

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 35 комбинированного вида
Колпинского района Санкт-Петербурга

Принята
на педагогическом совете ГБДОУ № 35
протокол № 1 от 31.08 2018 г.

«Утверждена»
заведующий
Родионова Н.В. 
дата «31» 08 2018 г.



Дополнительная оздоровительно-профилактическая программа

«Будь здоров»
Для детей и взрослых

Автор-составитель:
педагог дополнительного
образования
Ермолаева Т.П.

Санкт-Петербург
Колпино
2018

Пояснительная записка

Галотерапия - это комплекс лечебно-профилактических мероприятий и прежде всего, лечение и профилактика заболеваний органов дыхания, ЛОР органов, снятие эмоционального стресса, улучшение функциональных адаптационных и защитных возможностей организма. Профилактика хронической патологии внутренних органов.

Актуальность: Лечебный эффект в галокамере достигается за счет создания лечебного микроклимата, который характеризуется наличием высокодисперсного аэрозоля хлорида натрия, гипоаллергенной и гипобактериальной воздушной средой, аэроионизацией, камфортными микроклиматическими условиями, а также специальным аудио психотерапевтическим воздействием.

Целесообразность: Галоаэрозоль улучшает свойства бронхиальной слизи, оказывает мукорегулирующее действие, убивает стрептококки, стафилококки – вызывающие заболевание ЛОР-органов (аденоиды, хронические тонзилиты)

Сезонные курсы (осень, весна), хорошая профилактика (ОРВИ, гриппа). Также применяется для лечения и профилактики кожных заболеваний (диффузный нейродермит, аллергический нейродермит, экзема, псориаз, и др.) Пребывание в соляной пещере - прекрасный метод для оздоровления кожи.

Задачи:

- Профилактика и лечение ЛОР-органов, заболеваний верхних дыхательных путей
- Профилактика и лечение кожных заболеваний
- Оздоровляющее действие (снятие эмоционального стресса, улучшение функциональных, адаптационных и защитных возможностей организма)



Отличительная особенность:

Галокамера оборудована в отдельном помещении, стены и пол которого выложены из соли. В галокамере установлены галогенератор, распыляющий частицы соли, и вентилятор для очистки воздуха после процедур. Имеются шезлонги для детей и взрослых.



В помещении галокамеры, дети находятся в хлопчатобумажных накидках и бахилах.

Сеансы сопровождаются светомузыкой.

В терапевтических целях используются звуки природы, шум моря, пение птиц, детские сказки



Перед процедурой ребенка обязательно осматривает медсестра на наличие острых заболеваний или обострений. Не каждого ребенка можно положить в комнату, где нет ни окон, знакомого лица воспитателя. Поэтому, перед сеансом рассказывают, что галокамера для детей – это волшебная пещера, которая состоит из соли, а те, кто там находятся, становятся большими и здоровыми. Прежде чем туда попасть, нужно надеть волшебные носочки и укрыться волшебной простыней.

Возраст детей

Оздоровительно-профилактическая программа предназначена для детей с 2 лет и взрослых.

Сроки реализации

Рассчитана на один год

Формы и график работы

Сеансы групповые, по 4 человека

Курс: 10 сеансов, которые проводятся каждый день

Противопоказания для лечения в галокамере:

- Аллергия на соль
- Все заболевания в острой стадии
- Острые инфекционные заболевания
- Хронические заболевания в стадии обострения и осложнения острогнойными процессами
- Психические заболевания
- Все формы наркомании и токсикомании
- Болезни крови в острой стадии и фазе обострения
- Злокачественные новообразования
- Кровотечения различного происхождения
- Все формы туберкулеза в активной стадии
- Острые и хронические заболевания почек

Литература

Северо-западный центр «Стандартизация, образование, медицина»
«Галотерапия», методические рекомендации, СПб.