Мы – юные пожарные! (конспект НОД в области "Физическая культура" с детьми Разновозрастной группы)

Воспитатель: Печенежская Т В

**Цель:**Совершенствование физических способностей детей дошкольного возраста

**Задачи:**

1. Развивать физические качества, морально-волевые качества.
2. Закреплять навыки ползания, меткости, прыжков с продвижением вперед
3. Способствовать развитию вестибулярного аппарата.
4. Воспитывать интерес к занятиям физкультурой.

**Оборудование:**красные жилеты, гимнастические коврики, шары для метания, «капля», «огонек», фигуры пожарного, медали - по количеству детей; набор мягких модулей (дуги 2 шт., прямоугольники 5 шт.), корзина для шаров, мишень, канат, ребристая доска, ведро, макет дома, увлажнитель для воздуха, жилет «Пожарная машина», аудиозапись «Быстро-медленно», изображение пьедестала.

**Ход занятия:**

**Воспитатель:**Раз, два, не ленись

На разминку становись

*Дети* *входят* *в* *зал* *в* *колонне* *по* *одному,* *движутся* *по* *кругу*

**«Разминка».**

**I часть.** **Вводная (4 мин)**

|  |  |
| --- | --- |
| Ходьба в колонне по одному | 10 сек |
| Ходьба приставным шагом правым и левым боком | 10/10 сек |
| Ходьба на носках, на пятках | 10/10 сек |
| Ходьба выпадами | 15 сек |
| Бег обычный | 15 сек |
| Ходьба в колонне по одному | 10 сек |
| Перестроение в три колонны |  |

*Дети* *встают* *рядом* *с* *гимнастическими* *ковриками*

**Воспитатель:**Сегодня Вы - пожарные! Не зря на нас надеты красные жилеты!

**Воспитатель:**А каким должен быть пожарный?

**Ответы детей:** Смелый, храбрый, ловкий, быстрый, находчивый и т. д.

**Воспитатель:**Все всё правильно сказали. А как вы думаете, любой человек может стать пожарным?

**Ответы детей:**

**Воспитатель:**Пожарным может стать только специально обученный, подготовленный человек. Тогда не будем терять времени и приступить к тренировке

**II часть.** **Основные** **движения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *1. «Сильные* *пожарные»* |  |  |
| 1. Исходное положение (И.п.)– о.с. руки к плечам, кисти сжаты в кулаки. | 1 - С силой поднять руки вверх, 2 - разжать кулаки, 3 - подняться на носки, 4 - вернуться в И.п. | Длительность 4 раза. |
| *2.«Готовность* *№1 «Сматывание* *шланга»* |  |  |
| И.п. стоя ноги на ширине плеч, руки опущены. | В.1- наклон вперед; 2-3-вращательные движения руками;  4-в И.п. | Длительность 4 раза. |
| *3. «Вызов* *принят,* *поехали!»* |  |  |
| И.п.- лежа на спине, ноги вместе, руки вдоль туловища | Поднимание поочередно прямых ног. | Длительность по 8 на каждую ногу, темп умеренный к быстрому. |
| *4. «Качаем* *воду»* |  |  |
| И.п. – стоя на коленях, руки на поясе. | В 1 наклон вправо, левая рука вверх, правая на поясе – выдох. 2 –вернуться в И.П. 3 – наклон влево, правая рука вверх, левая на поясе 4 – вернуться в И.п. – вдох. | Длительность по 4 в каждую сторону. |
| *5. «Тушим* *пожар»* |  |  |
| И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, прямые руки на уровне груди, кисти в замок. | В – 1-4 руки вправо/влево, круговое движение корпусом в одну и в другую стороны. | Длительность по 4 раза в каждую сторону. |
| *6. «Задание* *выполнено»* |  |  |
| И.п. – ноги вместе, руки внизу | 8 подпрыгиваний, одновременно выполняя хлопки над головой | 2 раза чередуя с ходьбой. |
| *7. «Пожар* *потушен»* |  |  |
| И.п. – о.с. | 1-2 через стороны руки вверх, приподняться на носки. 3-4 руки вниз выдох. Сказать у-у-у-у-х. | Длительность 3-4 раза. |

**Воспитатель:**Молодцы, все вы внимательные и хорошо выполняли упражнения.

Какое упражнение было самым сложным/легким? Какое упражнение вам понравилось?

А вы знаете, что пожарные должны быть не только сильными, но и быстрыми и ловкими. Ведь от скорости их работы, их движений зачастую зависят сохранность строений, лесов, и… жизни пострадавших в пожарах!

**Воспитатель:**Пожарным приходиться трудно на пожаре приходится преодолевать задымленные участки, пробираться по разным тоннелям, чтобы потушить пожар.

Сейчас мы пройдем с вами полосу препятствий. А как мы это сделаем, посмотрим на экране.

Просмотр видео-прохождения препятствий

**Воспитатель:**Не забывайте держать дистанцию.

*По* *команде* *дети* *начинают* *проходить* *полосу* *препятствий* *поточным* *способом*

1. Проползти под дугами на животе, не задевая головой, энергично работая руками и ногами.
2. «Меткость». Метание шара в корзину правой рукой снизу.
3. Нужно пройти по канату, руки за головой, пятки и носки на полу, канат между пяткой и носком, сохраняем равновесие, держа спину прямо.
4. Затем прыжки по модулям ноги вместе, руки на поясе.
5. Пройти по ребристой доске, руки на поясе.

**Воспитатель:** Молодцы, вы хорошо справились с препятствиями, выполняли все правильно и быстро!

*Воспитатель* *обращает* *внимание* *на* *«горящий»* *дом* *(заранее* *спрятанный)* *из* *которого* *идет* *дым* *(имитированный)*

**Воспитатель:**Ой, посмотрите, дом горит! Дети, скажите, пожалуйста, а чем можно потушить огонь?

**Ответы детей:** Песком, водой, пеной.

**Воспитатель:**Вы же сегодня пожарные! Нам необходимо потушить пожар в доме! Для этого вы должны пройти полосу препятствий взять каплю воды и «потушить» огонек, закрыв его.

*Краткие* *указания* *по* *выполнению* *задания*

*Дети* *проходят* *полосу* *препятствий* *поточным* *способом*

1. Проползти под дугами на животе, не задевая головой, энергично работая руками и ногами.
2. «Меткость». Метание шара в корзину правой рукой снизу.
3. Нужно пройти по канату, руки за головой, пятки и носки на полу, канат между пяткой и носком, сохраняем равновесие, держа спину прямо.
4. Затем прыжки по модулям ноги вместе, руки на поясе.
5. Пройти по ребристой доске, руки на поясе.
6. Взять из ведра каплю и «потушить» огонь.

**Воспитатель:**Молодцы, пройдя все препятствия и потушив пожар, вы показали свою быстроту и ловкость.

Сложно/легко было проходить испытания? Какое испытание вам понравилось больше всего?

**Воспитатель:**А теперь все вместе уберем полосу препятствий. Все раскладываем по местам.

Уборка спортинвентаря

**Воспитатель:**На чем пожарные возвращаются в пожарное депо?

**Ответы детей:** На пожарной машине

**Воспитатель:**И мы с вами сейчас отправимся в пожарное депо на машине!

**Игра «Пожарная машина едет в депо»**

Дети строятся в колону по одному, кладут руки на плечи впереди стоящему и передвигаются под ускоряющийся темп музыки (шагом/бегом).

Песня-танец - Колесики, колесики и красивый руль

**Воспитатель:** Вот мы и прибыли в пожарное депо. Сегодня мы с вами говорили о качествах, которыми должен обладать пожарный, проверили себя какие же мы ловкие и смелые, соревновались, играли, разминались.

**Рефлексия: «Чемпион».**

(Изображение пьедестала 1-е,2-е,3-е места, фигурка пожарного из бумаги по кол-ву детей.)

Если вам сегодня было интересно, и вы со всем справились, то можете приклеить своего пожарного на первое место, он молодец и одержал победу.

Если вам было интересно, но не всё получалось легко, то приклейте вашего пожарного на вторую ступеньку, он будет еще учится.

А если вам сегодня было не очень интересно, вы испытывали трудности при выполнении заданий, то приклейте вашего пожарного на третье место, и не расстраивайтесь, ведь у вас обязательно всё получится в следующий раз!

**Воспитатель:**Труд пожарных – это каждодневный подвиг. За особую смелость и спасение людей на пожарах – пожарных награждают медалями «За отвагу». Сегодня я хочу наградить вас медалями «Юных пожарных», т.к., надеюсь, вы будете всегда помнить о том, как нужно вести себя с огнем, будете заниматься спортом, станете сильными, отважными, храбрыми, как настоящие пожарные.

И напоследок хочу дать вам один совет:

Кто с огнем не осторожен, у того пожар возможен,

Ребята, помните, о том.

Что нельзя шутить с огнем!

Вручение медалей детям.

А теперь встали в колонну по одному и по кругу шагом марш!

Почетный круг юных пожарных!

В группу шагом марш!