**Республика Бурятия**

**Администрация муниципального образования «Муйский район»**

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**Детский сад “Золотой ключик” общеразвивающего вида**

**БуряадУлас**

**«Муяынаймаг» гэһэннютагайзасагайбайгууламжынзахиргаан**

**Юрэнхыхүгжэлтынтүхэлэйһургуулиинурдахиболбосоролойнютагайзасагай**

**бюджедэйэмхизургаан - хүүгэдэйсэсэрлиг «Золотой ключик»**

Согласовано:

Старший воспитатель

МБДОУ Д/С «Золотой ключик»

 Казанцева Н.В

Технологическая карта режимного момента

Подготовительная к школе группа «Сказка»

компенсирующей направленности (ТНР)

Воспитатель:

Русакова

Марина Юрьевна

п. Таксимо

2022г.

**Тема:** ПРОБУЖДАЮЩАЯ ГИМНАСТИКА. ЗАКАЛИВАЮЩИЕ ПРЦЕДУРЫ.

**Образовательные области:** Физическое развитие.

**Интеграция образовательных областей:** Физическое развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное развитие,

**Время проведения:** 15 минут.

**Возрастная группа**: Подготовительная к школе группа «Сказка»

компенсирующей направленности (ТНР)

**Цель ОД**: Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Укрепить дыхательный тракт. Воспитывать бережное отношение к своему телу. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.

|  |  |
| --- | --- |
| **Педагогическая цель (для педагога)** | **Образовательная цель (для детей)** |
| Способствовать постепенному переходу от сна к бодрствованию. Проводить профилактическую работу по укреплению свода стопы и формированию правильной осанки. Совершенствовать навыки ходьбы, бега, выполнению ОРУ в общем темпе. Продолжать учить следить за дыханием. Укреплять здоровье детей. Воспитывать осознанное отношение к сохранению и укреплению своего здоровья. | Обеспечить тренировку защитных сил организма к воздействию постоянно меняющихся факторов окружающей среды. Укреплять мышцы самомассажем. Формировать правильную осанку, умение делать массаж подошвы разными раздражителями (массажные коврики, массажные мячики). Воспитывать гигиеническую культуру. |

Оборудование: Массажная дорожка, массажные коврики, массажные мячики, коврик - смоченный солевым раствором, коврик - смоченный чистой водой, сухой коврик, индивидуальные полотенца.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы занятий | Деятельность педагога | Деятельность детей | Методы, приемы, технологии |
| 1.Организационый этап | Кто так сладко спит в кроватки?Надо просыпаться.Глазки открыватьИ зарядку начинать. | Дети в кроватяхДети выполняют движение согласно тексту | Словесный метод |
| 2.Основная часть | И.п. – лёжа на спине, руки вдоль туловища, ноги прямые. Руки вверх – потянуться. Вернуться в И.п.И. п. : лёжа на спине, разводим руки в стороны, кулачки сжаты делаем вдох носом. Обхватываем себя руками выдох ртом. (Повторить 4-6 раз)И. п. : лёжа на спине,  руки вдоль тела Поочередно поднимать правую ногу вверх, тянуться, опустить; то же самое поочередно левую ногу вверх, тянуться, опустить. (Повторить 6-8 раз)И.п. – лежа на спине, руки поднять вверх и опустить на постель за головой, поворачиваем туловище вправо, влево (Повторить 4-6 раз)И. п. : лёжа на спине, руки слегка согнуть перед собой, ноги согнуть в колени, крутим педали велосипеда.Сидя на кровати, ноги опущены на пол стоят на носочках – выставляем правую ногу вперед, ударяем пяточкой об пол, то же самое поочередно, левой ногой (Повторить 6-8 раз)И.п. Сидя на кровати, ноги опущены на пол, руки на пояс, наклон вправо, тянем левую руку через голову, И.п. наклон влево, тянем правую руку через голову (Повторить 6-8 раз)Встали на ноги, подняли руки вверх, тянемся на носочкахСтоя у кровати, руки на поясе, поочередно поднимаем колени вверх (Повторить 6-8 раз)Стоя у кровати, разводим руки в стороны, кулачки сжаты делаем вдох носом, обхватываем себя руками выдох ртом. (Повторить 4-6 раз)Проходим друг за другом по массажным коврикамВоспитатель: Ребята, берите массажные мячики, проходите на стульчикиВоспитатель: кладем мячики на пол и правой ступней катаем мяч, затем левой.Воспитатель: берем мячики в руки, кладем в корзинку и проходим по дорожкам, присаживаемся на стульчики и вытираем ноги полотенцем. | Потянуться – расслабитьсяДети выполняют движение согласно тексту Дети по массажным коврикам выходят из спальни в группу, берут массажные мячи, проходят на стульчикиДети выполняют движение глядя на воспитателяДети проходят с начало по солевой мокрой дорожке, затем по мокрой дорожке, по сухой, проходят на стульчики, вытирают ноги, сухими полотенцами | Словесный методНаглядный, практический методНаглядный, практический методНаглядный, практический метод |
| 3.Рефлексия | Воспитатель: Ну что проснулись?Ответы детейДети:Зарядка всем полезнаЗарядка всем нужнаОт хвори и болезниСпасает нас она | Дети проходят одеваться | Словесный метод. |