

**«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;**

**полноценное личностное**

**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 наддувать щеки;**

**-следить за точностью**

**направления воздушной**

**струи;**

**-кратковременность**

**упражнений**

**(от 30 секунд до 1 минуты),**

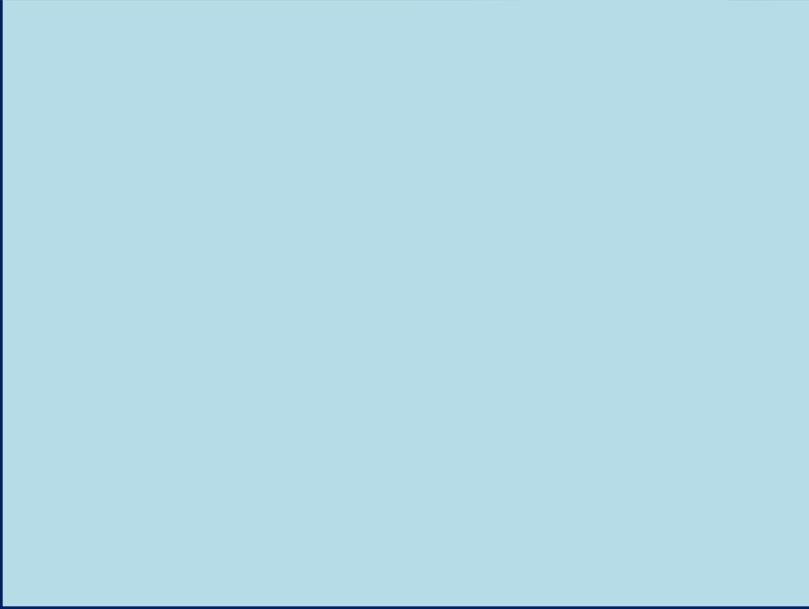


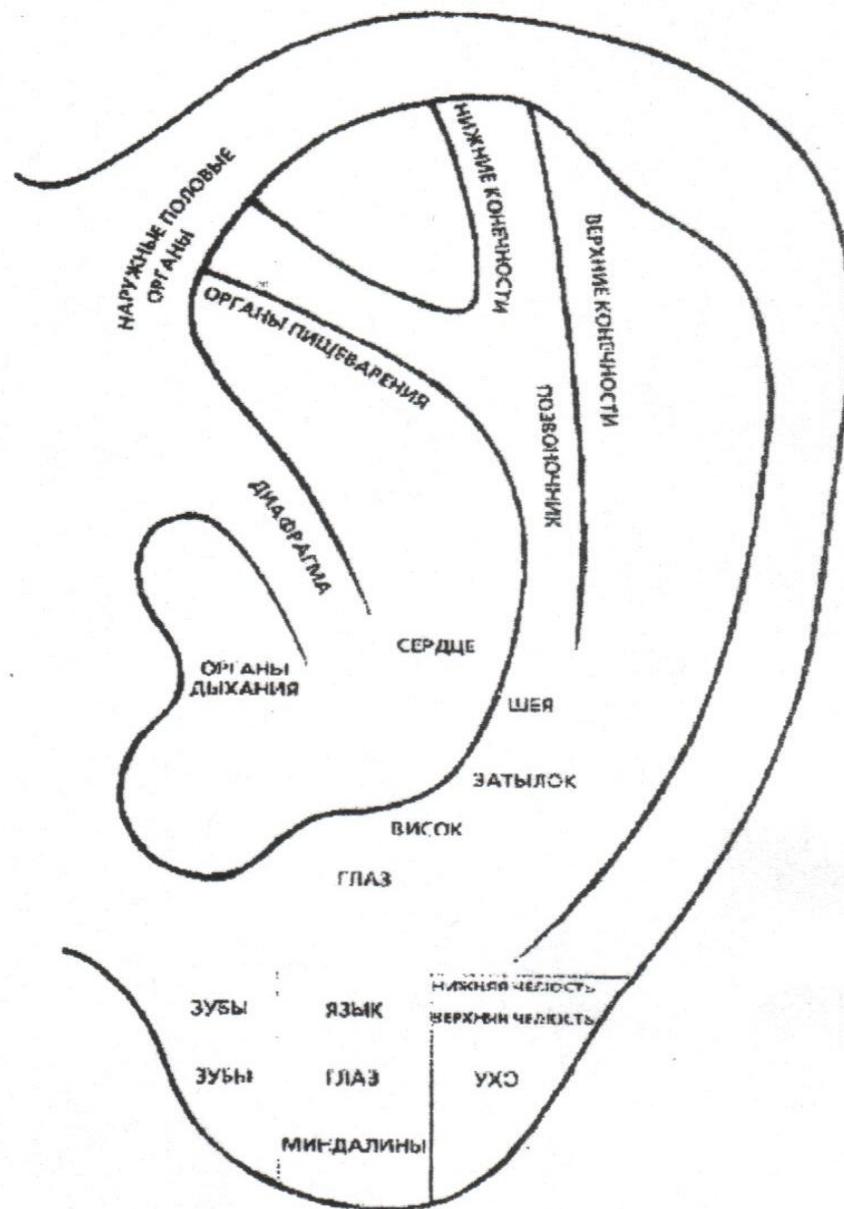




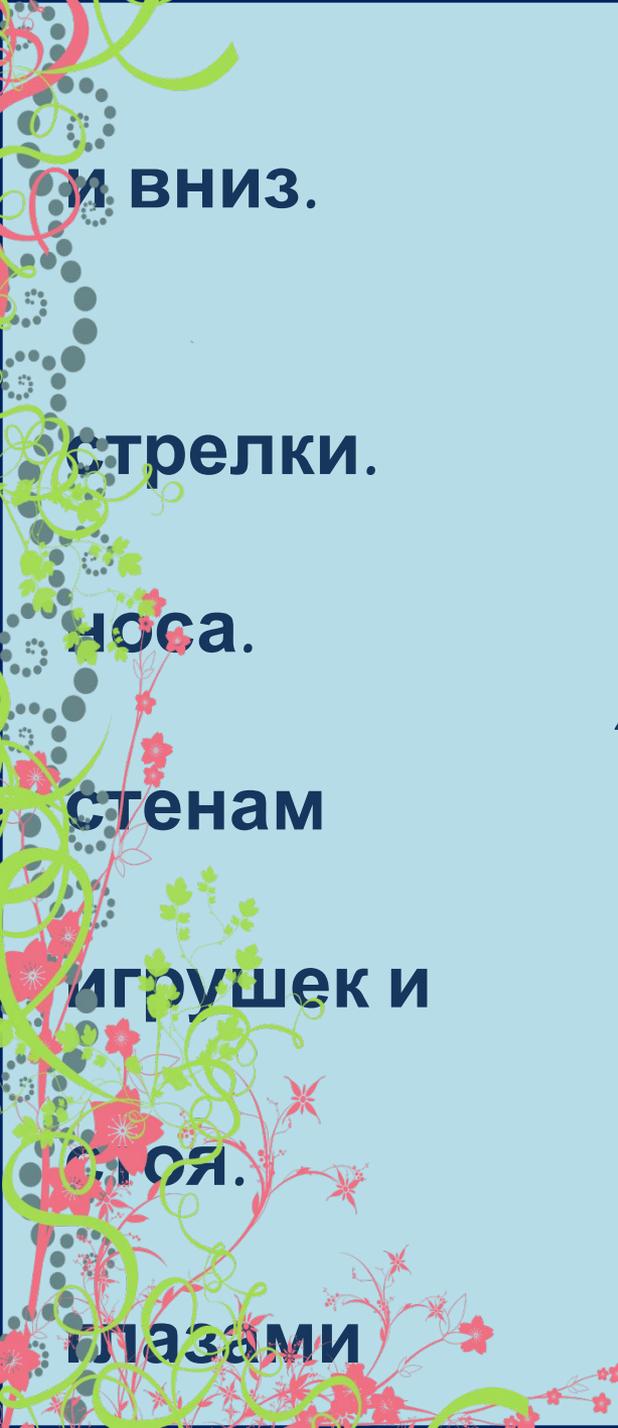


29/05/2011





Аурикулярные зоны. Рис. 2



**И ВНИЗ.**

**Стрелки.**

**носа.**

**стенам**

**игрушек и**

**стоя.**

**глазами**

**1. Движения глазами жёлтыми  
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!**

