**Занятие по физической культуре в подготовительной группе "Пожарные на учении" Воспитатель Марченко И.Н.**

**1. Тема: «Пожарные на учении»**  
**2. Доминирующая ОО**- физическое развитие, **интегрируемые ОО:** познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие  
**3. Возраст детей**– подготовительная группа  
**4. Задачи:**  
- Развивать выносливость, ловкость, силу.  
- упражнять в равновесии, прыжкам через брусочки  
- Закрепить представления о профессии пожарного.  
- закрепить знания детей об опасных ситуациях, причинах возникновения пожара и правила поведения при пожаре;  
- Воспитывать уважение к труду пожарных.  
**5. Форма проведения**- занятие  
**6. Оборудование:** кегли, гимнастическая скамейка, брусочки, ленточки, обручи

**Ход занятия**

**Инструктор:** Ребята, посмотрите, какое письмо пришло к нам в детский сад. (достаёт большой красный конверт на котором написаны цифры 01). Как вы думаете, от кого оно может быть? (ответы детей). Давайте мы его откроем и прочитаем, что же там написано.  
Письмо: «Дорогие дети, очень просим вашей помощи в тушении пожара! Дети остались дома одни, и решили поиграть спичками, и разгорелся пожар. Вся наша бригада борется с огнём, но пока нам не удаётся с ним справиться. Ждём с нетерпением вашей помощи!  
Инспектор Огоньков»  
**Инструктор:**Ребята, а как называется профессия людей, борющихся с огнём?  
Ответы детей: Пожарный  
**Инструктор:** Правильно, пожарный. А что дети сделали неправильно? Почему произошёл пожар? А вы хотите помочь инспектору Огонькову и его команде?  
Ответы детей:  
**Инструктор:** А каким должен быть пожарный?  
**Ответы детей:** смелый, храбрый, ловкий ,быстрый, находчивый и т.д.  
**Инструктор:** Вы всё правильно сказали. А как вы думаете, любой человек может стать пожарным?  
**Ответы детей:**   
**Инструктор:** Пожарным может стать только специально обученный, подготовленный человек. Хотите стать юными пожарными? (ответы детей)  
Тогда не будем терять времени и приступить к тренировке  
Раз, два, не ленись,  
На разминку – становись (дети строятся в колонну по одному)  
Все задания пожарные выполняют точно, правильно и быстро  
- Равнение, направо налево, направо( 10 сек.0  
- Ходьба в колонне по одному (15 сек.)  
- Ходьба в приседе и полуприседе(15 сек.0  
- Бег обычный (20 сек.)  
-ходьба в колонне по одному  
**ОРУ:**  
Построение в две колонны.  
**Упражнение «Пожарные сильные»**Исходное положение: основная стойка, руки к плечам, кисти сжаты в кулаки.  
1— с силой поднять руки вверх, разжать кулаки, поднять¬ся на носки.  
2— вернуться в исходную позицию.  
3— с силой развести руки в стороны, разжать кулаки, встать на пяточки 4— вернуться в и.п.  
Повторить 10 раз. Объяснение педагога.   
**Упражнение «Сматываем шланги, готовимся к выезду»**Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опу¬щены.  
1 — наклон вперед.  
2—3 — вращательные движения обеими руками перед грудью.  
4 — вернуться в и.п.  
Повторить 8 раз. Темп умеренный. Показ педагога.  
**Указание детям: «При выполнении вращательных движе¬ний имитируйте сматывание шланга».**  
**Упражнение «Вызов принят, поехали»**И.п.: лежа на спине, ноги вместе, руки вдоль туловища.  
Подтягивать поочередно ноги к животу, затем их полно¬стью выпрямлять в коленях.  
Повторить 6 раз. Темп сначала умеренный, затем быстрый, затем снова умеренный.  
**Упражнение «Качаем воду»**И.п.: стоя на коленях, руки вдоль туловища.  
1—2 — наклон вправо, руки вверх   
3—4 — вернуться в и.п. Выполнить по 4 раза в каждую сторону. Темп умеренный.   
**Указание детям: «Удерживайте равновесие».**  
**Упражнение «Тушим пожар»**И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз, кисти в «замок».  
1—4 — поднимая руки вправо — вверх, наклоны корпусом в одну и другую сторону.  
Повторить 8 раз. Темп умеренный.   
**Упражнение «Задание выполнено»**И.п.:.12—16 подпрыгиваний, меняя положение ног врозь-скрестно, одновременно выполняя хлопки руками над головой. Ура!  
**Упражнение «Пожар потушен»**Исходная позиция: основная стойка.  
1—2 — руки вверх, хорошо потянуться, подняться на нос¬ки — вдох.  
3—4 — руки вниз, опуститься на всю ступню — выдох.  
Повторить 10 раз. Темп медленный.  
Указание детям: «Выдыхая, произносите: "у-х-х-х"». ХОДЬБА И СЕЛИ НА СКАМЕЙКИ  
**Инструктор:** Вы были точны, быстры и все упражнения выполнили правильно  
Ребята, а из-за чего может возникнуть пожар?  
**Инструктор:** чаще всего пожар случается из-за невнимательности людей, из-за неосторожного обращения с огнём. Причиной лесного пожара может быть плохо затушенный костёр, брошенная горящая сигарета, молния во время грозы и даже осколок стекла, собирающий солнечные лучи,у пожара может быть множество причин . Но, главное - пожар- не случайность, а результат неправильного поведения. Огонь из доброго, может превратиться в злого. И что же тогда делать?  
**Дети:**звонить в 01  
**Инструктор:** Верно, нужно вызвать по телефону «01» пожарную команду, дождаться ответа и сообщить свой адрес или обраться к соседям.  
**Инструктор:** Что такое? Что случилось?  
Что за крики, шум и гам  
Весь народ спешит куда- то  
И кричат: « Пожар! Пожар!»  
Вдруг сирены вой раздался,  
Где-то справа, за углом.  
Мчится красная машина   
Время им терять нельзя,  
Им огонь тушить пора.  
Смелые, отважные,  
Сильные и важные,  
В бой с огнем   
Они вступают  
И конечно побеждают!  
**Инструктор:** Ребята, давайте, и мы поскорей сядем в пожарные машины и отправимся на помощь, Но дорога не простая много препятствий! Вы готовы?   
Дети проходят полосу препятствий  
- идут по гимнастической скамейки  
- бегут «змейкой» между кеглями  
- подлезают под дуги правым и левым боком  
- перепрыгивают через брусочки.  
**Инструктор :** Вот мы прибыли на пожар А чем можно потушить пожар?  
Ответы детей: водой, песком, огнетушителем  
**Инструктор :** Верно, мы будем тушить водой  
**Проводится эстафета «Потуши пожар»**  
На некотором расстоянии лежат обручи с красными ленточками. В руках у первого участника ведёрко. Он бежит до обруча, забирает одну ленточку, кладёт в ведёрко, оббегает обруч, возвращается, передаёт ведёрко следующему.

**Инструктор :**- Молодцы, ребята! Все испытания прошли на отлично! Можно немного отдохнуть (дети садятся на ковёр) Профессия пожарного ждет таких ловких и смелых людей, как вы! Я думаю, что инспектор Огоньков будет очень вам благодарен.  
А что бы в вашем доме не случился пожар, я хочу, чтобы вы послушали и запомнили стихотворение   
Если ты один в квартире.  
Осторожен будь с огнем,   
Спички лучше ты не трогай,   
Не сгорит тогда твой дом.   
  
Не всегда бывает друг   
Электрический утюг.   
Хоть и гладит он детишкам   
И рубашки и штанишки,   
Но запомните друзья  
Что играть вам с ним нельзя!  
  
Очень братцы непроста  
Газо-электроплита.  
Будь ты с нею осторожен,  
От нее пожар возможен.   
  
Если вдруг пожар начался,  
Покидай скорее дом.  
Позвони по телефону 01  
И выйди вон!   
  
**Инструктор:** Думаю, что все вы будете соблюдать правила пожарной безопасности. Ребята, вам понравилась наша тренировка вступления в команду юных пожарников? А сегодня я вас с уверенностью могу назвать настоящими юными пожарными.

