

**Телесно-ориентированная терапия, как
здоровьесберегающий компонент
воспитательно-образовательного
процесса.**

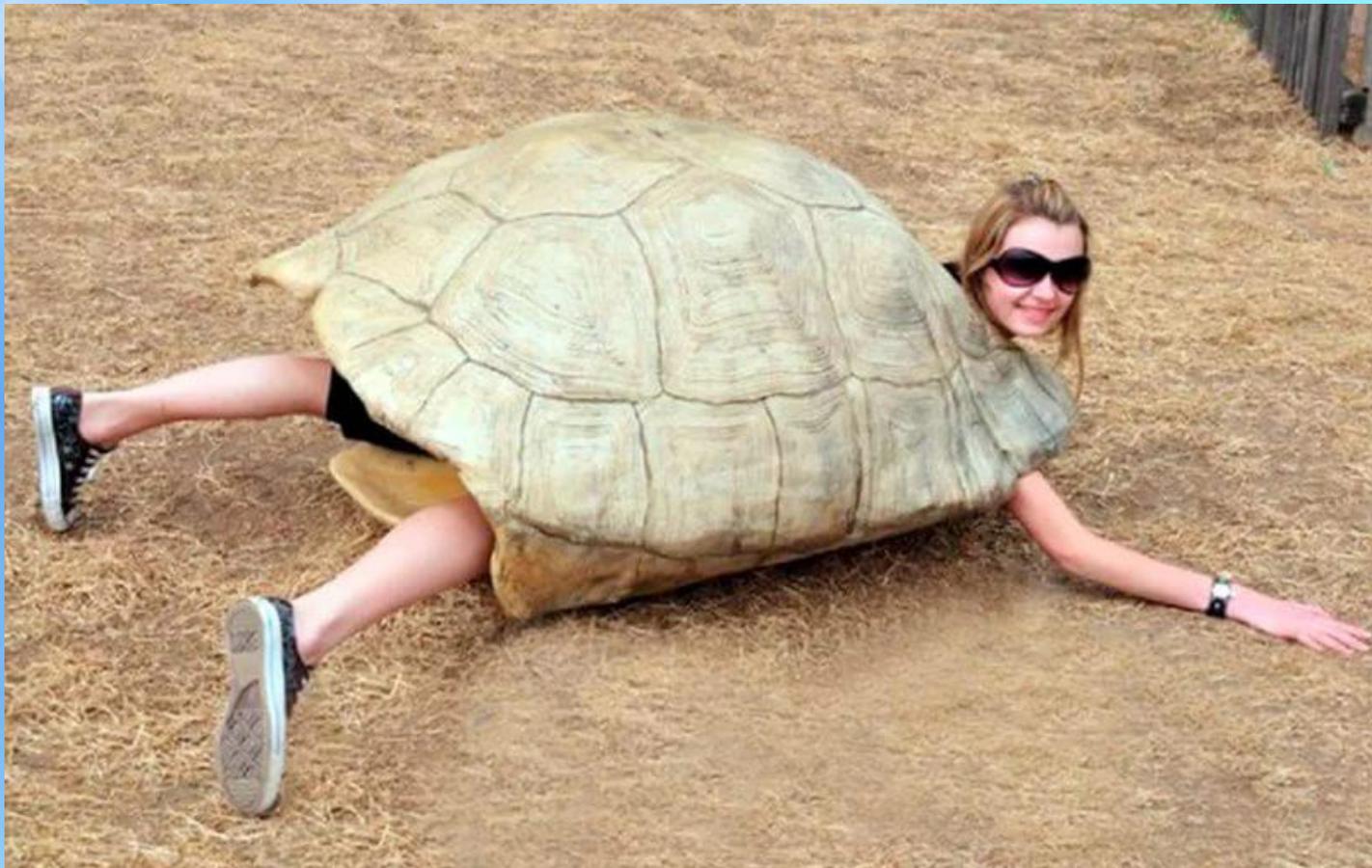


Организм является
материальным
отражением всех
пережитых
ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ
СОСТОЯНИЙ

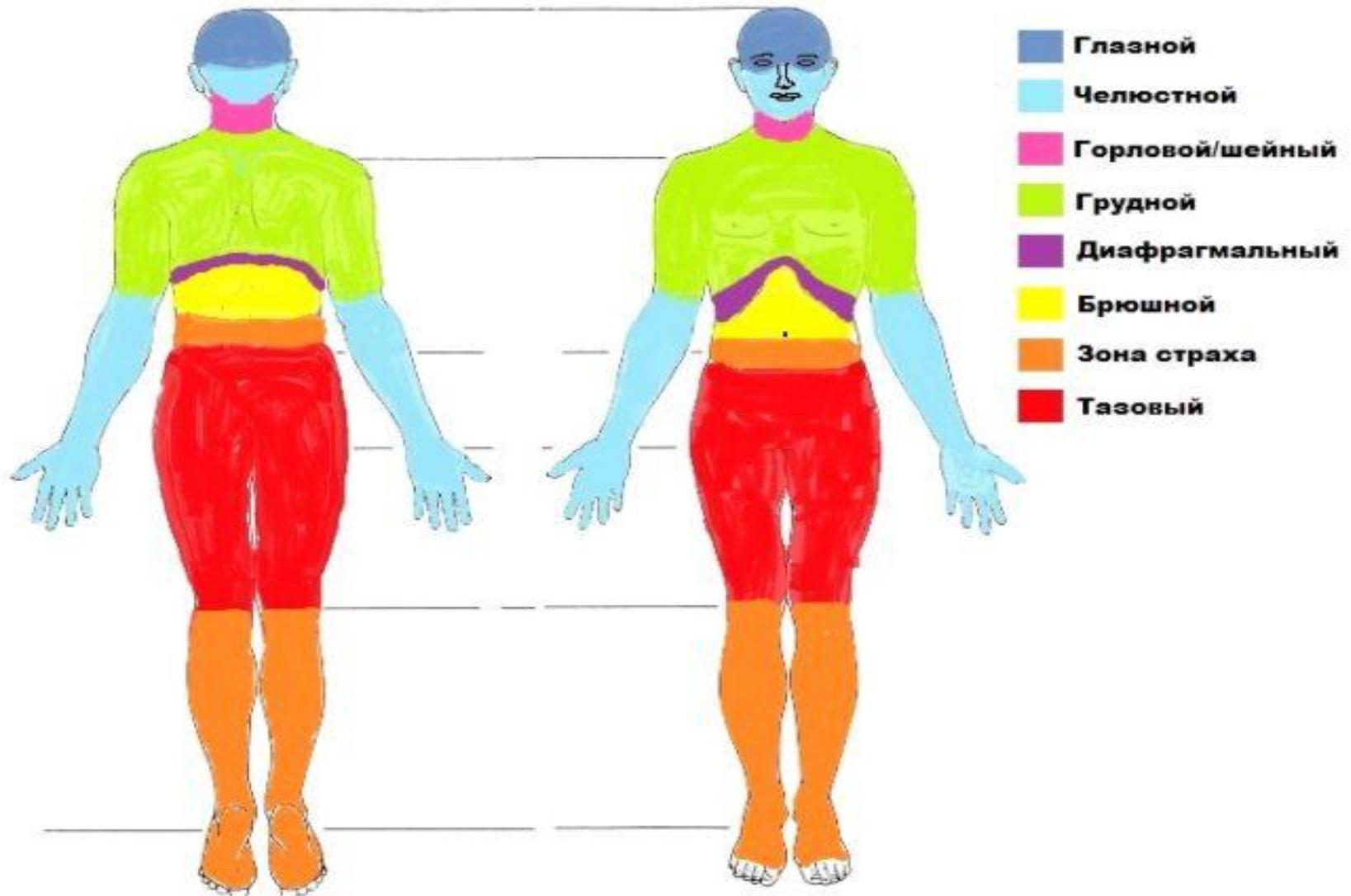
У детей,
сдерживающих свои
эмоции,
формируются
телесные блоки



«Броня блокирует тревогу и не нашедшую выход энергию, цена этого — обеднение личности, потеря естественной эмоциональности, невозможность получать наслаждение от жизни и работы»
Вильгельм Райх



Сегменты защитного панциря



Телесно-ориентированный подход эффективен для:

- развития координации и равновесия; мелкой моторики; речи; зрительных, тактильных, слуховых анализаторов; эмоциональной сферы; навыков общения;
- повышения сенсорной чувствительности;
- обучения основам саморегуляции;
- коррекции нарушений эмоционально-волевой сфере детей;
- снятия эмоционального и психомоторного напряжения.



Форма работы с детьми:

- Мышечная релаксация по контрасту с напряжением
- Мышечная релаксация по представлению
- Саморегуляция
- Дыхательные упражнения
- Йоговские техники
- Танцевальная терапия

«Упражнения на дыхание»



«Задуй свечи на торте»





«Шарик лопнул»



«Разноцветные пёрышки»



**«Волшебная
трубочка»**

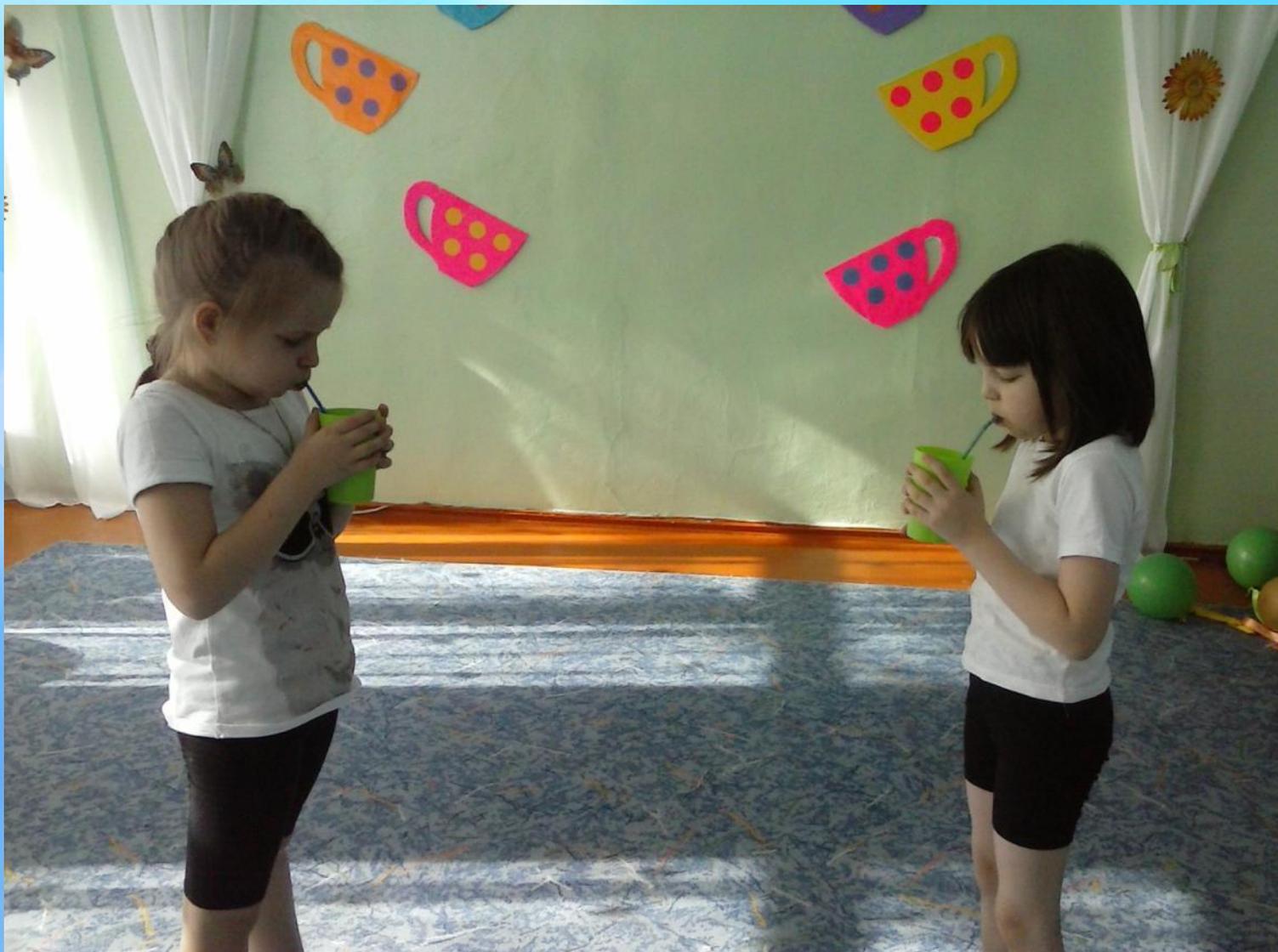




«Король ветров»

«Чей шарик дальше?»





«Кто дольше булькает?»

«Упражнения на напряжение и расслабление»



«Штангисты»

«Бубенчик»





«Озорные щёчки»

«Рот на замочке»



«Сосулька» - 1



«Сосулька» - 2



«Релаксационные упражнения и игры»



«Мышеловка»

«Ветер и ветерок»





«Съедобные и несъедобные грибы»





«Замри»

«Кто погладил?»



Спасибо за внимание)))