

«Здоровьесберегающая деятельность в ДОУ»

Подготовила:

педагог-психолог

МБДОУ «ЦРР детский сад №58»

Цунтольгова Виктория Викторовна

В качестве основополагающих принципов здоровьесберегающих технологий можно выделить:

- * 1. Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учено-воспитательного процесса;**
- * 2. Развитие двигательной активности;**
- * 3. Обеспечение адекватного восстановления сил.**

Здоровьесберегающая деятельность в ДОУ осуществляется в следующих видах деятельности:

1. Медико-профилактическая



2. . Физкультурно-оздоровительная



3. Обеспечение социально-психологического благополучия ребенка



4. Валеологическое просвещение родителей

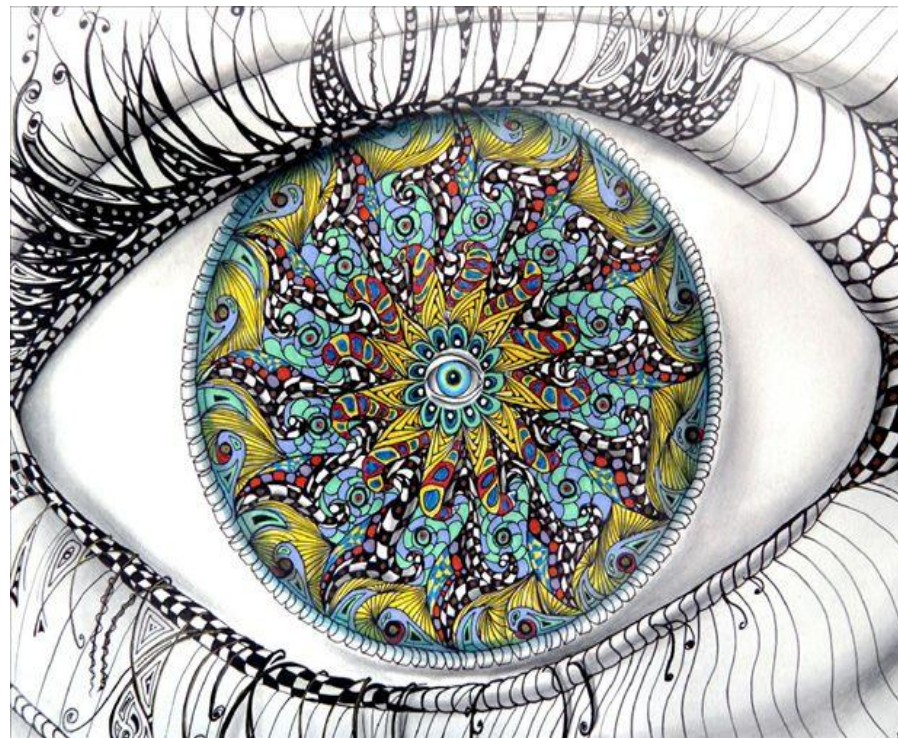


5. Информационно-просветительская деятельность



Коррекционные технологии

Арттерапия



Сказкотерапия



Психогимнастика

Психогимнастика для дошкольников: этюды и упражнения

«Лебеди»



Лебеди летят,
Крыльями машут.
Нагнувшись над водой —
Качают головой.
Прямо и гордо
Ушиком держатся,
Тяно и плавно на воду садятся.

«Ёжик»



Вот свернулся еж в клубок,
Потому что весь продрог.
«Брррр, бррр, бррр»
(дети дрожат, мышцы напряжены)
Лучик ежика коснулся —
Ежик сладко пошевелился!
(дети выпрямляются и потягиваются)

«Снеговик»



Плачет бедный снеговик —
« Я в мороз стою прямой.
А под солнцем полюбил —
Таю, таю, таю»,
(все мышцы постепенно
раскисляются, дети
«превращаются» в «лукашки»)

«Веселые мартышки»



Мы веселые мартышки, мы
смейемся громко слышном.
Мы в ладоши хлопаем, мы
ногами топаям.
Надуваем щечки, скачем на
носокках,
И друг другу даже — язычки
покажем.
Дружно прыгнем к потолку,
Пальчик поднесем к виску,
Ототрем ушки, ластик на
макушке.
Шире рот откроем — гримасы
все состроим

«Весельчаки»



Жили — были у реки славные
весельчаки,
Вот — вот со смеху помрут, вот
животик надорвут.
(Дети с различными интонациями
за-а-а, го-го-го, ти-ти-ти)

«Лягушки»



На болоте две подружки,
Две веселые лягушки
Рано утром умывались,
Ножками топтали,
Глазками поглазили.
Вправо — влево повороти
И скакали по болоту.

«Заяц»



Его оббегают и звери и
птицы.
Он каждого куртика в
поле бегает, (Прямые,
связанные, голову втянуть
и втянуть)

«Хомка»



Хомка, хомка, хомочок
Полосатенький бочок.
Хомка рано утром встает —
Может латик шубку трет.
Подметает хомка латку
И выходит на зарюду:
1,2,3,4,5 — счет хомка сильным ставит.

«Цветы»



Каждый бутончик склеветал
на лето
Наперво...
Напрраво...
Влево...
И вправо...
От ветра и холода бутончики
или
Старались живо в цветочек
нам бунтос...

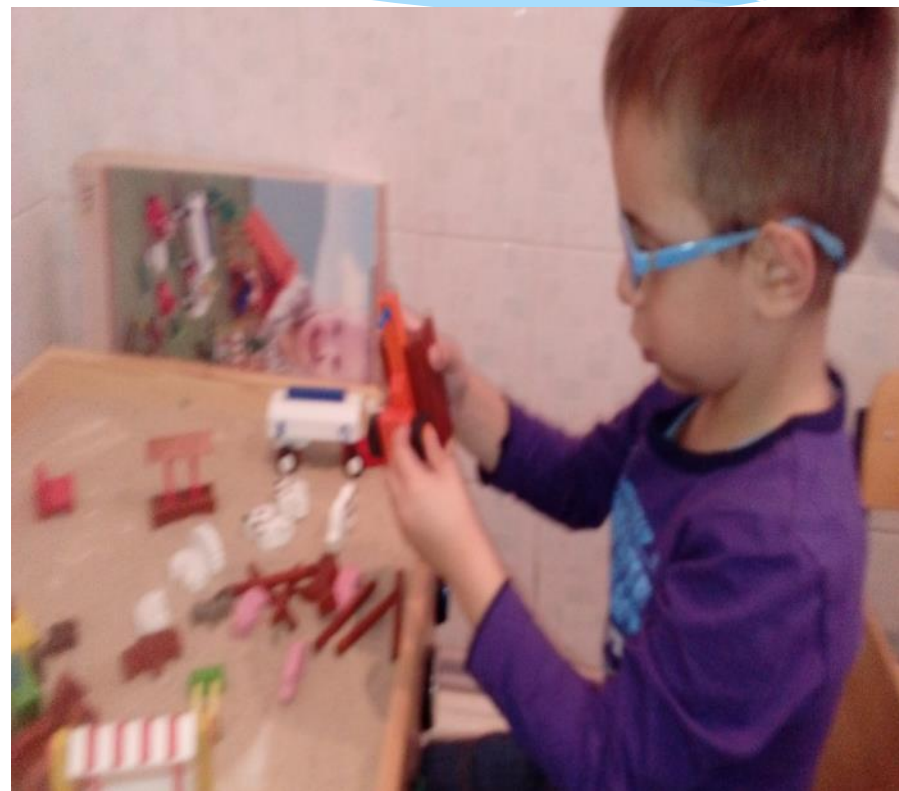
СУ-ДЖОК терапия



Водотерапия



Пескотерапия



Спасибо за внимание!!!

