

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 11**

Юридический адрес: 620144, Екатеринбург, ул. Сурикова 53-б
Фактический адрес: 620144, Екатеринбург, ул. Сурикова 53-б
620144, Екатеринбург, ул. Союзная 25
e-mail: mdou11@edukb.ru; сайт: <https://11.tvoysadik.ru/>; т. 300-1-999

ПРИНЯТО:
Педагогическим Советом МАДОУ
Протокол № 1
от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий
МАДОУ детского сада № 11
Приказ № 98-о от 31. 08. 2023 г.


Ю.С.Юрихова

**Дополнительная общеразвивающая
программа**

«Здоровячок»

для детей 2 - 7 лет

г. Екатеринбург

Содержание

	I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи реализации Программы	4
1.3.	Принципы и подходы к формированию Программы	5
1.4.	Объём Программы	5
1.5.	Планируемые результаты Программы	5
	II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1.	Модель оздоровительного процесса	6
2.2.	Содержание работы по оздоровлению детей	6
2.3.	Перспективное планирование проведения сеансов в соляной комнате	8
	III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1.	Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка	10
3.2.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	10
3.3.	Кадровые условия реализации Программы	10
3.4.	Материально-техническое обеспечение Программы	10
3.5.	Формы оценки планируемых результатов	10

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Общие сведения об образовательном учреждении:

Название образовательного учреждения: Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Учредитель: Департамент образования Администрации города Екатеринбурга

Адрес учредителя: 620014 г. Екатеринбург, пр. Ленина, дом 24а

Юридический адрес МАДОУ: 620144, Екатеринбург, ул. Сурикова 53-б; 620144, Екатеринбург, ул. Союзная 25

Телефон: 902 275-91-49

Год основания: 2011

Тип: дошкольное образовательное учреждение

Вид: детский сад

Режим работы: пятидневная неделя с 10,5 часовым пребыванием детей (с 7.30 до 18.00 часов), исключая праздничные и выходные дни.

Лицензия на право ведения образовательной деятельности: от 03.08.2012 № 16403, серия 66ЛО1 № 0001041

Кислородный коктейль - основанный на лечебно-профилактическом действии основного компонента - кислорода, которым насыщают смесь из жидкости (питьевой негазированной бутилированной воды или фруктовых соков) с обязательным добавлением пенообразователя (например, сиропа корня солодки, пищевого желатина или других компонентов, разрешенных к применению). При контакте кислорода с жидкостью (с возможным добавлением фруктовых сиропов, настоев лекарственных трав) создается обильная пена, содержащая пузырьки кислорода.

Специалисты НИИ питания РАМН всегда подчеркивали лечебно-профилактическое действие медицинского кислорода в кислородном коктейле. Даже если в состав коктейля входит кислород, сертифицированный как пищевая добавка, лечебно-профилактические свойства кислорода сохраняются.

Кислородный напиток снимает физическую и умственную усталость, повышает иммунные силы, улучшает состояние нервной системы. Курсы приема коктейлей с кислородом в детских учреждениях направлены на снижение заболеваемости простудными заболеваниями и компенсацию вреда длительного пребывания городских детей в закрытых помещениях.

Дополнительная общеразвивающая программа разработана в соответствии со следующими документами:

➤ Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

➤ Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 № 3034);

➤ Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года № 26 Об утверждении СанПиН

2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (с изменениями на 27 августа 2015 года) (Зарегистрировано в Министерстве Юстиции Российской Федерации 29 мая 2013 года, регистрационный № 28564);

➤ Концепция развития дополнительного образования (утвержденная распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р)

➤ Конвенция ООН о правах ребенка (1989 год);

➤ Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 11.

1.2. Цели и задачи реализации Программы

Цель программы: создание благоприятных условий для комплексного развития и жизнедеятельности детей путём снижения показателей детской заболеваемости.

Задачи:

- укрепление иммунитета, профилактики ОРВИ;
- повышения устойчивости к стрессовым состояниям;
- улучшение качества и продолжительности сна;
- предотвращения негативного воздействия на организм внешней среды (загрязнённая вода, воздух, продукты УФО).

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

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

1.4. Объём Программы

Курс включает 10 порций кислородного коктейля ежедневно. Перерыв между курсами составляет 2-3 недели.

Услуга оказывается в течение 1 учебного года с 01.09.2023г. по 31.05.2024г.

1.5. Планируемый результат Программы

- Укрепление иммунитета;
- Повышение устойчивости к сезонным простудным заболеваниям;
- Улучшение качества сна.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Модель оздоровительного процесса

Для приготовления и/или реализации кислородных коктейлей выделяется специальное помещение или участок медицинского кабинета образовательного учреждения (при наличии достаточной площади и отдельного стола). Для хранения компонентов коктейля отводится отдельный холодильный шкаф.

Для приготовления необходим стол, коктейлер, одноразовые стаканчики и ложки для коктейля. Для начала подготавливается необходимое количество сока. В сок добавляется смесь для приготовления кислородных коктейлей и тщательно размешивается.

Пропорция: на 1 литр сока около 10-15 граммов порошкообразной смеси. После разведения необходимого количества сока со смесью, наливаем подготовленный сок в коктейлер, подключаем концентратор кислорода, соединяем его с помощью кислородной трубки с коктейлером для приготовления коктейлей, включаем поток кислорода на 1-2 литра в минуту и начинается процесс заполнения коктейлера

кислородной пенкой и вытеканием ее в предварительно подготовленные стаканы. Кислородный коктейль готов.

Обработка оборудования проводится после каждого применения (в разобранном виде).

Разливает коктейль медицинский работник детского сада, с обязательным по фамильным учетом детей употребляющих кислородный коктейль. Приготовление и отпуск коктейлей (пофамильно) регистрируются в специальных журналах.

Розлив коктейлей осуществляется в одноразовые стаканы с одноразовыми ложечками. Коктейль отпускается в одноразовой посуде за 30-40 минут до еды в объеме 200-250 мл. Курс составляет 10 порций, далее следует перерыв в течение не менее 2-3 недель, после чего курс может быть повторен.

Важно:

1. Соблюдать условия хранения и сроки годности ингредиентов
2. Для приготовления кислородного коктейля для детей использовать соки комнатной температуры
3. При разведении соков со смесью, вскрывая пакет, помнить, что вскрытый пакет хранится не более суток и при температуре от +2 до +6 градусов по цельсию.



2.2. Употребление

- ✓ Кислородный коктейль должен употребляться в течение 5 -10 минут с момента приготовления.
- ✓ Употреблять кислородный коктейль следует не позднее, чем за 30 минут до еды и не ранее чем через 2 часа после еды.
- ✓ Недопустимо употреблять кислородный коктейль железной ложкой.
- ✓ «Поедать» пену нужно медленно и маленькими глотками, используя для этого ложку, а не соломинку.

2.3. Состав кислородного коктейля

Кислородный коктейль готовится на основе пакетированного сока, экстракта корня солодки и кислорода. Все его составные элементы внесут свой вклад в здоровье ребенка.

1. Фруктовые сиропы, соки, которые придают специфические свойства напитку и оказывают влияние на его вкусовые характеристики. В коктейль можно добавлять также витаминно-минеральные комплексы, которые придадут напитку дополнительные лечебно-профилактические свойства. Соки можно рассматривать как дополнительный источник насыщения организма некоторыми витаминами и минеральными веществами, особенно витамином С, железом и калием и особенно в весенне-зимний период. Кроме того, соки хороши как источник глюкозы и фруктозы. Соки должны иметь сертификат соответствия и свидетельство о государственной регистрации и рекомендованы Роспотребнадзором.
2. Кислородные смеси. Для приготовления кислородного коктейля могут быть использованы смеси на основе жидкого медицинского кислорода после газификации (т. е. смеси, сертифицированные и произведенные на кислородных заводах). Примерами таких смесей являются «Биогон О» (имеет регистрационное свидетельство РФ как пищевая добавка), «Экотеил» (сертифицирован как пищевой кислород для кислородного коктейля), «Прана» (зарегистрирован как медицинское изделие). Кислородные смеси должны иметь регистрационное свидетельство или санитарно-эпидемиологическое заключение в соответствии с требованиями действующего законодательства (быть зарегистрированы как лекарственный препарат либо как пищевая добавка), должны быть изготовлены на основе жидкого медицинского кислорода (после газификации). Кислород вырабатывается с помощью кислородного концентратора позволяющего получить кислород из атмосферного воздуха, обеспечивая его непрерывную подачу. Чистота кислорода - до 95%. При потреблении кислородных коктейлей поступает в кровь, как через легкие, так и через желудочно-кишечный тракт. Дело в том, что кислород всасывается из желудочно-кишечного тракта непосредственно в плазму крови, где он представлен в виде свободных атомов кислорода. В такой форме кислород легче проникает через плазматические клеточные мембраны, поскольку нет необходимости тратить энергию на разрыв связи атомов кислорода с тем самым гемоглобином, с которым газообразный кислород связывается в альвеолярной системе лёгких.
3. Пенообразователи. Это вещества, вызывающие достаточно стойкую пену при контакте с кислородом, которая сохраняется в течение нескольких минут. С

помощью пены кислород можно доставить в желудочно-кишечный тракт. Примером безопасного пенообразователя может служить сироп корня солодки (экстракт корня солодки). Данный компонент является лекарственным препаратом, однако при применении в качестве пенообразователя в кислородном коктейле применяется в дозировках ниже терапевтических и формально не считается лекарством, входящим в кислородный коктейль. Экстракт корня солодки обладает отхаркивающим, противовоспалительным, иммуностимулирующим, регенерирующим, спазмолитическим и противовирусным действием.

2.4. Противопоказания

Несмотря на все свои плюсы, кислородный коктейль имеет и противопоказания: острые приступы бронхиальной астмы, желчнокаменная болезнь, астматический статус, гипертермия, дыхательная недостаточность, язвенная болезнь.

Перед началом оздоровительных процедур родителей (законных представителей) необходимо ознакомить с рецептурой, чтобы исключить аллергическую реакцию у детей.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка:

- 1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- 2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;

- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- 8) поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

3.3. Кадровые условия реализации Программы.

Занятия по дополнительной образовательной программе «Здоровячок» проводит педагог дополнительного образования под руководством медсестры ДГБ №8 г. Екатеринбурга.

3.4. Материально-техническое обеспечение Программы:

С целью реализации данной услуги в медицинском кабинете оборудовано специально отведенное место для приготовления кислородного коктейля.

Для проведения занятий требуется кислородный концентратор «Армед», расходные материалы одноразовая посуда.

Формы оценки планируемых результатов

Анализ заболеваемости детей

Параметры	Отчетный период
	2023-2024 учебный год
Среднегодовая численность детей группы (сентябрь-май)	
Число пропусков по болезни (общее количество дней)	
Заболеваемость за год (сколько случаев заболевания)	

IV. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Польза кислородного коктейля: - [Электронный ресурс], доступ: <https://pitaniedetok.ru/mozhno/kislorodnye-koktejli-detjam.html>
2. Все о кислородном коктейле - [Электронный ресурс], доступ: <https://pandia.ru/text/80/607/92725.php>
3. «Методических рекомендаций 2.4.5.0131-18. 2.4.5. Гигиена детей и подростков. Детское питание. Практические аспекты организации рационального питания детей и подростков, организация мониторинга питания. Методические рекомендации» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 10.08.2018).
4. ТИ 72889249-01. Технологическая инструкция на приготовление кислородных коктейлей.
5. Применение кислородных коктейлей, изготовленных с использованием кислородного концентратора и коктейлера при профилактике и лечении бронхолегочных заболеваний у детей. Пособие для врачей. – М., 2008.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 638659264186898037567612618100491810558963417982

Владелец Юрихова Юлия Сергеевна

Действителен с 05.12.2023 по 04.12.2024