти

Регистрация в программе

Регистрация в ПК "Обучение по программам "Основы здорового питания"

Авторизация

Регистрация в ПК "Основы здорового питания"

Пожалуйста, заполните следующие поля:

Выбор обучающей программы	Основы здорового питания для дошкол ✓
Федеральный округ	Сибирский федеральный округ ✓
Субъект Федерации	Новосибирская область ✓
Муниципальное образование	город Новосибирск ✓
Тип Организации	Организация дошкольного образования ✓
Короткое наименование организации	ДС №3 – Золотой ключик ✓
Тип слушателя	Воспитатель ✓
Телефон	Воспитатель Медицинский работник Няня (неработающая в дошкольной организации) Помощник воспитателя
Фамилия	Родитель (законный представитель) Тьютор
Имя	

Этап регистрации в программе аналогичный. Выбирается программа, ФО, субъект муниципальное образование, тип организации организации.

Реализация программы может осуществляти дошкольных организаций, организаций допс образования, образовательных организаций профессионального образования.

Этапы реализации Программы:

- 1) Обучение – тех, кто в перспективе будет рс программу в образовательных организациях – ТБЮ
- 2) Обучение воспитателей, помощников в медицинских работников, родителей, нянь.
- 3) Работа с детьми
- 3) Оценка эффективности проведенной работы.

Регистрация в программе. Личный кабинет

Личный кабинет пользователя.

Общая информация | Форма обучения | Подтвержден и фактически обучен | **Входной тест**

Ваш уникальный номер: 9948M253K06169339

Общая информация

Личные данные:

Уникальный номер: 9948M253K06169339

ФИО: А. Виктор Иванович, 1991 года рождения

Организация: ДС №3 - Золотой ключик

Федеральный округ: Сибирский федеральный округ

Регион: Новосибирская область

Муниципальное образование: город Новосибирск

Дата регистрации: 2020-07-23

[Ссылка на данные PDF формата](#)

Данные по обучению:

Ваша программа обучения: Основы здорового питания для дошкольников

Статус "Входного теста": Допущен

Статус обучения "Вводная часть": Не пройдена

Статус обучения "Тема 1": Не пройдена

Статус обучения "Тема 2.1": Не пройдена

Статус обучения "Тема 2.2": Не пройдена

Статус обучения "Тема 2.3": Не пройдена

Статус обучения "Тема 3": Не пройдена

Статус "Итогового теста": Не допущен

Вся информация с
в личном кабинете

Данные по обучению:

Ваша программа обучения
дошкольников

Статус "Входного теста": Дс

Дата прохождения "Входн

Процент правильных ответов:

10%

Статус обучения "Вводная

Статус обучения "Тема 1":

Статус обучения "Тема 2.1"

Статус обучения "Тема 2.2"

Статус обучения "Тема 2.3"

Статус обучения "Тема 3":

Статус "Итогового теста": Н

После входного контроля открыт доступ к обучающим материалам..

Общая информация | Форма обучения | Подтвержден и фактически обучен | **Обучающие материалы** | Итоговый тест

Благодарим за внесение данных, теперь вы можете приступить к изучению материалов - вкладка Обучающие материалы

Механизмы реализации программы

Пути реализации программы:

Тьюторы, воспитатели, помощники воспитателя, мед. работники

Родители (законные представители), няни

Дети дошкольного

Коллективно

Индивидуально

Очная (on-line), дистанционная форма обучения.

В формах индивидуальной и групповой работы детей дошкольного возраста



Общая информация

Форма обучения

Обучающие материалы

Итоговый тест

Ваш уникальный номер: (5R48M253SC966835)

Основные задачи программы

Тема 1

Тема 2

Тема 3

Тема 4

Самостоятельная работа

Совместная работа родителей с детьми по составлению режима дня и меню позволит получить новые навыки, существенно сократить риски здоровью, обусловленные нерациональным режимом дня и нездоровым питанием.

Этап самостоятельной работы

Общая информация

Форма обучения

Обучающие материалы

Итоговый тест

Ваш уникальный номер: (5R48M253SC9668392)

Основные задачи программы

Тема 1

Тема 2

Тема 3

Тема 4

Самостоятельная работа

Совместная работа родителей с детьми по составлению режима дня и меню позволит получить новые навыки, а также существенно сократить риски здоровью, обусловленные нерациональным режимом дня и нездоровым питанием.



Составление режима дня и оценка двигательной активности детей

Инструкция по составлению режима дня

Составление режима дня для детского коллектива

Разработка режима дня и оценка двигательной активности ребенка

Составление режима дня, с помощью программы и определен калорийности пищевого рациона с учетом величины основного энергии затрачиваемой на специфически динамическое действие реализуемую в соответствии с режимом дня двигательную активность с использованием предложенных сборников рецептур, составлен;

Этап самостоятельной работы

Отслеживать информацию Составить режим дня Выявить слабые стороны

Добавить ребенка Просмотреть детей

Сохранить

Общая информация

им. Фамилия:

Дата внесения:

Секс:

Дата рождения:

Федеральный округ:

Субъект федеральный округ:

Муниципальное образование:

п/р:

Ребенок:

Дошкольное:

Пол:

Живет:

Рост (см):

Возраст (лет):

Масса (кг):

Хронические заболевания:

Заболевания органов пищеварения:

Заболевания органов дыхания:

Болезни системы кровообращения:

Сахарный диабет:

ИМТ:

Нормальный вес:

Максимальная рекомендация:

Режим дня

09:15-09:30 Уборка постели
 09:30-09:40 Гигиенические процедуры
 10:00-10:20 Прием пищи (завтрак)
 11:00-13:00 Занятия в кружках
 13:30-14:00 Прием пищи (обед)
 14:00-15:00 Посободный сон
 15:45-16:00 Прием пищи (полдник)
 16:00-19:00 Прогулка
 19:30-20:00 Прием пищи (ужин)
 21:30-21:45 Гигиенические процедуры

Код для подтверждения
10473434216

Оценка двигательной активности

	Фактически выполнено мероприятий (ккал)	Рекомендуемое количество мероприятий (ккал)
Полный день	210.1	745.2
Среднефактическое дневное движение	111	111
Среднефактическое количество шагов	750.4	519.8
Эквивалент	1122.7	1370.6

Рекомендуемая калорийность питания

Прием пищи	% от суточной калорийности	Энергетическая ценность (ккал)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)
Завтрак	30	274.1	33.0	12.7	323.4
Второй завтрак	5	69.5	12.4	27.9	45.7
Обед	30	411.2	88.7	181.6	322.8
Полдник	15	205.6	31	88.1	124.1
Ужин	20	342.6	55.9	125.7	223.4
Всего за день	100	683	124.8	279.9	457

Основной обмен

Специфическое динамическое действие пищи

Двигательная активность

Суточная энерготрата

Рекомендуемое значение суточной калорийности ребенка (ккал)

Завтрак

2-ой завтрак

Обед

Полдник

Ужин

Зарядка

Суточная энерготрата	227.6	519.4	211
Рекомендуемое значение суточной калорийности ребенка (ккал)	1079.8	1370.6	100.0

	Суточная калорийность (%)	Суточная калорийность (ккал)	Белки (г)	Жиры (г)
Завтрак	20%	274.1	33.0	12.7
2-ой завтрак	5%	69.5	12.4	27.9
Обед	30%	411.2	88.7	181.6
Полдник	15%	205.6	31	88.1
Ужин	25%	342.6	55.9	125.7
Зарядка	5%	69.5	12.4	27.9

Этап самостоятельной работы

Планируемые к обучению дети - этап 6

внутренняя привязка к ФО, субъекту, муниципальной организации, дошкольной образовательной организации

Наименование группы	Солнышко
Возраст детей	3-4 г
Планируемые сроки формирования у детей навыков пищевого и гигиенического поведения	01.12.2020
в т.ч:	
1 мой руки перед едой (как правильно мыть руки, почему надо мыть руки)	01.11.2020
2 когда я ем я глух и нем	01.11.2020
3 есть не спеша, во время еды не отвлекайся, старательно пережевывай пищу	01.11.2020
4 не ешь пищу, которая упала на пол	01.12.2020
5 есть только за чистым столом и только из чистой посуды	01.12.2020
6 после еды уберись за собой	01.12.2020
7 после еды мой руки и полощи рот	01.11.2020
8 каждый день ешь фрукты и овощи, пей молоко	
9 есть не реже 4-х раз в день (на завтрак кашу, на обед салат, суп, второе и компот, на полдник булочку или фрукт, на ужин второе блюдо, перед сном кефир)	01.11.2020
10 не ешь на ходу	01.12.2020
11 умеи отличать здоровые продукты (фрукты, овощи, молоко) от пустых продуктов (конфеты, чипсы, колбасы)	01.12.2020
12 учись рассказывать родителям, чем кормили в детском саду, что понравилось, а что нет	
Список детей (имя и первая буква фамилии)	
1 Аня А.	
2 ...	

Внесение информации о результатах проведенной работы с детьми - этап 9

Список детей (имя и первая буква фамилии)	навыки							
	1	2	3	4	5	6	7	8
Аня А.								
...								
Итого								
контрольные дети								

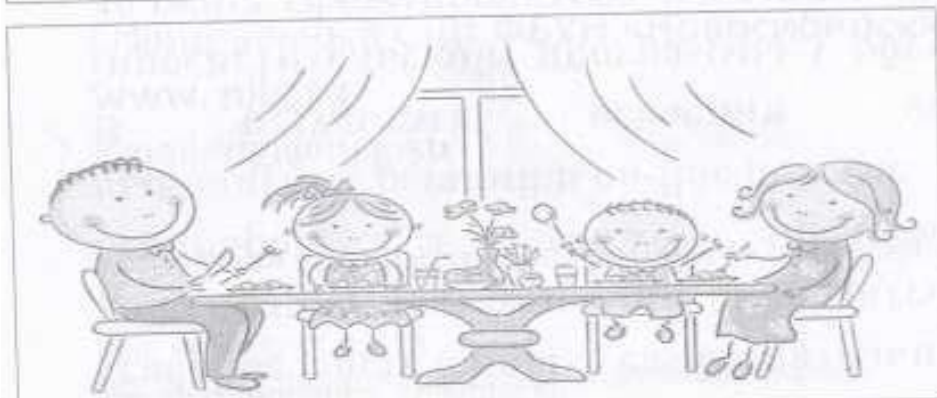
проставляется галочка (или 1/0)

Планируемые результаты освоения программы

Родители (законные представители)

Воспитатели, педагоги и др.

1



ФОРМИРОВАНИЕ

необходимые знания и умения в части формирования рациона здорового питания и рационального режима дня.

ФОРМИРОВАНИЕ

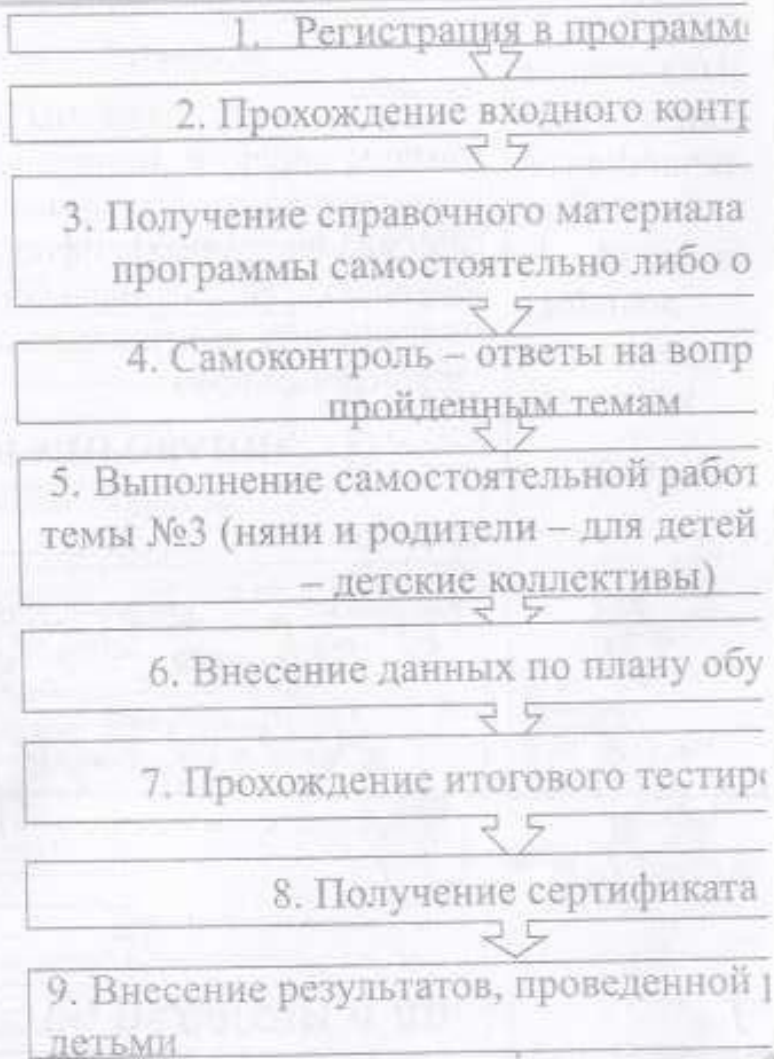
компетенции, обеспечивающие формирование основных поведенческих навыков, направленных на здоровое питание и профилактику нарушений здоровья детей, обусловленных нездоровым питанием и нарушениями правил личной гигиены;

ФОРМЫ

основных навыков, на здоровое профилактическое здоровье, нездоровым нарушениям личной гиги

Этапы реализации программы:

- ✓ Адекватные возрасту детей формы их обучения. Знакомство родителей с рекомендуемыми нормами и принципами здорового питания, рациональным режимом организации питания ребенка, рекомендуемыми методами кулинарной обработки.
- ✓ Программа может реализовываться как в очной форме, так и в дистанционной форме.
- ✓ Практические занятия, направленные на усвоение полученных самостоятельно (или в коллективе) новых знаний проводятся в форме вебинаров, а также предусматривают выполнение заданий в on-line режиме.
- ✓ В результате освоения обучающей (просветительской) программы у обучающихся должны сформироваться навыки построения и оценки рациона здорового питания.



ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НАУКИ "НОВОСИБИРСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ГИГИЕНЫ" ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

Официальный сайт ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора

www.niig.su

Email: ngi@niig.su

Контактная информация по программе обучения для детей школьного возраста:

Романенко Сергей Павлович

Тел. 8(961)215-38-18

Email: romanenko_sp@niig.su

Контактная информация по программе обучения для детей дошкольного возраста:

Лобкис Мария Александровна

Тел. 8(983)312-73-35

Email: lobkis_ma@niig.su

Контактная информация для решения технических вопросов работы в обучающей программе:

Гремилев Виктор Валерьевич

Тел. 8(913)939-64-53

Email: gremilov_vv@niig.su

