**Спортивный праздник «Русские богатыри»**

 Давным–давно на высоком холме стоял Нижний град. Опоясывал его земляной вал, окружали рвы. С зеленых холмов Нижегородских далеко было видно. Видны были пригороды, широкая матуша-Волга, тучные пахотные земли, сосновые леса. А за лесами раскинулись степи – без конца и без края. Без устали разъезжали богатыри на могучих конях, зорко всматривались вдаль: не видно ли вражеских костров, не слышно ли топота чужих коней. Много ратных подвигов на счету богатырском! Есть чему поучиться и позавидовать. Вот почему сегодня, через много лет и веков, решили мы вспомнить про дела ратные, по честь богатырскую, про удаль молодецкую.

Ребята, а знаете вы кто такие богатыри?

**Богатыри** — персонажи былин и сказаний, отличающиеся большой силой и совершающие подвиги. Славные мужи, которые становили Русь, оберегали и защищали русский народ от вторжения силы вражеской.

Испокон века у русских людей была в особом почете сила. Иностранцев их мощь буквально поражала. О самых могучих богатырях складывали былины, сказки, художники писали картины, народ сочинял песни.

Ребята, а каких богатырей вы знаете?

**Ответы детей:** Илья Муромец, Добрыня Никитич, Алеша Попович, Микула Селянинович, Никита Кожемяка, Святогор...

Богатыри не только побеждали вражью силу несметную, но и просто забавлялись своей силой, как бы сейчас сказали — тренировались, постоянно держали себя в форме. Они плавали, поднимали тяжести, были хорошими борцами.

И сегодня каждый из вас побудет в роли богатыря и сможет побороться за звание лучшего русского богатыря.

Богатырям необходимо перед состязаниями размяться, проведём **разминку богатырскую**. На вытянутые руки разойдись.

Зарядка.

Дружно встанем – раз, два, три!

Мы теперь богатыри.

Руки мы к плечам приставим,

Ноги крепкие расставим.

Поворачиваясь вправо –

оглядимся величаво.

И налево тоже

поглядеть нам гоже.

Наклонились влево-вправо.

Получается на славу!

***Начнем забавы богатырские.***

**I. Забава первая. «Силушка русская»** Про богатыря Святогора на Руси говорили, что он мог поднимать неимоверные тяжести не только двумя, но и одной рукой. Приглашаю наших богатырей помериться силушкой.(игроки отжимаются в течение 30 сек.)

**II. Забава вторая.** Разъезжали богатыри по степям дозором, да заодно и в скачках на конях состязались, чей конь резвее да быстрее. А у нас

 **«Богатырские скачки»** (бега на мячах прыгунах, возвращаются и передают эстафету следующему участнику)

**III. Забава третья «Меткие стрелки».** Богатырь Микула Селянинович славился тем, что во владении копьем не было ему равных ( Участник с места выполняет бросок мешочка в обруч, побеждает команда набравшая наибольшее количество попаданий)

 Богатыри русские не только силой своей богатырской отличались, но и умом блистали. Предлагаю и нашим молодцам немного умом поразмяться.

**IV. Забава четвёртая «Состязание в смекалке».** Прослушать вопрос и три варианта ответа, выбрать нужный.

* 1. Главное оружие Соловья-разбойника (свист, крик, стук)
* 2. Тара для чудес (решето, кастрюля, чайник)
* 3. Царское головное отличие (корона, шлем, ведро)
* 4. Богатырская цифра (три, сто, восемь)
* 5. Головной убор богатырей (колпак, корона, шлем)
* 6. Разбойничья цифра (сорок, один, три)
* 7. Нечистая дюжина (тринадцать, четырнадцать, пятнадцать)
* 8. Ведьмолет (метла, ванна, веник)
* 9. Змей по батюшке (Горыныч, Дым Дымыч, Хоттабыч)
* 10.Как называется тяжёлый панцырь, сплетенный из металлических колец (кольчуга, кафтан, рубаха)

**V. Забава пятая. Капитаны.** Во что были одеты богатыри? (Рубаха-кольчуга, шлем.)

Какое было оружие? (Меч, щит, палица, копьё.)

Перед состязаниями необходимо богатырю одеть на себя доспехи богатырские, итак поможем ему одеться.

 (капитан команды сидит на стуле, члены команды добегают до капитана и надевают на него (по очереди) рубаху, шапку и т.д.)

**VI. Забава шестая.** Часто богатырям приходилось сражаться с нечистой силой. Наибольшее количество сражений выпало на долю Ильи Муромца. Ему пришлось применить не только свою удаль, но и хитрость, чтобы одолеть всем известного Соловья-разбойника. Посмотрим, на что горазды наши богатыри.

**«Победи ЗМЕЯ ГОРЫНЫЧА»**. Змей Горыныч нарисован на листе. Рисунок разделен на десять частей. Участники в порядке эстафеты разбирают чудище на части и приносят трофеи в дружину. В конкурсе оценивается быстрота и слаженность команды.

**VII. Забава седьмая. Перетягивание каната.** И по сей день славится сила богатырская. Соревнуются молодцы в ловкости, умении бороться, в плавании, прыжках... И сегодня веселые игрища мы заканчиваем перетягиванием каната.

Да, не перевелись на Руси богатыри и добры молодцы, показали свою удаль молодецкую, силушку могучую! Не запятнали чести богатырской! Достойная смена растет дедам и отцам.