Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 52 «Ласточка» Старооскольского городского округа

Физкультурное развлечение «Защити себя и помоги другу»

(подготовительная к школе группа)

Подготовила:

инструктор по физической

культуре: Гладских Л.А

.

г.Старый Оскол

2025

**Тема:** « Защити себя и помоги другу »

**Задачи:** Закрепить у детей навык действия в чрезвычайных ситуациях через эстафеты

Развивать физические качества: быстроту, ловкость, силу.

Воспитывать дисциплинированность, собранность в критических ситуациях, взаимопомощь.

**Оборудование:** Противогазы(сумки-имитации), кегли, куклы, носилки, скамейки, обручи, гимнастические маты, столы детские,листы А4, карандаши и фломастеры, ворота-дуги.

**Предварительная работа:** чтение книг, рассматривание иллюстраций, проведение сюжетно-ролевых игр.

**Ход развлечения:**

Выход команд под музыку.

**Ведущая-воспитатель:** 4 октября 2024 году исполнилось 92 года со дня образования Гражданской обороны России.

В настоящее время каждый человек нашей страны обязан пройти обучение по гражданской обороне, т.е. в случае необходимости уметь защитить себя и помочь другу. А для этого необходимо еще в мирное время изучить и овладеть основными способами и средствами защиты от оружия массового поражения.

**Граждане Российской Федерации обязаны:**

**Знать:**

- средства и способы защиты в чрезвычайных ситуаций;

- правила поведения при возникновении опасностей;

- правила и порядок оказания само- и взаимопомощи при поражениях, травмах и ранениях.

**Уметь:**

- четко действовать по сигналам оповещения;

- пользоваться средствами индивидуальной защиты;

-оказывать доврачебную медицинскую самопомощь и помощь пострадавшим.

Дети читают стихи.

*1 ребёнок:* День гражданской обороны

Привносит в жизнь свои законы,

И ты их строго соблюдай,

Достойно долг свой исполняй.

*2 ребёнок:* С днем гражданской обороны

Поздравляю, граждане!

Эти наши гарнизоны

Самые отважные!

*3 ребёнок:* С днем гражданской обороны

Поздравляю я сейчас,

Беды пусть и катастрофы

Не коснутся в жизни вас.

*4 ребёнок:* Не прибавиться работы

У спасателей пускай,

Катаклизмам, терроризму

Скажем нынче мы: прощай.

*5 ребёнок:* Во всем мире пусть не будет

Бед и катастроф,

Осторожны будут люди,

Каждый пусть готов

*6 ребёнок:* И к труду, и к обороне

Станет в час любой,

Мир пусть будет в каждом доме,

Счастье и покой.

**Инструктор по ФК.** Часто так бывает, что человек погибает не от огня, а от газов, которые выделяются при горении различных материалов. Это в первую очередь, угарный газ, который очень опасен для жизни людей. Поэтому при пожаре главное защитить органы дыхания. Для этого необходимы приспособления: респиратор, противогаз, а если нет, то подручными средствами, например, мокрое полотенце.

**1 эстафета** *«Передача противогаза»*

Команды строятся в колонну друг за другом. Первый бежит с сумкой противогазом, оббегает кеглю, передать следующему, до последнего участника, а потом последний участник одевает противогаз. Побеждает команда, которая закончит первая.

**Инструктор по ФК.** Очень часто в чрезвычайных ситуациях необходима помощь более слабым или получившим травмы. Спасатели должны одеть на себя защищающие маски и прийти на помощь пострадавшему.

**2 эстафета** «Оказание доврачебной помощи пострадавшему»

В паре взять полотенце, Подбежать к пострадавшему (кукла), аккуратно положить ее на носилки и принести в колонну, передать носилки следующей паре, пара на носилках относят пострадавшего на противоположную сторону, оставить его там, с пустыми носилками вернуться в колонну.

**Инструктор по ФК.** Ребята, вы наверное устали? Давайте с вами немножко отдохнем и проверим ваши знания. Ведь спасатели должны быть не только смелыми, сильными и ловкими, но еще и очень умными.

**Ведущая-воспитатель:** Сейчас я буду задавать вопросы каждой команде по очереди.

— Что такое чрезвычайная ситуация? (опасность, угрожающая многим людям).

— Кто такие спасатели? (Люди службы спасения, которые специально обучены, подготовлены и снабжены всем необходимым для оказания помощи в местах, где произошли чрезвычайные события).

— Если ты в квартире один и начался пожар, что следует делать? (Если огонь небольшой, можно попробовать сразу затушить его, набросив на него плотную ткань, одеяло или вылить кастрюлю воды. Если огонь сразу не погас, немедленно убегай из дома в безопасное место и только после этого звони в пожарную охрану по телефону «01» или попроси об этот соседей. Если не можешь убегать из горящей квартиры, сразу звони «01», сообщи пожарным точный адрес и номер своей квартиры. После этого из окна зови на помощь соседей и прохожих. Если чувствуешь, что задыхаешься от дыма, опустись на корточки или продвигайся к выходу ползком – внизу меньше дыма.

Ожидая приезда пожарных – не открывай окна, не теряй головы и не выпрыгивай из окна, тебя обязательно спасут).

— Как уберечь себя от поражения электрическим током? (Нельзя прикасаться к оголенному или плохо изолированному проводу, не пользоваться неисправными электроприборами, не прикасаться к электроприборам мокрыми руками, не играть вблизи электроподстанций, на чердаках или подвалах около электрощитов, не прикасаться ( а в сырую погоду не подходить ближе чем на 5 метров) к упавшим на землю проводам под напряжением).

- Как помогает пешеходам и машинам светофор? (Он показывает, когда можно переходить дорогу пешеходам или ехать машинам, а когда ждать?).

- Что означаю красный, желтый и зеленый сигнал светофора? ( Если горит красный сигнал светофора – переходить улицу нельзя, желтый сигнал предупреждает о том, чтобы вы готовились к переходу. Когда загорается зеленый свет – путь открыт и вы можете идти).

**Инструктор по ФК.** Однажды в городе одном

Беда случилась, наводненье!

Водой залило всё кругом,

Казалось: нет нигде спасенья.

В таких случаях всегда приходят на помощь спасатели

Итак, задача наших команд осуществить переправу с помощью «плав» средств через пострадавший район.

**3 эстафета** *«Переправа»*

Бежит первый номер берёт обруч, возвращается и забирает второго участника, бегут вдвоем, на обратной стороне первый остается, второй бежит за третьим, затем третий оставляет второго и возвращается за четвёртым и т.д.

**Инструктор по ФК.** Ребята на крыльцо детского сада подложили черный пакет, пакет подозрительно тикает, есть подозрение о террористическом акте. Есть свидетели, которые видели предполагаемого террориста. Его описание: голова большая, туловище маленькое, руки длинные, ноги короткие, глаза хитрые, нос крючком, рот на замке, волосы редкие кудрявые. Ваша задача нарисовать фоторобот террориста.

**4 эстафета** *«Фоторобот»*

Каждому участнику выдается лист с описанием что рисовать, участники эстафеты по очереди добегая до ватмана рисуют свою часть.

**Инструктор по ФК.** Ребята, молодцы, составили фоторобот террориста. Похож? Какой злой! Теперь мы передадим этот фоторобот сотруднику полиции, чтобы они поймали преступника.

**Инструктор по ФК**. Если где-то наводненье,

Извержение вулкана,

Взрыв, обвал, землетрясенье, -

Будет он ведь неустанно

Пострадавших выручать

И в беде им помогать.

Как вы думаете кто это?

Правильно спасатель.

Взрыв, обвал, землетрясенье, -

Будет он ведь неустанно

Пострадавших выручать

И в беде им помогать.

Как вы думаете кто это?

Правильно спасатель.

Сейчас задача наших команд на время пройти полосу препятствий.

**5 эстафета** *«Спасатель»*

Проползти по скамье, подтягиваясь руками; подлезть под воротца; проползти на четвереньках по мату.

**Инструктор по ФК.** Ну что ж ребята, вы все молодцы, с проверкой по гражданской обороне вы справились, Надеюсь, все полученные знания сегодня, вам пригодятся во взрослом будущем.   
Защищаться от беды  
Мы должны учиться сами,  
Пусть огонь, вода и воздух  
Станут добрыми друзьями.  
  
Пусть трагедий, катаклизмов,  
Катастроф наш мир не знает,  
Всем живущим на планете  
Безопасности желаю.  
Под марш команды выходят из зала.