

Интегрированный урок физкультуры и ОБЖ

«Поведение человека в экстремальных ситуациях в природе»

Урюпина Елена Александровна, учитель физической культуры

Тема: Поведение человека в экстремальных ситуациях в природе.

Цели:

- 1) развивать ловкость и быстроту движений в эстафетах, координацию движений в беге, развивать устойчивое равновесие.
- 2) повторить и закрепить правила поведения человека в природе.
- 3) сформировать основные правила поведения на природе, у водоёмов, и умение применять их в случае чрезвычайных ситуаций.
- 4) учить детей быстро и организованно строиться, занимать свои места по сигналу учителя, соблюдать правила игры, оказывать взаимопомощь, уважать друг друга.
- 5) провести инструктаж о правилах игры, учитывая физические и возрастные особенности учащихся.

Вводная часть. Построение. Рапорт.

1) Сообщение темы и цели урока.

- Сегодня у нас будет необычный урок.

- Кто из вас ходил в поход?

А кто такие туристы? Почему нельзя ходить одним в лес?

- Итак мы с вами отправляемся в лес.... (ходьба по кругу)

- Заходим в лес, идём по полянке. Что растёт слева? (повороты налево),

Что растёт справа? (повороты направо)

- А на поляне растут ягоды (собираем ягоды) - наклоны.

- А сейчас мы можем пройти только боком, правое плечо вперёд- переставными шагами. (по кругу)

Мы с вами попали в чащу, надо наклониться и пройти- прошли!

А впереди ручей, нам надо перейти через него по бревну, (голову подняли, руки в стороны)
МОЛОДЦЫ!

- А впереди болото, надо перейти по кочкам (прыгаем по кочкам)

- Болото перешли – идём дальше.

Услышали треск, наверное это мишка, а мы испугались и побежали, (бег по кругу)

А теперь по тропинке, (бег зигзагом).

- Вот вы и на полянке- (пофантазировали- лес, птицы). Немного отдохнули.

Расчёт на первый- второй, делимся на две команды, выбираем капитанов.

РОБИНЗОНЫ СЛЕДОПЫТЫ

Ребята, вас ждут серьёзные испытания!

(инструктаж: Как вести себя во время соревнований:

- 1) Слушать внимательно команды учителя.
- 2) Не шуметь и не отвлекаться, если хотите победить.

3) Помогать друг другу, соблюдать дистанцию во время бега.

1. Задание для капитановL

“Хвост драконов.” или “Паровозик.”

Выигрывает та команда, которая быстрее пробежит дистанцию, не потеряет свой хвост.

2. Задание: “Собираем дрова для костра.” (с закрытыми глазами, кто быстрее?)

(можно использовать кубики)

- Ребята, дрова вы собрали, а теперь нужно разжечь костёр.

- Как и где нужно разводить костёр? (отвечаем по очереди)

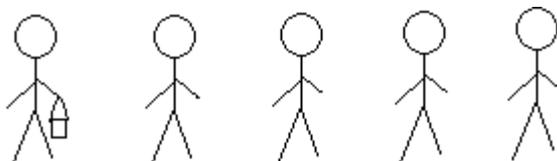
1) Нельзя разжигать огонь в сухую, жаркую погоду.

2) Разводить огонь ближе к водоёму.....

НЕ ЗАБУДЬ ПОТУШИТЬ КОСТЁР!

3. Задание: Тушим пожар!

(У каждой команды ведро, участники по очереди бегут за водой, ведро с водой передают следующим игрокам из рук в руки, последний тушит огонь и бежит за водой и так далее.)



Кто быстрее?

Но если пламя уже разгорелось и вы видите, что с ним не справитесь, немедленно уходите в ту сторону, откуда дует ветер.

4. Ребята, пока вы тушили пожар, вы сильно испачкались.

Что нужно сделать?

- Нужно умыться.

- Идём на речку!

КТО из вас умеет плавать?

- Какие правила личной безопасности вы должны соблюдать на воде?

- Спасти утопающего непросто, даже взрослому. Первое, что вы должны сделать, увидев тонущего человека- кричать! “Человек тонет!”

- Как вы можете помочь тонущему? (ответы детей)

5. Следующий конкурс “Переправляемся через реку, бросаем спасательный круг!”.

(использовать обруч, по сигналу учителя игроки команд одновременно переправляются на другой берег и пытаются передать- прокатить обруч следующему игроку на противоположную сторону и так далее)

- Все ребята переправились, никто не утонул. Вы помогли друг другу! МОЛОДЦЫ!

6. Устанавливаем палатку.



- Кто быстрее? (участники должны по очереди продвигаться ползком, первый становится в конце палатки, а второй продолжает продвигаться вперёд и так далее)

По ходу соревнований за каждое задание победителю выставляются очки.

7) Ребята , после себя нужно в лесу убрать весь мусор.

8) Подведение итогов.

Победила ДРУЖБА!





