**Спортивное мероприятие на улице,**

**посвященное Дню бега- 2023г.**

Цель:

•организовать досуг детей;

•удовлетворение естественных потребностей детей в движении;

•способствовать радостному эмоциональному объединению детей в совместной деятельности;

•укрепление и сохранение здоровья.

Задачи:

•Совершенствовать навыки бега.

•Развивать быстроту, ловкость, выносливость.

•Повышение функциональных возможностей систем организма.

•Развивать волевые качества, стремление к победе и уверенности в своих силах.

•Воспитывать характер, умение управлять эмоциями, чувство товарищества и взаимопомощи.

Предварительная работа:

•Подготовка спортивного оборудования для эстафет.

•Разметка для построения команд.

•Разметка финиша и старта.

Подготовка музыкального оборудования.

Действующие лица:

2 ведущих

2 старших группы

3 подготовительной к школе группы

Материалы и оборудование:

Спортивное оборудование (конусы 25 шт., стойки 5 шт., барьер 5 шт., эстафетные палочки 5 шт., свисток).

Колонки, музыкальный проигрыватель, микрофон.

**Ход мероприятия:**

Команды строятся вдоль площадки, звучит музыка.

**Ведущий:** Добрый день, дорогие ребята. Мы рады видеть вас на нашем празднике спорта. Сегодня в спортивных соревнованиях принимают участие дети старших и подготовительных к школе групп сада. Именно здесь и именно сегодня мы узнаем, кто у нас научился правильно и быстро бегать, преодолевая различные препятствия.

**Ведущий**: На стене Форума в Элладе было высечено: «Если хочешь быть сильным — бегай, если хочешь быть красивым — бегай, если хочешь быть умным — бегай». Справедливость этого изречения доказана многими исследованиями. Поэтому сегодня мы проводим День бегуна.

 Ребята, а что вы знаете о беге?

Бег — один из способов, при помощи которого люди и животные могут передвигаться. От ходьбы бег отличается «фазой полёта». Во время бега в какой-то момент обе ноги отрываются от пола. Можно сказать, что человек умеет «летать» (показывает картинку).

Бегать человек умел всегда, иначе бы он не выжил. В древние времена человеку приходилось убегать от хищников и при помощи бега охотиться на быстрых животных (показывает картинку)

И со временем люди заметили, что те, кто больше других бегает, становится ловким, сильным и выносливым. И поэтому люди стали специально бегать, чтобы тренировать в себе все эти качества. Раньше человек на охоте чаще погибал, ведь животные, служившие пищей, были намного сильнее и быстрее человека. Чем сильнее и выносливее человек становился, тем удачнее он охотился, защищал свои жилища от врагов.

А вы знаете, что в спорте бег бывает разный: на короткие дистанции, средние и длинные. Самая длинная дистанция называется марафонской и составляет 42км 195м. Также бывает бег с барьерами и эстафетный бег.

(показывает картинку)

**Ведущий:** Ребята, а знаете ли вы, кто из животных быстро бегает?

Ответы детей.

**Ведущий**: Самый быстрый из бегающих животных – это гепард. Он может развивать скорость до 110-115км/ч, страус до 70км/ч.

Внимание! Но прежде чем начать соревнования, необходимо познакомиться с правилами. Итак, правила соревнований.

Внимательно слушать предложенное задание. Что непонятно, обязательно переспросить у ведущего.

Не начинать выполнять задание, если участник, стоящий впереди, не закончил его.

Участник, выполнивший задание, встает в конец своей команды.

Выполнять все задания правильно и быстро.

Быть веселыми, задорными, радостными на протяжении всего праздника.

Вы принимаете эти правила?

Дети. Да.

**Ведущий**: Внимание!

Чтобы нам начать

Надо тело нам размять.

На разминку становись,

Улыбнись и подтянись.

**Разминка под музыку**: Все встают в большой общий круг. Различные виды ходьбы. Чередование бега и ходьбы со сменой музыки, также выполняются различные виды подскоков и бега.

Ведущий: Прошу команды построиться. Начинаем наши соревнования.

**Эстафета «Эстафетный бег» (стойки 5 шт. эстаф., мячи 5 шт.)**

По команде дети бегут до стойки, оббегают ее и обратно, передают эстафетную палочку следующему участнику. Выигрывает команда, которая первая закончила дистанцию.

**Эстафета «Бег с барьерами» (стойки 5 шт., барьеры 5 шт.)**

По команде дети бегут до барьера перепрыгивают через него добегают до стойки и бегут обратно по прямой, передают эстафету следующему участнику. Выигрывает команда, которая первая закончила дистанцию.

**Эстафета «Бег Змейкой» (конусы 25 штук.)**

По команде дети бегут змейкой туда и обратно между конусами. Выигрывает команда, которая первая закончила дистанцию.

Ведущий: Следующий вид наших соревнований бег на длинные дистанции. Чтобы быть сильным, ловким и выносливым, надо больше заниматься. И я приглашаю всех ребят принять участие в легкоатлетическом **кроссе на приз «Король и королева бега».** А старт мы будем давать каждой группе отдельно. Сначала бегут девочки, затем мальчики.

Ведущий: Первыми на старт мы приглашаем девочек старшей группы «Почемучки». На старт, внимание, марш!

На старт мы приглашаем девочек старшей группы «Дружная семейка». На старт, внимание, марш!

На старт мы приглашаем девочек подготовительной группы «Звёздочки». На старт, внимание, марш!

На старт мы приглашаем девочек подготовительной группы «Крепыши». На старт, внимание, марш!

На старт мы приглашаем девочек подготовительной группы «Маленькая страна». На старт, внимание, марш!

А теперь девочки - победители побегут и мы выявим среди них королеву бега.

ВСЁ ТО ЖЕ САМОЕ С МАЛЬЧИКАМИ.

Ведущий: Ну, вот, все испытания прошли наши дети. Мы вас поздравляем. Вы отлично справились.

Заключительный танец под веселую музыку.