**Конспект занятия. Физическая культура.**

**Тема: «Полёт в космос»**  
**Интеграция образовательных областей:**   
«Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Социально – коммуникативное развитие», «Художественно – эстетическое развитие».  
**Виды детской деятельности:** игровая, оздоровительная, продуктивная, познавательно – исследовательская, музыкально – художественная.  
**Программное содержание:** упражнять детей в ходьбе и в беге в колонне по - одному по кругу, в ходьбе с высоким подниманием колен, боком приставным шагом, врассыпную. Упражнять в беге змейкой, врассыпную. Способствовать закреплению гласных звуков. Обобщить имеющиеся умения ориентироваться в пространстве, пользоваться схемой при сборе фигуры. Развивать выносливость, быстроту, равновесие. Формировать ровное дыхание, заботливое отношение к своему здоровью. Воспитывать интерес к космической тематике и к занятию физической культурой.  
**Материалы и оборудование:** 2 больших мяча, 24 гимнастических палки, 2 средних кольца, 2 конуса, схема построения ракеты, рисунок с изображением направления полёта ракеты, чёрная куртка с капюшоном, планеты, звёзды, ракета.  
**Музыкальное сопровождение: мелодии на космическую тему**.

**Содержание организованной деятельности детей**

**Организационный момент.**   
- Ребята, вы хотите стать космонавтами и полететь в космос? (ответы детей) Для этого нам нужно отправиться в Центр подготовки космонавтов. Вы согласны?, Будьте внимательны, повернитесь в том направлении, в котором нарисована ракета. Молодцы! А сейчас мы отправимся в том направлении, куда полетела ракета.(рисунок). За направляющим по кругу шагом марш.  
**Iчасть**. Ходьба по кругу обычная, на носках, руки на поясе, на пятках, руки за голову, ходьба с высоко поднятыми коленями, руки на поясе, Ходьба боком приставным шагом, руки на поясе. Бег в колонне по - одному; бег змейкой; бег врассыпную, ходьба врассыпную. Остановились, встали свободно. Руки вверх – вдох, вниз – выдох.  
- Ребята, космонавты проходят медицинское обследование. Давайте тоже проверим состояние нашей головы. Одну руку кладём на лоб, другую на затылок. (спокойная музыка) Закрываем глаза и мысленно благодарим маму, папу, бабушек, дедушек за то, что они вас любят, поблагодарим вашу голову за то, что вы хорошо мыслите, поблагодарим планету, солнце за то, что нам хорошо живётся. А теперь открыли глазки.   
- Я вижу, что вы все здоровые, крепкие. Давайте с вами покажем сильные мускулы. Напрягли, расслабили. Вот какие вы все выносливые, столько времени простояли на одном месте. Невесомость вам не страшна. А теперь повторяйте за мной.  
**II часть**. **ОРУ**. (под космическую музыку)  
1. *«Звездолёт»*  
И.П.: ноги вместе, руки внизу.  
В – е: Вот огромный звездолёт  
(руки через стороны вверх, подняться на носочки)  
Он готовиться в полёт!  
(руки вниз, опуститься) ( 8раз)  
2. *«Проверим кнопочки»*  
И.П.: сидя на коленях  
В –е: пальцы одной руке расставить широко, большим пальцем другой руки нажимать на подушечки каждого пальчика противоположной руки, щёлкая язычком. Тоже другой рукой. (по2 раза)  
3. *«Продуем мотор»*  
И.П.: сидя на коленях.  
В –е: закрыть одну ноздрю, другой постепенно выдохнуть, затем другую закрыть другую ноздрю, свободной постепенно выдохнуть. (по 2 раза)   
4. *«Подготовка к полёту»*  
И.П.: ноги на ширине плеч, руки внизу.  
В –е: Двигатель готов к полёту  
Начинает он работу.  
Круговые вращения руками. На 4 счёта вперёд, на 4 – назад.  
5. *«Заводим мотор»*  
И.П.: ноги вместе, руки внизу.  
В - е: Двигатель пилот нагрел,  
Мотор захлопал, загудел!  
Хлопки над головой и за ногами. При хлопке за ногами гудим. (8раз)  
6. *«Взлетаем»*  
И.П.: пятки вместе, носки врозь, руки вверх, делаем ракету.  
В – е: Сверкая, вверх летит ракета  
Навстречу звёздам и планетам.  
Приседания, руки вперёд. (8 раз)  
7. *«Подкачаем мускулы»*  
И.П.: сидя, ноги вытянуты врозь, руки на поясе.  
В – е: Будем дружно подрастать,  
Наши мускулы качать.  
На 3 счёта наклон глубоко вперёд, на 4 – и.п. (8 раз).  
8. *Прыжки*  
И.П.: руки на пояс, ноги вместе.  
В – е: Если захотим,  
На ракете полетим.  
4 прыжка на месте, 2 в стороны, 4 прыжка ножницы.  
Походили, повторили.  
Упражнение на дыхание. Руки через стороны вверх – вдох, вниз – выдох.  
- Вы готовы к полёту?  
**ОВД.** *1. Эстафета «Построим ракету».* Дети делятся на 2 команды. По схеме строят ракету из гимнастических палок.  
*2. Мы сейчас с вами полетим на ракете.* Постарайтесь команды встать дружно в ракетах Закрыли глаза. Внимание – 5,4,3,2,1 – пуск. (космическая музыка) Прилетели в космос, открыли глаза. Мы с вами находимся в невесомости. Медленно идём , поднимая попеременно руки и ноги вверх. Вы планеты. А теперь поиграем в планеты. Хотите?  
**Игра «Планеты»**  
2 команды. Каждой по одному мячу.  
Разноцветные планеты  
Звёзд на небе не ищи.  
Мы вам скажем по секрету  
В звёздном небе не мячи.  
В планеты мы играем,  
Мячи в планеты превращаем.  
Дети передают мяч над головами в конец колонны. Последний с мячом бежит в начало колонны и поднимает мяч вверх.  
3. А сейчас представьте, что мы с вами встретили инопланетянина. Его ведь надо поприветствовать. А вы знаете, как они здороваются? Они потихонечку стучат себя по голове, по груди, по животу и по ногам. Вставайте врассыпную и поприветствуем инопланетян ( мелодия инопланетян).  
Стучим по голове – произносим звук А.  
по груди – звук О  
по животу – звук У  
по ногам – звук Э  
*П/и «Чёрная дыра»*  
Чёрная дыра – что это такое?  
Совсем нам непонятное, страшное и злое.  
Дыра всегда стремится планеты проглотить.  
Летят себе планеты, а время – то прошло  
Их подстерегает космическое зло.  
Выбирают «чёрную дыру», все остальные дети – планеты. Воспитатель произносит слова. После слов «космическое зло»- планеты разбегаются, а «чёрная дыра»пытается поймать в кольцо планету.  
- Мы с вами побывали в космосе. Понравилось вам? Нам пора возвращаться на землю. Занимайте места в своих ракетах. Закрыли глаза. 4,3,2,1- пуск.(космическая музыка).  
- Открыли глаза, мы с вами на Земле.  
**III часть**. Давайте сделаем круг и соединим свои ладони – это будет наша планета Земля. Давайте ей пожелаем что – нибудь хорошее (дети желают).(космическая музыка)  
На этом наше путешествие в космос закончилось. Понравилось вам путешествовать по космосу?  
СтрЕсли в космос мы хотим,

Значит скоро полетим!

Самым дружным будет наш,

Развеселый экипаж.

оимся и уходим.