

«МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

«ЗДОРОВЫЙ ПЕДАГОГ – ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК»

В течении последних трех десятилетий проблема сохранения психического здоровья педагогов в ДОУ стала особенно острой. Повышаются требования со стороны общества к личности педагога, его роли в образовательном процессе, что ведет к увеличению нервно – психического напряжения, возникновению невротических расстройств, психосоматических заболеваний.

Профессиональный труд педагога отличается высокой эмоциональной загруженностью. Чтобы педагогов, научить способам снятия эмоционального напряжения прислушаться к себе и осознать собственные психологические и физические потребности, а также способствовать формированию теплого эмоционального климата в коллективе.

Педагогом – психологом была разработана система работы по реализации «Здоровьесберегающих технологии в ДОУ». С использованием: комплекса упражнений: «Гимнастика мозга», «Гимнастика для глаз».











