

Государственное казенное учреждение
социального обслуживания
Краснодарского края
«Ейский социально – реабилитационный центр для несовершеннолетних»

**Из опыта работы
«Использование нетрадиционных форм
здоровьесберегающих технологий
в работе с детьми»**



Нетрадиционные виды здоровьесберегающих технологий



Талассотерапия

термин имеет греческое происхождение: thalassa – «море», а therapei – «терапия». Иными словами, талассотерапия – это медицинский термин, означающий лечение морем.





Дендротерапия

(в переводе – лечение деревьями) – метод лечения и профилактики, основанный на целебных свойствах деревьев.





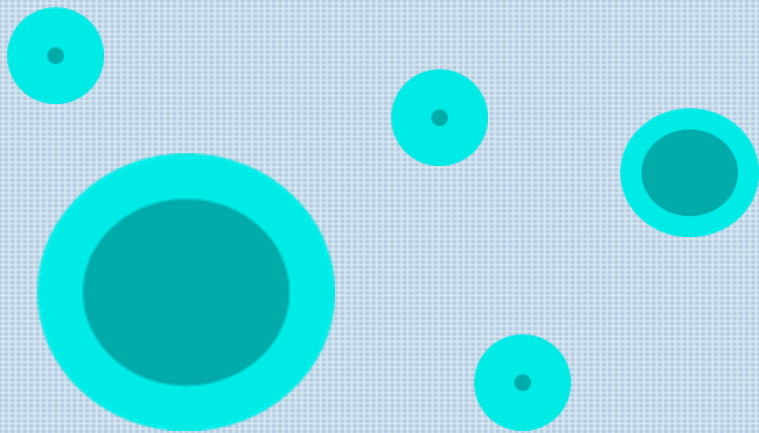
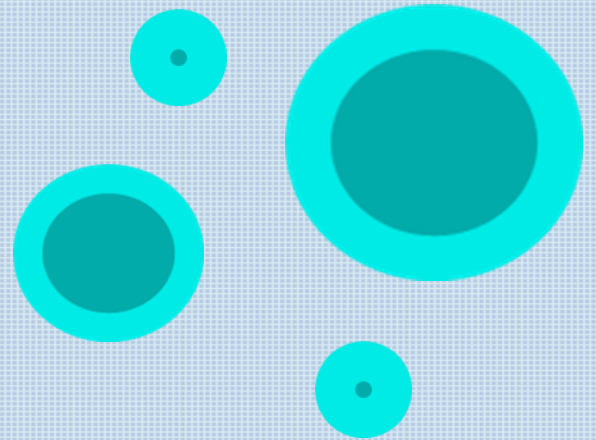


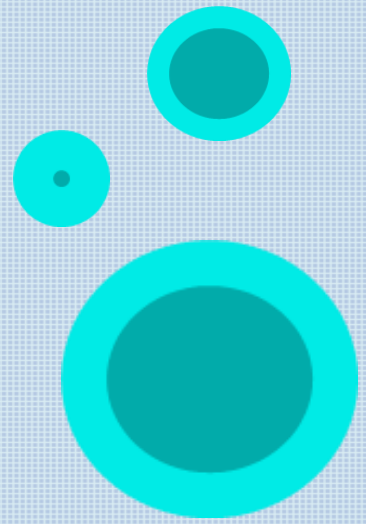
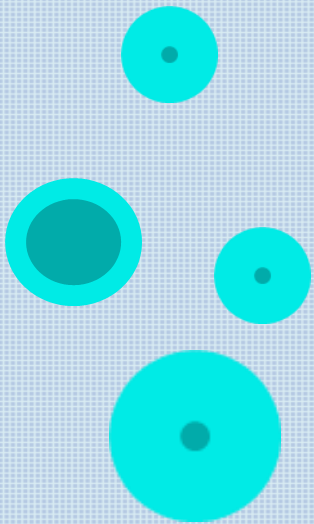


Игровой стретчинг

- это растяжка, специальная поза, предназначенная для увеличения и сохранения длины мышц.







Су – джок терапия





Су-Джок (колечки)

Колечко, колечко, помоги!
Пальчик ты мне разомни.
Ты мне пальчик разминаешь,
Моей речи помогаешь!



Катится колючий ёжик,
Нет ни головы, ни ножек.
По ладошке он бежит
И пыхтит, пыхтит, пыхтит.
Мне по пальчикам бежит
И пыхтит, пыхтит, пыхтит.
Бегает туда-сюда,
Мне щекотно, да-да-да.



Музыкотерапия

Для улучшения пробуждения, снятия сонливости помогает музыка

- А. Вивальди (сонаты, концерты)
- Ф. Шуберта (серенады)

При повышенной нервозности, усталости, помогает обрести внутреннее равновесие, избавляют от неврозов и раздражительности.

- «Колыбельная» Брамса,
- мазурки и прелюдии Шопена,
- вальсы Штрауса,
- «Лунная соната» Бетховена,
- «Симфония» Гайдна,
- «Итальянский концерт» Баха

Телесная терапия



Ночь



Упражнения развивают тактильное восприятие, снимают напряжение, мышечные зажимы

Взрослый говорит: «Представьте, что наступила ночь, мы оказались в полной темноте, и поэтому общаться друг с другом можно только прикосновениями». Дети с помощью прикосновений «здороваются», «разговаривают», «мирятся» и т.д.

Рисунок на спине

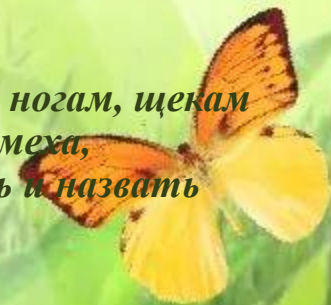


Взрослый на спине ребенка пальцами рисует солнце, забор, домик, дерево и т.д. Ребенку нужно угадать, что нарисовал взрослый. Детям, знающим буквы и цифры, можно предложить отгадать слова и решить примеры с использованием простейших математических действий.

«Касалки»



Ребенок закрывает глаза. Взрослый прикасается к рукам, ногам, щекам и спине ребенка Предметами разной фактуры (кусочком меха, мочалкой, шишкой, ватой и т.д.). Ребенку нужно угадать и назвать предметы.



Танцевальная терапия

Основной задачей является осуществление спонтанного движения. Танцевальная терапия побуждает к свободе и выразительности движения, развивает подвижность и укрепляет силы как на физическом, так и на психическом уровне. Тело и разум рассматриваются в ней как единое целое.



Фототерапия



— это лечебно-коррекционное применение фотографии, ее использование для решения психологических проблем, а также развития и гармонизации личности.



Библиотерапия

Терапевтические сказки, рассказы, рассказы, способствующие формированию у детей навыков и способностей противостоять неординарным ситуациям (болезням, стрессам, депрессии), укреплять силу воли, наращивать интеллектуальный и образовательный уровень.



Песочная терапия

Играя с кинетическим песком, ребенок прорабатывает негативные эмоции, чувства и ощущения, песочная терапия позволяет выразить свои самые глубокие эмоциональные переживания, освобождает от страхов и, пережитый негатив, не преобразуется в психотравму.



Игры с солью

Пары соли помогают устранить проблемы со стороны лорорганов, успокаивают нервную систему. Соль также оказывает благотворное влияние при непосредственном контакте с кожей рук: кристаллы соли массируют ее, происходит дополнительное раздражение нервных окончаний, улучшается кровоток в мышцах, а значит, более успешно развивается мелкая моторика.



Пальчиковая гимнастика и игры с солью, направлены на укрепление мышечного тонуса рук, профилактику заболеваний органов дыхания, развитие воображения, внимания, усидчивости.



Творческая деятельность детей с использованием соли - рисование солью, поделки из соли - например, послойное наполнение прозрачных баночек солью.



Спелеотерапия

- ❖ *повышение тонуса, укрепление иммунитета;*
- ❖ *уменьшается размножение патогенных грибов, бактерии, и, как следствие, ликвидация неприятных запахов в помещении;*
- ❖ *профилактическое воздействие при гайморите, астме, аллергии, дерматите, патологиях эндокринной системы, сахарном диабете, простудных заболеваниях;*
- ❖ *минимизирует излучение приборов*
- ❖ *способствуют психологической разгрузке*





Арт – терапия. Рисование на камнях.

Арт-терапия раскрывает многогранный внутренний потенциал человека и параллельно помогает бороться с рядом серьезных психологических проблем, в числе которых травмы, внутренние конфликты, страхи.

Камни несут энергию земли, при работе с ними дети прорабатывают свои «земные» ресурсы, те качества, которые нам дают спокойствие, устойчивость, опору в жизни.





Спасибо за внимание!

Дарите друг другу тепло и улыбки!

Прощайте обиды, чужие ошибки.

Улыбка всесильна и стоит награды.

Всего лишь улыбка - и Вам будут рады!