

Крикотерапия.

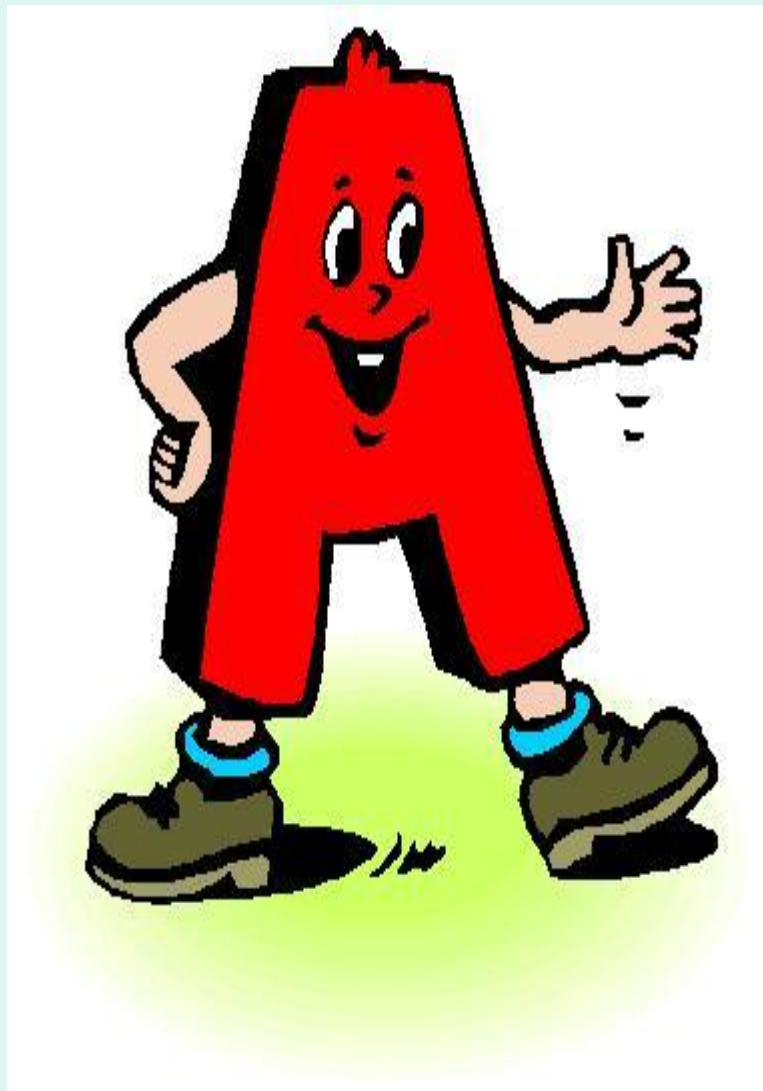
Презентация к занятию в ДОУ



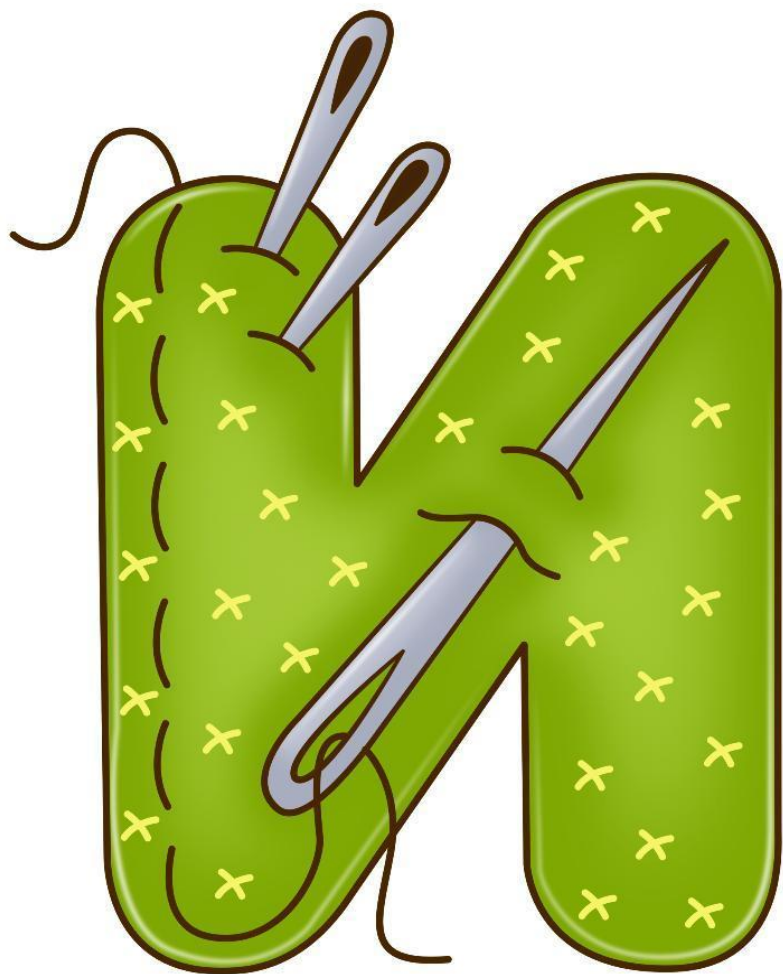
Автор: воспитатель высшей
квалификационной категории

Разуванова Раиса Ивановна

- **Крикотерапия** - Дает возможность получить заряд бодрости, энергии, улучшает эмоциональный настрой, снимает закомплексованность, зажатость, стеснительность у детей. Во время крика у человека вырабатывается гормон счастья-эндорфин.
- **Крикотерапия** положительно действует на органы человека. У каждой буквы свой орган.
- **Методика:** Набрать полные лёгкие воздуха чрез нос и на выдохе громко крикнуть предложенную букву, пока не закончится воздух.



- Сейчас полечим организм:
- Вдохнём поглубже, глубже! Глубже!
- А выдохнем на букву «А» -А-а-а-а-а!
- А ну-ка громче, громче, громче!
- И будут крепкими сердца!



- Теперь, чтоб в обморок не падать,
- Чтоб мозг работал хорошо:
- Вдыхаем глубже, глубже, глубже!
- И кричим на букву «И»
- Кричи, кричи, кричи!



- Опять вдыхаем глубоко!
- На выдохе кричим на букву «О»
- А ну-ка громче, громче, громче!
- Так вот! Чтоб не болел живот!



- А глазки нам ох как нужны,
- Как глазки наши нам важны.
- Подлечим их, вдохнем, вдохнем.
- А выдохнем на «У»
- Конец лечению сему!



- Начнём лечить мышцовидку.
- Вдыхаем глубже!
Глубже,
- При выдохе кричим
мы «Э» Э-э-э-э-э.
- А ну-ка громче,
громче, громче.

Вот и поправили здоровье.

Ну как?

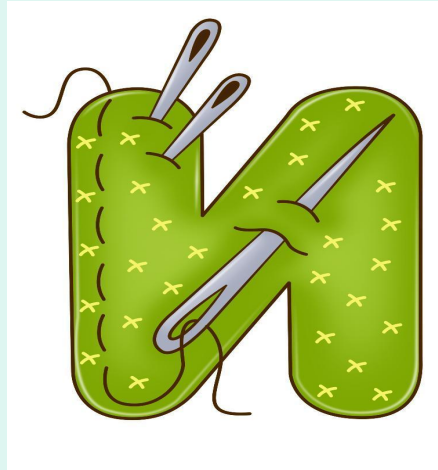
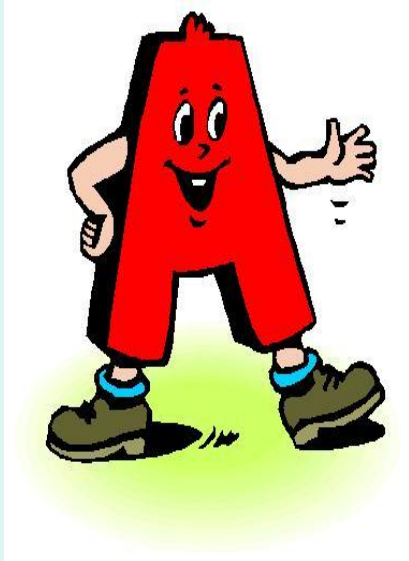
И не болит уж ничего!

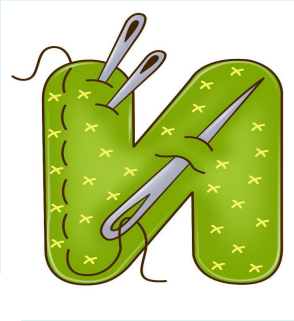
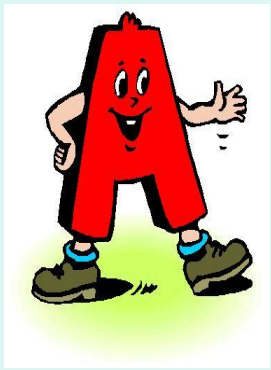
И настроение, что надо!

И ждем хорошего всего!



- А теперь мы закрепим. И буквы снова прокричим!





- Крикотерапия нам необходима
- Крикотерапия вам продлит года.
- Гласными кричите — будете здоровы.
- Будете здоровы навсегда.
- Кричите, кричите, кричите!
- И сами себя лечите!