

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
детский сад № 10  
Кировского района Санкт-Петербурга

**Проект**  
**«Использование нетрадиционных**  
**здоровьесберегающих технологий**  
**в старшей группе».**

Выполнила воспитатель :  
Дмитриева Ольга Михайловна

**Актуальность.**

В последнее время наблюдается ухудшение психофизического здоровья воспитанников: снижение речевого развития детей, имеются проблемы с развитием общей и мелкой моторики, памяти, внимания, мышления.

Современные дошкольники испытывают значительные умственные перегрузки. Ребенок не укладывается в общий темп работы.

**Цель.**

Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья всех участников образовательного процесса.

**Задачи:**

- Формировать доступные знания об основах здорового образа жизни;
- Создавать условия для социально-эмоционального благополучия дошкольника;
- Повышать уровень физического развития детей;
- Воспитывать в детях потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры.

**Ожидаемые результаты:**

- повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей;
- стабильность эмоционального благополучия каждого воспитанника;
- повышение уровня речевого развития;
- снижение уровня заболеваемости;
- стабильность физической и умственной работоспособности во всех сезонах года, независимо от погоды.

**Срок реализации проекта:** долгосрочный.

**Участники проекта:** воспитанники и воспитатели старшей группы.

# Нетрадиционные здоровьесберегающие технологии

- *Это система мер, направленных на улучшение здоровья участников образовательного процесса.*

## **Виды:**

- игротерапия;
- музыкотерапия;
- сказкотерапия;
- ритмопластика;
- креативная гимнастика;
- минуты шалости;
- минуты тишины.

# Игротерапия



ситуаций, «отыгрываемых» или  
моделируемых в игровом процессе





## Музыкотерапия



**«Слушать музыку – это искусство, которому надо учиться».**

Широко применяют во многих странах мира для лечения и профилактики широкого спектра нарушений, включая также и эмоциональную нестабильность.



## Сказкотерапия

Сказка не только учит детей переживать, радоваться, сочувствовать, грустить, но и побуждает их к речевому контакту. В основе сказкотерапии лежит идея о том, что каждая сказочная ситуация несет в себе скрытый смысл решения сложных ситуаций. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, либо театрализованное представление детьми. Дети также сами сочиняют сказки, ведь придуманная сказка ребенком, открывающая суть проблемы – основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми.







Ритмопластика позволяет детям раскрывать свой образ через музыкально-ритмический комплекс, способствующий распределению нагрузки на все группы мышц и дает возможность перевоплощению. Основывается на методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся детей. Здесь используются элементы движений в упражнения, выполняемые в сюжетной игровой форме с музыкой.

Укрепляет различные группы мышц и осанку, развивает чувство ритма, музыкальный слух и вкус, развивает умение правильно и красиво двигаться.

Креативная гимнастика это:

- музыкально-творческие игры;
- образно-игровые движения (упражнения с превращениями)

# Минуты шалости



дошкольника со сверстниками, ведь





## Минуты тишины

Минуты тишины – это специфическая форма работы, способствующая развитию волевых качеств детей. Дети познают мир через услышанные звуки.

Способствуют снятию эмоционального напряжения, направлены на коррекцию настроения и отдельных черт характера, настраивают на обучение, выступает в роли ауторелаксации



**Спасибо  
за внимание!**