Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 2 комбинированного вида

Петродворцового района Санкт-Петербурга

**Конспект образовательной деятельности направленной**

**на укрепление свода стопы и профилактику плоскостопия**

**с детьми старшего дошкольного возраста**

**с использованием современных образовательных технологий**

**Тренажерно-Информационной Системы «ТИСА»**

Технология: Игровая

Годынюк Галина Васильевна

Воспитатель ГБДОУ детский сад № 2

**Цель:**

- Формирование навыков, предотвращающих травматизм, при помощи упражнений на устройстве «ТИСА».

**Задачи:**

- Способствовать укреплению свода стопы и профилактике плоскостопия

- Способствовать снятию физического и психического утомления

**Необходимое оборудование:**

- Гибкий модуль малый (вибродорожка массажная) с ММП и БКП

- Горка корректирующая с ММП и БКП

- Универсальный многофункциональный тренажер с ММП и БКП

- Гибкий модуль большой (вибродорожка большая) с ММП и БКП

- Устройство для моделирования ситуаций, предотвращающих травматизма

**Организованный вход в зал.**

Построение в шеренгу на вибродорожке. Сообщение задач занятия.

Ребята, сегодня к нам в гости пришла Марыся, хочет вместе с Вами поиграть.

**Разминка**

Работаем под веселую музыку, которая нравится детям. (Песня: «Марыся»)

Хорошее настроение – залог успеха в лечении.

Упражнения при плоскостопии у детей всегда начинаются с разминки. Необходимо подготовить мышцы к работе. Выполняется без обуви, в тонких носочках, на нескользящей поверхности.

Ходим по кругу:

* на высоких носочках,
* на пяточках,
* на внутренней поверхности стопы, ноги согнуты в коленях,
* на внешней поверхности свода стопы,
* на носках с высоким подниманием колен «Цапля»,
* перекат с пятки  на носок

**Песенка «Марыся»**  
  
Шла Марыся по лесочку, через горки через кочки.   
Шла Марыся по цветочки, потеряла лопаточки. Где она их потеряла?   
Под кустом малины алой.   
На опушке, на лесной.   
Под осиной, под сосной.  
  
И просила: росы, росы не студите ножки босы   
И просила: ой репей, будь пожалуйста добрей.  
И просила: ты крапива,  уступи мне тропку живо,

И просила: ты стерня,   
Будь помягче для меня.   
  
Шла Марыся по лесочку, через горки, через кочки,.   
Шла Марыся по цветочки, потеряла лапаточки.  
Травы это услыхали, и тропинку ей устлали.  
Солнце высушило росы, и согрело ножки босы.

Вы слушали песенку? Что с Марысей случилось? (потеряла лапоточки)

А где? (в лесу)

Поможем найти? (да)

Тогда, сейчас мы с вами отправимся в путешествие в лес, где гуляла Марыся, чтобы найти её лапоточки. Путь предстоит нелегкий.

Скорее вставайте на тропинку, которая поведет нас в лес.

Переходим через ручей

- ходьба по «кочкам»

Смотрите горка! («Горка корректирующая» Упражнения для проработки точек стопы, улучшения ориентации в пространстве, координации, нормализации мышечного тонуса).

Подъём по «кочкам», со спуском:

– в положении сидя, ноги вместе, руки в стороны

Подъём по «лесенке», со спуском:

– в положении лёжа на спине, руки вдоль туловища

Плюх!!!

А вот и болото!

Упражнение «Ква-ква» на вибродорожке.

(звучит песенка «Ква-ква»)

1. «Лягушата прыгают к воде»  
   И.п. – сидя согнув ноги, руки в упоре сзади.  
   Ходьба на месте, не отрывая носков от пола.  
     
   2. «Лягушата встретили гусеницу»  
   И.п. – то же  
   Ползающие движения стоп вперед и назад с помощью пальцев.

3. «Лягушата квакают»  
И.п. – то же  
1-2 – отрывая пятки от пола, развести их в стороны, произнести «ква-ква»

1. «Лягушата учатся плавать»

И.п. – сидя руки в упоре сзади, носки натянуть  
1 – согнутую правую стопу – вперед  
2 – разгибая правую стопу, согнутую левую стопу – вперед.

Какие симпатичные были лягушки, но мы не успели у них спросить дорогу дальше.

Ой! Я рассыпала чью-то корзинку! Поможете собрать?

Упражнение «Сборщик».

- И.П. – сидя.

Собирают пальцами одной ноги различные мелкие предметы, разложенные на полу, и складывают их в корзинку, одной ногой, затем другой.

Следует не допускать падания предметов при переноске.

Ну, что устали? Давайте сядем на мостик и отдохнем.

Упражнение «Точка, точка, запятая» на виброскамейке.

Представим, что под мостиком прозрачная вода.

А вы рисовали когда- нибудь ногами по воде? Давайте попробуем.

(бумага, карандаши)

(звучит песенка «Точка, точка, запятая»)

Карандашом, зажатым пальцами ног, рисуют на листе бумаги различные фигуры, придерживая лист другой ногой. Упражнение выполняется сначала одной, затем другой ногой.

Ребята загляните под мостик, что это?

Марысины лапоточки! Вот мы их и нашли!

Теперь можно лечь под солнышком и закрыть глазки. «Универсальный многофункциональный вибротренажер»

«И.П. – лёжа на спине» рекомендуется подкладывать дощечки в область прогиба поясничного отдела

(звучит музыка)

Подведение итогов

Построение в шеренгу на вибродорожке. Похвалить всех учащихся за хорошую работу.