Использование нетрадиционныхм етодик по физическому воспитанию детей в ДОУ

Из опыта работы

Детский сад № *18»*

Причины прогрессирующего ухудшения здоровья детей.

- снижение двигательной активности.
- плохая экология
- информационные и нейропсихические перегрузки
- Несбалан-сированное питание

Новые технологии воспитания оздоровления детей, способствующие максимальной активности всех сенсорных каналов восприятия (зрение, слух, осязание, обоняние) и переработки информации

- литеротерапия
- сказкотерапия
- Хромотерапия
- Стоун-терапия

Эффективность внедрения данных технологий

- удовлетворить естественную биологическую потребность ребенка в движении
- создать оптимальные условия для разностороннего развития детей: активизации мыслительной деятельности, поиска адекватных форм поведения, формирования положительных эмоциональных и нравственно-волевых проявлений детей

- обеспечить развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально организованную для данного возраста двигательную активность и физические нагрузки
- стимулировать функциональные возможности каждого ребенка и активизировать детскую самостоятельность

- сформировать навыки в разных видах движений
- способствовать развитию двигательных качеств и способностей ребенка

«Сказка – ложь, да в ней намек, детям в садике урок»!

Сказкотерапия – это эклический метод развития личности:
он объединяет различные формы и приёмы развития, обучения в единую «сказочную» форму .

Результаты сказкотерапии:

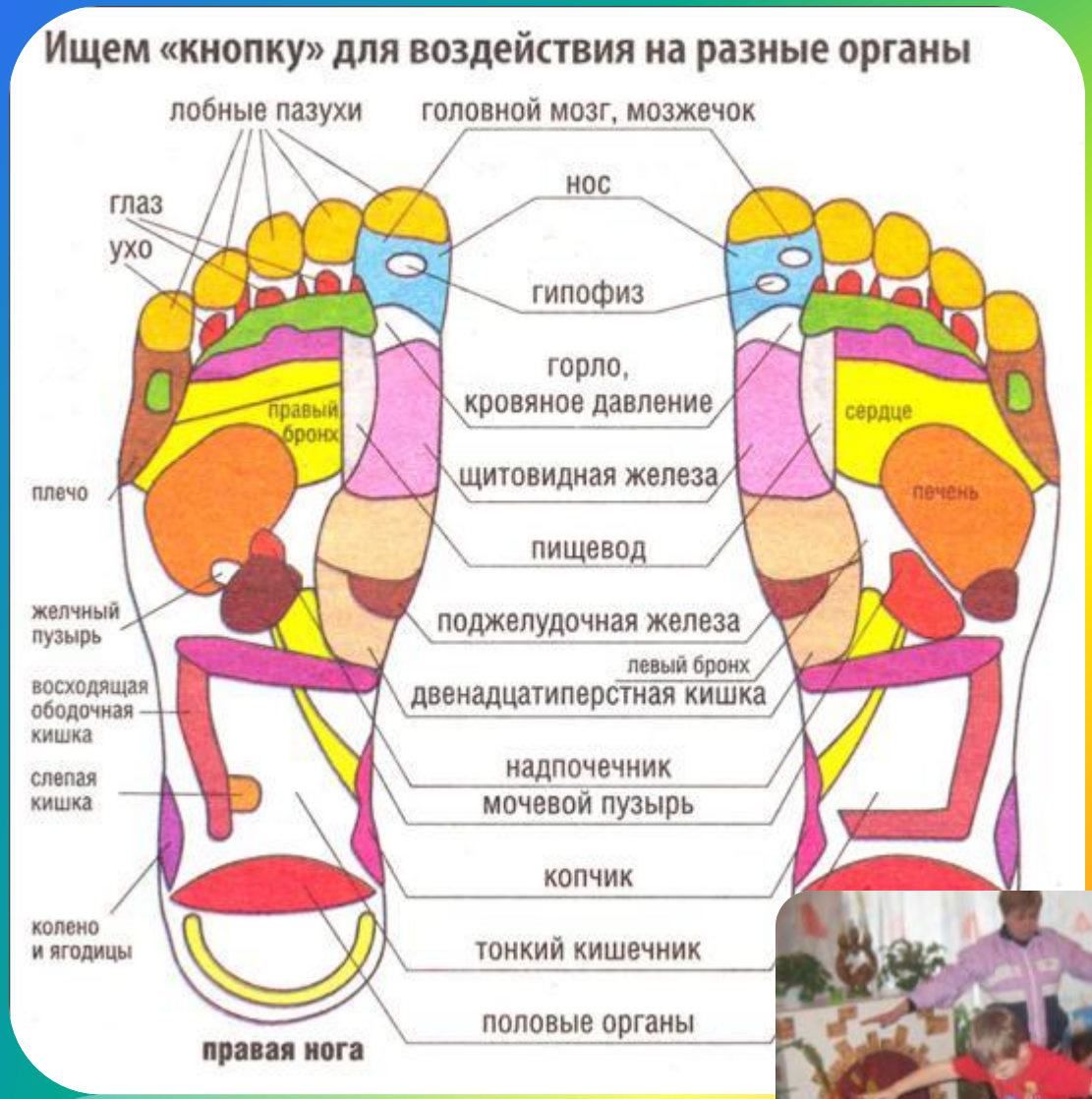
- 1. активизирует понимание и работу на уровне интуиции, архетипов (формы поведения, режим функционирования душевных сил, похожие на инстинкты, смысл и значение которых выражается в реальных образах и действиях), первого впечатления;
- 2.сказка несёт свободу;
- 3.В форме дидактических сказок «подаются» учебные задания которые соответствует его внутреннему строю и помогает использовать силу Волшебного Источника творчества.
- 4 . Снятие психо - эмоционального напряжения.
- 5. Повышение (понижение) самооценки, развитие самоуважения, решение частных проблем (страхи, тревожность, агрессивность, гиперактивность
- 6 развивается речь детей;
- 7.развивается эмоциональная и моторная адекватность;
- 8.развиваются коммуникативные навыки;
- 9.развивается пространственная ориентация;;
- 10 развивать произвольное внимание;
- 11.совершенствовать коммуникативные навыки и культуру.

Сказка «Репка»

Литеротерапия – наука о правилах лечения камнями и минералами.

Уголки в интерьере

Различные виды массажа


Ищем «кнопку» для воздействия на разные органы
лобные пазухи
головной мозг, мозжечок
нос
глаз
ухо
гипофиз
горло,
кровяное давление
правый бронх
сердце
щитовидная железа
плечо
печень
пищевод
желчный пузырь
поджелудочная железа
левый бронх
восходящая ободочная кишка
двенадцатиперстная кишка
надпочечник
слепая кишка
мочевой пузырь
копчик
колено и ягодицы
тонкий кишечник
половые органы
правая нога

Медитация — это

оникновение внутрь себя с целью успокоиться, снять стресс

Стоун-терапия - это биоэнергетический массаж чувствительных зон и биологически активных точек.

1.Благотворно влияет на периферическую и центральную нервную систему:

- повышает иммунитет
- снижает подверженность стрессу

2.Снимает мышечную усталость и повышает мышечный тонус.

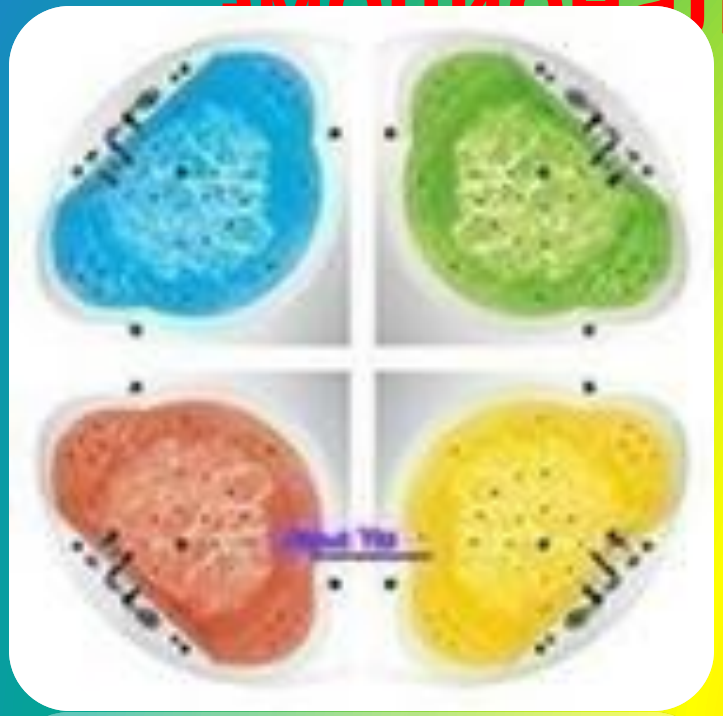
3.Усиливает обменные процессы в организме

4.Способствует выведению шлаков.

5.Обеспечивает здоровый сон.

6.Массажные тапочки оказывают общее расслабляющее действие на организм в целом.

Хромотерапия – это природное лечение цветом и светом,средство для восстановления психического и эмоционального равновесия.



Воздействие определенного цвета посредством передачи информации нервными окончаниями органов чувств в мозг целительно.

Благодаря правильно подобранным цветам нормализуется деятельность внутренних органов, организм наполняется энергией.

Красный символизирует смелость, отвагу, физическую силу, активность, теплоту, энергию, стимуляцию, мужественность и возбуждение. Негативные коннотации: вызов, агрессия, насилие.

Синий - цвет интеллекта. Он символизирует ум, общение, доверие, спокойствие, долг, рационализм и логику.

Негативные коннотации: холодность, отсутствие эмоций и закрытость.

Желтый - цвет эмоций. Он используется для обозначения оптимизма, уверенности в себе, уважения, эмоциональной силы и творческих способностей. Негативные характеристики желтого: эмоциональная нестабильность, иррациональность, страх, уязвимость и тревога.

Зеленый принято считать цветом гармонии. Он внушает гармонию, равновесие и символизирует любовь к природе и мир, однако вместе с тем обозначает застой и отсутствие развития.

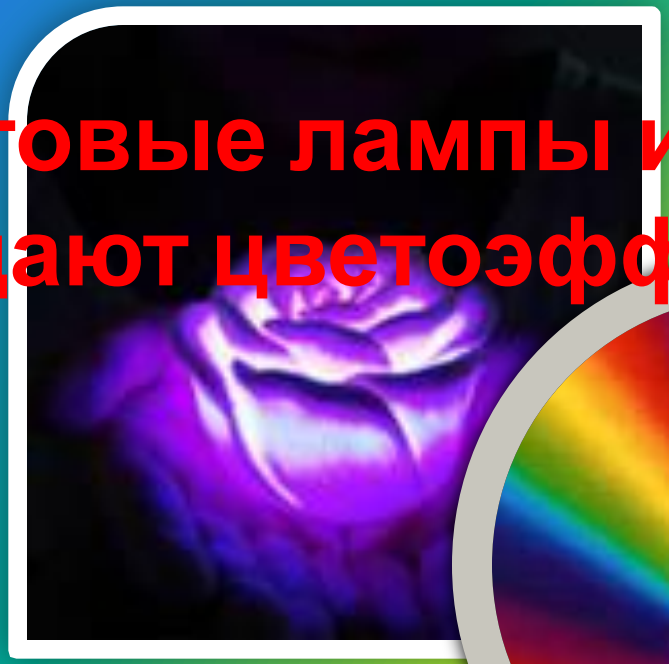
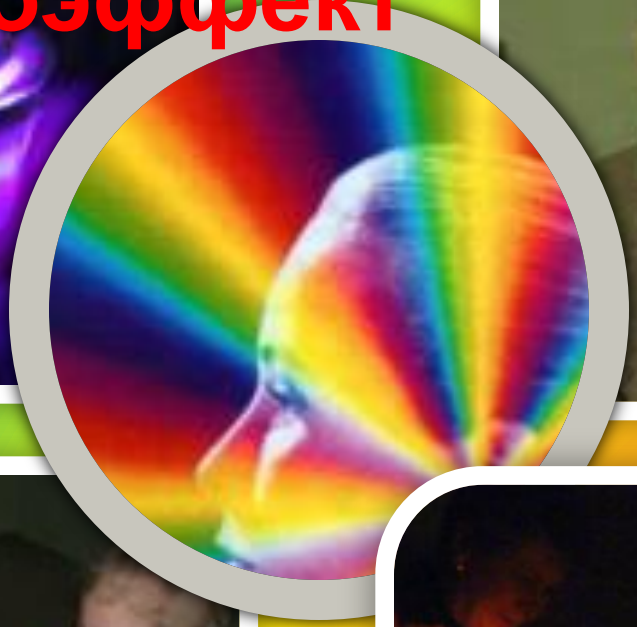
Оранжевый цвет символизирует теплоту, безопасность, чувственность, страсть и изобилие, а также фривольность, легкомыслие и незрелость.

- **ПОНЕДЕЛЬНИК- КРАСНЫЙ ДЕНЬ**

ДЛЯ АКТИВИЗАЦИИ ДЕТЕЙ ПОСЛЕ ВЫХОДНЫХ ДНЕЙ- КРАСНЫЙ. Красный цвет ускорит обменные процессы, происходящие в организме, улучшает деятельность сердечной мышцы и системы кровообращения.

- **В СРЕДУ**-ЖЁЛТЫЙ ДЕНЬ

СЕРЕДИНУ НЕДЕЛИ- НАПОЛНЯЮЩИЙ ЖИЗНЕННОЙ ЭНЕРГИЕЙ

- **В ПЯТНИЦУ**-ЗЕЛЁНЫЙ ДЕНЬ- ПОЗВОЛЯЮЩИЙ ДЕТЯМ РАССЛАБИТСЯ ПОСЛЕ НЕДЕЛИ. Успокоить головную боль и снять усталость.

Световые лампы и фонари создают цветоэффект