*Спортивное развлечение*

*Подготовительная группа*

***«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.

*Выход команд под музыку*

Инструктор: 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.

Инструктор: 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 и 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. Побеждает команда, которая закончит первая.

Инструктор: 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»** По команде « Газы» спасатели надевают защитные маски, бегут к пострадавшему (игрушки по количеству участников). Одевают мокрое полотенце на пострадавшего переносят на руках в безопасное место.

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.

**Эстафета3 «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:

Над огнём завесой плотной
Дым летает беззаботно,
Но живут надеждой люди -
Помощь вовремя прибудет!
МЧС всегда на страже.

И в беде спасает граждан.

Но прежде чем погасить огонь необходимо запастись водой, что мы с вами сейчас и будем делать.

**Эстафета 4**

*У каждой команды на линии старта находится ёмкость с водой ( 2 детских ведерочка), а на противоположной стороне пустая ёмкость, необходимо передавать ёмкость с водой из рук в руки стоя в шеренге.*

Инструктор: Ребята на крыльцо школы 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.

**Эстафета 5 «Портрет»**

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

Инструктор: Мы обнаружили зараженный предмет и теперь его необходимо уничтожить, но сначала его нужно перенести, а переносить мы его будем в специальных перчатках.

**Эстафета 6 «Зараженный предмет»**

*Первый участник одевает боксёрские перчатки, пробегает эстафету перенося пол литровую бутылку, передает второму перчатки и бутылку и т.д.*

Инструктор:

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. Сейчас задача наших команд на время пройти полосу препятствий. Стартует вся команда одновременно.

Время засекается от старта первого участника до финиша последнего.

**Эстафета 7 «Полоса препятствий»**

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

Подведение итогов.

Инструктор: Ну что ж ребята, вы все молодцы, с проверкой по гражданской обороне вы справились. Надеюсь, все полученные знания сегодня, вам пригодятся во взрослом будущем.