МБДОУ «Детский сад «Жемчужинка»

СПОРТИВНЫЙ ДОСУГ

***«СПАСАТЕЛЬНЫЙ КРУГ»***



Декабрь 2017 год

**Спортивный досуг «Спасательный круг»**

Подготовила и провела: руководитель ФИЗО Шумкова О.В.

Задачи:

* Учить детей как правильно действовать в опасных ситуациях на льду;
* Развивать двигательные навыки, выносливость, ловкость, силу, быстроту.
* Воспитывать дружеское отношение друг к другу, чувство товарищества, взаимовыручку.

Оборудование: 2 – гимнастические скамейки, 2 – обруча (большого диаметра), канат, 4 листа белой бумаги, 8 -10 плоских обручей, 2 - плавательных круга, 2 тоннеля, игрушки.

Дети под музыку входят в зал, строятся в колонну.

Руководитель по ФИЗО: - Ребята, какое сейчас время года?

Дети: - Ранняя зима.

Ф: - А какая погода?

Д: - Холодная, часто идет снег, дует холодный ветер.

Ф: - Молодцы, а сейчас отгадайте загадку:

Он появляется тогда,

Когда замёрзнет пруд, река.

На нём так трудно удержаться,

Но любим по нему кататься! *(лед)*

Ф: - Каждую зиму реки, пруды и озера покрываются «ледяной корочкой». Эти места так и манят детей поиграть в хоккей, покататься на коньках и санках или просто погулять. Кажется, что лед очень толстый и безопасный, и ни за что не сломается. Но на самом деле это вовсе не так, ведь вода замерзает неравномерно. Лед крепче у берега, его толщина уменьшается на большой глубине. Может случиться и такое, что даже толстый лет не выдержит веса группы людей. В итоге можно оказаться в ледяной воде или еще хуже попасть под лед.

**Правила поведения на замерзших водоемах:**

- для зимних игр есть специально отведенные места (каток, горки). Заледенелые водоемы лучше обходить стороной.

 - если наступить на тонкий лед, он непременно затрещит. В такой ситуации нельзя паниковать и делать резких движений. Необходимо спокойно и как можно быстрее добраться до берега, но ни в коем случае не бежать. Если лед под ногами продолжает трескаться, аккуратно лягте на живот и ползите к берегу.

**Что делать если вы все-таки провалились под лед?**

1. Позовите на помощь. Даже если вы чувствуете, что можете выбраться самостоятельно, не нужно пренебрегать чужой помощью.
2. Раскиньте руки, чтобы зацепиться за лед. Не барахтайтесь, старайтесь удержаться на поверхности и не погружаться глубоко в воду.
3. Аккуратно передвиньтесь к тому краю, где течение не затаскивает  под лед.
4. Попытайтесь выбраться на лед без резких движений, не обламывая его края. Нужно двигаться в ту сторону, откуда вы пришли.
5. Если лед выдержал вас, не спешите сразу же вставать. Лягте на живот, чтобы равномерно распределить массу своего тела, и ползком добирайтесь до берега.
6. Оказавшись в безопасной зоне, поспешите вернуться домой как можно быстрее. В первую очередь нужно согреться, чтобы не получить серьезные осложнения.

Если под лед провалился другой человек, например, ваш друг, позовите взрослых, находящихся поблизости. Не подходите слишком близко к опасной зоне иначе можете провалиться сами. Из безопасного места постарайтесь помочь пострадавшему любыми подручными средствами: протяните длинную палку или ветку, киньте ремень от сумки, шест. Когда он ухватится за него, помогите ему выбраться из воды и отведите в безопасное место.

Ф: - Ну что, запомнили правила?

(Дети подготовительной группы читают стихи)

Дима С.: Зима! Скорее на коньки!

Какие славные деньки!

Но выходить на лёд нельзя,

Пока непрочен он, друзья,

Сальма: Когда есть трещины на нём,

Когда вдруг потеплело днём…

Провалишься – придёт беда:

Зимой холодная вода…

Но ведь не все ребята знают, как действовать в опасных ситуациях, давайте их научим.

Дети делятся на две команды.

Эстафеты:

Если кто-то провалился под лед, надо ему помочь, но подходить нельзя: нужно подползти.

**1."По тонкому льду**" (ползание по скамейке на животе, подтягиваясь на руках.)

**2."Переправа"** Перед вами река, и нужно перебраться на другой берег. Первый участник вплавь*(бегом)* держа в руках паром (обруч), захватывает игрока, бежит назад, остается на берегу, а второй бежит за следующим и так нужно переправить всех участников на другой берег.

Если ты попал в беду, мы спешим на помощь!

**3."Помоги тонущему" (**Перетягивание каната.)

Руководитель ФИЗО: Молодцы, ребята!

Настя С.:Вы слышали о **воде**?

Говорят она везде!

Вы в пруду её найдете

и в сыром лесном болоте.

В луже, в море, в океане

и водопроводном кране.

Руководитель ФИЗО: А где мы можем встретить воду в природе? *(ответы детей)*

Руководитель ФИЗО: Верно. В пруду, в водоеме, озере, океане, реке, дожде и т. д.

Смотрите, что у меня есть. Капельки, они не простые, а волшебные. Давайте посмотрим, какие загадки приготовили нам веселые капельки.

Без досок, без топоров через речку мост готов.

Мост — как синее стекло: скользко, весело, светло. (Лед)

Он слетает белой стаей и сверкает на лету.

Он звездой прохладной тает на ладони и во рту. (Снег)

Бел, как мел, с неба прилетел.

Зиму пролежал, в землю убежал. (Снег)

Покружилась звездочка в воздухе немножко,

Села и растаяла на моей ладошке. (Снежинка)

Что за звездочки сквозные на пальто и на платке,

Все сквозные, вырезные, а возьмешь — вода в руке? (Снежинка)

Рыбам жить зимой тепло: крыша — толстое стекло. (Лед)

Прозрачный, как стекло, а не вставишь в окно. (Лед)

Летом гуляет, зимой отдыхает. (Река)

Руководитель Физо: Умнички! Отгадали все загадки. Продолжаем наши эстафеты.

***4.«Кто быстрее пробежит по льдинам»*** Команды переправляются по льдинам *(белая бумага)*. Назад бегом передают льдины следующим участникам.

**Ф:** Как известно, вода не прощает шалостей. Кто может прийти  на помощь, если все - таки мы провалились под лед?

Дети: - Спасатели, водолазы.

**Ф**: Редкий ныряльщик может продержаться под водой не больше двух минут: ныряем – и скорее поднимаемся, чтобы вдохнуть воздух. Водолазу воздух подают по резиновой трубке – шлангу. Он  может работать под водой по несколько часов. Сейчас мы поработаем водолазами и спасем наших друзей из беды.

**5.Эстафета *«Водолазы»*** Добежать до тоннеля, пролезть в него (нырнуть под воду), добежать до обруча, взять из него одну игрушку и назад через тоннель вернуться назад.

***6.«Пловцы»*** Дети одевают плавательные круги и ласты. Бегут к стойке, обходят ее и возвращаются назад. Передают эстафету.

**Ведущая:** Хоккей это зимний вид спорта? Правильно, зимний. Где играют в хоккей хоккеисты? На льду. Мы с вами тоже поиграем в эту игру, но прежде вспомните о мерах безопасности.

- Не кататься по тонкому льду на санках, на коньках.

- Не кататься на санках с горок на лед, он может треснуть.

- Если под вами затрещал лед и появились трещины, не бегите, а плавно ложитесь на лед и перекатывайтесь в безопасное место.

- Во время передвижения игры на льду следует обходить опасные места, покрытые толстым слоем снега.

- Передвигаясь по льду, обходите темные пятна: здесь лед очень хрупкий.

Вот только теперь, когда мы вспомнили все правила поведения на льду, можем поиграть в хоккей.

**7.Эстафета «Ловкие хоккеисты»**

Клюшкой отбивать «снежок» (воздушный шарик) до ориентира и назад. Передают эстафету.

**Ф**.:Ну что же, наше мероприятие подходит к концу. Сейчас я проверю, как вы запомнили правила поведения на льду.

Игра «да» - «нет». Если ответ «да», то дети хлопают в ладоши. Если «нет», то топают ногами.

Вопросы:

1. Можно ли прыгать на льду?
2. Нельзя переходить замерзший водоем в местах, где это запрещено?
3. Можно выходить на недавно замерший и еще не окрепший лед?
4. Можно собираться большими группами на одном участке льда?
5. Нельзя скатываться на санках, ледянках, лыжах с берега на тонкий, еще не окрепший лед?
6. Можно выезжать на автомобиле на лёд в любом месте?

Руководитель Физо: Молодцы все справились с заданиями, запомнили все правила. Теперь вы всегда будете внимательны и осторожны. Ходите на лед только со взрослыми. Соблюдайте все правила безопасности и тогда с вами никогда и ничего не случится.