

Смоленское областное государственное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Центр диагностики и консультирования»
Отдел психолого-педагогической и медико-социальной помощи

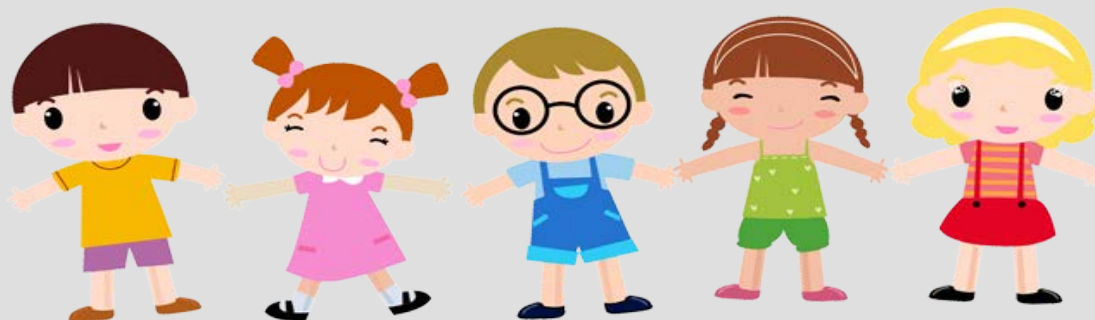
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ

Лазарева Н.Н.
– педагог-
психолог
СОГБОУ ЦДиК

2016 г

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В УВП ЦЕНТРА

- Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса;
- Технологии оптимальной организации образовательного процесса и физической активности;
- **Психолого-педагогические технологии, используемые в образовательном процессе**



ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ



ТЕХНОЛОГИИ СОХРАНЕНИЯ И СТИМУЛИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ

- **Дыхательные упражнения.** Формирование базовых составляющих произвольной саморегуляции. Дыхательные упражнения успокаивают и способствуют развитию концентрации внимания.
- **Глазодвигательные упражнения.** Активизация структур мозга, развитие концентрации внимания.
- **Самомассаж.** Развитие общей и мелкой моторики, синхронизация работы полушарий головного мозга.
- **Кинезиологические упражнения.** Активизация межполушарного взаимодействия, повышение умственной работоспособности и оптимизация психоэмоционального состояния.
- **Растяжки.** Оптимизация и стабилизация общего тонуса тела. **Релаксации.** Снятия психоэмоционального и мышечного напряжения, расслабление

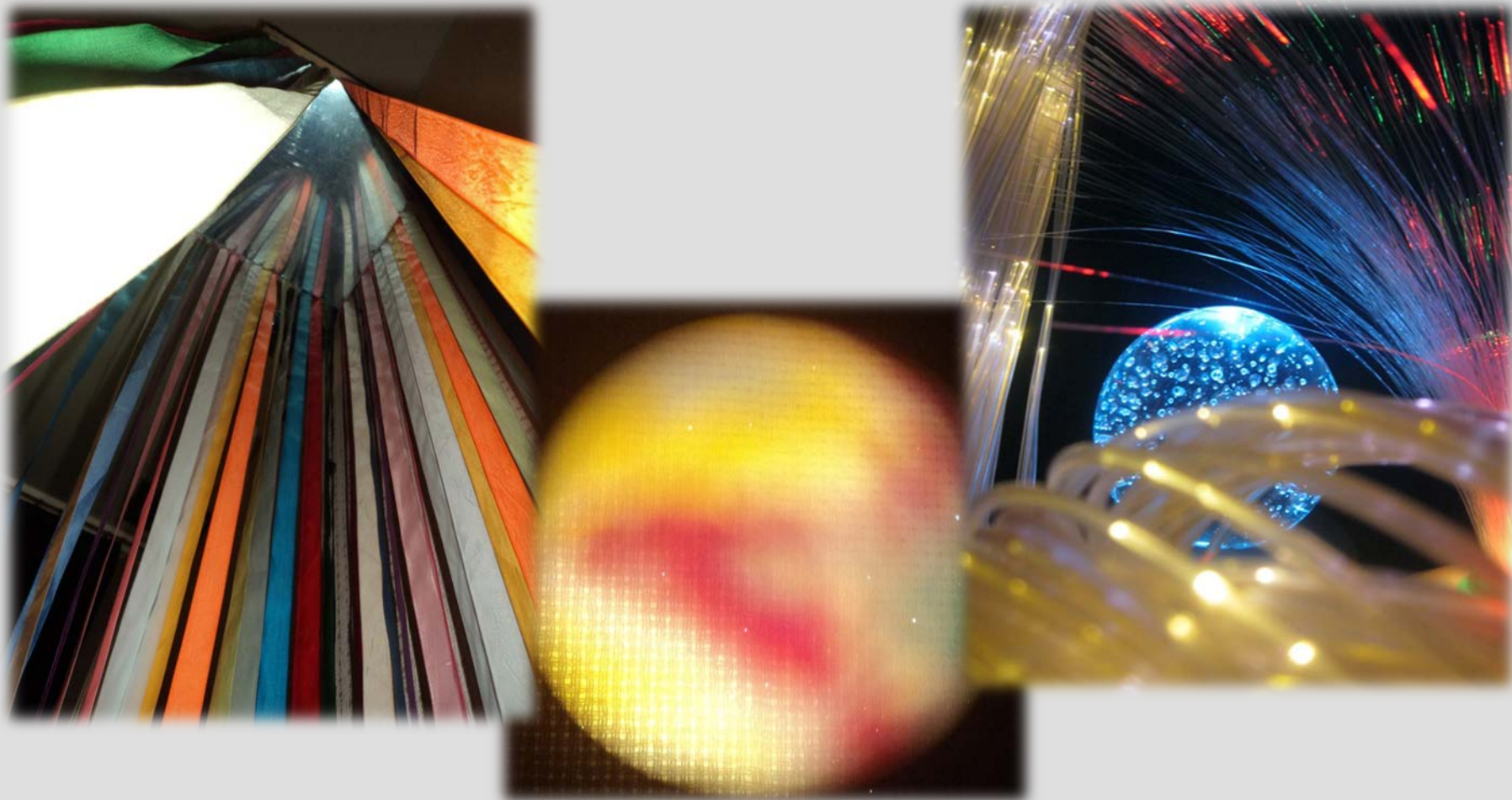
ТЕХНОЛОГИИ СНЯТИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ

- **Игры.** Расширение адаптационных возможностей, развитие целеполагания, планирования деятельности, расширение коммуникативного репертуара, опыт совместной деятельности.
- **Психогимнастика.** Формирование умений и навыков практического владения выразительными движениями.
- **Психологические акции.** Внесение в жизнь новых эмоциональных переживаний.
- **Элементы арт-терапии.** Избавление от негативных эмоций, снятия нервно-психического напряжения, расширение жизненного опыта, снижение тревожности и страхов.

ЭЛЕМЕНТЫ АРТ-ТЕРАПИИ. ТВОРЧЕСКОЕ САМОВЫРАЖЕНИЕ



РЕСУРСЫ СЕНСОРНОЙ КОМНАТЫ В ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИИ



СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

- Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.21 – 28.
- Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие – М.; Сфера, 2008. // <http://logoportal.ru/statya-12942/.html>
- Кулаженко Е.И. Интерактивное общение как одно из условий здоровьесбережения в школе // <http://www.vashpsixolog.ru/lectures-on-the-psychology/>
- Психология здоровья: теоретические основы и практика использования здоровьесберегающих технологий: материалы областной научно-практической конференции 4–5 ноября 2008 г. В 6 ч. Ч.5. – Витебск: ГУО «ВО ИРО»//<http://www.vashpsixolog.ru/lectures-on-the-psychology/119-conferences-and-reports-on-psychology/884-implementation-zdorovesberegayuschih-technology-in-the-practice-of-professional-education-2?showall=1>
- Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. – М.: Народное образование, 1998. – 256 с.
- Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза: Учебное пособие. – М.: Генезис, 2010. – 474 с.
- Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. – М.: АРКТИ, 2005. – 320 с.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

