

**План мероприятий по сохранению здоровья воспитанников МАДОУ на период полярной ночи и выхода из нее с 01.12.2024-01.03.2025 учебный год**

Мероприятия	Сроки проведения	Ответственный
<b>1. Организационные мероприятия</b>		
1.1. Сократить продолжительность НОД на 3-5 минуты в группе раннего возраста, на 5 минут в дошкольных группах (за исключением физической культуры, музыкальной, художественной деятельности). Снизить моторную плотность статических видов деятельности. Увеличить двигательную активность детей в течение дня через увеличение числа физминуток, хороводов, подвижных игр малой и средней подвижности для помещений, средней и высокой подвижности на прогулке.	01.12.2024 01.03.2025	Старшие воспитатели Воспитатели
1.3. Увеличить длительность дневного сна на 15 мин	01.12.2024 01.03.2025	Воспитатели
1.4. Увеличить время прогулок на 10 мин	01.12.2024 01.03.2025	
1.5. Максимально использовать благополучные погодные условия для проведения прогулок и НОД на свежем воздухе с увеличением интенсивности подвижных игр, проведением занятий.	01.12.2024 01.03.2025	Воспитатели
<b>2. Просветительская работа с педагогическим коллективом</b>		
Консультации: «Организация жизни и деятельности воспитанников в период полярной ночи в условиях дошкольного образовательного учреждения»	Декабрь	Старшие воспитатели
«Будьте здоровы в полярную ночь»	Январь	Медицинские сестры Педагог-психолог
«Как помочь ребенку пережить полярную ночь»	Декабрь	
<b>3. Просветительская работа с родителями</b>		
3.1 Информировать родителей (законных представителей) о мероприятиях на период полярной ночи. Выпуск буклетов, консультаций по профилактике простудных заболеваний в период полярной ночи.	01.12.2024 01.03.2025	Воспитатели Медицинские сестры
3.3. Индивидуальные консультации по запросам родителей.	01.12.2024 01.03.2025	Старшая медсестра

<b>4. Оздоровительно-профилактические мероприятия</b>		
4.1. Активизировать закаливающие мероприятия: воздушные ванны; умывание прохладной водой рук до локтей, лица; босохождение до кроваток и обратно; полоскание рта кипяченой водой, дыхательные упражнения.	Постоянно	Воспитатели
4.2. Расширить комплекс упражнений для профилактики напряжения и утомления глаз.	Ежедневно	Воспитатели
4.3. Обеспечить «С» - витаминизацию третьих блюд в питании детей	Постоянно	Старшая медицинская сестра
<b>5. Контрольные мероприятия</b>		
5.1. Выполнение щадящего режима в период полярной ночи, 5.2. Исполнение плана мероприятий в полном объеме.	01.12.2024- 01.03.2025	Заведующая, заместитель заведующей по УВ и АР Старшие воспитатели Старшая медицинская сестра