



Десять золотых правил здоровьесбережения:

Соблюдайте режим дня!

Обращайте больше внимания на
питание!

Больше двигайтесь!

Спите в прохладной комнате!

Не гасите в себе гнев, дайте
вырваться ему наружу!

Постоянно занимайтесь
интеллектуальной деятельностью!

Гоните прочь уныние и хандру!

Адекватно реагируйте на все
проявления своего организма!

Старайтесь получать больше
положительных эмоций

Желайте себе и окружающим
только добра!

Здоровьесберегающие технологии

*- это система мер,
включающая взаимосвязь и
взаимодействие всех
факторов образовательной
среды, направленных на
сохранение здоровья
ребенка на всех этапах его
обучения и развития.*

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ

ТЕХНОЛОГИИ В ДОУ

*Единственная красота,
которую я знаю, - это
здоровье.*

Генрих Гейне



Группы здоровьесберегающих Технологий



Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, артикуляционная гимнастика, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая



Технологии обучения здоровому образу жизни:

Физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия, коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж, биологическая обратная связь (БОС) .



Коррекционные технологии:

арттерапия, пескотерапия , технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

ЛОГОРИТМИКА

Логоритмика – это система разнообразных игр и упражнений, в которых речь соединяется с движением.

ЛОГОРИТМИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Цель логоритмических занятий - преодоление речевых нарушений путем развития и коррекции неречевых и речевых психических функций, адаптация ребенка к условиям внешней и внутренней среды.

В основу этих занятий положен метод фонетической ритмики.

Фонетическая ритмика- это система двигательных упражнений, в которых различные движения (корпуса, головы, рук, ног) сочетаются с произношением специального речевого материала. Логоритмические занятия проводятся один раз в неделю в тесной связи с учителем - логопедом и воспитателями логопедических групп.

СТРУКТУРА ЛОГОРИТМИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

1. Движения под музыку, упражняющиеся в различных видах ходьбы и бега, общеразвивающие упражнения
2. Танец или хоровод
3. Четверостишие, сопровождаемое движениями
4. Песня
5. Артикуляционная гимнастика
6. Мимические упражнения, психогимнастика
7. Массаж (рук, ног и т.д.), гимнастика для глаз
8. Пальчиковые игры
9. Подвижные, коммуникативные, спокойные игры
10. Игра на музыкальных инструментах
11. Релаксация

SkyClipArt.ru