


Технологии обучения здоровому образу жизни

Садикова Венера

Технологии по обучению здоровому образу жизни.

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



Проблемно-игровые(игротренинги и игротерапия)

Время проведения в режиме дня

В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом

Особенности методики проведения

Занятие может быть организовано не
заметно для ребенка, посредством
включения педагога в процесс игровой
деятельности

Ответственный

Воспитатели, психолог

Игротренинг

Методика игротренинга основана на системе игровых упражнений, которые тренируют способность быстро и активно концентрировать слуховое внимание и слуховую память, зрительное внимание и зрительную память, осязание и осязательную память, воображение и творческую фантазию

Игротерапия

процесс взаимодействия ребёнка и взрослого посредством игры, в котором на глубинном ценностном уровне происходит волшебное таинство собирания и укрепления собственного «Я», успешное моделирование собственного настоящего и будущего. Это процесс совместного с ребёнком проживания и осмысления какой – либо жизненно важной ситуации, поданной в игровой форме.

Практические приемы игротерапии

Начинать игровые занятия с ребёнком можно с игр, направленных на улучшение общего психологического самочувствия.

обеспечить эмоциональную разрядку – снять накопившееся нервное напряжение и зарядить детей и взрослых очередной порцией жизнерадостности и оптимизма;
уменьшить страх неожиданного воздействия, нападения, наказания, темноты, замкнутого пространства, одиночества;
улучшить гибкость в поведении и способность быстро принимать решения;
освоить групповые правила поведения;
наладить контакт между родителями и детьми;
развить ловкость и координацию движений.

Спасибо за внимание

