**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.

