

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида № 197
620141, г. Екатеринбург, ул. Бебеля, 148 а
тел. 323-89-84, e-mail: mdou197@eduekb.ru

Принято на заседании
Педагогического совета
Протокол № 4 от «30» августа 2024 г.



Утверждаю
Заведующий МАДОУ детский сад
комбинированного вида № 197
О.Г. Маркова
Приказ № 25 от «30» августа 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа физкультурно-
спортивной направленности
«Здоровячок» для детей дошкольного возраста
(3-8 лет)
Срок реализации 1 год**

г. Екатеринбург

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1 « КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
1.2.ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.....	4
1.3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....	4
1.4 .СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ (КАЛЕНДАРНЫЙ, УЧЕБНЫЙ ПЛАН, УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН).....	5

РАЗДЕЛ 2 «ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ»

2.1.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ (МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ).....	25
2.3.ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И КОНТРОЛЯ.....	26
2.4.СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	27

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

Название программы	Дополнительная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Соляная пещера » для детей 3- 8 лет.
Основание для разработки	- ФЗ №273 «Об образовании в РФ» - Конвенция о правах ребенка Проблема сохранения здоровья детей существовала всегда, подходы разнообразны и по - своему эффективны. Однако, высокая эффективность галотерапии для 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. К ним в первую очередь относятся детские сады. Учитывая продолжительность холодного сезона очевидна потребность в наличии соляных комнат. Ежедневные процедуры галотерапии укрепляют иммунитет, оказывают противовоспалительное, саногенное действие, ликвидируют последствия приема антибиотиков, заболеваний органов дыхания, заболеваний суставов, да и просто общее самочувствие улучшает.
Автор-составитель	Яковлева А.А. – инструктор по физической культуре Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада комбинированного вида № 197
Организация исполнитель	Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 197
Использование при реализации образовательной программы электронного обучения и дистанционных образовательных технологий	При разработке и реализации дополнительных общеобразовательных программ используются различные образовательные технологии
Описание образовательной программы	Дополнительная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Соляная пещера» направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей воспитанников в формировании культуры здорового образа жизни в том числе и интеллектуальном развитии.
Информация об учебном плане	В учебном плане указывается общий объем программы, распределение академических часов, отведенных на освоение программы по годам обучения и дисциплинам (курсам ,модулям, практикам) в зависимости от уровня сложности, указывается их трудоемкость через объем теоретических и практических занятий .
Аннотации к рабочим программам дисциплин (по каждому учебному предмету, курсу, дисциплине (модулю), практики, в составе образовательной программы)	Цель программы: сохранение и укрепление здоровья детей через комплекс игровых и познавательных занятий в соляной комнате. Задачи программы: 1.Развитие сенсорного восприятия; 2. Развитие речи; 3.Развитие высших психических функций (памяти, мышления, воображения); 4. Развитие эмоционального контакта. Программа разработана на основе методического пособия А.В. Червинской «Роль гало терапии в программах укрепления здоровья детей» и А.Г.Арушановой «Развитие коммуникативных способностей

	дошкольников». Все занятия носят игровой и познавательный характер с применением игрового оборудования и средств ИКТ.
Информация о календарном учебном графике	В календарном учебном графике отражены: регламентирование образовательного процесса при реализации дополнительной общеразвивающей программы, количество возрастных групп, начало и окончание учебного года, продолжительность учебного года, продолжительность организованной образовательной деятельности, недельная образовательная нагрузка ,занятий, объем недельной образовательной нагрузки, сроки проведения мониторинга ,продолжительность каникул, сроки летней оздоровительной работы.
Информация о методических и иных документах, разработанных учреждением для обеспечения образовательного процесса	Учебный план Календарный учебный график Расписание занятий
Тип программы	Оздоровительная направленность
Сроки реализации	Ежегодно
Цель	Сохранение и укрепление здоровья детей через комплекс игровых и познавательных занятий в соляной комнате.
Задачи	1.Развитие сенсорного восприятия; 2. Развитие речи; 3.Развитие высших психических функций (памяти, мышления, воображения); 4. Развитие эмоционального контакта
Источники финансирования	Внебюджетные средства МАДОУ детский сад комбинированного вида № 197

РАЗДЕЛ 1 « КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1. Пояснительная записка

Согласно данным Минздрава и Росстата, в России на каждые 100 тысяч детей приходится свыше 119 тысяч болезней органов дыхания. Это означает, что фактически каждый ребёнок имеет проблемы с лёгкими в той или иной форме. Кроме того, в общем списке болезней у детей заболевания органов дыхания занимают первое место с большим отрывом от других. Затем идут кожные заболевания. А по статистике по заболеваниям ОРЗ и ОРВИ, и гриппу в мире ежегодно болеет каждый второй ребёнок.

Изначально лечение детей уникальным соляным микроклиматом было возможно лишь в Солотвино и других природных соляных пещерах, но даже в советское время было нерентабельно перевозить пациентов так далеко. Поэтому огромным шагом в процессе оздоровления нации стало создание первой в истории гало камеры в 1985 году, которая моделировала климатические условия соляных копей.

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

Курс в соляной комнате даёт эффект на 2–3 года, поэтому в дальнейшем его использовать можно для профилактики. Среди профилактических мероприятий, которые способствуют

- снижению заболеваемости детей,
- соляная комната является проверенным способом активировать адаптационные возможности и укрепить иммунитет детского организма.
- Соляная комната в детском саду способствует усилению защитных сил и позволяет предотвратить самые распространенные бронхолёгочные заболевания.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель:

Сохранение и укрепление здоровья детей через комплекс игровых и познавательных занятий в соляной комнате.

Задачи:

1. Развитие сенсорного восприятия;
2. Развитие речи;
3. Развитие высших психических функций (памяти, мышления, воображения);
4. Развитие эмоционального контакта.

1.3. Ожидаемые результаты:

- 1.Повышение устойчивости детского организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.
2. Улучшение благоприятного общего эмоционального состояния детей.
3. Повышение уровня развития сенсорики.
4. Улучшение состояния речи.
- 5.Улучшение состояния памяти, уровня мышления, воображения.

1.4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

ОСНОВНЫЕ 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.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ В СОЛЯНОЙ КОМНАТЕ.

Соляная комната оборудуется блоками из соли, которые покрывают все поверхности помещения. Соль является природным источником большого количества микро и макро элементов, необходимых для нормальной жизнедеятельности детского и взрослого организма. Благодаря постоянным процессам высвобождения ионов йода, кальция, серебра, натрия, воздух в соляной комнате, в детском саду, насыщается полезными элементами, увеличивающими скорость обменных процессов.

- Возраст обучающихся: дошкольники 3-7 лет.
- Срок реализации программы: 1 год
- Форма обучения, очная, групповая, занятия проводятся с группами детей, количество которых составляет 8 человек.
- Режим занятий: курс занятий состоит из 10 сеансов, повтор курса через два месяца. Занятия проводятся через день, продолжительность для детей 3-4 лет не более 15 минут, 4-5 лет, не более 20 минут, 5-6 лет не более 25 минут, для детей 6-7 лет не более по 30 мин.

- Объем реализации программы: Количество часов реализации программы:

в неделю – 2,5

- в месяц – 10

- в год - 120

-язык обучения- русский

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

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:

- 1.Активная стадия туберкулёза.
- 2.Злокачественные новообразования.
- 3.Инфекции до окончания изоляционного срока.
- 4.Заболевания с осложнениями в виде серьёзных нагноений.
- 5.Период обострения болезней крови.
- 6.Кровотечения любого происхождения.
- 7.Психические заболевания различной степени тяжести.

Структура занятия

1.Вводная часть длится 3-5 минут: используются вводные упражнения, которые дают установку на разнообразный темп движения с помощью музыки, упражнения, направленные на тренировку памяти, внимания, координации движений, регулировку мышечного тонуса.

2.Основная часть занимает 10-15 минут: включает в себя слушание музыки для снятия эмоционального и мышечного напряжения, пение, упражнения на развитие дыхания, внимания, голоса, артикуляции, счетные упражнения, упражнения на развитие речевых и мимических движений, общей моторики, мимических мышц, дыхания, чувства ритма и темпа. Развитие эмоционального интеллекта по средствам чтения терапевтических сказок, просмотров видео роликов, бесед. Развитие сенсорики, воображения и мышления.

3.Заключительная часть занимает 2-5 минут: упражнения на восстановление дыхания, снятие мышечного и эмоционального напряжения, релаксационные упражнения.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

месяц	Сентябрь	декабрь	март	июнь
Кол-во Занятий в месяц	10	10	10	10

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

Возраст обучающихся	неделя	месяц	год
3-4 года (младшие группы)	2,5	10	120
4- 5 (средние группы)	2,5	10	120
5-6 (старшие группы)	2,5	10	120
6-8 (подготовительные группы)	2,5	10	120

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№	Название раздела программы	Количество часов		Формы аттестации/контроля
		всего	практика	
	Сенсорное развитие, речевое развитие, развитие памяти, мышления, воображения, общее оздоровление организма и профилактика заболеваний органов дыхания.	10	10	Викторины, конкурсы, открытые занятия, отзывы детей и родителей, аналитические справки и материалы, мини-отчеты, дневники наблюдений.

Учебно-тематический план занятий

Для детей 3- 4 лет

Месяц	№ занят	Развитие сенсорики	Развитие речь	Развитие ВПФ	Развитие эмоционального интеллекта
Сентябрь	1,2	«Цветные кольца» Пальчиковые игры	«Осень в гости к нам пришла», Дыхательные упражнения	Игра «Я быстрее» (Овощи и фрукты)	«Копилка добрых дел
	3,4	«Разложи по цвету» Пальчиковые игры	«Магазин» Дыхательные упражнения	«Перепутанная сказка»	«Зеленые обитатели леса»
	5,6	«Где звонят?»	«Поезд	«Послушай.	«Звуки

		Пальчиковые игры	особого назначения». Дыхательные упражнения	Запомни. повтори»	природы. Пение птиц»
	7,8	«Башня» Пальчиковые игры	«Где спрятался мяч?» Дыхательные упражнения	«Продолжи цепочку»	Учимся распознавать эмоции: «Как я говорю?» «Угадай»
	9,10	«Страна геометрия» Пальчиковые игры	«Путанница» Дыхательные упражнения	«Найди свой дом»	«Угадай эмоцию»
декабрь	1,2	«Большой маленький»	«Мимо леса, мимо поля»	Отгадывание загадок «Супермаркет»	«Я чудо эмоция»
	3,4	«Веселые матрешки»	«Громко - тихо»	«Бесконечная классификация»	«Копилка добрых дел» «Ласковые имена»
	5,6	«Красивые флажки» Пальчиковые игры	«Где, чей дом?»	Игра «Я быстрее» (Снежные забавы)	«Продолжи цепочку»
	7,8	«Цветные вкладыши» Пальчиковые игры	«Что где лежит»	«Послушай. Запомни. повтори»	«Пирамида любви»
	9,10	«Цветные кольца» Пальчиковые игры	Игра «Что, где, когда». Дыхательные упражнения	Чтение сказки «Кусачая киска»	«Зеленые обитатели леса»
март		«Цветное домино»	«Ответь, одним словом»	Разгадывание загадок	Чтение терапевтической сказки «Я первый»
		«Где круг, а где квадрат»	«Чего не хватает?»	«Найди отличия»	Беседа: «Я и мои друзья»
		«Спрячь листок»	«Дай задание игрушкам»	«Найди, что общего»	Чтение терапевтической сказки «Светофор»
		«Головоломка»	«Кто что нарисовал»	«Чего не стало?»	«Комплименты»
июнь		«Покажи дорожку»	«Насекомые»	«Цепь» животные	
		«Заклей дырки»	«Один- много»		
		«Определи, что в мешке»	«За столом»		
		«Цветные кольца» Пальчиковые игры	«О чем расскажешь?»		

Учебно-тематический план занятий

Для детей 4- 5 лет

Месяц	№ занят	Развитие сенсорики	Развитие речь	Развитие ВПФ	Развитие эмоционального интеллекта

Учебно-тематический план занятий

Для детей 5- 6 лет

Месяц	№ занят	Развитие сенсорики	Развитие речь	Развитие ВПФ	Развитие эмоционального интеллекта

Учебно-тематический план занятий

Для детей 6- 7 лет

Месяц	№ занят	Развитие сенсорики	Развитие речь	Развитие ВПФ	Развитие эмоционального интеллекта

РАЗДЕЛ 2 ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ (МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ)

Особенности обустройства соляной комнаты для детей. Обязательно следует делать перерывы между группами и проветривать помещение. Для соблюдения в комнате гигиены и поддержания гипоаллергенной и без бактериальной среды детям и взрослым следует надевать бахилы. Принимать процедуру нужно в расслабленном состоянии, вести себя тихо, не мешать другим. Соляная комната оснащена яркими мягкими пуфами, детскими наборами для песочницы, а также телевизором для аудио сопровождения сеанса.

2.2. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И КОНТРОЛЯ

Для определения результативности освоения программы проводятся викторины, конкурсы, открытые занятия. В конце года (апрель - май) проводится диагностика выполнения дополнительной общеразвивающей программы. Педагогом разрабатываются диагностические карты и инструментарий. В течение года проводится наблюдения за достижениями детей, за общим состоянием здоровья, отслеживается заболеваемость детей. Ведется тетрадь достижений, которая выдается родителям с целью информирования об успехах ребенка. В конце года подводятся итоги через отзывы детей и родителей, аналитические справки и материалы, миниотчеты.

Список литературы

1. Червинская А.В. "Роль гало терапии в программах укрепления здоровья детей"
2. Хан М.А. "Применение управляемого микроклимата галокамеры в лечении профилактике заболеваний органов дыхания у детей".
3. Арушанова А. Г Развитие коммуникативных способностей дошкольника.
4. Данилина Т.А. В мире детских эмоций: пособие для практ. работников ДОУ/ Т.А. Данилина, В.Я. Зедгенидзе, Н.М. Степина. - 2-е изд. - М.: Айрис-пресс, 2006.
5. О.Е. Хухлаев, О.В. Хухлаева "Терапевтические сказки" проспект, Москва 2018
6. Воронина Т.П. «веселые и полезные игры для детей» М.: «Грамотей»