

**«Использование
здоровьесберегающих методов и
приемов в работе с детьми
дошкольного возраста».**

**учитель-логопед МБДОУ №55:
Петрова Ольга Николаевна**



**-медико- профилактические;
-физкультурно-**

оздоровительные;

-технологии обеспечения

социально-

психологического

благополучия ребенка;

**-здоровьесбережения и
здоровьеобогащения**

педагогов

дошкольного

образования;

педагогического

- организация

здоровьесберегающей среды в кабинете;

- создание условий для

двигательной

активности детей (достаточная

площадь

кабинета, передвижение детей и

смены

видов деятельности во время

занятий);

- дыхательная гимнастика;

- самомассаж;

- гимнастика для глаз;



Выдох через рот (медленный). (3-5 раз)

2. Вдох через правую половину

носа.

Пауза.

**Выдох через левую (медленно,
форсионно) (3-5 раз)**

3. Вдох через обе половины носа.

Пауза.

Выдох полным ртом (со звуком "ха") (3-5

раз)

4. Вдох через обе половины носа.

Пауза.

Выдох попеременно через правую и

левую

половину носа. (3-5 раз)

5. Вдох через обе половины носа.

Пауза (побольше)





проветренном

помещении;

-лучше выполнять

упражнения

стоя, следить за осанкой;

-не надувать щеки;

-следить за точностью

направления воздушной

струи;

-кратковременность

упражнений

(от 30 секунд до 1 минуты),

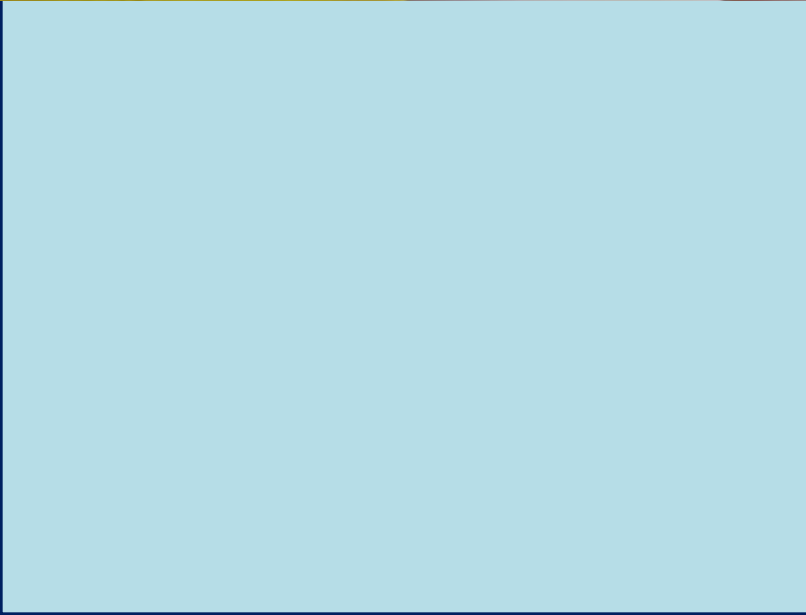


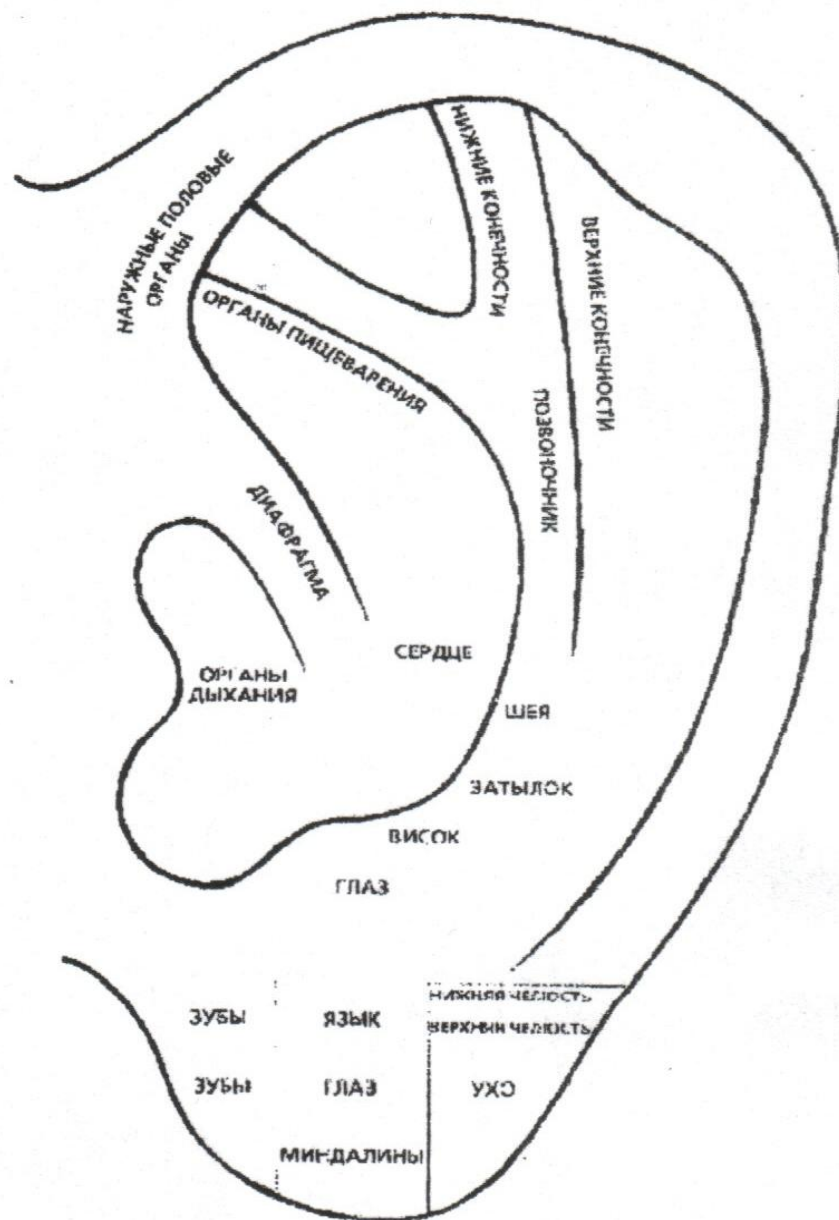




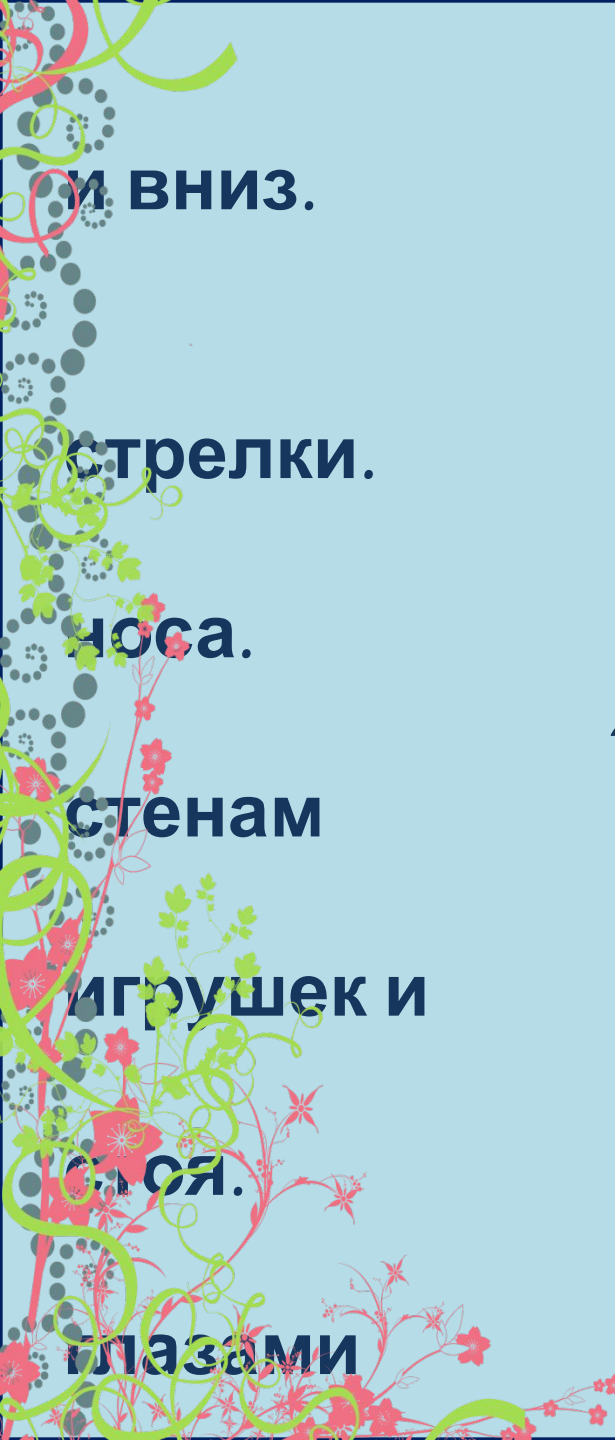


29/05/2011





Аурикулярные зоны. Рис. 2



И ВНИЗ.

Стрелки.

носа.

стенам

игрушек и

стоя.

глазами

1. Движения глазами вправо и влево, вверх

2. Вращение глаз по часовой стрелке и против часовой

3. Фиксация взгляда на кончике

4. Развесить в разных углах и по

кабинета различные рисунки

животных. Исходное положение-

Не поворачивая головы найти

тот или иной предмет

Спасибо за внимание!

