**Конструируем из бумаги «Кораблик» (оригами).**

Упражнение: *«****Кораблик****»*

Представьте себе, что мы на **корабле**. Качает. Чтобы не упасть, расставим ноги шире и прижмем их к полу. Руки сцепим за спиной. Качнуло палубу, прижмем к полу правую ногу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямимся! Расслабим ногу. Качнуло в другую сторону, прижмем к полу левую ногу. Выпрямимся. Вдох — пауза, выдох — пауза.

Стало палубу качать!

Ногу к палубе прижать!

Крепче ногу прижимаем,

А другую расслабляем.

Упражнение выполняется поочередно для каждой ноги. Обратите внимание ребенка на напряженные и расслабленные мышцы ног.

Снова руки на колени,

А теперь немного лени…

Напряженье улетело,

И расслаблено все тело…

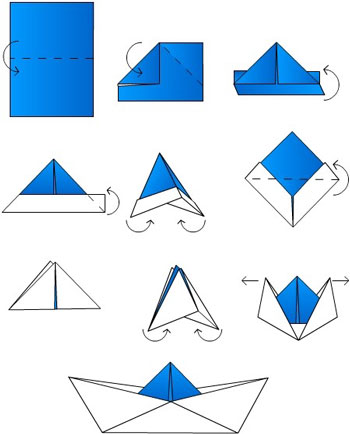
Наши мышцы не устали

И еще послушней стали.

Дышится легко, ровно, глубоко…

**Материалы и оборудование:** заготовки бумаги, схема работы.

**Показ приемов работы и объяснение.**



**Алгоритм выполнения:**

**1.** Берём альбомный лист, чаще всего он имеет формат А4. Этот материал плотнее обычной бумаги, поэтому изделие будет иметь жёсткую форму и красивый внешний вид. Лист сгибаем посередине вдоль узкой стороны так, чтобы соединились боковые стороны прямоугольника.

У меня снова получился прямоугольник, только поменьше. На линии сгиба (по вертикальной стороне) отмечаем середину согнув ее слегка пополам теперь складываем еще пополам, чтобы найти его центр.

**2**. Загибаем верхние углы к центру под прямым углом

(правый загибаю и левый, так чтобы уголки точно встретились друг с другом). Хорошенько проглаживаем линию сгиба.

У нас остались свободные края снизу. Подогну их наверх с двух сторон. Вот так…. одну загибаю, другую, снова проглаживаю линию сгиба.

Загибаем углы краев во внутрь.

Какая фигура получилась? (треугольник)

**3**. Раскрываем наш треугольник и сводим противоположные углы получившегося треугольника. Какая фигура получилась? (квадрат). Закрепляем новую линию сгиба.

**4.** Загибаем нижние углы к верхнему углу с двух сторон, чтобы получился треугольник.

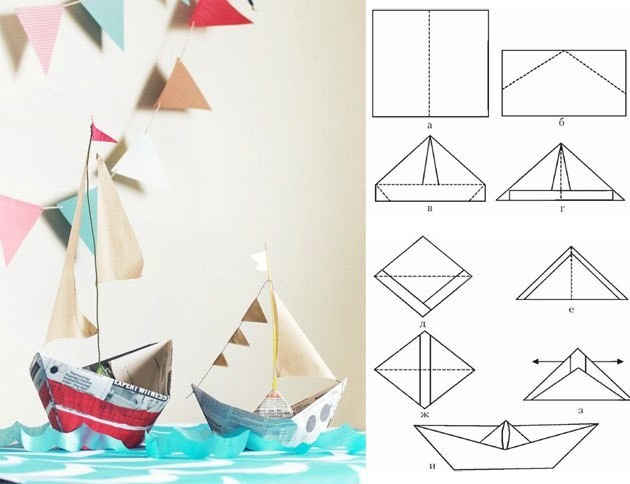
**5.** У получившегося треугольника сводим противоположные углы друг к другу - получился опять квадрат.

**6**. Держим квадрат за верхние уголки и разводим их в сторону, пока не получится кораблик.

**Итог занятия:**

Посмотрите, какой кораблик получился.

Спасибо вам за работу. А теперь давайте запустим кораблик в ёмкость с водой.

****