МБДОУ Детский сад № 5 «Радуга» ГО «город Якутск»

Конспект

по физической культуре с детьми

старшего дошкольного возраста

«Сильное звено»

Инструктор физкультуры:

Егорова Елизавета Витальевна

Якутск-2021г.

Непосрественно образовательная

деятельность по ОБЖ

«Сильное звено»

Цель: формирование у детей старшего дошкольного возраста представления о физических и личностных качествах спасателей,пожарных,врачей. Учить беречь свою жизнь и здоровья, соблюдать осторожность, избегая заведома опастных ситуаций.

Задачи:

- Развивать умение анализировать проблемные ситуации, закрепляя значение безопастности при выполнении движений, как в совместной, так и в самостоятельной двигательной деятельности;

-Совершенствовать умения работать в командах, в парах,понимать свою роль и ответственность за конечный резульат;

-Воспитывать: уважительные отношения к труду людей опастных профессий, навыки сотрудничества, взаимопонимания, доброжелательности, самостоятельности;

Место проведения: Физкультурный зал.

Дата и время проведения: 27октябрь 2021г.

Спортивный инвентарь: мягкие модули, туннели,стойки,гимнастические палки, рюгзаки с ирушками и средств первой помощи,картинки наглядные,игрушки, диски.

Педагог: Инструктор по физической культуры: Егорова Елизавета Витальевна.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание | Дозировка | Методические указания |
| I  1.  1.  2.  3.  4.  5.  6.  7.  8.  II  1-  2-  3-  III | Вводная часть:  Построения. Равняйсь!Смирно!  Здравствуйте!  Сообщения ход занятий:  Мы с вами сегодня, представим  себя пожарными, спасателями, врачами, и не будем забывать о личной безопасности, выполняя различные задания.  Ходьба и бег.  Разминка- ОРУ на месте с палками:  И.п- основная стойка.  1-поворот головы в правую сторону.  2- исходное положение.  3-поворот головы в левую сторону.  4-исходное положение.  И.п- стоя ноги на ширине плеч, руки с палкой за головой.  1-поворот в левую сторону.  2-исходное положения  3-поворот в правую сторону  4- исходное положения.  И.п.- основная стойка, руки вверх с палкой.  1-наклон в правую сторону  2-исходное положения  3-наклон в левую сторону  4-исходное положения.  И.п-стойка ноги врозь, руки с палкой назад за спиной.  1-наклон вперед  2-назад руки вверх поднимаем  3-отпускаем руки за спиной.  4-исходное положения.  И.п-основная стойка, руки с палкой вперед.  1-выпад в левую стороны.  2-исходное положения.  3-выпад в правую стороны.  4-исходное положения  И.п-сесть на пол сделать наклон вперед,на руках держим палку  1-наклон вперед  2-исходное положения  3-наклон вперед  4-исходное положения.  И.п-лежа на спину, держим палку в руке вперед  Упражения «Велосипед»  И.п-стойка прыжки на месте, палку держим вперед.  1-ноги врозь  2-ноги вместе  Восстанавливаем дыхание.  Основная часть:  Ребята смотрите картинки черызвычайных ситуаций, в которых приходиться работать людям, которые помогают насилению.  Ребята, мы сегодня с вами будем действовать, как настоящие спасатели.  Деление на команды.  Эстафета:  Приступаем к заданиям.Первое задания для службы (показыватся символ)?Правильно для спасателей.  «Доставь груз помощи»  Бег змейкой с рюкзаком на спине и обратно не задевая препятствия.Затем передать рюкзак следующему участнику команды. Когда все участники команды выполнят задание, капитан поднимает руку вверх.  Второе задание для службы(показывается символ)?  Правильно это знак пожарных.  «Пожарные на учениях»  Туннель-по команде капитан бежит до туннеля пролезает в него, бежит до ориентира, оббегает его и возращается бегом по прямой, передавая эстафету рукой следующему участнику.  Ребята вы хорошо справились с этим заданием, поэтому мы можем перейти к сдедующему. Показывается знак медицинской помощи.  «Врачи спешат на помощь»  Дети делятся на пары,берут в руки палки (игрушка сверху), по команде идут быстрым шагом до ориентира и обратно, передовая «носилки» следующей паре участников.  Когда все участники команды выпоняет задание, капитан поднимает руку вверх.  Молодцы ребята вы справились с заданиями: спасателей,пожарных,врачей. Вы действовали слаженно и дружно. А чтобы самим не попасть в ситуацию, когда вам может понадобиться помощь служб спасения, как нужно себя вести? (Ответы детей).Правильно, нужно быть внимательными, осторожными: не ходить одним в незнакомые места, не брать медикаменты, не играть с огнем и.т. д.  Заключительная часть:  Подвижная игра: «Водители и пешеходы».  Правила игры:  Создается перекресток. Дорога для машин и пешеходный переход для пешеходов. Педагог: Рябята одна команда будет водителями, а другая пешеходами. У каждой команды свой светофор, по сигналам которого они выполняют движение в заданном направлении.  -Подвидение итогов.  -Равнясь! Смирно!  До свидания ребята. | 10мин.  6-7 раз  6-7раз.  6-7раз.  10мин.  5мин. | Под музыку дети входят в зал, строятся в одну шеренгу.  Повороты выполняем четко.  Палку держим правильно.  Руки прямые, на месте стоим.  Ноги прямые, палку правильно держим.  Выпады глубже, палку держим веред руки прямые не отпускаем вниз.  Имитация велосипеда.  Прыжки на месте.  Вдох и выдох.  Познакомились со знаками (символами) этих служб.  Вот здесь в рюкзаках у нас собраны вещи первой необходимости, которые нужно доставить по назначению.  Внимание команда пожарных на задании, им нужно быстро и безопасно выбраться из очага пожара.  Когда все участники команды выполнят задание, капитан поднимает руку вверх.  Больного необходимо доставить до больницы, а транспорту невозможно добраться до место. Вы с помощью гимнастических палок (выполняющих роль носилок) должны доставить больного (мягкая игрушка) до машины скорой помощи.  Игра проводится два раза, чтобы дети поменялись ролями, нарушающие правила выбывают из игры. |