

Конструкт по физической культуре «Космическое путешествие» (2 младшая группа)

Цель: формировать у детей первичное представление о Космосе.

Задачи:

Образовательные: упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.

Развивающие: развивать прыжки на двух ногах из обруча в обруч, развивать быстроту, ловкость.

Воспитательные: воспитывать умение действовать по сигналу.

	Ход занятия	Действия детей	Время
Вводная часть	<p>Ин-р: Сегодня у нас необычное занятие! Мы с вами полетим в космос!</p> <p>Впервые в Космос полетел Человек с земли отважный!</p> <p>1. Ходьба на пятках, руки перед грудью, вращение (завели моторы "р-р-р")</p> <p>2. Ходьба боком приставным шагом руки в сторону (загудели "У-У-У")</p> <p>3. Ходьба на носках, руки вверх ладони касаются друг друга (запускаем мы ракету "у-у-у")</p> <p>Бег (на заправку полетели)</p>	<p>Дети выполняют по показу ин-ра:</p> <p>Ходьба обычная</p> <p>Идут по кругу, друг за другом с выполнением заданий.</p> <p>Бегут легко, соблюдают дистанцию.</p>	<p>1,5 мин.</p> <p>10 сек.</p>
Основная часть	<p>ОРУ "Космическая разминка"</p> <p>1. И. П. (все готово для полета)</p>		

	<p>1- руки вперед 2-руки вниз 3-руки вперед 4-руки вниз 2. И. П. 1-2 соединить пальцы рук над головой (<i>ждут ракеты всех ребят</i>) 3. И. П. 1-8 маршируем на месте (<i>мало времени для взлета</i>) 4. И. П. стойка, руки на поясе (<i>космонавты встали в ряд</i>) 1- прыжком ноги врозь 2 И. П. 5. И. П. стойка руки на поясе (<i>отдадим земной поклон</i>) 1 наклон вперед 1-2 наклоны вправо-влево (<i>поклонились</i>) 6. И. П. стойка руки на поясе 1-10 прыжки на двух ногах (<i>вот ракета полетела</i>) 7. Присед (<i>опустел наш космодром</i>) Ин-р: Ребята, в космосе совсем нет воздуха (кислорода). Давайте запасёмся им, сделаем дыхательную гимнастику – «У-ух!»</p>	<p>Делают разминку (повторяют движения за инструктором)</p> <p>Вдыхают через нос, руки поднимают, на выдохе руки опускают и говорят – «Ух!»</p>	<p>3 мин.</p>
<p>ОВД</p>	<p>"Полет в космос на ракете" Ин-р: Ну вот мы с вами сделали разминку и теперь готовы к выходу</p>		<p>9 мин.</p>

	<p>в открытый космос!</p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамье. (1р.) (выход в открытый космос)</p> <p>Ин-р: А сейчас мы будем перемещаться с одной планеты на другую.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. (2р.) (с приветом по планетам)</p>	<p>Выполняют ходьбу по скамье</p> <p>Выполняют прыжки</p>	
Подвижная игра	<p><i>«Планеты и звёзды»</i></p> <p>Ин-р: Давайте поиграем в увлекательную игру?</p> <p>Вы будете летать (бегать) между планетами (обручами, в них лежат звёздочки), (под музыку), а когда скажу «По планетам!», все ребята встают в любой обруч (планету), и поднимают высоко-высоко свою звёздочку, ведь они так высоко в небе! Бегать будем аккуратно, не наталкиваясь друг на друга, и не будем кричать, ведь в космосе всегда очень тихо.</p>	<p>Дети отвечают: Да!</p> <p>Играют</p>	2 мин.
Рефлексия	<p>Ин-р: Мы вернулись на землю. И посмотрите, здесь изображены две наши планеты «Земля», но одна из них грустная, а другая весёлая. Если вам понравилось наше космическое путешествие, то можете подарить свою звёздочку, с которой вы играли, Земле, которая улыбается. Если вам было не интересно, то подарите грустной Земле.</p> <p>Ин-р: Наше космическое путешествие подошло к концу, нам пора возвращаться в группу!</p>	<p>Дети приклеивают свои звёздочки</p> <p>Встают друг за другом в колонне, и маршируют по кругу.</p>	1 мин.

