**Ұйымдаcтырылған оқу қызметінің картасы**

**Карта организованной учебной деятельности**

**Тобы/Группа:** Мектепалды даярлық/Предшкольная

**Білім беру саласы/Образовательная область:** Денсаулық/Здоровье

**Бөлімі/Раздел:** Дене шынықтыру/ Физическая культура

**Тақырыбы / Тема: «Играя - лечимся»**

**Мақсаты / Цель:** профилактика плоскостопия

**Міндеттер/Задачи:**

1. Познакомить детей с заболеванием ног-плоскостопие; с понятием - плантограмма, врач ортопед.
2. Укреплять и формировать свод стопы у детей.
3. Обучать правильной постановке стоп при ходьбе.
4. Развивать основные функции стопы.
5. Повышение тонуса, увеличение подвижности в суставах стоп; улучшение кровообращения стоп; улучшение координации движений.
6. Формировать ощущение удовольствия от выполняемых движений.

**Полилингвальды компонент / Полилингвальный компонент:** ортопед дәрегер- врач ортопед, стопа. Аяқ ұшымен - на носочках, өкшемен - на пятках, аяқтың ішкі жағымен- на внешней стороне стопы.

**Құралдар/Оборудование:** массажные дорожки, гимнастические палки, коврики, слайды, шишки, пуговицы, платочки, карандаши, листы бумаги и жирный крем для слепков стоп, салфетки бумажные, канат, дорожка со следами, аудиозаписи.

**Күтілетін нәтиже/ Ожидаемый результат:**

**Өндіреді/ Воспроизводит:** различные виды ходьбы, упражнения, задания по профилактике плоскостопия

**Түсінеді/ Понимает:** значение и пользу упражнений для стопы; различие между правильной стопой и плоскостопием; использование плантографии.

**Қабылдайды/ Применяет:** умения и навыки при выполнении упражнений для профилактики и коррекции плоскостопия.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Іс – әрекет кезендері**  **Этапы деятельности** | **Тәрбиешінің басқару әрекеті**  **Действия воспитателя** | **Балалардың іс - әрекеті**  **Деятельность детей** |
| **Кіріспе бөлім**  **Вводная часть** | *Построение.*  Получен от природы в дар, Не мяч и не воздушный шар, Не глобус это, не арбуз, Здоровье, очень хрупкий груз. Чтоб жизнь счастливую прожить, Здоровье нужно сохранить.  -Как можно сберечь здоровье?  -Что для этого нужно делать?  Вот сегодня мы и отправимся на остров за здоровьем с необычным названием –  «Здоровые ноги», познакомимся с плантографией, закрепим упражнения профилактики плоскостопия, будем тренировать, и развивать мышцы и связки стопы средствами физических упражнений, закаливания, самомассажа.  Ребята, как вы думаете, для чего нужны нам ноги?  Правильно, а основой наших ног является стопа.  *Показ иллюстраций на тему «Плоскостопие».* *H:\Фотки\Детский сад\Моя работа 2018-2019 уч год\Открытое занятие по плоскостопию\IMG-20190215-WA0018.jpg* | Приветствие с пожеланием здоровья.  Нужно заниматься спортом, выполнять правила личной гигиены и т. д.  Чтобы ходить, бегать, прыгать и т.д. |
| **Негізгі бөлім**  **Основная часть** | Нелегко придется нашим стопам. Давайте их подготовим к нашим испытаниям.   1. **Самомассаж стоп**   Раз, два, три, четыре, пять.  Шишку будем мы катать.  Шишки, словно ёжики,  Колются чуть – чуть.  Покатать по стопам  Шишку не забудь.  H:\Фотки\Детский сад\Моя работа 2018-2019 уч год\Открытое занятие по плоскостопию\IMG-20190215-WA0019.jpg   1. **Упражнения для укрепления мышц и связок стопы, при помощи гимнастической палки:**  * **ходьба по палке;** * **перекаты стоп с носка, на пятку;** * **скольжение по палке;** * **приседания, стоя на палке;** * прыжки через палку; * дыхательная гимнастика с произношением звуков (Почихаем «Ч» - улучшает дыхание)   H:\Фотки\Детский сад\Моя работа 2018-2019 уч год\Открытое занятие по плоскостопию\IMG-20190215-WA0016.jpg  **3.Плантография (***ребёнок смазывает стопу вазелином и ставит отпечаток на бумагу)*  **H:\Фотки\Детский сад\Моя работа 2018-2019 уч год\Открытое занятие по плоскостопию\IMG-20190215-WA0020.jpg**  **4.Круговая тренировка - задания для стоп:** (между станциями проходить по массажным дорожкам, «ёжикам», правильным стопам)   * Рисование стопами * Сбор мелких предметов пальцами ног   (карандаши, пуговицы, ластики, камешки…)   * «Стирка» платочка стопами * «Строим домик» - сложить кубики друг на друга стопами.   H:\Фотки\Детский сад\Моя работа 2018-2019 уч год\Открытое занятие по плоскостопию\IMG-20190215-WA0021.jpg  H:\Фотки\Детский сад\Моя работа 2018-2019 уч год\Открытое занятие по плоскостопию\IMG-20190215-WA0022.jpg  H:\Фотки\Детский сад\Моя работа 2018-2019 уч год\Открытое занятие по плоскостопию\IMG-20190215-WA0028.jpg  H:\Фотки\Детский сад\Моя работа 2018-2019 уч год\Открытое занятие по плоскостопию\IMG-20190215-WA0024.jpg  **5.Игра «Кенгуру»** - прыжки с зажатым между стоп мячом, по сигналу положить мяч в обруч стопами.  H:\Фотки\Детский сад\Моя работа 2018-2019 уч год\Открытое занятие по плоскостопию\IMG-20190215-WA0032.jpg | Использование шишек.  Выполнение различных упражнений для профилактики плоскостопия.  Сравнение своих отпечатков стоп с демонстрационными, определение плоскостопия.  Выполнение заданий, смена заданий по сигналу.  Демонстрация ловкости, быстроты, внимания. |
| **Қорытынды бөлім**  **Заключительная часть** | **Релаксация *«Муравей»***  *Играет тихая спокойная музыка.*  Представьте себе, что вы лежите на полянке, ласково греет солнышко. На пальцы ног залез муравей. С силой натянуть носки на себя, ноги напряжены, прямые. Прислушаемся, на каком пальце сидит муравей (задержка дыхания). Сбросим муравья с ног (на выдохе). Носки идут вниз – в стороны, расслабить ноги: ноги отдыхают (повторить 2-3 раза)  H:\Фотки\Детский сад\Моя работа 2018-2019 уч год\Открытое занятие по плоскостопию\IMG-20190215-WA0014.jpg  **Рефлексия «Сороконожка»**  Детям предлагают выбрать правильную обувь для сороконожки | Дети принимают исходное положение- лёжа на спине. Руки вытянуты вдоль туловища, расслаблены. Ноги прямые.  «Обувают» сороконожку в правильную обувь. |