**Конспект НОД по физическому развитию для детей старшей группы**

**№1 «Солнышко» «Пожарные учения ко Дню рождения огнетушителя»**



**Цель:**создать условия для сохранения и укрепления природного здоровья детей, развития двигательных умений и навыков детей через сюжетно-игровые физкультурные занятия.

**Задачи:**

**Образовательная область «Физическое развитие»**

- формировать потребности в двигательной активности, развивать выносливость, ловкость, силу;

- совершенствовать технику основных движений, добиваться естественности, легкости, точности;

- формировать умение ходить по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с заданием остановиться на середине, присесть – руки вперед, сохраняя равновесие и удерживая правильную осанку;

- упражнять детей в ползании по-пластунски, под дугами, синхронно работая руками и ногами;

- упражнять детей в метании в цель, добиваясь активного движения кисти руки при броске;

- упражнять детей в ходьбе приставным шагом по канату, с мешочком песка на голове руками на поясе, сохраняя равновесие;

- совершенствовать умение выполнять строевые упражнения, перестроения, расчет на первый-второй;

**Образовательная область «Познавательное развитие»**

- познакомить с правилами пожарной безопасности и трудом пожарных;

- побуждать к самооценке действий своих сверстников;

закрепление знаний об опасных ситуациях, причинах возникновения пожара и правила поведения при пожаре, о важности изобретения огнетушителя;

- воспитывать интерес к профессии пожарный.

- совершенствовать координацию руки и глаза;

- учить ориентироваться в пространстве, выполняя строевые упражнения.

**Образовательная область «Речевое развитие»**

- формировать умение вести диалог с инструктором, со сверстниками, быть дружелюбным и корректным собеседником;

**Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»**

- закреплять умения самостоятельно расставлять атрибуты, снаряды.

- развивать волевые качества, умения ограничивать свои желания, подчиняться требованиям взрослых и выполнять установленные нормы поведения.

- воспитывать честность, справедливость, аккуратность, умение оценивать свои действия, следовать положительному примеру.

**Предварительная работа:**знакомство с трудом пожарного, чтение книг по теме, просмотр мультфильмов, рассматривание иллюстраций.

**Материал и оборудование:**подготовка конверта, туннель, обручи - 2 шт., канат, плакаты, ленточки, мешочки с песком, огнетушитель.

**Ход непосредственно-образовательной деятельности**

**Физинструктор:**Здравствуйте, ребята! Сегодня к нам пришли гости, посмотреть какие вы у нас сильные, ловкие и смелые. Давайте с ними поздороваемся.

***Дети здороваются с гостями.***

**Физинструктор:**Ребята, посмотрите, какое письмо пришло к нам в детский сад. (достает конверт с цифрами**01**). Как вы думаете, от кого оно может быть?

***Ответы детей.***

**Физинструктор:**Давайте его прочтем. ***Читает письмо:*** Дорогие дети, очень просим помочь в тушении! Дети остались дома одни и решили поиграть спичками, случился пожар. Вся наша бригада борется с огнем, но пока нам не удается с ним справиться. Ждем с нетерпением вашей помощи. Подпись: Инспектор Огоньков.

**Физинструктор:** Ребята, а как называется профессия людей, борющихся с огнем?

**Дети:** Пожарный.

**Физинструктор:**Правильно. А что дети сделали неправильно? Почему произошел пожар? А вы хотите помочь инспектору Огонькову и его команде?

***Ответы детей.***

**Инструктор:** - А каким должен быть пожарный?

***Ответы детей.***

**Физинструктор:**Пожарным может стать специально обученный, подготовленный человек. Хотите стать юными пожарными? Тогда не будем терять время, приступаем к тренировке.

Раз, два не ленись

На разминку – становись! *(построение в колонну по одному)*

**

Все задания пожарные выполняют четко быстро!

-Равнение, направо, налево, направо, шагом марш! (ходьба 10 сек.)

- Ходьба на носочках, на пятках.

- Ходьба гусиным шагом.

- Приставной шаг.

- Бег обычный.

- Бег по диагонали, прыжок с доставанием цели.



- Ходьба в колонне по одному.

**Дыхательная гимнастика «Мы задуем огонек»**

**Физинструктор:**Нужно глубоко вздохнуть,

Чтобы огонек задуть!

Сделайте свободный вдох и задержите дыхание, пока приятно; сложите губы трубочкой и сделайте 3 коротких выдоха.

- Расчет на первый, второй, перестроение в две шеренги.

**ОРУ: Упражнение «Пожарные сильные»**

И. п: основная стойка, руки к плечам, кисти сжаты в кулаки. С силой поднять руки вверх, разжать кулаки, подняться на носки, вернуться в исходную позицию, с силой развести руки в стороны, разжать кулаки, подняться на носки. Вернуться в и.п. Повторить 10-12 раз.

**Упражнение «Сматываем шланги, готовимся к выезду»**

И.п.: ноги на ширине плеч, руки перед грудью.

Наклон вперед. На счет «1, 2, 3» - вращательные движения обеими руками перед грудью, на счет «4» - вернуться в и.п. Повторить 10 раз. Темп умеренный.

Указания детям: «При выполнении вращательных движений имитируем сматывание шланга».

**Упражнение «Вызов принят, поехали»**

И.п.: лежа на спине, ноги вместе, руки вдоль туловища.

Подтягивать поочередно ноги к животу, затем их полностью выпрямлять в коленях. Повторить 12 раз. Темп сначала умеренный, затем быстрый, снова умеренный.

**Упражнение «Качаем воду»**

И.п.: стоя на коленях, руки вдоль туловища.

1-2- наклон вправо, руки вверх - выдох.

3-4- вернуться в и.п. - вдох.

Выполнить по 8 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, круговое движение корпусом в одну и в другую сторону. Повторить 10 раз. Темп умеренный.

**Упражнение «Задание выполнено»**

И.п.: ноги скрестно, руки вниз. 12-16 подпрыгиваний, меняя положение ног врозь - скрестно, одновременно выполняя хлопки руками над головой. Повторить 4 раза, чередуя с ходьбой.

**Упражнение «Пожар потушен»**

И.п.: основная стойка.

1-2- руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носочки - вдох.

3-4- руки вниз, опуститься на всю ступню - выдох. Повторить 8 раз. Темп умеренный.

Указание детям: «Выдыхая, произносите: у-х х-х-х-х-х».



**Физинструктор:**Вы были точны, быстры и все упражнения выполнили красиво. Ребята, а из-за чего может возникнуть пожар?

***Ответы детей.***

**Физинструктор:**Правильно, чаще всего пожар случается из-за невнимательности людей, из-за неосторожного обращения с огнем. Причиной лесного пожара может быть плохо затушенный костер, брошенный кем-то спичка, даже осколок стекла, собирающий солнечные лучи. У пожара может быть много причин, но главное – пожар не случайность, а результат неправильного поведения. Огонь из доброго может превратиться и в злого. И тогда, что же надо делать?

***Ответы детей.***

**Физинструктор:**Верно, нужно вызвать по телефону 01 пожарную команду, дождаться ответа, сообщить свой адрес или обратиться к соседям.

Ребята, давайте и мы поскорее сядем в пожарные машины и отправимся на помощь. За ведущим стройся, в колонну в одного шагом марш. Дима, Мелания, Катя, приступить к обязанностям дежурных помочь расставить снаряды.

**Физинструктор:**Ребята, скажите пожалуйста, а чем можно потушить огонь?

**Ответы детей:** песком, водой, огнетушителем.

**Физинструктор:**Ребята, а вы знаете, что сегодня 7 февраля – День рождения огнетушителя?

Да, да, оказывается 7 февраля является днем рождения этого полезного изобретения! Ребята, а вы знаете зачем нужен огнетушитель? ***ответы детей***

Вода не всегда эффективно помогает бороться с огнем, зато используя в первые секунды и минуты возгорания огнетушитель, можно предотвратить серьезный пожар, человеческие жертвы и материальные потери. Примитивные устройства для тушения пожаров люди применяли и в глубокой древности, однако прототип современного огнетушителя был создан относительно недавно. Первый огнетушитель, максимально близкий к современным моделям, был запатентован американцем Аланом Креем 7 февраля 1863 г. – эта дата и стала официальным Днем рождения огнетушителя. Пожарным приходиться трудно на пожаре приходится преодолевать задымленные участки, пробираться по разным тоннелям, чтобы потушить пожар.

**Физинструктор:**Вот мы и прибыли на место пожара. На первый и второй рассчитайсь.

***Дети делятся на 2 команды.***

**Эстафета «Спасение игрушек»**

**Физинструктор:**Ребята, случилась беда, случился пожар и игрушки попали в беду. Но добраться до игрушек можно тогда, когда вы преодолеете все препятствия.

**1. «Задымленный коридор»**. Ползание по-пластунски в туннеле. По сигналу первые из команд начинают ползти в туннеле, доползти до финиша взять игрушку и проползти обратно. После выхода из тоннеля, дети бросают мешочки с песком в обруч - очаг возгорания. Чем больше попаданий, тем быстрее будет потушен пожар. Ребенок, бросивший мешочек с песком, берет спасенную игрушку и у носит ее.





**2. «Добраться до места возгорания».** Ходьба по канату приставным шагом, руки на поясе мешочек с песком на голове, сохранения равновесия.

Все упражнения повторяют 2 раза. (дежурные убирают снаряды). **Физинструктор:**Молодцы, ребята! Справились с задачей на отлично, спасли игрушки!

**Физинструктор:**А сейчас я предлагаю вам поиграть в игру.

**Подвижная игра «Огненный Дракон»**

Игроки становятся в круг, берутся за руки, идут по кругу приставным шагом, на каждый шаг говорят: «Огонь-дракон, уходи вон!» Спящий Дракон лежит в центре круга. Когда Дракон встаёт, выпрямляется и машет на уровне груди алыми лентами («язычками пламени»), игроки разбегаются.

**ДРАКОН:** Язычки огня всё ближе, ближе

                  Нагибайтесь ниже, ниже!

Все игроки увёртываются, наклоняются низко, ползут, чтобы водящий их не задел. Те, кого не задел, возвращаются в круг.



**Физинструктор:**Молодцы вы показали свою быстроту, пожар потушен.

**Релаксация** **“Тишина”** Тише, тише, тишина!   
 Разговаривать нельзя!   
 Мы устали – надо спать – ляжем тихо на кровать   
 И тихонько будем спать.

А теперь пора вставать

**Физинструктор:**Ребята, а инспектор Огоньков просил передать вам всем эмблемы «Юные пожарные», за то, что вы справились с пожаром. Молодцы!

***Награждение эмблемами под марш «Пожарные».***

**Физинструктор:** В колонну за направляющим стройся, круг почета, шагом марш! ***(дети уходят в группу).***