

*«Здоровьесберегающие  
технологии в работе с  
дошкольниками»*



*«Детям совершенно так же, как и  
взрослым, хочется быть здоровыми  
и сильными, только дети не  
знают, что для этого надо делать.  
Объясни им, и они будут беречься»*

*Януш Корчак*

***Здоровье*** - это состояние полного  
физического, психического  
и социального благополучия, а не просто  
отсутствие болезней или  
физических дефектов.  
(Всемирная организация здравоохранения)

# *Задачи здоровьесбережения*

- *сохранение здоровья детей, повышение двигательной активности и умственной работоспособности*
- *создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей*
- *создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения*

# *Здоровьесберегающие образовательные технологии делятся на три группы*

- 1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья*
- 2. Технологии обучения здоровому образу жизни*
- 3. Коррекционные технологии*

## *Технологии сохранения и стимулирования здоровья, применяемые педагогом – психологом*

- *Динамические паузы*
- *Релаксация*
- *Гимнастика пальчиковая*
- *Гимнастика для глаз*
- *Гимнастика дыхательная*

# *Технологии обучения здоровому образу жизни*

## *Проблемно – игровые и коммуникативные игры*



# *Коррекционные технологии, применяемые педагогом-психологом*

- *Сказкотерапия*
- *Песочная терапия*
- *Арттерапия*
- *Су-Джок терапия*
- *Музыкотерапия*

# *Сказкотерапия*

*способствует развитию и коррекции эмоциональных состояний, снятию тревожности, повышению самооценки, снятию агрессивных проявлений*



# *Песочная терапия*

*стабилизирует эмоциональное состояние.*

*Гармонично развиваются все виды познавательных процессов*





# *Арттерапия*



*это увлекательный, эффективный и не слишком затратный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре.*



# *Рисование по мокрому листу*

*Данная техника способствует  
снятию напряжения,  
гармонизации эмоционального  
состояния*



# *Кляксография*



# *Задание «Рисуем в паре»*



# *Задание «Рисунок по кругу»*



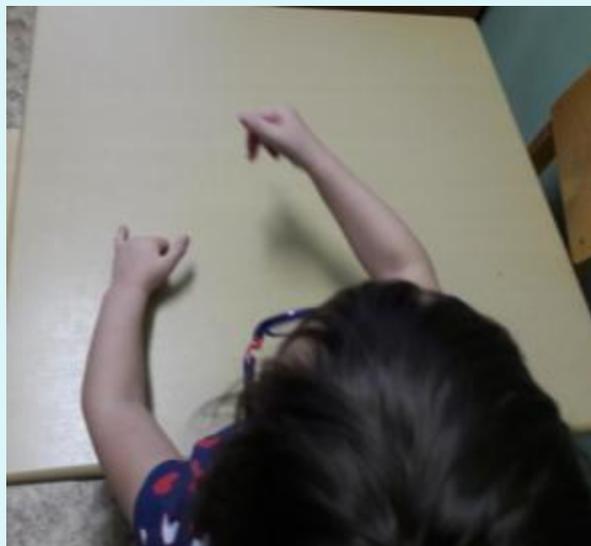
# *Рисование «Я - веселая, я - грустная»*



## *Гимнастика пальчиковая*

- *Способствует овладению навыкам мелкой моторики*
- *Помогает развивать речь*
- *Повышает работоспособность коры головного мозга*
- *Развивает психические способности: мышление, память, воображение*
- *Снимает тревожность*

# *Гимнастика пальчиковая*



# *Су-Джок терапия*

- *Воздействует на биологически активные точки организма*
- *Стимулирует речевые зоны коры головного мозга*
- *Способствует лечению внутренних органов, нормализует работу организма в целом*
- *Развивает мелкую моторику рук*
- *Развивает память, внимание, связную речь*



# *Дыхательная гимнастика*

- *Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани*
- *Улучшает дренажную функцию бронхов, восстанавливает нарушенное носовое дыхание*
- *Способствует восстановлению нормального крово - и лимфоснабжения*
- *Повышает общую сопротивляемость организма*

# *Релаксация*

- *Учит детей расслабляться*
- *Способствует концентрации внимания*
- *Помогает снять напряжение*
- *Снимает возбуждение*



# ***Психогимнастика***

***Цели психогимнастики:***

***преодоление барьеров в общении,  
понимании себя и других;***

***- снятие психического напряжения и  
сохранение эмоционального  
благополучия ребенка;***

***- создание возможности для  
самовыражения;***

***- развитие словесного языка чувств  
(называние эмоций ведет к  
эмоциональному осознанию ребенком  
себя).***



# *Музыкотерапия*

- *Повышает иммунитет детей*
- *Снимает напряжение и раздражительность*
- *Снимает головную боль*
- *Восстанавливает спокойное дыхание*

## *Применение в работе педагога-психолога*

*здоровьесберегающих технологий  
повышает результативность  
воспитательно-образовательного  
процесса, формирует у педагогов и  
родителей ценностные ориентации,  
направленные на сохранение и укрепление  
здоровья воспитанников.*