

**Конспект физкультурного занятия  
по профилактике плоскостопия  
для детей старшего дошкольного возраста  
«Байанай и зверята леса»**

**Автор:** Иванова Евдокия Филипповна, воспитатель детского сада №19 «Кэнчээри» - филиал АН ДОО «Алмазик»

**Описание материала:** представляю конспект оздоровительного занятия для средней группы с использованием нестандартного оборудования из конского волоса для профилактики плоскостопия и знакомим детей с духом тайги - Байанай

**Цель:** Познакомить детей с обитателями леса, дать представление о покровителе животных Байаная.

**Оздоровительные:**

- Формирование и укрепление свода стопы у детей среднего дошкольного возраста.
- Сохранять и укреплять здоровье детей.
- Укреплять связочно-мышечный аппарат стопы, формирование свода.
- Упражнять детей в правильной постановке стоп при ходьбе и беге.
- Содействовать профилактике плоскостопия.

**Образовательные:**

- Развивать двигательные способности детей и физические качества (быстроту, выносливость, гибкость, подвижность в суставах, ловкость).
- Формировать у детей умение и навыки правильного выполнения движения.

**Воспитательные:**

- Воспитывать положительные нравственно-волевые качества, нравственное и бережное отношение к природе.
- Воспитывать чувство уверенности в себе.
- Воспитывать стремление к здоровому образу жизни.

**Предварительная работа:** беседа «Сохраним ножки здоровыми»; демонстрационный материал «Обитатели леса»; презентация «Следы животных»; чтение стихов про диких животных

**Методы и приемы:** словесный, игровой, фронтальный, показ, объяснение, повторение.

**Оборудование:** самодельные массажные коврики из конского волоса «Следы зверей»; мячи массажные из конского волоса по количеству детей; атрибут для подвижной игры «червячки» из конского волоса; маски с изображением медведя и медвежат; музыкальное сопровождение; аудиозапись «Звук лесного ручья»; гимнастическая скамейка; атрибут «кустарники».

**Время проведения:** 20 минут.

**Ход занятия:**

**I. Вводная часть (3 мин.)**

Построение в шеренгу.

- Здравствуйте ребята! Дети, какое время года? А какой месяц? По якутскому календарю как называется месяц ноябрь? Месяц ноябрь по якутскому календарю «Покровитель тайги – Байанай». Байанай – дух тайги, охраняет лес, защищает животных. Посмотрите, какой он, старик и одетый в меха. Его всегда окружают жители леса.

А вы знаете, почему зверята сильные, быстрые, ловкие и здоровые? Вы хотите узнать? Тогда отправляемся в путешествие в лес.

По тропинке мы пойдем, как веселые зверята (ходьба в колонне).

Мех пушистый,

Хвост золотистый

По лесу гуляет

Рыжая лисичка (ходьба на носках )

День и ночь по лесу рыщет  
День и ночь добычу ищет  
Ходит-бродит волк молчком (ходьба на пятках)  
Уши серые толчком.

Мишка косолапый  
По лесу идет, (ходьба на наружных краях стоп)  
Шишки собирает,  
Песенку поет.  
А сколько вокруг кустарников. Давайте побежим змейкой (бег змейкой, огибая кустарники).

## **II. Основная часть (14 мин.)**

### **Общеразвивающие упражнения с мячом из конского волоса.**

Колючий еж нам подготовил мячики-ежики:

1. И. п.: сидя на стуле, мяч под стопами. Катать мяч вперед-назад двумя стопами вместе. (6 раз)
2. И. п.: сидя на стуле, мяч под стопами. Катать мяч вперед-назад двумя поочередно то левой, то правой стопой. (6 раз)
3. И. п.: сидя на стуле, мяч под стопами. Круговые движения ногами – сначала вправо, затем влево. (6 раз)
4. И. п.: сидя на стуле, ноги на ширине плеч, мяч между ногами, руки опущены. Перекатывание мяча от правой ноги к левой и наоборот. (6 раз)
5. И. п.: сидя, руки в упоре сзади, мяч под стопами. Захватить мяч стопами и удержать его несколько секунд на весу, опустить на пол, а затем опять поднять. (3-5 раз)

### **Основные виды движения.**

1. Ходьба по бревну правым боком, приставными шагами. Ребята вы слышите, что-то журчит. Правильно, ручеек. Перейдем ручеек через бревно. А чтобы не упасть в ручеек, повернемся к бревнышку боком и приставным шагом, не спеша, пройдем по нему. Молодцы ребята, все прошли через ручеек.
2. Ходьба по массажным дорожкам из конского волоса «Следы зверей». Ой, а чьи же это следы? Нам нужно идти по следу, и может мы узнаем, того кто их оставил. Ну-ка, посмотрим, кто же это тут спрятался ( лиса, заяц). Интересно, кому принадлежит эти следы? (медведю)

### **Подвижная игра «Медвежонок и рыбки».**

А вы знаете, медвежата собирают червяков и любят покормить рыбок червяками. Давайте и мы попробуем покормить рыбок. Я буду медведицей, а вы мои медвежата. Стоя пальчиками ног поднять червяков и подбросить её как можно дальше в ручеек.

## **III. Заключительная часть (3 мин.)**

А теперь нам пора в детский сад (ходьба в колонне по одному) Ребята вам понравилось путешествие в лес? Кого мы встретили в лесу? А почему зверята сильные, быстрые, ловкие и здоровые? ( Ответы детей) Молодцы, ребята!

**Нестандартные оборудования из конского волоса  
для профилактики плоскостопия**

**Коврик из конского волоса**



**Дорожки со следами**





**Бруски из конского волоса**



**Мячи из конского волоса**



**Платочки для массажа стоп**



**Палочки из конского волоса**

