

**ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТОЧКА.
РЕГИОНАЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ
внеурочного занятия
для обучающихся 3-4 классов по теме:
«МАССОВЫЙ СПОРТ В РОССИИ»**

Цель занятия: развитие у обучающихся представлений о спорте, благополучии и здоровье нации, будущего поколения страны. Здоровый образ жизни, спорт как важнейшая часть жизни современного человека.

Продолжительность: 10 минут.

Рекомендуемая форма занятия: беседа, обсуждение.

Планируемые результаты занятия в части регионального компонента:

проявлять интерес к развитию массового спорта, понимать важность здорового образа жизни, заботиться о собственном здоровье.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

Ежегодно в 58 городах от Калининграда до Владивостока проходит Всероссийский полумарафон «ЗаБег.РФ», участники которого стартуют синхронно – в 9 утра по Московскому времени. И если в Москве на момент старта утро, то, учитывая разницу в часовых поясах, на Дальнем Востоке уже приближение вечера. Именно это делает «ЗаБег» уникальным: вся страна одновременно принимает участие в спортивном мероприятии.

В 2023 году город Липецк был признан беговой столицей России по итогам полумарафона «ЗаБег.рф»: 4000 участников забега показали лучший результат в России, набрав 29,34 итоговых зачетных балла.

Развитие массового спорта, особенно среди подрастающего поколения – задача, которой в Липецкой области уделяется особое внимание. И самая большая ценность здесь – регулярность занятий и здоровый образ жизни у наших детей и подростков.

Юные липчане могут проверить свои силы в разных видах спорта и принять участие в Мультиспортивной детской лиге. Мультиспортивная детская лига – масштабное спортивное событие и уникальный проект, который стартовал в Липецкой области 28 октября 2023 года при поддержке губернатора региона Игоря Артамонова. Проект объединил самые популярные виды спорта региона и познакомил с ними детей в интересном формате. Соревнования по 11 дисциплинам проходят в течение года. Каждая из спортивных дисциплин направлена на развитие у детей интереса и желания заниматься физической культурой и спортом, приобщение к здоровому образу жизни.

Не только воспитанники детских юношеских спортивных школ, но и все желающие ребята в возрасте от 6 до 13 лет смогут проверить свои физические возможности и достичь новых спортивных результатов в проекте. В течение года ребята принимают участие в соревнованиях по четырехборью, плаванию, лыжным гонкам, бадминтону, дуатлону, спортивному туризму, дартс, легкой атлетике, велоспорту и триатлону. Все участники Мультиспортивной детской лиги получают спортивный дневник для записи результатов всех видов программы и «медальницу» – планшет, который в течение проекта наполнится медалями, личными достижениями. Самые активные мультиспортсмены получают главный приз на Гранд финале.