

ИГРОВАЯ РАЗВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

День лета

«Алтайское – территория здоровья!»

Здравствуйтесь, уважаемые родители, ребята! Мы рады приветствовать Вас на нашем празднике, посвященном замечательному дню, «Дню первого дня лета»!

Мы от всей души поздравляем всех Вас с этим прекрасным праздником!

Сегодня мы с Вами погрузимся в мир радости и беззаботности и просто будем играть, и веселиться!

«Наш ДЮОЦ– это территория здоровья!»

Мы приглашаем Вас Ребята вместе со своими родителями, братьями и сёстрами, дедушками и бабушками, подружками и друзьями. Вы сможете поучаствовать и все вместе, и по отдельности, и дети, и взрослые! Да-да, совершенно верно и ВЗРОСЛЫЕ! Мы приготовили испытания и для Вас!

Сегодня с Вами будем мы.

Ну что, тогда мы с Вами начинаем!

Начнём мы с Вами с замечательной спортивной зарядки! Вы готовы? Встаём по шире. Начинаем!

Зарядка для детей и взрослых

Все большие молодцы! Вот мы с Вами и размялись! Теперь готовы к настоящему испытанием. Готовы ведь, ребята?

А первые у нас будут, конечно же, ребята!

Игры/эстафеты для детей:

1. «Кольцеброс»
2. «Болото»
3. Эстафеты с мячиками
 - Пронести средний мяч в стакане
 - Пронести теннисный мяч в стакане
 - Пронести теннисный мяч на ложке
4. Надеть резиночки на полочки
5. Тоннель
6. Загадки про природу, животных, здоровье
7. Виды мёда? (вопросы для взрослых)
 - Акациевый мед
 - Каштановый мед
 - Липовый мед

- Клеверный мед
- Лесной мед
- Подсолнечниковый мед
- Вересковый мед
- Горный мед

8. «Собери мёд, как пчёлки»

9. «Автобус»

10. Вопросы для взрослых и детей

Назвать какие бывают полевые цветы:

- Василёк
- Душица
- Зверобой
- Клевер луговой
- Ромашка
- Иван-чай
- Маргаритки
- Подснежник
- Эхинацея
- Аистик
- Гвоздика
- Вероника
- Герань луговая
- Калужница
- Крокус
- Мать и мачеха
- Тысячелистник
- Шалфей
- Колокольчик
- Клевер красный
- Ландыш
- Лютик
- Лопух
- Мак полевой
- Одуванчик
- Фиалка
- Чистотел

11. «Цветок»

12. «Цветочная поляна»

13. «Белочка»

14. Собери пазлы

15. «Преодолеть жуткие рифы»
16. «Кто больше завяжет ленточек»
17. «Кошки – мышки»
18. «Черепahi»
19. «Медведи»
20. «Болото»
21. «Носороги»
22. Загадки по мультикам
23. «Весёлые пружинки»
24. «Игривые шарики»
 - Чей шарик улетит дальше
 - «Облака»

Игры для детей и взрослых:

1. «Попади точно в цель»
2. «Море волнуется»
3. Перетягивание каната
4. «Бег в штанах»
5. Эстафеты с шариками (надувные шарики)
 - Зажимаем животом
 - Зажимаем спиной
 - Зажимаем лбом
 - «Лопни шарик»
6. «Крокодил»
 - Рак
 - Черепаха
 - Акула
 - Змея
 - Дельфин
 - Медуза
 - Баран
 - Медведь
 - Ракушка
 - осьминог
 - Ёжик
 - Мартышка
 - Орангутанг
 - Тюлень
 - Тигр
 - Слон
 - Носорог _____ и др.
7. «Замотай ленту»

8. «Крутим обручи»

9. «Весёлый теннис»

- Для детей пронести на теннисной ракетке туда и обратно
- Для взрослых пронести туда и обратно, набивая мячик

10. Эстафеты с мячом

- Передаём мяч над головой
- Передаём между ног
- Прыгать с мячиком между ног
- Мяч удержать на руке

11. «Спортивная семья»

- Бег с голенью
- Бег с высоким подниманием колен
- Гуськом вокруг фишек

12. «Привяжи друг к другу»

13. «Найди пару»

14. «Построй фигуру»

- Круг
- Квадрат
- Треугольник
- Прямоугольник

15. «Башмачки»

16. «Паутинка»

17. «Загони зайцев»

18. Вопрос-ответ

- Что надо делать по утрам, чтобы быть бодрым здоровым? (зарядку)
- Сколько команд играют в хоккей? (2 команды)
- Как называется спортивный снаряд, которым спортсмены играют с клюшкой? (шайба)
- Детский зимний транспорт? (санки)
- Коньки на лето? (ролики)
- Кто такие «Моржи»? (люди, которые купаются зимой в проруби)
- Какие виды спорта Вы знаете? (футбол, хоккей, волейбол, борьба, бокс, гимнастика, плавание, фигурное катание, баскетбол, конькобежный спорт, горные лыжи, различные виды бега.....)
- Что такое Олимпийские игры? (соревнования лучших спортсменов)

19. «Весёлый футбол»

20. «Хоккей»

21. «Лимбо»

22. «Большая эстафета испытаний»

*Алтайское - Родину малую славлю,
Ей любовь и признание я отдаю.
Свои мысли и чувства, как золото плавлю,
И стихи в её честь, как могу, создаю...*

Вот и подошла наша игровая программа к концу. Испытания пройдены!
Все большие молодцы! Нам было приятно работать и веселиться сегодня вместе
с вами!

Мы желаем Вам крепкого здоровья, счастья, активного отдыха, солнечного
настроения, приятных впечатлений, яркого солнца. Пусть хорошая погода этим
летом оправдает все ваши ожидания. Пусть тёплые деньки не покидают Вас!
Желаем за лето набраться свежими идеями и невероятной энергией! Пусть
сладкие фрукты, сочные ягоды, счастливые рассветы, романтические закаты,
нежный ветер будут на протяжении всего времени с Вами!

До новых встреч! До свидания!