**Конспект занятия «Космическое путешествие в страну здоровья».**

Участники: дети 6-7 лет

**Цель:**

Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни через занятия физической культурой подвижные игры.

**Задачи:**

Познакомить детей с основами здорового образа жизни;

Развивать двигательные навыки и координацию движений;

Воспитывать интерес к занятиям физической культурой;

Создать атмосферу радости и удовольствия от занятий физкультурой.

Оборудование и инвентарь:

Обручи, мячи, скакалки, кегли, музыкальное сопровождение.

**Ход занятия:**

Вводная часть:

Педагог рассказывает детям о космосе, о планетах, звездах, галактиках. Он показывает им картинки и фотографии космоса.

Построение детей, приветствие;

Разминка (ходьба, бег, прыжки, упражнения на растяжку);

Дыхательные упражнения.

Основная часть:

Подвижные игры «Космическая гонка» (дети делятся на две команды и встают в обручи, которые представляют собой их космические корабли. Затем они должны преодолеть препятствия, пройдя через кегли и не сбив их)

 «Полёт на Луну» ( дети становятся на ковер, который представляет собой поверхность Луны. Под музыку дети начинают ходить по ковру, имитируя хотьба по Луне. Музыка останавливается, и дети должны быстро принять позу, которая напоминает какой-то космический объект, животное или явление. Это может быть ракета, астронавт, космический корабль, комета, звезда.

Упражнения на развитие координации движений «Звездная дорожка», «Встреча с астероидами»,

Эстафеты с использованием спортивного инвентаря.

**Заключительная часть.**

Релаксация «Отдых на планете здоровья»;

Подведение итогов занятия, награждение участников.