

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
МАДОУ ЦРР- д/с № 123
города Тюмени
Протокол от 31.08.23 г. №1



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ ЦРР- д/с № 123
города Тюмени
М.О. Татунец
2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
«Соляная комната «Пещера здоровья»
ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 лет**

Составитель:
Изотова Оксана Владимировна,
Педагог-психолог

Тюмень 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья воспитанников ДОУ является актуальной. В настоящее время, в рамках реализации федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования, дошкольные образовательные организации поставлены перед решением новой задачи: формирование ценности здоровья и здорового образа жизни. Задача по сохранению и укреплению здоровья воспитанников МАДОУ ЦРР детский сад № 123 города Тюмень решается посредством реализации образовательной программы «Соляная пещера «Комната здоровья». Данная программа разработана в соответствии с нормативными документами:

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями на 30 сентября 2020 года).

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.15 № 09-3242"

Приказ Министерства науки и образования России от 23.08.2017 N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» "(Зарегистрировано в Минюсте России 18.09.2017 N 48226).

Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными 28.09.2020 г. № 28 (регистрационный номер 61573 от 18.12.2020 г.).

ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ В ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В СОЛЯНОЙ ПЕЩЕРЕ

Соляная пещера - это метод немедикаментозного лечения, реабилитации, разработан на основе спелеотерапии (лечение в условиях микроклимата соляных пещер), основанный на использовании искусственно созданного микроклимата соляных пещер и применении естественных природных факторов. Лечебное действие в галокамере оказывает аэродисперсная среда, насыщенная сухим аэрозолем хлорида натрия (соли). Ребенок находится в этой среде и вдыхает частицы распыленной соли, которая, благодаря малому размеру, проникает до уровня мелких бронхов. При этом соль выполняет сразу несколько оздоровительных функций: она оказывается противовоспалительное, иммуностимулирующее, противоаллергическое действие. Галотерапия интегрирована в психолого-педагогические занятия по снятию нервно-психического напряжения у детей дошкольного возраста, развитию мелкой моторики и познавательной активности. Реализация программы проходит в формах, специфических для детей дошкольного возраста: в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности.

В основу программы положены принципы, отражающие гуманистические установки:

- уважение к свободе и достоинству каждого ребенка;
- обеспечение психологического комфорта;
- необходимость поддержания высокой самооценки ребенка; осуществление понятной и ясной, честной и конкретной коммуникации между взрослым и ребенком;
- совместное обсуждение увиденного, услышанного и почувствованного;
- конфиденциальность информации о ребенке родителям, недопустимость медицинских диагнозов; акцент на рекомендации.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

В связи с тем, что соляная комната в детском саду без окон, в целях предупреждения отрицательных реакций педагогом проводится предварительная работа. В понятной, доступной форме педагог рассказывает о том, как устроена комната и о пользе нахождения в ней. В соляной комнате оборудована зона для творчества, где можно заниматься экспериментальной деятельностью, развивать мелкую моторику, рисовать, лепить. Обязательной частью каждого занятия является чтение сказок о природе из серии книг Л. Тарасенко «Познавательные сказки».

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

Использование солетерапии для укрепления и сохранения здоровья воспитанников в условиях МАДОУ ЦРР детский сад 123 города Тюмень.

ЗАДАЧИ:

1. Создание условий по использованию солетерапии для сохранения и укрепления здоровья воспитанников в соответствии с их возрастными особенностями;
2. Систематизация представлений детей о соли, ее свойствах и пользе, развитие наблюдательности, умение действовать по алгоритму, делать выводы и умозаключения при проведении экспериментально-исследовательской деятельности.
3. Улучшение психоэмоционального состояния дошкольников
4. Воспитание у детей стремления осмысленно оздоравливать свой организм с помощью дыхательных упражнений.

Данная программа включает игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности), развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание), музыкально-ритмические упражнения, дыхательные упражнения, речевые упражнения с одновременным выполнением действия.

Занятия по данной программе проводятся по графику: 1 курс – 10 занятий, 1 раз в 3 месяца.

1 занятие длится 20 мин для детей старшего и подготовительного возраста.

15 мин для детей младшей и средних групп.

Количество детей в группе-10 чел.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ

октябрь 2023г. – май 2024г.

месяц	Занятия	Цель	Возраст детей
октябрь, ноябрь.	1.Беседы с детьми на тему: «Морская соль, здоровье и здоровый образ жизни». Дыхательная гимнастика «Воздушный шарик». Опыты с солью.	Обогащать знания о том, что такое морская соль, чем она может быть полезна. Воспитание бережного отношения к своему здоровью.	Младшие, средние, старшие и подготовительные группы.
	2.Чтение познавательных сказок из серии книг «Познавательные сказки» Л. Тарасенко. Дыхательная гимнастика «Насос».	Развитие познавательных способностей у детей, закреплять знания об окружающем мире.	
	Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на мышечную релаксацию «Солнечный зайчик».	Развитие мелкой моторики.	
	Лепка на свободную тему. Упражнения на мышечную релаксацию «Спящий котенок». Дыхательная гимнастика «Часы».	Развитие творческих способностей. Снятие мышечного напряжения у детей.	
	Развивающие игры и упражнения. Дыхательная гимнастика. Упражнения на мышечную релаксацию «Бабочка»	Снятие эмоционального напряжения. Развитие творческого потенциала.	
	Рисование карандашами «Солнечный день» Дыхательная гимнастика «Окно и дверь».	Развитие творческого потенциала.	
	Дыхательная гимнастика «Обдуваем плечи».	Развивать слуховую память.	

	Музыкально-ритмические игры «Хлоп, топ»		
	Настольно – печатные игры. Игра «Скажи где мяч?»	Развитие пространственных представлений.	
	Чтение познавательных сказок из серии книг «Познавательные сказки» Л. Тарасенко.	Развивать воображение, наглядно – образное мышление.	
	Арт – терапия «Аппликация солью». Дыхательная гимнастика «Дерево на ветру»	Развитие творческого потенциала у детей. Развитие мелкой моторики.	

ДЕКАБРЬ 2023г. – ФЕВРАЛЬ 2024г.

№, месяц	Занятия	Цель	Возраст детей
Декабрь, январь, февраль	1. Дыхательная гимнастика «Воздушный шарик». Развивающие игры «Что пропало?», «Что перепутал художник?»	Развитие психических процессов: память, восприятие, мышление.	Младшие, средние, старшие и подготовительные группы.
	2. Чтение познавательных сказок из серии книг «Познавательные сказки» Л. Тарасенко. Дыхательная гимнастика «Насос».	Развитие познавательных способностей у детей, закреплять знания об окружающем мире.	
	Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на мышечную релаксацию «Солнечный зайчик».	Развитие мелкой моторики.	
	Лепка «Снежинка». Упражнения на мышечную релаксацию «Спящий котенок». Дыхательная гимнастика «Часы».	Развитие творческих способностей. Снятие мышечного напряжения у детей.	

	Развивающие игры и упражнения «Страна геометрия» Дыхательная гимнастика. Упражнения на мышечную релаксацию «Бабочка»	Снятие эмоционального напряжения. Развитие творческого потенциала.	
	Рисование карандашами «Ёлочка нарядная» Дыхательная гимнастика «Снежинки».	Развитие творческого потенциала.	
	Дыхательная гимнастика «Обдуваем плечи». Музыкально-ритмические игры «Хлоп, топ» Чтение познавательных сказок из серии книг «Познавательные сказки» Л. Тарасенко.	Развивать слуховую память. Ознакомление с миром животных.	
	Настольно – печатные игры: «Нвиди пару», «Продолжи узор». Игра «Скажи где мяч?»	Развитие пространственных представлений.	
	Чтение познавательных сказок из серии книг «Познавательные сказки» Л. Тарасенко	Развивать воображение, наглядно – образное мышление.	
	Арт – терапия «Аппликация солью». Дыхательная гимнастика «Дерево на ветру»	Развитие творческого потенциала у детей. Развитие мелкой моторики.	

МАРТ – МАЙ 2024г.

№, месяц	Занятия	Цель	Возраст детей
Март, апрель, май	1. Дыхательная гимнастика «Воздушный шарик». Развивающие игры «Что появилось?», «Что в мешочке?»	Развитие психических процессов: память, восприятие, мышление.	Младшие, средние, старшие подготовительные группы.
	2. Чтение познавательных сказок из серии книг «Познавательные сказки» Л.	Развитие познавательных способностей у	

	Тарасенко. Дыхательная гимнастика «Насос».	детей, закреплять знания об окружающем мире.	
	Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на мышечную релаксацию «Солнечный зайчик».	Развитие мелкой моторики.	
	Лепка «Ручеек». Упражнения на мышечную релаксацию «Спящий котенок». Дыхательная гимнастика «Часы».	Развитие творческих способностей. Снятие мышечного напряжения у детей.	
	Развивающие игры и упражнения «Продолжи узор» Дыхательная гимнастика. Упражнения на мышечную релаксацию «Бабочка»	Снятие эмоционального напряжения. Развитие творческого потенциала.	
	Рисование карандашами «Весеннее дерево» Дыхательная гимнастика «Ветерок».	Развитие творческого потенциала.	
	Дыхательная гимнастика «Обдуваем плечи». Музыкально-ритмические игры «Хлоп, топ» Чтение познавательных сказок из серии книг «Познавательные сказки» Л. Тарасенко.	Развивать слуховую память. Ознакомление с миром животных.	
	Настольно – печатные игры: «Как я говорю?», «Продолжи узор». Игра «Что было, и что стало?»	Развитие пространственных представлений.	
	Чтение познавательных сказок из серии книг «Познавательные сказки» Л. Тарасенко.	Развивать воображение, наглядно – образное мышление.	
	Арт – терапия «Аппликация солью». Дыхательная гимнастика	Развитие творческого потенциала у детей.	

	«Дерево на ветру» Беседа «Копилка добрых дел»	Развитие мелкой моторики.	
--	--	---------------------------	--

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Повышение устойчивости детского организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды;
- Улучшение благоприятного общего эмоционального состояния детей;
- Повышение уровня познавательной активности у детей;
- Снижение заболеваемости;
- Улучшение уровня развития психических процессов (память, восприятие, мышление, речь и т.д.).
- Умение взаимодействовать в коллективе.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Подготовительные группы	Старшие группы	Средние группы 2- младшая группа (№8)
Октябрь- 10 занятий	Ноябрь-10 занятий	Декабрь-10 занятий
Январь- 10 занятий	Февраль-10 занятий	Март-10 занятий
Апрель-10 занятий	Май-10 занятий	Май-10 занятий
30 занятий	30 занятий	30 занятий

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Червинская А.В. «Роль галотерапии в программах укрепления здоровья детей»
2. Червинская А.В. «Галотерапия в условиях управляемого микроклимата»
3. Червинская А.В. «Галотерапия - современное развитие метода спелеотерапии»
4. Технология галотерапии. Методическое пособие. – СПб: ФГОУ «Национальный институт здоровья», ЗАО «Санкт-Петербургский институт профилактической медицины», 2012. – 13 с. 5. Хан М.А. «Применение управляемого микроклимата галокамеры в лечении и профилактике заболеваний органов дыхания у детей»
5. Червинская А.В. «Роль галотерапии в программах укрепления здоровья детей».
6. Воронина Т.П. «Веселые и полезные игры для детей».: «Грамотей».