



Использование здоровьесберегающи х технологий в педагогическом процессе ДОУ.



В настоящее время проблема здоровья и его сохранения является одной из самых актуальных.





Группы здоровьесберегающих технологий:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- динамические паузы
- подвижные и спортивные игры
- релаксация
- гимнастика пальчиковая
- гимнастика для глаз
- гимнастика дыхательная
- гимнастика бодрящая
- гимнастика корригирующая
- стретчинг
- ритмопластика



Группы здоровьесберегающих технологий:

2. Технологии обучения здоровому образу жизни:

- физкультурное занятие,
- проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия),
- коммуникативные игры,
- беседы из серии «Здоровье»,
- самомассаж,
- точечный самомассаж.



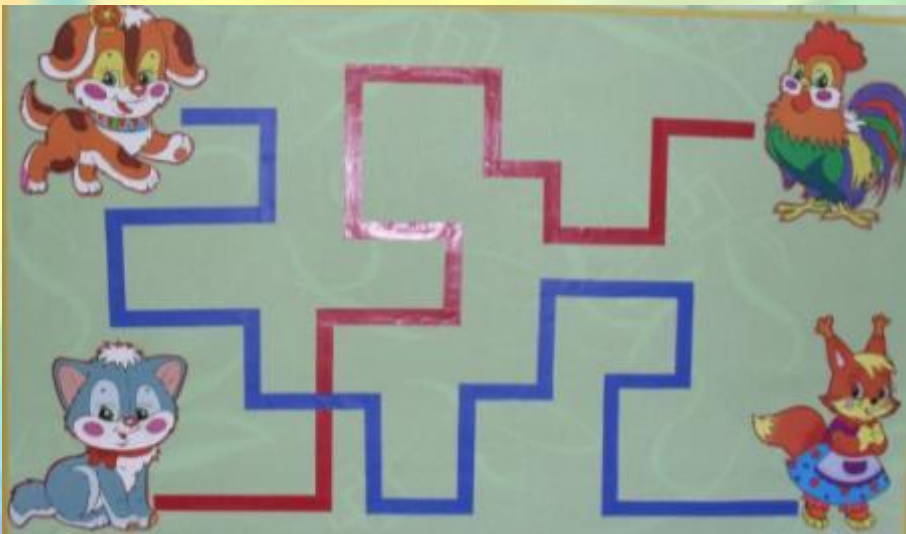
Группы здоровьесберегающих технологий:

3. Коррекционные технологии:

- арттерапия,
- технологии музыкального воздействия,
- сказкотерапия,
- цветотерапия,
- психогимнастика
- фонетическая и логопедическая ритмика.



Зрительная гимнастика



Маши ны





Геометрические фигуры



**Кто
быстрее
придет в
гости.**





Массаж. Сухой дождь.





Решётка.





Футбол – пальчиковая игра.





Сильно кусает котенок-глупыш,
Он думает, это не палец, а мышь.
(Смена рук.)
Но я же играю с тобою, малыш,
А будешь кусаться, скажу тебе: «Кыш!»





Знаете ли вы, что

- во время прослушивания музыки работа сердца и дыхания копирует ритм музыкального произведения.
- детям полезны не все классические произведения («Венисбергская сцена» Вагнера, некоторые произведения Рихарда Штрауса, Шопена – могут «заразить» апатичностью, слабостью, страданием).
- при первых же звуках любимых пьес у деток лучше переваривается пища.
- Нельзя давать маленьким детям слушать музыку через наушники. Наши уши природой приспособлены для рассеянного звука. От направленного звука незрелый мозг может получить акустическую травму.
- Музыку можно не только слушать, но и ей можно лечить.