**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 стопамШишку не забудь.H:\Фотки\Детский сад\Моя работа 2018-2019 уч год\Открытое занятие по плоскостопию\IMG-20190215-WA0019.jpg1. **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.jpgH:\Фотки\Детский сад\Моя работа 2018-2019 уч год\Открытое занятие по плоскостопию\IMG-20190215-WA0022.jpgH:\Фотки\Детский сад\Моя работа 2018-2019 уч год\Открытое занятие по плоскостопию\IMG-20190215-WA0028.jpgH:\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. |