

«АРОМАТЕРАПИЯ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ»

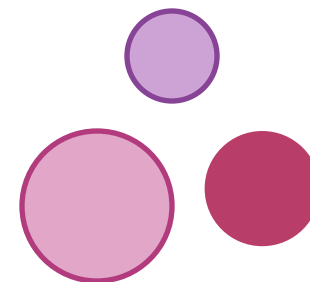
Из опыта работы воспитателя МБДОУ № 186
Тодрик Светланы Геннадьевны

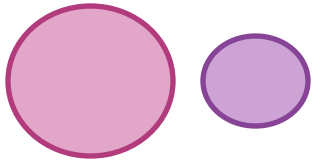
АРОМАТЕРАПИЯ

это медицинская наука, основанная на влиянии запахов на человека.

Свойства эфирных масел:

- увеличивают защитные силы организма
- они благотворно воздействуют на психику
- нормализуют процессы возбуждения и торможения в коре больших полушарий мозга
- повышают работоспособность
- нормализуют сердечный ритм
- улучшают обменные процессы





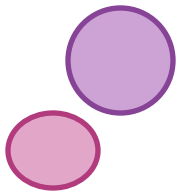
Цель метода:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья всех участников образовательного процесса.

Задачи:

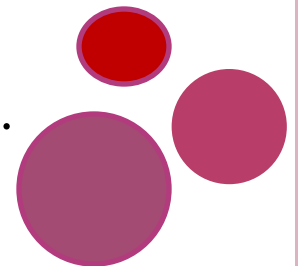
- Повышение устойчивости организма к неблагоприятным факторам окружающей среды.
- Профилактика инфекционных и острых респираторных заболеваний.
- Профилактика переутомления.
- Создание благоприятного психологического климата в детском коллективе.





Особенности применения ароматерапии:

- Отсутствие противопоказаний у всех детей (совместная работа с мед. персоналом)
- Информирование всех родителей о принимаемых мерах профилактики с эфирными маслами, их согласие (беседы, консультации, памятки)
- Использование качественных масел. Только натуральные эфирные масла обладают целительными свойствами
- Концентрация эфирных масел должна быть минимальной.



Методы ароматерапии

Холодные ингаляции

Ароматизирование воздуха в помещении



Эфирные масла, используемые в работе с детьми

Для создания в группе
положительной
психоэмоциональной
обстановки

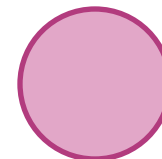
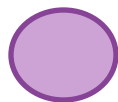


Используем масла
грейпфрута, апельсина,
мандарина, лимона,
мяты, шалфея

Ароматизация помещений
(профилактика
простудных заболеваний)



Используем масла
эвкалипта, сосны, пихты.



Методическое сопровождение



Для ознакомления с данной методикой мы использовали пособие «Ароматерапия в системе оздоровления дошкольников».

Автор: Кузнецова М.Н.
Шищенко В.М.

