

Рассмотрен и принят:
на заседании педагогического совета
МБДОУ «Ровеньский детский сад №1
комбинированного вида Белгородской области»
Протокол № 1 от 25.08. 2021 г.

Утвержден:
Приказом по МБДОУ «Ровеньский
детский сад №1 комбинированного
вида Белгородской области»
Приказ № 147 от 25.08.2021 г.

Программа оздоровительной работы в центре «Здравушка»

(соляная комната, кислородный коктейль)

МБДОУ «Ровеньский детский сад № 1 комбинированного вида Белгородской
области»

СОДЕРЖАНИЕ

1.Целевой раздел.....	3
1.1.Пояснительная записка.....	3
1.1.1.Актуальность программы.....	3
1.1.2.Цели и задачи программы.....	4
1.1.3.Принципы реализации программы.....	4
1.1.4.Ожидаемый результат программы.....	5
1.1.5.Новизна программы.....	5
1.1.6.Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей,воспитывающихся в ДОУ.....	6
1.1.7.Возрастные и психологические особенности детей.....	6
1.1.8. Особенности организации оздоровительного процесса.....	15
1.2.Планируемые результаты освоения программы их контроль.....	17
1.2.1.Планируемые результаты.....	17
1.2.2.Контроль за реализацией программы.....	17
2.Содержательный раздел.....	18
2.1.Формы организации оздоровительного процесса.....	18
2.2. Содержание психолого-педагогической работы в соляной комнате.....	18
2.3.Особенности организации воспитательно-образовательного процесса в соляной комнате.....	20
2.4.Взаимодействие с родителями.....	21
3.Организационный раздел.....	24
3.1.Порядок организации работы соляной комнаты.....	24
3.2.порядок организации работы кислородного бара.....	24
3.3.Материально-техническое обеспечение программы.....	24
3.4.Список литературы.....	25

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1.1. Актуальность программы

Поскольку современная жизнь все больше удаляет человека от природных факторов и велико повсеместное воздействие современных технических средств, то не только возможны, но даже необходимым является использование природных материалов в работе с воспитанниками дошкольного образовательного учреждения. Тем самым не только вносит элемент разнообразия в детскую деятельность, но и внедряется здоровьесозидающий элемент. Одни из таких материалов является соль.

Важным фактором, оказывающим влияние на развитие и здоровье ребенка, является воздушная среда помещений, в которых дети проводят большую часть времени. Плохой химический состав воздуха, высокая или низкая его температурв и влажность могут вызвать нарушение нормальной жизнедеятельности организма. Потребность детей в качественном воздухе очень велика, так как вследствие большой частоты и малого объема дыхательных движений, обусловленных особенностями строения грудной клетки, интенсивность обмена газов между кровью и воздухом у них несколько ниже, чем у взрослых. Поэтому необходимо, чтобы химический и биологический состав воздуха, а также его свойства отвечали установленным гигиеническим требованиям.

В закрытых помещениях детских учреждений во время пребывания детей качество воздуха постепенно ухудшается: нарастает количество углекислого газа, водяных паров, тяжелых ионов, уменьшается содержание кислорода, легких ионов, заметно повышается температура, запыленность и бактериальная загрязненность, появляются органические примеси, которые ухудшают самочувствие ребенка. Значительно увеличиваются эти негативные показатели, если в группе находится ребенок с респираторным заболеванием, болезнями кожи и т.п.

О пользе соли знают все. Она содержит около 100 минералов, это почти вся таблица Менделеева (калий, бром, йод, железо, селен и т.д.) доказано, что кристаллы соли своим воздействием способны ликвидировать болезнетворные микробы, а также делать организм ребенка менее восприимчивым к различным заболеваниям. При использовании соли в помещении происходит благоприятное изменение ионного состава воздуха, нахождение сухой кристаллизованной соли в помещении обогащает воздух испарениями, имеющими оздоровительный эффект. Воздух приобретает антисептические свойства, что особенно полезно в период всплесков вирусных заболеваний.

Соль также оказывает благоприятное влияние при непосредственном контакте с кожей рук: кристаллы соли массируют ее, происходит дополнительное раздражение нервных окончаний, улучшается кровоток в

мышцах, а значит, более успешно развивается мелкая моторика.

Учитывая все выше изложенные факты, была разработана данная Программа.

Соляная комната – это полноценная имитация природной соляной пещеры с присущим ей микроклиматом, воссоздающим морской воздух. По сути, это помещение, стены и пол которого покрыты солью. Кроме того, воздух в комнате ионизируется специальным прибором. Благодаря этому здесь искусственно воспроизводится микроклимат, схожий с подземными соляными пещерами. Это способствует лечению бронхиальной астмы и других заболеваний органов дыхания, заболеваний суставов, да и просто общее самочувствие улучшает.

Впоследствии высокая эффективность соляной комнаты при лечении и профилактики ряда заболеваний у детей была неоднократно доказана, а потому рекомендована к широкому применению не только в поликлиниках, санаториях, профилакториях и больницах, но и в детских учреждениях с целью оздоровления.

Оздоровительный курс в соляной комнате дает эффект на 2–3 года, поэтому в дальнейшем его использовать можно просто для профилактики.

Среди профилактических мероприятий, которые способствуют:

- снижению заболеваемости детей,
- адаптационным возможностям и укреплению иммунитета детского организма.
- усилению защитных сил и позволяет предотвратить самые распространенные бронхо легочные заболевания.

При постоянных контактах детей в пик сезонных заболеваний происходит обмен инфекциями, и чтобы предупредить заражение, укрепить детский организм, в нашем детском саду оборудована и постоянно действует соляная комната.

1.1.2. Цели и задачи программы

Цель программы: повышение уровня здоровья детей дошкольного возраста путем использования здоровьесберегающих методик, творческой и экспериментально-исследовательской деятельности в соляной комнате.

Поставленная цель реализуется в комплексности решения оздоровительных, образовательных, развивающих и воспитательных задач.

Задачи:

- Создать условия в ДОУ для повышения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста путем проведение игровых мероприятий: сказкотерапии, конструирования в соляной комнате.

- Способствовать укреплению иммунитета и повышению устойчивости детского организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.
- Сохранять и укреплять здоровья детей способом галотерапии через комплекс игровых занятий.
- Формировать у детей осознанного отношения к своему здоровью.

1.1.3. Принципы реализации программы

- *Принцип научности* - использование научно-обоснованных и апробированных программ, технологий и методик;
- *Принцип доступности* - использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями воспитанников;
- *Принципа систематичности и постепенности* - реализация оздоровительных, профилактических мероприятий.
- *Принцип индивидуальности* – предполагает учет индивидуальных особенностей каждого ребенка.
- *Принцип психологической комфортности* (взаимоотношения между детьми и взрослыми строятся на основе доброжелательности, поддержки и взаимопомощи).

1.1.4. Ожидаемый результат программы

- Снижение заболеваемости ОРВИ и гриппом в разные сезонные периоды.
- Укрепление иммунитета и повышение устойчивости детского организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.
- Улучшение состояния здоровья детей.
- Уменьшения количества часто болеющих детей.
- Повышение общего эмоционального состояния детей.

1.1.5. Новизна программы

Новизна программы заключается в применении технологии «галотерапии» в условиях ДОУ в сочетании с здоровьесберегающими методиками, творческой и экспериментально-исследовательской деятельности.

В данной программе определен новый подход к сохранению здоровья детей, профилактике простудных заболеваний посредством использования соляной комнаты. Данный ресурс должен использоваться в комплексе всех здоровьесберегающих мероприятий, проводимых в

детском саду.

1.1.6. Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей, воспитывающихся в ДОУ

В настоящее время в детском саду функционируют 9 групп, которые посещают 150 ребенок в возрасте от 2 до 7 лет.

Сведения о функционировании групп

Группа	Возраст	Количество детей
Группа кратковременного пребывания	1,6 – 3лет	15
1 младшая группа	2-3лет	20
2 младшая группа	3-4 лет	20
Средняя «А» группа	4-5лет	21
Средняя «Б» группа	4-5лет	21
Старшая группа	5-6лет	18
Старшая логопедическая группа	5-6 лет	9
Подготовительная группа	6-7 лет	16
Подготовительная логопедическая группа	6-7 лет	10

Численность детей в дошкольном учреждении по группам здоровья

I группа здоровья	II группа здоровья	III группа здоровья	IV группа здоровья	Всего
54/39%	77/56%	7/5%	0	138

Анализ заболеваемости за 2020-2021 учебный год

	Число дней, пропущенных детьми по болезни	В том числе на одного ребенка	Всего случаев заболеваний	Из них простудных	Из них инфекционных	Кол – во травм, оформл. актом Н - 2
Всего	1309	10,8	182	85	82	0

1.1.6. Возрастные и психологические особенности детей

Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжают развиваться предметная деятельность, деловое сотрудничество ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление, в конце года появляются основы наглядно-образного мышления.

Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Совершенствуются соотносящие и орудийные действия. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта для подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка. В ходе совместной с взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять словесные просьбы взрослых, ориентируясь в пределах ближайшего окружения.

Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых.

Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить сложные и сложноподчиненные предложения, в разговоре с взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1500–2500 слов. К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками. В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование.

Игра носит процессуальный характер, главное в ней — действия, которые совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. В середине третьего года жизни широко используются действия с предметами-заместителями.

Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» — окружности и отходящих от нее линий.

На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из 2–3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь. Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух.

К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления является наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами. К концу третьего года жизни у детей появляются зачатки наглядно-образного мышления. Ребенок в ходе предметно-игровой деятельности ставит перед собой цель, намечает план действия и т. п.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения с взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

Младшая группа(от 3 до 4 лет)

В возрасте 3–4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится вне ситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться.

Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет. Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Младшие дошкольники способны под руководством взрослого вылепить простые предметы.

Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации.

Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования предэталонов — индивидуальных единиц восприятия, переходят к сенсорным эталонам — культурно-выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса — и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут напомнить 3–4 слова и 5–6 названий предметов. К концу младшего дошкольного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений. Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целе- направленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны становить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что

дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, а ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т. д.

Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5–6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина.

Совершенствуется ориентация в пространстве. Возрастает объем памяти.

Дети запоминают до 7–8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т. д. Начинает развиваться образное мышление. Дети способны использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15–20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы. Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении с взрослым становится вне ситуативной.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок.

Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен. Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

Старшая группа(от 5 до 6 лет)

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». (В

игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» — зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства.) Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематичные изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью

композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют различные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности. Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художественному образу (ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями);

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд — по возрастанию или убыванию — до 10 различных предметов.

Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т. д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об

увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т. д. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т. д.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания.

Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию. Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни.

Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы.

Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

Подготовительная к школе группа(от 6 до 7 лет)

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь, трудоустройство и т. д. Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Так,

ребенок уже обращается к продавцу не просто как покупатель, а как покупатель-мама или покупатель-шофер и т. п. Исполнение роли акцентируется не только самой ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Например, исполняя роль водителя автобуса, ребенок командует пассажирами и подчиняется инспектору ГИБДД. Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, военные действия и т. п. Девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т. д. Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т. д. Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями.

При правильном педагогическом подходе у дошкольников формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности. К подготовительной к школе группе дети в значительной степени осваивают конструирование из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориентировки. Дети быстро и правильно подбирают необходимый материал. Они достаточно точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполнения; способны выполнять различные по степени сложности постройки, как по собственному замыслу, так и по условиям.

В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные, но этому их нужно специально обучать. Данный вид деятельности не просто доступен детям — он важен для углубления их пространственных представлений.

Усложняется конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т. д. В результате правильно организованной образовательной работы у детей развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

1.1.7. Особенности организации оздоровительного процесса

Для организации детей в соляной комнате разработан и используется алгоритм мероприятий детской активности, который учитывает правила проведения сеансов в соляной комнате, особенности возрастной, индивидуальной и оздоровительной направленности.

Правила посещения соляной комнаты

- Посещение соляной комнаты разрешается в детском саду с 3 лет.
- Перед началом курса в соляной комнате необходима консультация врача.
- Рекомендовано ежедневное посещение соляной комнаты в течение 10-20 дней длительностью до 30 минут. Такое количество процедур оказывает мощное и безопасное воздействие, необходимое для восстановления системной биологической защиты.
- Между сеансами осуществляется перерыв в течение 20-30 минут.
- Целесообразно повторять курс посещения соляной комнаты каждые 6 месяцев.
- Для соблюдения в комнате гигиены и поддержания гипоаллергенной и безбактериальной среды детям следует надевать бахилы или сменную

обувь, или менять носочки, а так же чистую хлопчатобумажную одежду.

- Взрослые посещают комнату в тапочках или в бахилах.
- Принимать процедуру нужно в расслабленном состоянии, вести себя тихо, не мешать другим.
- Соляная комната должна быть оснащена яркими детскими столиками и стульчиками, на которых будут лежать раскраски и карандаши, а перебирать россыпь соляных кристаллов под ногами интереснее всего совком из детского набора для песочницы. Подойдут разнообразные игрушки: кубики, конструкторы, качалки, горка из пластмассы.
- Аудио сопровождение – расслабляющая музыка, звуки природы можно поставить детям какую-нибудь известную сказку или просто чтение интересной книги, показ мультфильма.

Противопоказания к посещению соляной комнаты

- Противопоказания к соляной комнате немного, но учитывать их необходимо, так как посещение соляных комнат при наличии хронических и инфекционных заболеваний, особенно в период обострения или рецидива, только усугубят положение. Кроме того, надо важно знать о возможности индивидуальной непереносимости солевого аэрозоля.
- К основным противопоказаниям соляной комнаты относятся:
- активная стадия туберкулеза;
- злокачественные новообразования;
- инфекции до окончания изоляционного срока;
- заболевания с осложнениями в виде серьезных нагноений;
- период обострения болезней крови;
- кровотечения любого происхождения;
- психические заболевания различной степени тяжести;

Употребление кислородного коктейля

Загрязненная атмосфера наших городов приводит к недостатку кислорода — основного участника окислительно-восстановительных реакций, с которыми напрямую связаны такие важнейшие функции, как дыхание и обмен веществ. В связи с этим специалистами было доказано, что кислородный коктейль на самом деле приносит пользу организму и особенно — детскому.

- улучшаются работа иммунной системы и сопротивляемость организма болезням;
- налаживается сон, повышается стрессоустойчивость, улучшается общее самочувствие;
- происходит активизация обмена веществ, ускоряется расщепление жировой ткани;

- клетки мозга насыщаются кислородом, улучшаются зрение, концентрация внимания — ребенку становится легче учиться чему-то новому, а также заниматься физической активностью;
- улучшается состояние кожи за счет укрепления стенок сосудов, капилляров и активизации выработки коллагена;
- нормализуется артериальное давление;
- улучшается состояние нервной системы.

Порция кислородного коктейля в детском саду, согласно возрастным нормам, не превышает 150 миллилитров. Напиток употребляют повторяющимися с перерывами курсами, которые обычно длятся десять-пятнадцать дней. Так как напитки, обогащенные кислородом, имеют выраженный тонизирующий эффект, пить их рекомендуется в первой половине дня и сразу после приготовления. На голодный желудок кислородный коктейль употреблять нельзя.

Противопоказания

Существуют случаи, при которых кислородный коктейль пить не следует. К ним относятся:

- обострение бронхиальной астмы;
- обострение язвенного колита;
- наличие язвенной болезни желудка;
- наличие желчнокаменной болезни 2-й и 3-й стадий;
- диагностированные нарушения сердечного ритма;
- наличие гастроэзофагеальной рефлюксной болезни;
- индивидуальная непереносимость компонентов, входящих в состав кислородного коктейля (например, корня солодки, яичного белка).

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

1.2.1. Планируемые результаты

- Снижение заболеваемости ОРВИ и гриппом в разные сезонные периоды.
- Укрепление иммунитета и повышение устойчивости детского организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.
- Улучшение состояния здоровья детей.
- Уменьшения количества часто болеющих детей.
- Повышение общего эмоционального состояния детей.

1.2.2. Контроль за реализацией программы

Контроль за реализацией программы осуществляет медицинская сестра и старший воспитатель.

Эффективность программы анализируется исполнителями программы совместно с медицинской сестрой и старшим воспитателем, результаты обсуждаются на оперативных совещаниях, педагогическом совете.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Формы организации оздоровительного процесса

Оздоровительный процесс в соляной комнате предусматривает определенную этапность:

этап - проведение релаксационных упражнений, направленных на эмоциональный настрой ребенка.

этап - включает проведение цикла занятий направленных на развитие мелкой моторики, творческой, экспериментально-исследовательской деятельности.

этап - проведение релаксационных упражнений, направленных на расслабление (релаксация) организма ребенка.

2.1 Содержание психолого – педагогической работы

Использование необычных сочетаний упражнений, игр, опытов, творческой деятельности – несложный и доступный вид деятельности для ребенка, и одновременно очень интересный и увлекательный, несущий оздоровительный эффект как за счет целебных свойств соли, так и возможностей ее применения в рамках здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

- **Использование здоровьесберегающих методик** (пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, самомассаж носа, ушей, головы, гимнастика для глаз).
- **Игры с солью направленные на развитие мелкой моторики.**
- **Творческая деятельность** (в том числе с использованием соли).
- **Экспериментально-исследовательская деятельность** (опыты с кристаллами соли).

Дыхательные упражнения.

Дыхательные упражнения необходимо проводить с разумной осторожностью – следует практиковать легкие упражнения по смене ритма дыхания или медленном дыхании только через нос. Не следует заниматься в соляной комнате упражнениями, сопряженными с любыми нагрузками на дыхательную систему. Упражнения релаксации благоприятно сказываются на нервной системе ребенка

Используемые упражнения релаксации.

Релаксация детей дошкольного возраста требует особого взгляда и подхода. Умение расслабиться поможет одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение. Расслабление вызывается путем специально подобранных игровых приемов. Каждому

дается название, это увлекает детей. Они выполняют расслабляющие упражнения, не просто подражая ведущему, а перевоплощаясь, входя в заданный образ «Воздушные шарик», «Облака», «Водопад», «Спящий котенок», «Шишки», «Солнышко и тучка», «Улыбка», «Солнечный зайчик», «Бабочка», «Озорные щечки», «Рот на замочке», «Любопытная Варвара».

Гимнастика для глаз

Упражнения выполняются всеми детьми. Гимнастика для глаз укрепляет глазные мышцы, снимает с них напряжение, активизирует кровообращение глаз, способствует поступлению в ткани кислорода, оказывает комплексное укрепляющее и тонизирующее действие. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.

Используемые упражнения

«Кошка», «Снежинки», «Мостик», «Елка», «Лучик солнца», «Стрекоза», Ежик», «Жук», «Ветер», «Белка», «Заяц», «Автобус», «Солнечный зайчик», «Чудеса», «Бабочка», «Пчела», «Радуга», «Спал цветок», «Волшебный сон», «Птицы на дворе», «Отдыхалочка», «Рыбка», «Сорока», «Ослик».

Пальчиковая гимнастика и игры с солью.

Комплекс таких игр и упражнений направлен на укрепление мышечного тонуса руки с помощью механического воздействия кристаллов соли, подготовку руки к письму, профилактику заболеваний органов дыхания, развития воображения, внимания.

Основные движения, которым обучаются дети в процессе упражнений:

- ✓ Сжатие кисти в кулак и разжимание;
- ✓ Вращательные движения указательными пальцами;
- ✓ Потирание ладони о ладонь;
- ✓ Соединение пальцев каждой руки в щепоть;
- ✓ Удержание кисти и пальцев рук в виде ковша

Используемые пальчиковые игры и упражнения

- «Паучок» - погружение в соль только подушечек пальцев сопровождается стихотворением: «Сидит на ветке паучок, расставил лапки – и молчок»;
- «Солим суп» - захватить соль щепотью и медленно посыпать сквозь пальцы: «Мысегодня повара, суп солить давно пора»;

- «Хлопки» - похлопать ладонями с солью: «Хлопайте ладошки соляные крошки, крепкоприжимайте, быстро убегайте»;
- «Цыплята» - пальцы обеих рук соединены щепотью и постукивают о соляную поверхность: «Травку дружно мы клюем, червяка сейчас найдем»
- «Ловим рыбку» - в соли дети отыскивают крупные предметы.
- «Построим замок» - с использованием различных мелких емкостей делаются различные постройки;
- «Художники» - указательным пальцем на поверхности дети рисуют различные предметы» (самостоятельно или по заданию педагога);
- «Угадай-ка» - найти по заданию педагога в соли спрятанный предмет и другие.

Творческая деятельности с использованием соли.

Рисование солью, поделки из соли – например, послойное наполнение прозрачных баночек солью, предварительно окрашенной в разные цвета с помощью пищевых красителей, Такая работа весьма кропотлива и способствует художественно-эстетическому развитию, формированию воображения, креативности и также развитию терпеливости, внимательности, умению видеть красоту в обычных предметах.

Экспериментально-исследовательская деятельность.

Экспериментально-исследовательская деятельность развивает интерес ребенка к окружающему миру, активность, инициативу и самостоятельность в его познании, в ходе практической деятельности.

Проводится ряд опытов с использованием соли:

- Изучение свойств соли (вкус, цвет, сыпучесть, способность растворяться в жидкости и менять ее вкус).
- «Плавающее яйцо» - изучение плотности как физического свойства соли.
- Испарение соли из воды.
- Растворение льда солью.
- Выращивание кристаллов соли в бытовых условиях (опыт с нитками и веточками в соляном «инее»).

2.3.ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Перспективное планирование проведения сеансов в соляной комнате

Сеанс	Содержание сеанса	Длительность сеанса
1	<ul style="list-style-type: none"> • Дети адаптируются. • Упражнения на расслабление(релаксация) организмаребенка. • Пальчиковые игры. • Дыхательная гимнастика. • Самостоятельная творческая и игровая деятельность 	10 минут
2	<ul style="list-style-type: none"> • Дети адаптируются. • Игры на эмоциональный настрой • Пальчиковые игры. • Динамические паузы (массаж носа, ушей). • Дыхательная гимнастика. • Самостоятельная творческая и игровая деятельность 	10 минут
3	<ul style="list-style-type: none"> • Игры на эмоциональный настрой. • Дыхательная гимнастика. • Пальчиковые игры. • Дыхательная гимнастика. • Гимнастика для глаз. • Конструирование из лего. • Упражнение на расслабление. 	15 минут
4	<ul style="list-style-type: none"> • Игры на эмоциональный настрой. • Дыхательная гимнастика. • Самомассаж лица. • Игровой массаж спины. • Пальчиковые игры. • Слушание музыки. 	15 минут
5	<ul style="list-style-type: none"> • Игры на эмоциональный настрой. • Дыхательная гимнастика. • Самомассаж ушей, головы, рук и ног. • Слушание или чтения сказки. • Словесные игры. • Упражнение на расслабление. 	15 минут
6	<ul style="list-style-type: none"> • Игры на эмоциональный настрой. • Дыхательная гимнастика. • Пальчиковая гимнастика • Гимнастика для глаз • Конструирование из лего. • Упражнение на расслабление. 	15 минут

7	<ul style="list-style-type: none"> • Игры на эмоциональный настрой. • Дыхательная гимнастика. • Пальчиковая гимнастика. • Рисование солью • Музыкотерапия (П.И.Чайковский – времена года), звуки природы и т.д. • Упражнение на расслабление 	15 минут
8	<ul style="list-style-type: none"> • Игры на эмоциональный настрой. • Дыхательная гимнастика. • Пальчиковые игры. • Дыхательная гимнастика. • Гимнастика для глаз. • Конструирование из лего. • Упражнение на расслабление. 	15 минут
9	<ul style="list-style-type: none"> • Игры на эмоциональный настрой. • Дыхательная гимнастика. • Пальчиковая гимнастика • Гимнастика для глаз • Экспериментально-исследовательская деятельность с солью. • Упражнение на расслабление. 	15 минут
10	<ul style="list-style-type: none"> • Игры на эмоциональный настрой. • Дыхательная гимнастика. • Самомассаж ушей, головы, рук и ног. • Гимнастика для глаз. • Просмотр мультфильма. • Словесные игры. • Упражнение на расслабление. 	15 минут

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии: динамические паузы (гимнастика для глаз, носа, ушей, языка), психогимнастика, дыхательная гимнастика, релаксация, музыкотерапия, звукотерапия (поем гласные звуки и ладошкой хлопаем по грудной клетке), сказкотерапия, ортопедическая гимнастика, массаж (ушей, головы, рук, ног), словесные игры, видео просмотр, формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Таким образом, соляная комната является современным эффектом не медикаментозным методом оздоровления и реабилитации детей.

2.4.Взаимодействие с родителями.

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Основными документами, регламентирующими взаимодействие педагогов с семьей являются:

- Закон РФ «Об образовании» от 29.12.2013 года №273-ФЗ, ФГОС ДО, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г.№1155;
- «Конвенция о правах ребёнка»;
- «Семейный Кодекс».

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- знакомство родителей и педагогов с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе;
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Для решения поставленных задач с родителями воспитанников организуются разнообразные традиционные и инновационные формы и методы работы:

- общие и групповые родительские собрания;
- консультации;
- занятия с участием родителей;
- выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями;
- совместные экскурсии;
- дни открытых дверей;
- участие родителей в подготовке и проведении праздников, досугов;
- оформление фотовыставок;
- совместное создание предметно – развивающей среды;
- работа с родительским комитетом;
- беседы с детьми и родителями;
- тренинги;
- семинар – практикум.

Только в этом случае возможно создание условий, помогающих раскрытию всех творческих и человеческих возможностей ребенка.

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1.Порядок организация работы соляной комнаты

Соляная комната способствует насыщению клеток активными ионами кислорода, благодаря чему восстанавливается функция легких, улучшается микроциркуляция в тканях дыхательных путей.

Работа в соляной комнате организуется с детьми в течении учебного года.

Занятия в соляной комнате подгрупповые проводятся.

Продолжительность нахождения в соляной комнате составляет:

с 1,6 до 2 лет: 15 мин;

с 2 до 3 лет: 15 мин;

с 3 до 4 лет: 15 мин;

с 4 до 5 лет: 15 мин;

с 5 до 6 лет: 15 мин;

с 6 до окончания образовательных отношений: 15 мин.

Формы работы: подгрупповая, индивидуальная.

Для занятий в соляной комнате необходимо:

- письменное заявление о согласии на посещение соляной комнаты родителей (законных представителей) ;
- справка от педиатра, о том, что воспитанник не имеет противопоказаний для посещения соляной комнаты.
- Работа в соляной комнате организуется по расписанию, составленному с учетом режима дня детей, их возрастных особенностей, установленных санитарно- гигиенических норм, в соответствии с общим расписанием образовательной деятельности.

3.1 Порядок организации работы кислородного бара.

Работа в кислородном баре организуется с детьми в течение учебного года.

Прием кислородного коктейля проводят курсами, 10-15 дней приема и 1-2 месяца перерыва. После перерыва курс можно повторить.

Для детей в детских садах в возрасте 3-7 лет порция составляет не более 150 мл.

Приём коктейля проводится исключительно в первой половине дня и только свежеприготовленным, так как напитки, обогащенные кислородом, имеют тонизирующий эффект.

Для посещения кислородного бара необходимо:

- письменное заявление о согласии на посещение кислородного бара родителей (законных представителей));
- справка от педиатра, о том, что воспитанник не имеет противопоказаний для посещения кислородного бара.
- Работа в кислородном баре организуется по расписанию, составленному с учетом режима дня детей, их возрастных особенностей, установленных санитарно- гигиенических норм, в соответствии с общим расписанием образовательной деятельности.

3.3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Предметно–пространственная среда соляной комнаты оснащена следующим игровым оборудованием

Наименование оборудования	Количество
Маркеры игрового пространства	
Стол	1
Стулья	6
Кислородный коктейлер	
Игрушки-предметы оперирования	
Лапатки	7
Широкие кисточки	7
Воронки	2
Разнообразные пластмассовые контейнеры	5
Игрушки персонажи и ролевые атрибуты	
Миниатюрные игрушки (5-10 см), изображающие людей	5
Миниатюрные игрушки (5-10 см), изображающие различных животных	10
Миниатюрные игрушки (5-10 см), изображающие транспорт	6
Архитектурные здания и постройки	3
Игрушки из «киндер-сюрпризов»	10
Естественные предметы	
Ракушки, камушки, большие пуговицы и т.п.)	

3.4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Методические указания. Галотерапия для лечения аллергии у детей.
2. Методические рекомендации. Галотерапия в профилактике и лечении заболеваний.
3. Технология галотерапии. Методическое пособие.
4. Червинская А.В. Галотерапия в условиях управляемого микроклимата.
5. Червинская А.В. Галотерапия - современное развитие метода спелеотерапии.
6. Червинская А.В. "Роль гало терапии в программах укрепления здоровья детей"
7. Хан М.А. "Применение управляемого микроклимата галокамер в лечении и профилактике заболеваний органов дыхания у детей»