

Муниципальное казенное дошкольное  
образовательное учреждение  
города Новосибирска  
«Детский сад № 362  
комбинированного вида»



**Конспект  
непосредственно - образовательной деятельности  
по физическому развитию на тему:  
«День спасателя»  
для детей старшей группы**

Усманова Галина Владимировна  
инструктор по физической культуре  
высшей квалификационной категории

2019 год



**Цель:** Развитие ловкости средствами подвижных игр и эстафет.

**Задачи:**

**Образовательные:**

Обучать правилам эстафет;

1. Обучать правилам эстафетных игр;
2. Закреплять умения выполнять упражнения на координационной лестнице;
3. Обогащать двигательно-игровой опыт детей;
4. Формировать представления детей о профессии спасателей;

**Оздоровительные:**

Укреплять опорно-двигательный аппарат

**Воспитательные:**

1. Показать детям значимость профессии спасателя, вызвать стремление подражать взрослым;
2. Воспитывать дружелюбие, взаимопомощь, заботливое отношение к окружающим, к своему здоровью.

**Участники:** обучающиеся старшей группы

**Предварительная работа:**

- чтение произведений художественной литературы,
- беседы об опасных ситуациях в жизни, о профессии спасателей,
- рассматривание иллюстраций,
- обучение упражнениям на координационной лестнице

**Оборудование, инвентарь:** рация, аудиоколонка, музыкальное сопровождение песни «Буду точно я пожарным», фоновая музыка для заставок композитора Г.Гладкова, записи телефонных звонков, оформление зала плакатами и спасательными инструментами, координационная лестница (2 шт.), спасательные жилеты двух цветов по количеству детей, мягкие игрушки по количеству детей, мягкие модули 20 шт., гимнастическая скамейка, ворота (2 шт.), мостики (2 шт.), красные ленточки по количеству участников, 2 голубые ленточки, игровое пособие «парашют», маленькие мячики, удостоверения юных спасателей.

**Ход НОД:**

Содержание	Дозировка	Методические указания
<b>Вводно-подготовительная часть 4-5 мин</b>		
Дети входят к физкультурный зал, готовятся к занятию, появляется <b>инструктор по физической культуре:</b> «Ребята, сегодня физкультура отменяется, в нашем зале развернулась тренировочная база для юных спасателей»  <b>Воспитатель:</b> «Как вы думаете, кто такие спасатели?» (Ответы детей) «А можно нашим ребятам попасть на тренировочную базу?» <b>Инструктор по физической культуре:</b> «Извините, но вход только смелым и отважным детям, которые не боятся трудностей» <b>Воспитатель:</b> «Дети, мы с вами не побоимся трудностей?» (Ответы детей)	2-3 мин	(Спасатели – это мужественные люди, которые спасают всех, кто попал в беду. Это полицейские, пожарные, врачи, работники МЧС)

<b>Инструктор по физической культуре:</b> «Чтоб спасателями стать, Очень много нужно знать. Мужество иметь, сноровку – Здесь помогут тренировки! Надеваем спасательные жилеты и приступаем к разминке!		Дети с помощью взрослых надевают спасательные жилеты и самостоятельно встают в разомкнутый строй
Разминка под песню «Буду точно я пожарным» И.п. – о.с. 1 – руки к плечам, 2 – руки вверх 3 – руки в стороны ладонями вверх, 4 – и.п.	4 раза	Сохранять осанку
И.п. – о.с. 1 - прыжок в стойку ноги врозь, хлопок над головой, 2- прыжок в и.п.	8 раз	Стараться выполнять упражнение правильно
И.п. – о.с. Ходьба на месте	8 счёт	Поднимать колени
И.п. – о.с. Ходьба на месте с поворотом вправо вокруг себя	8 счёт	Сохранять осанку
И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс 1-3 – три пружинящих наклона вправо, левая рука вверх, 4 – и.п., 5-8 – тоже влево	2 раза	Наклон точно в сторону
И.п. – о.с. 1 - прыжок в стойку ноги врозь, хлопок над головой, 2- и.п.	8 раз	Стараться выполнять упражнение правильно
И.п. – о.с. Ходьба на месте	8 счёт	Поднимаем колени
И.п. – о.с. Ходьба на месте с поворотом вправо	8 счёт	Сохранять осанку
И.п. – упор сидя сзади 1 – развести ноги врозь, 2 – и.п.	4 раза	Спина прямая, плечи не поднимать, ноги не сгибать
Тоже упражнение в ускоренном темпе	4 раза	
И.п. – упор сидя сзади 1 –наклон вперёд, 2 –и.п., 3 – поднять таз, 4 – и.п.	4 раза	руки через верх прогнуться
И.п. – о.с. Бег на месте на месте	8 счёт	Поднимаем колени
<b>Основная часть 12-16 минут</b>		
Перестроение в 2 колонны, выполнение комплекса упражнений на координационной лестнице: 1. И.п. – стоя лицом к лестнице. Ходьба	1-2 раза	Команды строятся в соответствии с цветом спасательного жилета. Следующий участник начинает выполнение упражнения, когда предыдущий заканчивает прохождение по лестнице. Голова прямо, смотреть вперёд, на линии не наступать.
2. И.п. – стоя лицом к лестнице. Бег лицом вперед	1 раз	Каждый раз наступать в следующую ячейку лестницы
3. И.п. – стоя лицом к лестнице. Прыжки на двух ногах	1 раз	Требовать точного исполнения движений, не наступать на линии
4. И.п. – стоя лицом к лестнице. Прыжок на две ноги в первую ячейку лестницы, затем в стойку ноги врозь (ноги по обе стороны следующей ячейки), потом снова прыжок ноги вместе внутрь третьей ячейки и т.д.	1 раз	Следить за правильным выполнением прыжков и соблюдением очередности

