

«Использование  
психогимнастики и элементов  
сказкотерапии для укрепления  
здоровья дошкольников»

ГБДОУ №35 Невского района  
Захарова Т.Н.

# Актуальность

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны. В федеральном государственном оздоровительном стандарте огромное внимание уделяется вопросам здоровьесбережения. От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие любого общества.

Поэтому главными задачами по укреплению здоровья детей в детском саду являются:

- формирование у них представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни:
- Формирование здорового образа жизни

# Модель приобщения дошкольников к здоровому образу жизни.

- a) образовательная работа: использование технологий обучения ЗОЖ
- b) образовательная работа: использование оздоровительных технологий
- c) организация предметно-развивающей среды
- d) сотрудничество с родителями

# Составляющие здорового образа жизни.



- рассказы и беседы воспитателя
- Заучивание стихотворения
- Моделирование различных ситуаций
- Рассматривание иллюстраций, сюжетных картинок
- Сюжетно-ролевые игры
- Дидактические игры
- Игры-забавы
- Подвижные игры
- Психогимнастика
- Элементы сказкотерапии
- Физкультминутки
- Пальчиковая и дыхательная гимнастика

Методические  
приемы для  
формирования  
ЗОЖ

# ПСИХОГИМНАСТИКА

Это упражнения, этюды, игры, направленные на развитие и коррекцию разных сторон психики ребенка (как познавательной, так и эмоционально-личностной сферы).

Смысл ее заключается в выражении переживаний, проблем, эмоций посредством движений, мимики и жестов.



## СТРУКТУРА ПСИХОГИМНАСТИКИ

1. Разминка
2. Ритмика (Снятие напряжения)
3. Пантомимику (развитие выразительности в движениях и жестах)
4. Коллективные игры и танцы (преодоление барьеров в общении)
5. Барьеров в общении)

# Где и как использовать психогимнастику в ДОУ

- В качестве частичного замещения «физкультурных минуток», предусмотренных в структуре занятия
- В качестве ауторелаксации после интенсивной нагрузки (физкультурной и интеллектуальной)
- В качестве «оживления» материала в работе по нравственному воспитанию  
(вводить в ткань беседы по нравственной проблеме, после чтения литературного произведения или вместо использования педагогической ситуации)
- Как самостоятельный вид подгрупповой работы, а также для индивидуальной работы с детьми, имеющими «блеклые» моторные реакции; с детьми, затрудняющимися выразить свои мысли и чувства)
- Единицы психогимнастики – ЭТЮДЫ



«Утро добрых встреч»



«Психогимнастика»





**Сказкотерапия — психологическое воздействие на личность через сказки, способствующее коррекции проблем и развитию личности. В основе сказкотерапии лежит процесс связи между действиями в сказке и реальности**

**Сказка формирует основы правильного поведения, навыки общения, то есть имеет важнейшее социальное значение. Для формирования нравственных родителей дают во время совместного чтения. Не менее важным воспитательным моментом является обязательная победа добра над злом.**

# **Сказкотерапия**

## Формы с работы со сказкой:

1. Рассказывание сказки
2. Сочинение сказки.
3. Рисование сказки.
4. Изготовление кукол.
5. Постановка сказки.



Спасибо  
за внимание

