

ПРОГРАММА
оказания услуг по развитию и оздоровлению детей
раннего и дошкольного возраста
«Волшебство солнца и солевых кристаллов»



г. Нижневартовск

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №47 «Успех»

ПРИНЯТО:
на педагогическом совете №1
протокол №1 от 31.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МБДОУ
ДС № 47 «Успех»
_____ О.В. Звонарева
Приказ № 150 от 31.08.2023г.

ПРОГРАММА
оказания услуг по развитию и оздоровлению детей
раннего и дошкольного возраста
«Волшебство солнца и солевых кристаллов»

г. Нижневартовск, 2023

Содержание

1.	Паспорт Программы	3
2.	Пояснительная записка	6
2.1.	Цель и задачи	8
2.2.	Планируемые результаты	8
3.	Содержание Программы	8
4.	Мониторинг	10
5	Организационно-педагогические условия	11
5.1	Методическое обеспечение	11
5.2.	Материально-техническое обеспечение	13
6	Кадровые ресурсы	13
7.	Финансовые ресурсы	13
8.	Список литературы	14
	Приложение 1. Пальчиковые гимнастики	15
	Приложение 2. Гимнастика для глаз	18
	Приложение 3. Дыхательные упражнения	18
	Приложение 4. Сборник игр и упражнений	18
	Приложение 5. Сборник сказок для сказкотерапия	19

1. Паспорт Программы

Наименование Программы	Программа оказания услуг по развитию и оздоровлению детей раннего и дошкольного возраста «Волшебство солнца и солевых кристаллов»
Основание для разработки Программы	1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». 2. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей». 3. Постановление Правительства Российской Федерации от 15 августа 2013 г. № 706 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг». 4. Постановление Правительства РФ от 15.09.2020 №1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг». 5. Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №47 «Успех»
Заказчик Программы	МБДОУ ДС №47 «Успех», родители (законные представители) воспитанников.
Составитель Программы	Шевченко Оксана Васильевна, педагог-психолог.
Целевая группа	Дети раннего и дошкольного возраста от 2 лет до 8 лет.
Цель Программы	Сохранение и укрепление здоровья детей путем гелиотерапии и галотерапии.
Задачи Программы	1. Расширить представление дошкольников о гелиотерапии, галотерапии. 2. Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью через комплексное воздействие различных видов солнечной энергии и соли с использованием сказкотерапии, игровых упражнений. 3. Обучать детей взаимодействовать друг с другом в условиях гелио-, гало пещеры. 4. Пропаганда положительного влияния галооздоровления и гелиооздоровления на детский организм среди родителей. 5. Развивать воображение, внимание, усидчивость.
Срок реализации	Курс – 10 занятий
Направленность Программы	Оздоровительная
Краткое содержание Программы	Программа рассчитана на детей от 2 лет до 8 лет с целью применения в комплексе занятий гелиотерапию и галотерапию. Оздоровительная гелиотерапия направлена на решение основных проблем здоровья, вызванных неблагоприятными климатическими факторами, а именно – недостаточной инсоляцией. Искусственное солнце не является устройством получения загара. Его главное назначение – компенсация дефицита солнечного света, энергии. Принятие солнечных ванн под прибором «Искусственное солнце» является безопасным для дошкольника. Высокая эффективность галотерапии для профилактики ряда заболеваний у детей была неоднократно доказана, а потому рекомендована к применению в детских организациях. Каждое занятие включает: ✓ пребывание детей в соляной пещере с использованием искусственного солнца в допустимых дозах для оздоровления детей. ✓ эмоциональный контакт между всеми участниками группы

	(приветствие, небольшие игры на внимание, сплочение группы, используются ритуалы-приветствия). ✓ реализацию развивающих игр, упражнений в части достижения основных задач занятий (пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, игры и игровые упражнения по теме занятия, музыкотерапия или сказкотерапия). ✓ релаксационные упражнения, подведение итога занятия, рефлексия. Важнейшей частью программы является изучение динамики улучшения здоровья ребенка. Программа рассчитана на детей без ограничений и с ограничениями здоровья (дети-инвалиды, с особыми возможностями здоровья (ОВЗ)), так как сам технологический процесс, лежащий в основе программы, ее содержание и применяемые методы, формы и средства создают возможность организовать оздоровительный процесс простым и доступным.
Актуальность Программы	Проблема сохранения здоровья детей существовала всегда, подходы разнообразны и по-своему эффективны. Посещая современные гелиокомплексы, созданные на базе уникального прибора «Искусственное Солнце 5.0» и учитывая продолжительность холодного сезона в регионе для детей очевидна потребность в наличии гелиотерапии. Солнечные лучи обладают общеукрепляющим действием на детский организм, они активизируют обмен веществ, улучшают самочувствие, поднимают настроение, способствуют здоровому сну и аппетиту, регулируют теплообмен, компенсирует солнечную недостаточность. Проводимые процедуры в комплексе гелиотерапии и галотерапии укрепляют иммунитет, оказывают противовоспалительное, саногенное действие, ликвидируют последствия приема антибиотиков, заболеваний органов дыхания, заболеваний суставов, улучшают общее самочувствие дошкольников. Учитывая продолжительность холодного сезона в регионе очевидна потребность в посещении соляной пещеры с использованием с гелиокомплекса.
Новизна Программы	Заключается в том, что в устройстве используется уникальная технология, позволяющая воспроизводить природные характеристики Солнца с учетом сезонных, суточных и географических характеристик. Устройство «Искусственное солнце 5.0» влияет на биохимические и биофизические процессы в организме: компенсирует дефицит солнечной энергии, синхронизирует естественные биоритмы, стабилизирует обмен веществ, укрепляет иммунную и нервную систему. В программе представлены 4 режима работы гелиотерапии: режим «Солнце», режим «Зенит», режим «Солнце + UV», режим «Зенит+UV», а также режимы «Коллагенарий» и «Синий свет», галотерапия, все они сопровождаются сказкотерапией, игровыми упражнениями и здоровьесберегающими методами и приемами. Определен новый подход к сохранению здоровья детей, профилактике простудных заболеваний посредством использования соляной пещеры и Солнца. Данный ресурс используется в комплексе всех здоровьесберегающих мероприятий, проводимых в дошкольной организации.
Планируемые результаты	1. У детей будет расширено представление о гелиотерапии, галотерапии. 2. Будет сформировано у детей осознанное отношение к своему

	здоровью через участие в занятиях с комплексным воздействием различных видов солнечной энергии и соли, сказкотерапии, игровых упражнений. 3. Дети будут обучены взаимодействовать друг с другом в условиях гелио-, галопещеры. 4. У родителей будет повышена компетентность в вопросах положительного влияния галооздоровления и гелиооздоровления на детский организм. 5. Произойдет положительная динамика в части детского воображения, внимания, усидчивости при использовании гелио-, галопещеры.
--	--

2. Пояснительная записка

Научными исследованиями последних лет установлено, что состояние здоровья дошкольников во многом зависит от организации воспитательно-образовательного процесса и от условий образовательной организации, в котором они проводят. Научные работы последних лет Н. К. Смирнова, В. Ф. Базарного, М. М. Безруких, В. И. Ковалько, Г. К. Зайцева, Т. С. Овчинниковой, А. Г. Швецова и др. посвящены теоретическому обоснованию и внедрению в воспитательно-образовательный процесс дошкольных образовательных организаций здоровьесберегающих технологий.

На сегодняшний день все актуальнее звучит вопрос о новых технологиях, которые способствуют укреплению детского организма. Соляная комната (пещера) – это полноценная имитация природной соляной пещеры с присущим ей микроклиматом, воссоздающим морской воздух. Это помещение, стены и пол которого покрыты солью. Кроме того, воздух в комнате ионизируется специальным прибором. Благодаря этому здесь искусственно воспроизводится микроклимат. Ежедневные процедуры галотерапии укрепляют иммунитет, оказывают противовоспалительное действие. Галотерапия – уникальный метод оздоровления и профилактики заболеваний, основанный на использовании искусственного микроклимата, близкого по параметрам к условиям подземных соляных спелеолечебниц. Посещение соляной комнаты является современным эффективным не медикаментозным методом оздоровления детей. К настоящему времени накоплен большой опыт использования галотерапии у детей. При этом не исключается возможность сочетанного применения галотерапии и других немедикаментозных методов - гелиотерапии, что позволяет добиться более быстрого положительного эффекта. Проведенные исследования показали хорошие результаты использования галотерапии для первичной профилактики, предупреждения возникновения хронических заболеваний, в первую очередь, болезней органов дыхания, так и для вторичной профилактики у детей с хронической патологией внутренних органов с целью предупреждения обострений.

Солнечные ванны в теплое время года, особенно летом, обладают такими полезнейшими целебными свойствами, которых не имеет ни один другой природный фактор оздоровления. Профессор И. М. Саркизов-Серазини говорил: "Там, куда часто заглядывает солнце, нечего делать врачу". Солнечная энергия является постоянно действующим фактором внешней среды человека, оказывает решающее влияние на жизнедеятельность его организма. Ученые заметили, что человек, надолго изолированный от солнца, перестает получать витамин D, который образуется при облучении кожи ультрафиолетовыми лучами, в результате чего неизбежно возникают нарушения нормальной деятельности различных органов, уменьшается количество извести в костях, а значит, и их механическая прочность, значительно замедляются сроки заживления ран, повышается склонность к простудным заболеваниям. Поэтому предупреждение "солнечного голодания" является одним из условия укрепления детского организма.

Используя оздоровительную технологию «Искусственное Солнце», направленная на решение основных проблем здоровья, вызванных неблагоприятными климатическими факторами, а именно – недостаточной инсоляцией. Гелиотерапия – это воздействие солнечными лучами на организм человека в лечебных и профилактических целях. Солнечные лучи обладают общеукрепляющим действием на детский организм, они активизируют обмен веществ, улучшают самочувствие, поднимают настроение, способствуют здоровому сну и аппетиту, регулируют теплообмен. Искусственное солнце не является устройством получения загара. Его главное назначение – компенсация дефицита солнечного света, энергии. Принятие солнечных ванн под прибором «Искусственное солнце» является безопасным для ребёнка. Устройство «Искусственное солнце» влияет на биохимические и биофизические процессы в организме: компенсирует дефицит солнечной энергии, синхронизирует естественные биоритмы, стабилизирует обмен веществ, укрепляет иммунную и нервную систему. В результате, оказывает выраженное оздоровительное воздействие и способствует активному долголетию. Устройство «Искусственное солнце» имеет 4 режима работы: режим «Солнце», режим «Зенит», режим «Солнце + UV», режим «Зенит+UV», а также режимы «Коллагенарий» и «Синий свет».

При постоянных контактах детей в пик сезонных заболеваний происходит обмен инфекциями, и чтобы предупредить заражение, укрепить детский организм, в нашей дошкольной организации оборудована и постоянно действует соляная пещера.

Актуальность Программы

Проблема сохранения здоровья детей существовала всегда, подходы разнообразны и по-своему эффективны. Посещая современные гелиокомплексы, созданные на базе уникального прибора «Искусственное Солнце 5.0» и учитывая продолжительность холодного сезона в регионе для детей очевидна потребность в наличии гелиотерапии. Солнечные лучи обладают общеукрепляющим действием на детский организм, они активизируют обмен веществ, улучшают самочувствие, поднимают настроение, способствуют здоровому сну и аппетиту, регулируют теплообмен, компенсирует солнечную недостаточность.

Проводимые процедуры в комплексе гелиотерапии и галотерапии укрепляют иммунитет, оказывают противовоспалительное, саногенное действие, ликвидируют последствия приема антибиотиков, заболеваний органов дыхания, заболеваний суставов, улучшают общее самочувствие дошкольников. Учитывая продолжительность холодного сезона в регионе очевидна потребность в посещении соляной пещеры с использованием с гелиокомплекса.

Новизна Программы заключается в том, что в устройстве используется уникальная технология, позволяющая воспроизводить природные характеристики Солнца с учетом сезонных, суточных и географических характеристик. Устройство «Искусственное солнце 5.0» влияет на биохимические и биофизические процессы в организме: компенсирует дефицит солнечной энергии, синхронизирует естественные биоритмы, стабилизирует обмен веществ, укрепляет иммунную и нервную систему. В программе представлены 4 режима работы гелиотерапии: режим «Солнце», режим «Зенит», режим «Солнце + UV», режим «Зенит+UV», а также режимы «Коллагенарий» и «Синий свет», галотерапия, все они сопровождаются сказкотерапией, игровыми упражнениями и здоровьесберегающими методами и приемами. Определен новый подход к сохранению здоровья детей, профилактике простудных заболеваний посредством использования соляной пещеры и Солнца. Данный ресурс используется в комплексе всех здоровьесберегающих мероприятий, проводимых в дошкольной организации.

Принципы построения Программы.

Программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, в ее основу заложены основные принципы и подходы:

- принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка;
- принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников;
- принцип комплексности предполагает реализацию образовательного процесса в сочетании с оздоровительным (галотерапией) в формах, специфических для детей, прежде всего в форме игры, познавательной деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей полноценное развитие ребенка;
- принцип дифференциации строится на основе особенностей и потребностей детей, связанных с их состоянием здоровья.

При разработке данной Программы учтены принципы общей педагогики:

- единство воспитательного и образовательного процесса;
- научность содержания обучения;
- учет возрастных возможностей ребенка;
- доступность материала;
- повторяемость материала;

- концентричность материала.

2.1. Цель и задачи Программы

Цель: сохранение и укрепление здоровья детей путем гелиотерапии и галотерапии.

Задачи:

1. Расширить представление дошкольников о гелиотерапии, галотерапии.
2. Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью через комплексное воздействие различных видов солнечной энергии и соли с использованием сказкотерапии, игровых упражнений.
3. Обучать детей взаимодействовать друг с другом в условиях гелио-, гало пещеры.
4. Пропаганда положительного влияния галооздоровления и гелиооздоровления на детский организм среди родителей.
5. Развивать воображение, внимание, усидчивость.

2.2. Планируемые результаты Программы

1. У детей будет расширено представление о гелиотерапии, галотерапии.
2. Будет сформировано у детей осознанное отношение к своему здоровью через участие в занятиях с комплексным воздействием различных видов солнечной энергии и соли, сказкотерапии, игровых упражнений.
3. Дети будут обучены взаимодействовать друг с другом в условиях гелио-, галопещеры.
4. У родителей будет повышена компетентность в вопросах положительного влияния галооздоровления и гелиооздоровления на детский организм.
5. Произойдет положительная динамика в части детского воображения, внимания, усидчивости при использовании гелио-, галопещеры.

3. Содержание Программы

Программа рассчитана на детей от 2 лет до 8 лет с целью применения в комплексе занятий гелиотерапию и галотерапию.

Оздоровительная гелиотерапия направлена на решение основных проблем здоровья, вызванных неблагоприятными климатическими факторами, а именно – недостаточной инсоляцией. Искусственное солнце не является устройством получения загара. Его главное назначение – компенсация дефицита солнечного света, энергии. Принятие солнечных ванн под прибором «Искусственное солнце» является безопасным для дошкольника.

Высокая эффективность галотерапии для профилактики ряда заболеваний у детей была неоднократно доказана, а потому рекомендована к применению в детских организациях.

Каждое занятие включает:

- ✓ пребывание детей в соляной пещере с использованием искусственного солнца в допустимых дозах для оздоровления детей.
- ✓ эмоциональный контакт между всеми участниками группы (приветствие, небольшие игры на внимание, сплочение группы, используются ритуалы-приветствия).
- ✓ реализацию развивающих игр, упражнений в части достижения основных задач занятий (пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, игры и игровые упражнения по теме занятия, музыкотерапия или сказкотерапия).
- ✓ релаксационные упражнения, подведение итога занятия, рефлексия.

Важнейшей частью программы является изучение динамики улучшения здоровья ребенка.

Программа рассчитана на детей без ограничений и с ограничениями здоровья (дети-инвалиды, с особыми возможностями здоровья (ОВЗ)), так как сам технологический процесс, лежащий в основе программы, ее содержание и применяемые методы, формы и средства создают возможность организовать оздоровительный процесс простым и доступным.

Структура занятий:

1. *Цель вводной части* – настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между детьми. 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. *Цель основной части* - развитие в ребенке природных задатков, творческого потенциала, способностей, позволяющих ему самореализоваться в различных видах и формах речевой, творческой оздоровительной деятельности. Основная часть занимает 15-20 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. *Целью заключительной части* - создание у каждого ребенка чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Заключительная часть занимает 2-5 минут: упражнения на восстановление дыхания, снятие мышечного и эмоционального напряжения, релаксационные упражнения.

Перспективное планирование

№ занятия	Тема, режим гелиотерапии	Содержание занятия
1	Знакомство режим – искусственное Солнце	Игра на знакомство. «Разноцветный сарафан» Пальчиковая игра Дыхательные упражнения ДИ «Красный предмет в моей ладошке» Сказкотерапия «Сказка о тигренке», прослушивание и обсуждение. Упражнения на расслабление организм ребенка (релаксация). Азбука настроений
2	Соляная фантазия режим - Зенит	Игры на эмоциональный настрой «Что звенело» Пальчиковые игры Дыхательные упражнения ДИ Ласковые имена» Гимнастика для глаз Сказкотерапия «Сказка о солнышке» – для гиперактивных и капризных детей. Упражнения на расслабление детского организма (релаксация). Комплименты
3	Удивительные сюжеты режим- Коллагенарий	Азбука эмоций «Что в мешочке?» Пальчиковые игры Дыхательные упражнения ДИ «Волшебный сундучок» Сказкотерапия «Сказка о медвежонке, который не хотел ходить в садик» Упражнения на расслабление детского организма (релаксация). Угадай настроение
4	Удивительная морская соль режим – соляные кристаллы	Азбука эмоций «Угадай по цвету» Пальчиковые игры Дыхательные упражнения Гимнастика для глаз Игра «Песочные забавы» Сказкотерапия «Сказка про Звонкую речку радость – для часто болеющих детей.»

		Звуки природы
5	Ум на кончиках пальцев режим - соляные кристаллы	Игры на эмоциональный настрой «Большой – маленький» Пальчиковые игры Дыхательные упражнения ДИ «Послушай, запомни, повтори» Сказкотерапия «В темной норе» Календарь эмоций
6	Путешествие в волшебную страну режим – синий цвет	Игры на эмоциональный настрой «Разноцветные прищепки» Пальчиковые игры Дыхательные упражнения Гимнастика для глаз ДИ «Раз грибок, два грибок» Сказкотерапия «Сказка о солнышке» Моя радость
7	Чудо пещера режим – Искусственное Солнце UV	Азбука эмоций «Цветные кольца» Пальчиковые игры Дыхательные упражнения Игра «Теплое солнышко» Сказкотерапия «Остров страха» Пение птиц»
8	Солнце, воздух и вода режим – Зенит UV	Азбука эмоций «Цветные колпачки» Пальчиковые игры Дыхательные упражнения Гимнастика для глаз ДИ «Обитатели леса» Чтение терапевтической сказки «Гусиное перо» Встреча эмоций
9	Страна здоровья режим – Искусственное Солнце	Азбука эмоций «Подбери фигуру» Пальчиковые игры Дыхательные упражнения ДИ «Разве такое бывает?» Сказкотерапия «О вирусах и прививках» Вместе веселее
10	Теплое солнышко режим - Зенит	Азбука эмоций Разгадывание загадок Пальчиковые игры Дыхательные упражнения Гимнастика для глаз ДИ «Природа весной (летом, зимой, осенью)» Чтение терапевтической сказки «Маленькая луна» Шум воды и водопада

Использование необычных сочетаний упражнений, игр, литературной деятельности – несложный и доступный вид деятельности для ребенка, одновременно очень интересный и увлекательный, несущий оздоровительный эффект как за счет целебных свойств солнца и соли, так и возможностей их использования в рамках здоровьесберегающих технологий в дошкольной организации.

4. Мониторинг

При оценке эффективности программы с целью получения полной объективной информации о состоянии здоровья воспитанников, посетивших данную услугу проводится мониторинг здоровья воспитанников. Мониторинг здоровья проводится в конце учебного года на

основе показателей: процент воспитанников, посетивших данную услугу и болевших острыми респираторными вирусными инфекциями и острыми респираторными заболеваниями, болезни органов дыхания.

5. Организационно-педагогические условия

5.1 Методическое обеспечение

Реализация Программы осуществляется на базе МБДОУ ДС №47 «Успех» в специально оборудованном помещении. Программа оказания услуг по развитию и оздоровлению детей раннего и дошкольного возраста «Волшебство солнца и солевых кристаллов» предназначена для детей от 2 лет до 8 лет.

При составлении Программы учитывались:

- время занятий по дополнительному образованию детей в МБДОУ;
- правил оказания платных образовательных услуг;
- санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685 – 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- СП 2.4.3648 – 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Занятия проводятся во второй половине дня.

Программа опирается на принципы построения общей дидактики:

- систематичности,
- реалистичности,
- активности,
- контролируемости,
- последовательности,
- индивидуального подхода в оздоровлении детей,
- доступности материала, его повторности, построения программного материала от простого к сложному,
- наглядности,
- обеспечение атмосферы психологического комфорта для детей.

Программа рассчитана на реализацию 1 курса – 10 дней, длительностью 30 минут каждого занятия.

Методическое обеспечение Программы позволяет систематично решать поставленные перед руководителем услуги задачи через методы и приемы.

Методы	Приемы
Наглядный	• Предметы • Показ действия, движения • Использование ИКТ
Словесный	• Вопрос как стимул к интеллектуальной активности • Комментирование собственных действий • Беседа-рассуждения • Анализ собственных действий в ситуации
Практический	• Угадывание предметов на ощупь • Выполнение действий по словесной инструкции • Проведение упражнения в игровой форме
Игровой	• Использование игрушек и сказочных персонажей • Дидактические игры • Игры с использованием ИКТ
Репродуктивный	• Проговаривание новых слов, отдельных звуков • Проговаривание и заучивание речевых штампов • Повторение, объяснение, указание

	Обязательное присутствие в структуре занятия ритуалов (приветствия, прощания, актуализация материала и т.д.)
Продуктивный	Вопросы прямые и наводящие

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии: динамические паузы (гимнастика для глаз, носа, ушей, языка), психогимнастика, дыхательная гимнастика, релаксация, музыкотерапия, сказкотерапия, массаж (ушей, головы, рук, ног), словесные игры. В итоге формируют у ребёнка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Итогом реализации дополнительной услуги по развитию и оздоровлению детей раннего и дошкольного возраста «Волшебство солнца и солевых кристаллов» является укрепление иммунитета воспитанников без использования лекарств, благодаря чему уровень заболевания респираторных заболеваний, заболеваний дыхательной системы значительно снизится.

Требования при посещении соляной пещеры

- 10 минутный перерыв между посещающими группами для проветривания помещения. Для соблюдения в «пещере» гигиены и поддержания безбактериальной среды у детей должны быть носочки для посещения данного помещения, чистая хлопчатобумажную одежду.
- Процедура проводится в расслабленном, спокойном состоянии.
- Практикуется аудио-сопровождение – релаксационная музыка (звуки природы, сказки).

При посещении соляной пещеры следует соблюдать правила поведения:

- Соответствие временного периода (начало, длительность, завершение).
- Соблюдение правил по взаимодействию в период процедуры.
- Не допущение детской неконтролируемой активности, попадания соли в глаза.
- Перед сеансом посещение туалетной комнаты.

К основным противопоказаниям соляной пещеры относятся:

- Инфекции до окончания изоляционного срока.
- Заболевания с осложнениями в виде серьёзных нагноений.
- Период обострения болезней крови.
- Кровотечения любого происхождения.
- Психические заболевания различной степени тяжести.

Учебно-календарный график

Название программы	Количество часов	Кол-во обучающихся в группе	Возраст обучающихся	ФИО педагога
Программа оказания услуг по развитию и оздоровлению детей раннего и дошкольного возраста «Волшебство солнца и солевых кристаллов»	1 курс – 10 занятий	10 человек	2 - 8 лет	По приказу ДОО

Расписание занятий

День недели	Время
по приказу ДОО	по приказу ДОО
Всего:	2 занятия в неделю по 30 минут

5.2. Материально – техническое обеспечение

Соляная комната оборудована устройством «Искусственное солнце» и аппаратом для создания микроклимата соляных пещер. Солнце и соль является природным источником необходимых для нормальной жизнедеятельности детского организма.

В пещере имеется оборудование, материалы развивающего характера, игрушки, пособия:

- Предметы для пальчиковой гимнастика - массажные мячики.
- Сюжетные игрушки;
- Музыкальный центр;
- Литературные произведения;
- Литература по сказкотерапии;
- Флэш-носитель с музыкальной подборкой для расслабления (релаксации) детского организма.

1. Прибор электрический инфракрасного и ультрафиолетового излучения торговой марки «РА СВЕТ» модели «Искусственное солнце».

2. Аппарат для создания микроклимата соляных пещер (QALOTECH-4.0), JRGL2-27.51.21.

3. Экран телевизора.

4. Планшет с пультами управления для подключения оборудования.

5. Искусственная соль.

6. Пуфы.

7. Коробка с солью для замены в приборах.

8. Видео диски.

9. Маски.

10. Бахилы.

11. Одноразовые салфетки.

12. Влажные салфетки.

13. Инструкции по применению оборудования.

Материалы для продуктивной деятельности:

1. Соль.

2. Пластмассовые игрушки.

3. Мячи

4. Сюжетные игрушки

5. Палочки

6. Кадровые ресурсы

№	Наименование критерия	Количество единиц
1	Заведующий ДОО	1
2	Заместитель заведующего по ВМР	1
3	Делопроизводитель	1
4	Руководитель услуги	1
	Итого	4

7. Финансовые ресурсы

Финансовое обеспечение Программы формируется из средств, полученных от прибыли предоставления дополнительной платной услуги «Волшебство солнца и солевых кристаллов», оздоровительной направленности.

8. Список литературы

1. Аервинская А.В. «Роль гало терапии в программах укрепления здоровья детей»
2. Аан 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. Хухлаев О.Е, Хухлаева О.В. «Терапевтические сказки» проспект, Москва 2018
6. Воронина Т.П. «веселые и полезные игры для детей» М.: «Грамотей»,
7. Баландина Т.Б. Организация работы по экспериментированию в ДОУ//Дошкольная педагогика. – 2012. - № 10.
8. Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А. Программа «От рождения до школы»
9. Дыбина О.В. Ребёнок в мире поиска. Программа по организации поисковой деятельности детей дошкольного возраста». -М.: ТЦ «СФЕРА», 2005.
10. Емельянова М. Исследовательская деятельность детей» //Ребёнок в детском саду. – 2009. - № 3.
11. Емельянова М. Организация исследовательской деятельности детей дошкольного возраста» //Детский сад от А до Я.- 2006. –№ 2.
12. Ильницкая И., Остапенко Л. Развитие творческого потенциала личности в процессе проблемного обучения» //Дошкольное воспитание. - 2006. -№12
13. Ильницкая И., Остапенко Л. Развитие творческого потенциала личности в процессе проблемного обучения//Дошкольное воспитание. 2007. -№1.
14. Ильницкая И., Остапенко Л. Развитие творческого потенциала личности в процессе проблемного обучения // Дошкольное воспитание. -2007. -№3.
15. Иванова А.И. Живая Экология. - М.: ТЦ Сфера, 2007.
16. Иванова А.И. Методика организации экологических наблюдений и экспериментов в детском саду. - М.: ТЦ Сфера, 2004.
17. Короткова Н. Организация познавательно – исследовательской деятельности детей старшего дошкольного возраста. //Ребёнок в детском саду. -2002. - № 1.
18. Куликовская И.Э., Совгир Н.Н. Детское экспериментирование. Старший дошкольный возраст. - М.- Педагогическое общество России, 2003.
19. Мартынова Е.А., Сучкова И.М. Организация опытно – экспериментальной деятельности детей 2 - 7 лет. -Издательство: Учитель, 2011.
20. Менщикова Л. Н. Экспериментальная деятельность детей. - Издательство: Учитель, 2009.
21. Москаленко В. В. Опыт-экспериментальная деятельность. - Издательство: Учитель, 2009.
22. Поддьяков Н.Н. Творчество и саморазвитие детей дошкольного возраста. Концептуальный аспект. - Волгоград: Перемена, 1995.
23. Прохорова. Л. Н. Организация экспериментальной деятельности дошкольников. Методические рекомендации. - Издательство: Аркти, 2005.
24. Савенков А.И. Исследовательские методы обучения в дошкольном образовании // Дошкольное воспитание. - 2005. - №12

**Пальчиковые гимнастики
(ранний возраст)**

Горошки Разноцветные горошки. Птички весело клюют, Нам горошки не дают, Дайте мне горошинку! Я такой хорошенький! 1–2 строчки – подушечками пальцев обеих рук выполняем легкие постукивания по поверхности стола, изображая раскатившиеся горошинки. 3–4 строчки – пальцы обеих рук собираем в щепоть и «клюем» воображаемые горошинки. 5 строчка – складываем руки лодочкой, вытягиваем их вперед и «просим» горошинку. 6 строчка – обеими ладонями гладим себя по щекам или по голове.	Лиса. В море лодочка плыла, В ней лиса веслом гребла. Притомилась лиса, распустила паруса, Теперь на лавочке сидит, На море в бинокль глядит. 1 строчка – складываем ладони лодочкой и делаем несколько волнообразных движений. 2 строчка – разнимаем ладони и «гребем» обеими руками в разных направлениях. 3–4 строчки – поднимаем руки над головой и растопыриваем пальцы. 5–6 строчки – сжимаем ладони в кулаки и прикладываем к глазам, изображая бинокль.
Ежик. Ежик Николка под елку свалился, Ежик Николка по травке катился, Брюшко решил он на солнце погреть, ну и конечно, слегка загореть. Солнышко скрылось, ежик замерз, успел загореть только маленький нос. 1–2 строчки – сжимаем руки в кулаки и суставами пястных костей и фаланг пальцев совершаем перекатывающие движения по столу. 3–4 строчки – разжимаем кулаки и поглаживаем одной ладонью другую. 5–6 строчки – пальцами рук поочередно прикасаемся к кончику носа.	Птичка. Птичка-птичка (водим пальчиком по ладошке) Вот тебе водичка вот тебе крошки на моей ладошке. (сделайте тот же круг, но уже с помощью пощипывания).
Кошка Вот кулак (показываем кулачек) А вот ладошка (показываем ладошку) На ладошку села кошка (ставим свои пальцы на ладонь малыша) И крадется потихоньку (2-3 раза пальцы шагают по руке) Видно мышка там живет (щекочем)	Отдохнем. Ручкою ручку погладим, пальчик пальчиком потрем, Отдохнем совсем немножко, А потом опять начнем.
Кот на печи. Кот на печи Сухари толчет, (стучат кулачком о кулачок) Кошка в окошке Полотенце шьет. (показывают, как шьют иголкой) Маленькие котятка на печке сидят, (поднимают руки на уровень груди, опустив кисти вниз) На печке сидят (и качают головой вправо-влево) Да на котика глядят. (показывают руками «очки») Все на котика глядят И сухарики едет». (щелкают зубками).	Пряничек. Мы вот так, мы вот так, Тесто разминали. («мнут тесто» руками) Мы вот так, мы вот так, Тесто раскатали. (пальчики вместе, движение рук от себя и к себе) Вот такой, вот такой, будет пряничек большой. (широко в стороны развести руки) Вот такой, вот такой, будет пряник золотой. (поглаживание ладошек по очереди) Пряничек, пряничек испекли ребятки. Пряничек, пряничек очень, очень сладкий. (движение «пекут пирожки»)

	Кушайте, кушайте, Угощайтесь, гости! (руки вытягивают вперед, ладонями вверх) Приходите к нам еще, очень, очень просим! (манят к себе)
Курочка — рябушечка По двору гуляла, По двору гуляла, (не спеша «проходятся» указательным и средним пальцем по бедрам) Цыпляток считала. — Раз, два, три, четыре, пять! (загибают пальчики на одной руке) Посчитаю их опять: (грозят указательным пальцем) Раз, два, три, четыре, пять! (загибают пальчики на другой руке).	Ладушки — ладошки. Вымыли мы ручки, вымыли мы ножки, (имитация мытья рук) Поиграли в ладушки, ладушки — ладошки! (хлопки в ладоши) Во дворе цыплятам накрошили крошек, («крошим хлеб») Поиграли снова в ладушки — ладошки! (хлопки в ладоши) Гладили котенка чистыми ладошками, (одной рукой поглаживаем другую) С ним мы поиграли в ладушки — ладошки! (хлопки в ладоши) Улеглись ладошки прямо на дорожку... (руки положили на колени) Как они устали — ладушки — ладошки! (поглаживание рука об руку)

Пальчиковые гимнастики (дошкольный возраст)

Семья Раз, два, три, четыре! (хлопают в ладоши) Кто живет в моей квартире? Раз, два, три, четыре, пять! (хлопают в ладоши) Всех могу пересчитать: Папа, мама, брат, сестренка, кошка Мурка, Два котенка, мой щегол, сверчок и я (поочередное поглаживание- массаж всех десяти пальцев). Вот и вся моя семья!	Дружные пальчики. Эти пальчики щипают, Большим и указательным пальцем щипаем ладонь другой руки (или мамину ладонь). Эти пальчики гуляют, Указательный и средний "идут" по другой руке. Эти - любят поболтать, Средний и безымянный шевелятся, трутся друг об друга (шурша). Эти - тихо подремать, Безымянный и мизинец прижимаем к ладони. А большой с мизинцем братцем Могут чисто умываться. Крутим большим пальцем вокруг мизинца.
Есть у нас игрушки Есть у нас игрушки: Хлопки Пластмассовые погремушки, Встряхивают кулачки. Мишка мягкий меховой, Сжимают и разжимают пальцы. Мяч резиновый цветной, Делают шар из пальцев). Кубик деревянный, Солдатик оловянный, Руки сложить в круг перед собой Шарик легкий надувной, Руки сложить в круг перед собой. Я люблю играть с тобой. Хлопают в ладоши	Дружба Дружат в нашей группе (Хлопают в ладоши.) Девочки и мальчики. Мы с тобой подружим (Стучат кулачками друг об друга.) Маленькие пальчики. Раз, два, три, четыре, пять (Загибают пальчики поочередно, начиная с мизинца.) Будем снова мы считать. Раз, два, три, четыре, пять (Загибают пальчики поочередно, начиная с мизинца, на др. руке.) Мы закончили считать.
Как живёшь? - Как живёшь? - Вот так! (показать большой	Осенние листья. Раз, два, три, четыре, пять, - загибаем

палец) - А идешь? - Вот так!»! («шагать» пальчиками по столу) -Как даешь? - Вот так! (протягивать открытую ладонь) - Ждешь обед? - Вот так! (кулачок подпирает лицо) - Машешь вслед? - Вот так! (помахать рукой) -Утром спишь? - Вот так! (2 ладошки под щекой) - А шалишь? - Вот так! (щёки надули и руками лопнули)	пальчики, начиная с большого Будем листья собирать. - сжимаем и разжимаем кулачки Листья березы, - загибаем пальчики, начиная с большого Листья рябины, Листики тополя, Листья осины, Листики дуба мы соберем, Маме осенний букет отнесем – пальчики «шагают» по столу.
«Салат». Мы морковку чистим- чистим,(Энергично проводят кулачком правой руки по ладони левой). Мы морковку трём-трём, (Прижимают кулачки к груди и делают ими резкие движения вперед-назад). Сахарком её посыпем («Посыпают сахарком», мелко перебирая пальчиками). И сметанкою польём. (Кулачком делают движения сверху вниз, как бы поливая). Вот какой у нас салат, Протягивают ладони вперед). Витаминами богат! (Поглаживают ладошкой живот)	Фруктовая ладошка. Этот пальчик - апельсин, Поочередно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого. Он, конечно, не один, Этот пальчик – слива, Вкусная, красивая. Этот пальчик – абрикос, Высоко на ветке рос. Этот пальчик – груша, Просит: «Ну-ка, скушай!» Этот пальчик – ананас, Фрукт для вас и для нас. Показывают ладошками вокруг и на себя.
Кормушка Сколько птиц к кормушке нашей (Ритмично сжимают и разжимают кулачки.) Прилетело? Мы расскажем. Две синицы, Воробей, (На каждое название птицы загибают по одному пальчику.) Шесть щеглов и голубей, Дятел в пестрых перышках. Всем хватило зернышек. (Опять сжимают и разжимают кулачки.)	Новый дом Тук-тук-тук, тук-тук-тук! Ударяют, чередуя, кулачком о кулачок. Молоток бери, мой друг! Мы построим новый дом, Ставят рядом ладошки «стены» Есть окошко в доме том. Складывают указательные пальцы «палочкой», остальные соединяют «крышей». Есть ещё одно повыше, Есть труба вверху на крыше. Мизинец отставляют в сторону – труба. Дом готов, зовём гостей: Показывают оба указательных пальца «Проходите поскорей!» Делают приглашающий жест рукой.

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. Рекомендуются 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».

Дыхательные упражнения

Дыхательные упражнения проводятся с осторожностью – практикуются легкие упражнения по смене ритма дыхания или медленному дыханию только через нос. 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 по сто подражая ведущему, а перевоплощаясь, входя в заданный образ «Воздушные шарики»,

«Облака», «Водопад», «Спящий котенок», «Шишки», «Солнышко и тучка», «Улыбка», «Солнечный зайчик», «Бабочка», «Озорные щечки», «Рот на замочке», «Любопытная Варвара».

Сборник игр и упражнений

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

Основные движения, которым обучаются дети в процессе упражнений:

- ✓ Сжимание кисти в кулак и разжимание;
- ✓ Вращательные движения указательными пальцами;
- ✓ Катание по ладоням массажного мячика;
- ✓ 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: «Мы

сегодня повара, суп солить давно пора»;

- «Хлопки» - похлопать ладонями с солью: «Хлопайте ладошки соляные крошки, крепко прижимайте, 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.

Приложение 5

Сборник сказок для сказкотерапии

1. Сказкотерапия «Сказка о тигренке»
2. Сказкотерапия «Сказка о солнышке» – для гиперактивных и капризных детей
3. Сказкотерапия «Сказка о медвежонке, который не хотел ходить в садик»
4. Сказкотерапия «Сказка про Звонкую речку радость – для часто болеющих детей.»
5. Сказкотерапия «В темной норе»
6. Сказкотерапия «Сказка о солнышке»
7. Сказкотерапия «Остров страха»
8. Чтение терапевтической сказки «Гусиное перо»
9. Сказкотерапия «О вирусах и прививках»
10. Чтение терапевтической сказки «Маленькая луна»