

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №12 «Золотой ключик»
города Новочебоксарска Чувашской Республики

РАССМОТРЕНО
на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от 28.08.2025 года

УТВЕРЖДЕНО
Приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад №12»
от 28.08.2025 года № 192

**Дополнительная общеразвивающая программа
платной образовательной услуги
социально- гуманитарной направленности**

«Чудодейственная соль»

Посещение соляной комнаты

1. Тема инновационного проекта.

«Чудодейственная соль»

2. Цели инновационного проекта

1. Сохранение и укрепление здоровья детей.
2. Формирование представлений детей о здоровом образе жизни.

3. Задачи и система показателей по достижению цели проекта

Задачи	Система показателей
1.Создать условия для оздоровления детей: оборудование соляной комнаты.	1. Оборудованная Соляная комната, оздоровительный комплекс.
2.Способствовать укреплению иммунитета и повышению устойчивости детского организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.	2.Данные мониторинга физического развития детей. Уровень сформированности у детей представлений о здоровом образе жизни, элементарных навыков заботы о своем здоровье.
3.Сохранение и укрепление здоровья детей способом галотерапии.	3. Показатели заболеваемости детей
4.Разработка эффективных методов профилактики респираторных заболеваний у детей, воспитывающихся в детском саду.	4.Разработанная система занятий в соляной комнате. Методические рекомендации по использованию метода галотерапии.
5.Распространение опыта оздоровительной работы средствами галотерапии.	5. Трансляция опыта в сети интернет через профессиональные сайты и сайт ДОУ.

4. Ожидаемые результаты и эффекты реализации проекта.

- 1.Построение оптимальной модели оздоровления детей средствами галотерапии.
2. Снижение заболеваемости ОРВИ и гриппом в осенне-зимний период.
3. Укрепление иммунитета и повышение устойчивости детского организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.
4. Улучшение состояния здоровья детей.
5. Уменьшения количества часто болеющих детей.
6. Повышение общего эмоционального состояния детей.

5. Описание основной проблемы и обоснование актуальности разработки проекта.

Здоровье нации – одна из актуальнейших проблем современного общества. В условиях современной природно-социальной и экологической ситуации проблематика здоровья детей приобретает глобальный характер. Разнообразные медицинские, социологические, демографические и другие данные свидетельствуют о том, что только 14% детей России можно считать практически здоровыми, 50%, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья, 35% - хронически больны.

Согласно данным Минздрава и Росстата, в России на каждые 100 тысяч детей приходится свыше 119 тысяч болезней органов дыхания. Это означает, что фактически каждый ребенок имеет проблемы с легкими в той или иной форме. Впоследствии многие из них перерастают эту болезнь, однако статистика и у взрослых неутешительна: заболевания дыхательной системы сохраняются ровно у трети населения.

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 ВОЗ по ОРВИ и гриппу в мире ежегодно болеет ими каждый третий ребенок.

В осенне-зимний период и большую часть весны дети, как впрочем, и взрослые, проводят 90% времени в отапливаемом помещении, находясь в условиях практически полного отсутствия солнца и свежего воздуха, что сказывается самым неблагоприятным образом на иммунитете. Современная тенденция замены всего натурального синтезированным, это относится как к продуктам, составляющим рацион питания, так и к подходу к лечению и профилактике заболеваний. Растущий организм ребёнка должен получать поддержку в первую очередь от немедикаментозных методов оздоровления. Вот почему так важен фактор натуральности лечебного эффекта метода галотерапии. Учитывая продолжительность холодного сезона в России (8 месяцев и более) очевидна потребность в наличии соляных комнат.

Лечение солью известно уже несколько сотен лет. Первоначально оно предполагало спуск в глубокие соляные шахты, где уникальный микроклимат и полное отсутствие аллергенов.

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.

Стандартный лечебный курс галотерапии дает стойкий эффект на 2-3 года, поэтому в дальнейшем его можно использовать просто для профилактики.

Ежедневные процедуры галотерапии укрепляют иммунитет, оказывают противовоспалительное, саногенное действие, ликвидируют последствия приема антибиотиков.

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. С помощью галотерапии реализуется эффективная профилактика и лечение аллергии.

Таким образом, посещение соляной комнаты является современным эффективным немедикаментозным 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.

Современная статистика показала, что при лечении детей в условиях соляных копей в 99 % случаев бронхиальная астма в легкой форме сходит на нет, средней тяжести – в 82 % наступает значительное улучшение, а при тяжелом течении болезни состояние улучшается почти в 43 % случаев, а также снижается роль медикаментов.

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. Во-вторых, 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 лечебного 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.

6. Сроки и этапы реализации проекта

1. Подготовительный 2019	1.Создание творческого коллектива по разработке Проекта 2.Обсуждение и утверждение данного проекта на заседании педагогического совета ДООУ 3.Подбор и изучение методической литературы необходимой тематики. 4. Проведение и анализ результатов мониторинга детского развития, уровня психического и физического развития и здоровья детей. 5. Ремонт помещения для оздоровительного комплекса – соляная комната 6. Нанесение специального многослойного солевого покрытия на стены и пол, сглаживание острых углов стен, пола. 7. Оснащение солевой комнаты специальным оборудованием, насыщающего помещение солевым аэрозолем, с помощью которого создается необходимый микроклимат. 8. Приобретение необходимой мебели.
--------------------------	--

	9. Аудио-, видеоподготовка: • Психосуггестивные программы на компакт-дисках взрослые и детские – 2 шт. 10. Разработка методических рекомендаций по использованию метода галотерапии 11. Организация курсовой подготовки по внедрению в работу ДОУ метода галотерапии (целевые курсы, самообразование);
2. Основной, деятельный 2015	1. Внедрение заявленного проекта. 2. Внедрение современной модели оздоровления детей – галотерапии в Соляной комнате 3. Систематизация и пополнение методической копилки ДОУ по использованию аудио- и видео-продуктов. 4. Организация «обратной связи» в работе с родителями (через электронную почту, сайт детского сад, разработка системы контроля его обновления) 5. Разработка системы морального и материального стимулирования участия педколлектива в реализации проекта. 6. Информирование и консультирование родителей через страничку сайта, on-line; возможность просмотра видеофрагментов оздоровительной работы в Соляной комнате. 7. Проведение и анализ результатов мониторинга детского развития: уровня психического и физического развития и здоровья детей.
3. Презентационный или итоговый Второе полугодие 2015	1. Проведение методических объединений специалистов ДОУ города по использованию метода галотерапии в оздоровлении дошкольников. 2. Трансляция опыта в сети интернет через профессиональные сайты и сайт ДОУ. 3. Информационная работа по распространению и обобщению итогов Проекта.

7. Возможные способы внедрения проектной разработки в образовательную практику ДОУ.

После оборудования соляной комнаты, специально обученный педагог или медсестра будет проводить сеансы галотерапии.

Посещать соляную комнату могут дети, направленные врачом – педиатром по показаниям:

1. Часто болеющие дети (ЧБД).
2. Повторные гаймориты, фарингиты, риниты, отиты.

3. Бронхиальная астма, группа риска по развитию бронхиальной астмы.
4. Аллергические заболевания кожи (нейродермит, атопический дерматит, поствакцинальная аллергия).
5. Хронические заболевания носоглотки (аденоиды I,II,III, степени, гипертрофия миндалин).
6. Ожирение, склонность к избыточному весу.
7. Профилактика ОРВИ у здоровых детей.

По профилактике ОРВИ будут сформированы группы детей по 5 человек. Количество сеансов на курс 10 дней, длительность сеанса - 10 – 15 – 20 минут в зависимости от возраста ребёнка. За одно посещение Соляной комнаты - 5 человек. Повторные сеансы будут проводиться с интервалом 5 – 6 месяцев.

Приложение

Галотерапия

Санкт-петербургский институт профилактической медицины образован в 1989 году и является головной организацией в стране по внедрению методики галотерапии (в соответствии с распоряжением Минздрава РФ № 1004/21-03 от 13.02.1991 года).

Санкт-Петербургский институт профилактической медицины основан доктором медицинских наук, профессором Павлом Петровичем Горбенко - автором технологии галотерапии и первой в мире галокамеры (авторское свидетельство № 1225569, 1984 г.).

Благодаря высокой оздоровительной и терапевтической эффективности, разработанная нами технология галотерапии и галооздоровления получила высокую оценку у пациентов и специалистов во всем мире.

Галотерапия (от греческих слов *hals* – соль, *therapeia* – лечение).

Технология галотерапии впервые была разработана в СССР создателем первой в мире галокамеры, доктором медицинских наук П.П. Горбенко.

Родоначальником галотерапии явилась спелеотерапия (от греческих слов *speleon* – пещера, *therapia* – лечение). Спелеотерапия - метод лечения, основанный на положительном влиянии некоторых естественных и искусственных пещер на течение целого ряда заболеваний (органов дыхания, сердечнососудистой системы, опорно-двигательного аппарата и другие).

В 2003 году П.П. Горбенко был открыт «Способ поддержания энергетического баланса человека» (патент РФ № 2288751). Это и позволило открыть Х-фактор и объяснить высокий оздоравливающий и лечебный эффект подземных лечебниц в солекопиях.

Суть основного действующего, механизма улучшения здоровья пациентов подземных соляных лечебниц, заключается в длинноволновом излучении, идущем от ядра Земли. Благодаря прозрачности химически чистой кристаллической соли к поверхности Земли устремляется инфракрасное (ИК) излучение в широком диапазоне и большой мощности. Этот мощный квантовый поток и концентрируется в соляном куполе, то есть в соляной пещере. Концентрированная квантовая энергия оказывает мощное энергетическое, биофизическое и биохимическое воздействие на организм человека.

Открытие Х-фактора позволило в 2003 году создать «Галокамеру» нового поколения – «Квантово-Энергитическая Галокамера П.П. Горбеннко» (патент РФ №31961 от 10.09.2003г., №45085 от 27.04.2005г., №291317 от 27.06.2005г.). Это открытие вывело методику галотерапии на качественно иной уровень и новый путь развития.

Сегодня Санкт-Петербургский институт профилактической медицины под непосредственным научным руководством Павла Петровича Горбенко производит инновационные галокамеры и галогенераторы третьего поколения, позволяющие полной мере воспроизводить выраженный лечебный и оздоровительный эффект подземных соляных лечебниц.

Соляные комнаты

Что такое соляная комната?

То, что море – великий лекарь тела и души, известно с незапамятных времён. Океан, море, солёное озеро – вот те гигантские лаборатории природы, в кабинетах которой готовится чудодейственный бальзам - лечебная морская соль. Вода в солёных водоёмах постоянно обновляется и под палящим солнцем испаряется, частично превращаясь в рассол с большим количеством NaCl (примерно 50%), сернокислых и углекислых солей натрия, кальция, калия и магния. Из соляных водоёмов в воздух постоянно выделяются ионы солей, создавая вокруг себя один большой природный ингалятор, прогулки людей больных респираторными заболеваниями по берегу, способствуют лечению дыхательных путей, укреплению нервной системы и иммунитета.

Пребывание на соляном курорте действительно полезно, однако есть один нюанс, не все в состоянии еженедельно ездить на морской берег или в соляную пещеру, поэтому в последнее время все больше людей стало осознавать целесообразность локального применения галотерапии.

Галотерапия или как её ещё называют, спелеотерапия — это метод лечения основанный на длительном пребывании в условиях микроклимата соляных, карстовых и других пещер, копей, гротов, шахт, солончаков и так далее, при этом особенности микроклимата каждого метода зависят от характера каждого соляного образования.

Галотерапия уже давно получила признание, и заслужила репутацию высокоэффективного немедикаментозного метода лечения, но необходимость в акклиматизации больных, трудности переезда и другие ограничения сдерживали широкое распространение такого вида терапии. Однако это же и послужило основанием для первого шага к созданию камер с искусственным микроклиматом (галокамер, спелеокамер и т.д.), моделирующих или полностью воссоздающих микроклимат соляных пещер.

Чем полезна галокамера?

В помещении, оборудованном галокомплексом, появляется устойчивый здоровый микроклимат, свежий, чистый воздух и приятный запах моря. Регулярное посещение

комплекса в течение 40 минут в день благотворно влияет на следующие жизненно-важные системы организма:

Дыхательная система:

- Повышение и улучшение вентиляции лёгких
- Предотвращает воспалительные процессы дыхательных путей
- Снимает аллергию

Центральная нервная система:

- Успокаивающее
- Снижает утомление
- Антистрессовое и расслабляющее влияние.

Система кровообращения:

- Улучшение микроциркуляции
- Спазмолитический эффект
- Повышение гемоглобина,
- Укрепление иммунитета

Используемая литература.

1. А.В.Червинская. Галотерапия в условиях управляемого микроклимата.
2. А.В.Червинская. Галотерапия - современное развитие метода спелеотерапии.
3. Методические указания. Галотерапия для лечения аллергии у детей.
4. Методические рекомендации. Галотерапия в профилактике и лечении заболеваний.