

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательноречевому направлению развития воспитанников № 113 «Непоседы»

Рассмотрено
На педагогическом совете № 1
Протокол №1 от «16» 08.2021 г.



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
«Детский сад № 113 «Непоседы»
Л.Х. Тимербаева
Утверждена
Приказом
№ 112 от «03» 09 2021 г.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА –

«АсСоль»

(по галотерапии для детей 3-7 лет)

Составила: ст.медсестра Хамидуллина Л.Р.,
медсестра Сайфуллина А.Ф.

г. Набережные Челны
2021 г.

Содержание

№	Наименование разделов	Стр.
1	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Содержание курса	5
2	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	
2.1	Содержание программы	7
2.2	Тематическое планирование	8
2.3	Работа с родителями	14
3	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	
3.1	Методическое оснащение программы дополнительного	15
3.2	Планирование образовательной деятельности	15
	Литература	

І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Оздоровительно-образовательная Программа «АсСоль» разработана в соответствии с «Положением о предоставляемых платных образовательных услугах», Уставом ДООУ, с учетом запросов родителей воспитанников.

Программа создана с целью расширения спектра дополнительных образовательных услуг в ДООУ, превышающих государственные образовательные стандарты и не предусмотренных основной образовательной программой ДООУ. Программа «АсСоль» имеет физкультурно-спортивную направленность, предназначена для занятий с детьми 3-7 лет.

Актуальность программы

Представляется значимым начинать решение обозначенной проблемы еще с дошкольного детства, в условиях дошкольного образовательного учреждения, поскольку забота об укреплении здоровья ребенка - проблема не только медицинская, но и педагогическая, так как правильно организованная образовательная работа с детьми. Известный отечественный педагог В. А Сухомлинский считал, что «забота о здоровье детей – важнейший труд воспитателя», а «...во главе педагогических мероприятий, проникая через всю воспитательную работу, должна стать забота об укреплении здоровья ребенка». (*Сухомлинский В.А. Сердце отдаю детям. Киев, «Радянська школа»*). Поэтому здоровьесбережение в ДООУ – одна из самых актуальных проблем современного общества, касающаяся не только нашей страны, но и всего остального мира. Ведь дети – это наше будущее.

В настоящее время возрастает необходимость активной разработки и использования здоровьесберегающих технологий в педагогическом процессе ДООУ, обеспечивающих укрепление и сохранение здоровья часто и длительно болеющих и ослабленных детей.

В ДООУ необходим поиск новых подходов к оздоровлению детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создания определенных условий.

Здоровьесберегающее направление предполагает формирование у дошкольников осмысленного отношения к здоровью как важной жизненной ценности, реализацию комплекса здоровьесберегающих технологий в ходе

воспитательно-образовательного процесса, создание психолого-педагогических условий развития двигательной сферы и здоровья детей на основе их творческой активности.

Галотерапия – это отличающийся от традиционных медикаментозных методов способ лечения, в основе которого лежит воздействие на организм человека искусственно созданного микроклимата, схожего параметрами с естественным микроклиматом подземных соляных пещер. Отсюда и наиболее часто используемое название помещений с подобным микроклиматом - соляная пещера либо соляная комната.

Большинство современных детей сегодня по тем или иным причинам не отличаются богатырским здоровьем, поэтому родители постоянно ищут способы его укрепить и усилить иммунитет. Но то, что для этих целей показано взрослому человеку, для ребенка часто является неприемлемым. С учетом этой особенности повышается актуальность использования возможностей соляной пещеры в целях оздоровления детей и повышения их устойчивости к болезням. Применение иных способов, как правило, имеет побочные эффекты.

Галотерапия очищает органы дыхательной системы, питает клетки полезными ионами, восстанавливает функцию легких, микрофлору дыхательных путей, очищает от вредных бактерий и пыли.

На протяжении сеанса солевой воздух увеличивает насыщенность крови кислородом, активизирует защитную функцию организма для борьбы с вирусными инфекциями. Особенно полезны соляные пещеры для тех, кто страдает гайморитами, фронтитами и бронхитами.

Такая методика эффективна для детей, которые часто болеют простудными заболеваниями. Способствует укреплению иммунной системы, как ребенка, так и взрослых.

Чтобы улучшить здоровье детей в детском саду, нужно соблюдать одно достаточно простое правило – лучше предотвратить, чем лечить.

Соляная комната «АсСоль» - это уникальный уголок «здоровья» с искусственно созданным микроклиматом.

При этом оказывается:

- **общеукрепляющее действие** на весь организм, снижается усталость и раздражительность, улучшается качество сна.
- **профилактическое действие** на дыхательную систему.
- **происходит активизация иммунной системы**
- **Квантовые соляные светильники** – это миниатюрный аналог солевой пещеры или морского побережья. Разница лишь в том, что в солевых пещерах высокая концентрация ионов создается за счет большой поверхности стен пещер, на море – за счет огромных масс соленой воды, в то время как в солевой лампе она обусловлена нагревом соли.

• **Помимо целительных свойств лампы привлекает и ее эстетическое воздействие.** Лампу приятно созерцать. Она придает очарование интерьеру. Приглушенные оттенки розового, оранжевого и желтого цветов создают особую мистическую атмосферу помещения. Солевая лампа создает уютную обстановку, позволяет расслабиться.

Галокамера в детском саду обладает массой преимуществ:

- помещения с насыщенным содержанием соли абсолютно безопасны для детского организма. Это объясняется возможностью контролировать и дозировать концентрат хлорида натрия в воздухе;
- проводятся процедуры не только с целью лечения хронических заболеваний, но и как профилактика в холодный период года, когда существует большая вероятность заболеть;
- помимо создания уникального микроклимата, создается необычное оформление галокамер. Они обустраиваются так, чтобы детям было интересно проводить время внутри соляной пещеры. А для того, чтобы посещения были увлекательными, интерьер наделяют различным интересным оформлением, оборудуют стены и потолки меняющейся подсветкой.

Все воспитанники детского сада имеют возможность пройти профилактический курс оздоровления в соляной комнате. Для этого занятия проходят с периодичностью (с октября по май).

Курс состоит из десяти занятий продолжительностью 20-30 минут.

Дети посещают комнату по подгруппам по 10 человек.

В соляной комнате **созданы все условия** для комфортного пребывания малышам и взрослым: имеются скамейки, стулья, мультимедийная аппаратура. Тихая, расслабляющая музыка благотворно влияет на психоэмоциональное состояние.

Самые маленькие воспитанники приносят с собой в соляную комнату игрушки. Дети постарше занимаются дыхательной гимнастикой.

Занятия в соляной комнате являются разделом оздоровительно-профилактической работы в МАДОУ «Детский сад №113 «Непоседы», направленной на развитие здорового ребенка.

1.2. Содержание курса

Цель программы: укрепление детского организма посредством оздоровительно-профилактической работы.

Задачи:

- укрепление детского организма;
- профилактика остро-респираторных заболеваний;
- укрепление иммунной системы детского организма;
- воспроизведение лечебного воздействия микроклимата естественной соляной пещеры;
- установление эмоционального состояния детей с помощью арт-терапии;
- снятие психоэмоционального напряжения;
- создание позитивного фона настроения;
- развитие мелкой моторики рук через использование пальчиковой гимнастики.

II. Содержательный раздел программы

2.1. Содержание программы

Механизм оздоровления связан с эффектом мягкого воздействия физических факторов морской и каменной соли, который и способствует исправлению и укреплению иммунной защиты организма.

Принципы построения занятий в галокамере:

- учет индивидуально- психологических особенностей детей;
- учет возрастных особенностей детей;
- учет группы здоровья каждого ребёнка;
- создание эмоционально-положительной непринуждённой обстановки на занятии;
- учет интересов и потребностей ребенка;
- учет времени и длительности занятий.

Основные направления работы:

- использование дыхательной гимнастики;
- использование арт-терапии;
- использование сказкотерапии;
- использование релаксационной музыки;
- использование су-джок терапии.

Периодичность занятий

Курсом 10 дней раз в квартал

Длительность занятий

Не более 30 минут

Количество детей

Не более 10 детей в группе.

Планируемые итоговые результаты освоения программы «АсСоль» (конец курса)

- у детей повысился иммунитет;
- снижена заболеваемость воспитанников;
- активизированы обменные процессы (выведение токсинов и шлаков из организма);
- улучшилось состояние нервной системы воспитанников.

Формы проведения итогов реализации программы

- анализ заболеваемости воспитанников по ДООУ (2 раза в год).

2.2. Тематическое планирование занятий в галокамере для детей 3-7 лет (10 занятий с периодичностью (с октября по май)).

Цель: укрепление детского организма посредством оздоровительно-профилактической работы, формирование осознанного отношения к поддержанию здоровья детей.

Задачи:

- укрепить детский организм;
- укрепить иммунную систему детского организма;
- воспроизвести лечебное воздействие микроклимата естественной соляной пещеры;
- установить эмоциональное состояние детей с помощью арт-терапии;
- снять психоэмоционального напряжения;
- создать позитивный фон настроения;
- развить мелкую моторику рук через использование пальчиковой гимнастики.

№	Тема	Кол-во заняти й	Длительность	Задачи занятия	Оздоровливающие мероприятия	Используемый материал и оборудование
1	Музыкотерапия	2 занятия с периодичностью 1 раз в квартал	Не более 30 минут	-укрепить детский организм; -укрепить иммунную систему детского организма; - воспроизвести лечебное воздействие микроклимата естественной соляной пещеры; -установить эмоциональное состояние детей с помощью музыкотерапии; -снять психоэмоционального напряжения; -создать позитивный фон настроения;	- Дыхательная гимнастика; - Су-джок терапия; -Музыкотерапия; -Просмотр релаксационного видеоматериала;	Технические средства обучения Компьютер; Цвето-аудио-видео оборудование; Учебно-наглядные пособия, оборудование Картотека дыхательной гимнастики; Картотека гимнастик с использованием Су-джок терапии; СД и DVD диски, флэш-накопители (звуки природы, познавательные мультипликационные сюжеты и

						др.); Места для сидения.
2	Волшебные пальчики	2 занятия с периодичностью 1 раз в квартал	Не более 30 минут	<ul style="list-style-type: none"> -укрепить детский организм; -укрепить иммунную систему детского организма; - воспроизвести лечебное воздействие микроклимата естественной соляной пещеры; -установить эмоциональное состояние детей с помощью музыкотерапии; -снять психоэмоционального напряжения; -создать позитивный фон настроения; -развить мелкую моторику рук через использование пальчиковой гимнастики. 	<ul style="list-style-type: none"> - Дыхательная гимнастика; -Пальчиковая гимнастика; -Музыкотерапия; -Просмотр релаксационного видеоматериала; 	<p>Технические средства обучения Компьютер; Цвето-аудио-видео оборудование;</p> <p>Учебно-наглядные пособия, оборудование Иллюстрации; Картотека артикуляционной гимнастики; Картотека пальчиковой гимнастики; СД и DVD диски, флэш-накопители (музыкотерапия, сказкотерапия, звуки природы, познавательные</p>

						мультипликационные сюжеты и др.); Места для сидения.
3	Ежики колючие	2 занятия с периодичностью 1 раз в квартал	Не более 30 минут	-укрепить детский организм; -укрепить иммунную систему детского организма; - воспроизвести лечебное воздействие микроклимата естественной соляной пещеры; -установить эмоциональное состояние детей с помощью арт-терапия; -снять психоэмоционального напряжения; -создать позитивный фон настроения; -развить мелкую моторику рук через использование Су-джок терапии.	- Дыхательная гимнастика; - Су-джок терапия; -Музыкотерапия; -Просмотр релаксационного видеоматериала;	Технические средства обучения Компьютер; Цвето-аудио-видео оборудование; Учебно-наглядные пособия, оборудование Иллюстрации; Картотека артикуляционной гимнастики; Картотека гимнастик с использованием Су-джок терапии; СД и DVD диски, флэш-накопители

						(музыкотерапия, сказкотерапия, звуки природы, познавательные мультипликационные сюжеты и др.); Места для сидения.
4	Добрые сказки	2 занятия с периодичностью 1 раз в квартал	Не более 30 минут	-укрепить детский организм; -укрепить иммунную систему детского организма; - воспроизвести лечебное воздействие микроклимата естественной соляной пещеры; -установить эмоциональное состояние детей с помощью сказкотерапии; -снять психоэмоционального напряжения; -создать позитивный фон настроения;	- Дыхательная гимнастика; -Пальчиковая гимнастика; - Сказкотерапия; -Музыкотерапия; -Просмотр иллюстраций к сказкам;	Технические средства обучения Компьютер; Цвето-аудио-видео оборудование; Учебно-наглядные пособия, оборудование Иллюстрации; Картотека артикуляционной и дыхательной гимнастики; СД и DVD диски, флэш-накопители

				-развить мелкую моторику рук через использование пальчиковой гимнастики.		(музыкотерапия, сказкотерапия, звуки природы, познавательные мультипликационные сюжеты и др.); Места для сидения.
5	Арт-терапия	2 занятия с периодичностью 1 раз в квартал	Не более 30 минут	-укрепить детский организм; -укрепить иммунную систему детского организма; - воспроизвести лечебное воздействие микроклимата естественной соляной пещеры; -установить эмоциональное состояние детей с помощью арт-терапия; -снять психоэмоционального напряжения;	- Дыхательная гимнастика; -Музыкотерапия; -Просмотр релаксационного видеоматериала;	Технические средства обучения Компьютер; Цвето-аудио-видео оборудование; Учебно-наглядные пособия, оборудование Иллюстрации; Картотека артикуляционной и дыхательной гимнастики;

				<p>-создать позитивный фон настроения;</p> <p>-развить мелкую моторику рук через использование пальчиковой гимнастики.</p>		<p>СД и ДВД диски, флэш-накопители (музыкотерапия, сказкотерапия, звуки природы, познавательные мультипликационные сюжеты и др.);</p> <p>Места для сидения.</p>
--	--	--	--	--	--	---

2.3. Работа с родителями

В течение года:

- Составление двустороннего договора на оказание платных услуг в галокамере между ДООУ и родителями воспитанников, посещающих ДООУ;
- Консультации в рамках консультационного пункта и индивидуальное консультирование родителей воспитанников, посещающих детский сад;
- Оказание информационной поддержки родителям и заинтересованность для поддержания детского здоровья и укрепления иммунитета детей;
- Привлечение родителей к осознанному отношению в поддержании здоровья детей в рамках галотерапии;
- Анализ заболеваемости воспитанников по ДООУ и знакомство с их результатами;
- Размещение актуальной информации для родителей на сайте ДООУ о работе галокамеры, с ее положительным влиянием на укрепление детского организма и иммунитета воспитанников.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

3.1. Методическое оснащение программы дополнительного образования

Современный оздоровительный комплекс «АсСоль» представляет собой оборудованное помещение.

Галокамера – это комната, облицованная солью, архитектурно встроенная в типовое помещение, оборудованная системой дополнительной вентиляции. В галокамере сформирована лечебная атмосфера и цвето-аудио-видео терапевтический комплекс.

Технические средства обучения

1. Компьютер;
2. Цвето-аудио-видео оборудование;

Учебно-наглядные пособия, оборудование

1. Иллюстрации;
2. Картотека артикуляционной гимнастики;
3. Картотека гимнастик с использованием Су-джок терапии;
4. Картотека дыхательной гимнастики;
5. CD и DVD диски, флэш-накопители (музыкотерапия, сказкотерапия, звуки природы, познавательные мультипликационные сюжеты и др.);
6. Места для сидения.

3.2. Планирование образовательной деятельности

Занятия и курс лечения проводятся в специально оборудованной галокамере, соответствующим всем требованиям безопасности.

Группа состоит из 10 человек. Длительность занятия не более 30 минут.

Занятия проводятся (с октября по май) курсом 10 дней по желанию родителей воспитанников, посещающих МАДОУ «Детский сад №113 «Непоседы».

Список используемой литературы.

1. Береснева З.И. «Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ»;
2. «Рекомендации для воспитателей по проведению музыкотерапии в детском саду» <https://nsportal.ru/>;
3. М.В. Киселева «Арт-терапия» в работе с детьми, Санкт-Петербург-2006;
4. Т.А. Ткаченко "Мелкая моторика. Гимнастика для пальчиков";
5. Е.С. Анищенко «Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников»;
6. Пак Чжэ Ву «Су Джок для всех»;
7. Щетинин М.Н. «Дыхательная гимнастика Стрельниковой»;
8. Неумывакин И.П. «Соль. Мифы и реальность».

ПРОНУМЕРОВАНО,
И СКРЕПЛЕНО КРУГЛОЙ ПЕЧАТЬЮ

16 страниц

Заведующий МАДОУ
Л.Х.Тимербаева

