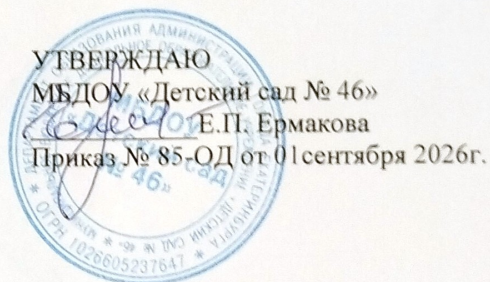


**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 46»**

620146, Российская Федерация, г. Екатеринбург, ул. Академика Постовского, д. 10,
тел./факс: 8(343) 267-07-77, 267-47-33
mdou46@eduekb.ru, 46.tvoysadik.ru

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад № 46»
Протокол №78-ОД от «01» сентября 2026г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
СТУДИЯ «КРЕПЫШИ»
(для детей 2-7 лет)
Срок реализации: 1 года**

Составитель:
Педагог дополнительного образования,
Мамонтова Елена Николаевна

г. Екатеринбург, 2026 год

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	2
1.1. Пояснительная записка.....	2
1.2. Цели и задачи.....	3
1.3. Ожидаемые результаты.....	3
1.4. Содержание программы.....	3
РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ.....	11
2.1. Условия реализации программы (материально техническое обеспечение).....	11
2.2. Формы аттестации и контроля.....	11
Список литературы.....	12

РАЗДЕЛ 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

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 1985году, 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 2–3года, 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.

При постоянных контактах детей в пик сезонных заболеваний происходит обмен инфекциями, и чтобы предупредить заражение, снизить сроки приёма лекарств, ускорить выздоровление детей, в нашем детском саду оборудована и постоянно действует соляная комната.

Мы уделяем равноценное внимание, как оздоровительным мероприятиям, так и социально – гуманитарной направленности, поэтому сеанс состоит из следующих направлений:

- Благодаря имитации природной соляной пещеры создается комфортная обстановка для проведения галотерапии, это помогает расслабиться, снять эмоциональное напряжение и устранить усталость, т.е. сеанс галотерапии, кроме лечебного воздействия на физическом уровне, оказывает и психотерапевтическое воздействие.

- Исследовательская деятельность.
- Мини – опыты.
- Просмотр развивающихся мультимедиа.

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.

Ежедневные процедуры галотерапии укрепляют иммунитет, оказывают противовоспалительное действие. Стандартный лечебный курс галотерапии даёт стойкий эффект на 2-3 года, поэтому его можно использовать и просто для профилактики. Использование метода галотерапии в качестве меры первичной профилактики позволяют снизить заболеваемость ОРВИ и гриппом, а также риск их осложнений у детей более чем в 2

раза. Таким образом, посещение соляной комнаты является современным эффективным не медикаментозным методом оздоровления и реабилитации детей.

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.

Солевое покрытие стен соляной комнаты помогает поддерживать в ней определенный уровень температуры и влажности, оно обладает бактерицидными и антиаллергенными свойствами, что тоже немаловажно для достижения необходимого эффекта.

При этом стоит отметить, что облицовка стен соляной комнаты солевыми блоками или другими материалами, содержащими соль, действительно повышает эффективность сеансов галотерапии, но без соответствующего оборудования, насыщающего помещение солевым аэрозолем, такая облицовка – лишь антураж, созданный с помощью необычных стройматериалов. Т.е. проведение галотерапии невозможно без специального оборудования, с помощью которого, в первую очередь, и создается необходимый микроклимат.

1.2. Цели и задачи

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

Задачи:

1. Развитие сенсорного восприятия;
2. Развитие художественно-эстетического вкуса, фантазии, изобретательности, логического мышления и пространственного воображения;
3. Формирование у детей познавательную инициативу, умение сравнивать (различать и объединять) вещи и явления; устанавливать простые связи и отношения между ними, то есть упорядочивать свои представления о мире
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. Сформированность познавательных умений.

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, социально – гуманитарной направленности.

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 1,5-7 (8) лет.
- Срок реализации программы: 1 год
- Занятия проводятся с группами детей, количество которых составляет 10 человек.
- Режим занятий: курс занятий состоит из 10 сеансов в квартал. Занятия проводятся через день, продолжительность для детей 1,5-5 лет не более 10 минут, 5-7(8) лет, не более 15 минут.
- Объем реализации программы: Количество часов реализации программы:
- в неделю – 2,5
- в месяц – 10
- в год - 120

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, исследования, регулировку мышечного тонуса.

2. Основная часть занимает 10-15 минут: включает в себя слушание музыки для снятия эмоционального и мышечного напряжения, упражнения на развитие дыхания, внимания, интеллекта. Развитие эмоционального интеллекта по средствам чтения сказок, просмотра развивающихся мультфильмов 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

месяцы	сентябрь-ноябрь	декабрь-февраль	март-май
Кол- во занятий в месяц	8	8	8

Всего:24

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

Возраст обучающихся	Количество часов (объем программы) Всего:	
	квартал	год
3-4 года (младшие группы)	8	24
4-5 лет (средние группы)	8	24
5-6 лет (старшие группы)	8	24
6-7 лет (подготовительные группы)	8	24

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

п/п	Название раздела, темы	Количество часов		Практика	Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория		
1	Сенсорное развитие, речевое развитие, развитие памяти, мышления, воображения, общее оздоровление организма и профилактика заболеваний органов дыхания.	8	4	4	Викторины, конкурсы, отзывы детей и родителей, аналитические справки и материалы, мини-отчеты, дневники наблюдений.
2	Развитие у детей способности к сопереживанию и сочувствию, эмпатии посредством бесед, игр.	8	4	4	Педагогическая диагностика, работа с раздаточным материалом, фотоотчет
3	Формирование и развитие коммуникативных навыков	8	4	4	Педагогическая диагностика, работа с раздаточным материалом, конкурсы, фотоотчет
4	Сенсорное развитие, речевое развитие, развитие памяти, мышления, воображения,	8	4	4	Викторины, конкурсы, открытые занятия, отзывы детей и родителей, аналитические справки и

	общее оздоровление организма и профилактика заболеваний органов дыхания.				материалы, мини отчёты, дневники наблюдений.
5	Активное использование	8	4	4	Анализ практических работ, мини – отчеты.
6	Расширение представлений детей о явлениях и объектах окружающего мира.	8	4	4	Наблюдение за детьми в практической деятельности, фотоотчет
7	Формирование и развитие целостного мировидения; развитие наблюдательности, мыслительных операций: установление причинно – следственной зависимости природных явлений.	8	4	4	Анализ практических работ, мини – отчеты.
8	Сенсорное развитие, речевое развитие, развитие памяти, мышления, воображения, общее оздоровление организма и профилактика заболеваний органов дыхания.	8	4	4	Беседа, анализ ответов, фотоотчет.
9	Развитие интереса к экспериментальной деятельности.	8	4	4	Наблюдение за детьми в практической деятельности, фотоотчет
10	Сенсорное развитие, речевое развитие, развитие памяти, мышления, воображения, общее оздоровление организма и	8	4	4	Викторины, конкурсы, открытые занятия, отзывы детей и родителей, аналитические справки и материалы, мини отчёты, дневники наблюдений.

	профилактика заболеваний органов дыхания.				
11	Сенсорное развитие, речевое развитие, развитие памяти, мышления, воображения, общее оздоровление организма и профилактика заболеваний органов дыхания.	8	4	4	Викторины, конкурсы, открытые занятия, отзывы детей и родителей, аналитические справки и материалы, миниотчеты, дневники наблюдений, диагностические материалы
12	Сенсорное развитие, речевое развитие, развитие памяти, мышления, воображения, общее оздоровление организма и профилактика заболеваний органов дыхания.	8	4	4	Викторины, конкурсы, открытые занятия, отзывы детей и родителей, аналитические справки и материалы, миниотчеты, дневники наблюдений, диагностические материалы.
	Всего	24	12 часов	12 часов	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (1,5- 5 ЛЕТ)

Месяц	№ занятия	Развитие сенсорики	Развитие художественно-эстетического вкуса, фантазии, изобретательности, логического мышления и пространственного воображения	Опытно-экспериментальная деятельность	Развитие эмоционального интеллекта
Сент.-ноябрь	1	«Цветные кольца» Пальчиковые игры	«Осень в гости к нам пришла», Дыхательные упражнения	Игра «Скажи тихо, громко. Когда лучше слышно?»	«Копилка добрых дел»
	2				«Ласковые имена»
	3	«Разложи по цвету» Пальчиковые игры	Осень игра «Что, где, когда». Дыхательные упражнения		«Красный предмет в моей ладошке»
	4				«Пирамида любви»

	5	«Где звонят?» Пальчиковые игры	«Волшебный сундучок»	Беседа «Как беречь глаза и уши»	«Зеленые обитатели леса»
	6	«Что звенело?» Пальчиковые игры	«Поезд особого назначения». Дыхательные упражнения		«Звуки природы»
	7	«Башня»	«Один - много» корзинка с урожаем	Игра «Что это?»	Пение птиц»
	8	Пальчиковые игры			Учимся распознавать эмоции: «Как я говорю?» «Угадай»
Дек.-фев.	1	«Большой-маленький»	«Магазин» Дыхательные упражнения	«Чего не стало?»	«Комплименты»
	2			«Будь внимателен»	«Моя радость»
	3	«Веселые матрешки»	«Украсть слово»	«Найди свой дом»	«За стеклом»
	4	«Красивые флажки» Пальчиковые игры	«Путанница» Дыхательные упражнения	«Назови, что уже видел»	Чтение сказки «От чего у ежика выросли иголки»
	5	«Страна геометрия» Пальчиковые игры	«А такое бывает?» Дыхательные упражнения	«Узнай по тени»	«Я чудо эмоция»
	6			Игра «Узнай, какой?»	«Угадай эмоцию»
	7	«Цветные вкладыши»	«Опиши предмет»	Игра «Что исчезло?»	
	8	Пальчиковые игры	«Что на картине?» Дыхательные упражнения	«Я назову, а ты повтори»	«Повтори»
Март-май	1	«Зашнуруй» Пальчиковые игры	-«Мама для Мамонтёнка»	«Фокусы воздушного шарика»	«Комплименты»
	2		-«Как ёжик шубку менял»	«Большой-маленький»	«Моя радость»
	3	«Цветные колпачки»	-«Храбрый заяц»	«Узкийширокий»	«За стеклом»
	4	«Цветное домино»	-«Как кошечка и собачка мыли пол»	Опыт «Солнечный зайчик»	«Угадай эмоцию»
	5	«Геометрическое домино»	Отгадывание загадок	«Как же их отличить?»	«Когда мне...»
	6			Опыт «куда исчезает вода?»	
	7	«Где круг, а где квадрат»	«Природа весной»	Опыт «Как сделать радугу».	«Я твой друг»
	8	«Подбери фигуру»	«Один- много»		«Помоги мне»

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (5-7 (8) ЛЕТ)**

Месяц	№ занятия	Развитие сенсорики	Развитие художественно-эстетического вкуса, фантазии, изобретательности, логического мышления и пространственного воображения	Опытно-экспериментальная деятельность	Развитие эмоционального интеллекта
Сент.-ноябрь	1	«Осенние зарисовки» Пальчиковые игры	«Надела осень пестрый сарафан», Дыхательные упражнения	«История воды и воздуха»	«Копилка добрых дел» «Ласковые имена»
	2				
	3	«Волшебные бусы» Пальчиковые игры	Осень игра «Что, где, когда». Дыхательные упражнения	Что на поверхности? (свойства песка, почвы, глины)	«Красный предмет в моей ладошке»
	4				«Пирамида любви»
	5	«Найди пару» Пальчиковые игры	«Кто на чем?»		«Зеленые обитатели леса»
	6	«Где начало, а где конец?» Пальчиковые игры	«Ответь одним словом». Дыхательные упражнения	«Послушай. Запомни. повтори»	«Звуки природы»
	7	«Цветное лото» Пальчиковые игры	«Много и один» корзинка с урожаем	Что мы знаем о себе? (организм человека)	Пение птиц»
	8				Учимся распознавать эмоции: «Как я говорю?» «Угадай»
Дек.-фев.	1	«Высокий-низкий/ широкий узкий»	«Без топора не плотник, без иглы не портной» Дыхательные упражнения	Что на поверхности? (свойства песка, почвы, глины)	«Комплимент»
	2				«Моя радость»
	3	«Угадай чье?»	«Укрась слово»	Предметы с секретом (свойства веществ и материалов)	«За стеклом»
	4	«10 отличий» Пальчиковые игры	«Путанница» Дыхательные упражнения		Чтение сказки «От чего у ежика выросли иголки»
	5	«Страна геометрия»	«Скажи, как...» Дыхательные упражнения	«Узнай по тени»	«Я чудо эмоция»
	6	Пальчиковые игры		«На что похожа клякса»	«Угадай эмоцию»
	7	«Цветные вкладыши»	«Опиши предмет»	«Кусачая киска»	«Повтори»
	8	Пальчиковые игры	«Как Сам- Сусам обувь примерял»	«Я назову, а ты повтори»	

Март-май	1	«Зашнуруй»	«Исправь ошибки?»	«История воды и воздуха»	«Комплимент»
	2	Пальчиковые игры	«Мамин праздник»		«Моя радость»
	3	«Подснежники в корзинке»	«Признаки весны!»	«Что на поверхности? (свойства песка, почвы, глины)	«За стеклом»
	4	«Простучи-ка, как я!»	Отгадывание загадок		поверхности?
	5	«Геометрическое домино»	«Нехочуха»	Предметы секретом (свойства веществ материалов) с и	«Когда мне...»
	6		«Баранкин, будь человеком!»		
	7	«Помоги обезьянке»	«Верните Рекса»		«Я твой друг»
	8		«Зайчик»		«Помоги мне»

РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.3. 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.

2.4. Формы аттестации и контроля

Для определения результативности освоения программы проводятся наблюдение за детьми, фотоотчет, викторины, конкурсы, беседа, анализ ответов, педагогическая диагностика, работа с раздаточным материалом, анализ практических работ, 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 профилактики заболеваний органов дыхания у детей". З.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»,
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. Опытно-экспериментальная деятельность. — Издательство: Учитель, 2009.
22. Поддяков 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.