

**Сценарий развлечения  
для детей старшего дошкольного возраста  
Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно!**

**Цель:** укрепление и сохранение физического и психического здоровья детей, создание радостного настроения, активизирование защитных функций детского организма.

**Задачи:**

укреплять физическое состояние детей в игровой форме, развивать силу, ловкость, координацию движений;

побуждать детей отвечать на вопросы, находить решение в предложенных ситуациях;

формировать у детей навыки здорового образа жизни; коммуникативные навыки;

развивать познавательно - эмоциональный интерес; способствовать проявлению детской инициативы;

воспитывать у детей осознанное и бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

**Интегрируемые образовательные области:** социально-коммуникативное развитие, речевое развитие, познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

**Здоровьесберегающие технологии:** психогимнастика, дыхательная гимнастика, ритмопластика, игротерапия, релаксация.

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, мяч, музыкальный центр, флешка, видеозапись сказки, угощения праздничного стола (яблоки, апельсины, конфеты, сок).

*Ход. Дети играют в музыкальном зале.*

**Педагог-психолог:** Здравствуйте дети! Я рада видеть вас всех здоровыми, с хорошим настроением. Мне очень хочется, чтобы хорошее настроение у вас сохранилось на весь день. А сейчас мы поздороваемся не

только друг с другом, но и с окружающим нас миром. Повторяйте все слова и движения за мной (*звучит легкая музыка, звуки природы*).

**Приветствие:** Здравствуй, солнце золотое!

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, матушка-земля!

Здравствуй - Ты и здравствуй - Я!

*Звучат фанфары, вбегают Олимпийский Мишка с «олимпийским факелом», обегает один круг, устанавливает «факел» на пьедестал.*

**Олимпийский Мишка:**

– Здравствуйте мои друзья, издалека спешил к вам я!

Через горы и моря. Через реки и поля!

Хочу на праздник вас позвать

День здоровья отмечать.

– Нам здесь некогда скучать

Пора разминку начинать

В круг все вместе становитесь,

Дружно за руки беритесь

*Проводится ритмический танец «Барбарики»*

**Олимпийский Мишка:** Какие вы молодцы! Вы такие активные, у вас хорошая спортивная подготовка. А что вы для этого делаете, мы узнаем, поиграв в игру «Горячие ладошки».

*Правила игры:* нужно быть внимательными. Если утверждение верное и вы с ним согласны, вы хлопнете в ладоши один раз, если неверное, то растираете ладони друг о друга. Начинаем!

– садиться за стол с невымытыми руками.

– есть быстро, торопливо.

– обязательно есть овощи и фрукты.

– после еды полоскать рот.

– за столом болтать, махать руками.

– тщательно пережевывать пищу.

- спать до обеда.
- надо есть продукты, которые полезны для здоровья.
- перед едой надо всегда мыть руки.
- одеваться на прогулку как захочешь.
- утром делать зарядку.
- когда кушаешь, надо обсыпать себя крошками.

**Олимпийский Мишка:** вы молодцы ребята! Дружите со сортом, правильно питаетесь, здоровьем занимаетесь.

– Ребята! Я для вас приготовил интересную игру-эстафету. Здесь вы сможете проявить свою смелость, ловкость и находчивость.

### **Эстафета «Веселей, бодрей, смелей!»**

*Правила эстафеты:* Дети делятся на 2 команды. Им необходимо преодолеть препятствия: прыжки с «кочки» на «кочку» с поочередным наступанием на каждую «кочку»; пролезть в «тоннель»; добежать до сухого бассейна, «нырнуть» в него и достать спрятанные предметы гигиены (мыльницы, зубные щётки, расчёски и т.д.) и вернуться бегом к команде, передавая эстафету следующему.

**Олимпийский Мишка:** вы настоящие спортсмены! Быстро и правильно справились с заданием!

*Влетает сорока с «новостями на хвосте» останавливается рядом с Мишкой.*

**Сорока:** вы вот тут играете и ничего не знаете. А сейчас в лесу такое происходит, такое происходит!!! *(улетает)*. На интерактивной доске включается видеообращение тетушки-Совы:

*- Здравствуйте дети! Мне понравилось как вы укрепляете свой иммунитет. Поделитесь своими секретами здоровья. Молодцы! А мы хотим показать вам сказку о своих секретах здоровья (видео показ театрализованной сказки «Секрет здоровья» в исполнении детей подготовительной группы).*

*Под музыку выходит Фея здоровья*

*Фея здоровья:* Открываем занавес,

Перед вами чудный лес!

Жил-был в сказочном лесу, медведь,

Мишка-крепышка звали его.

Спорт он с детства полюбил

Каждым утром спозаранку

Выполняет он зарядку

Штангу кверху поднимал (*имитационные упражнения со штангой*)

И здоровым, сильным стал.

*Мишка-крепышка:*

У меня здоровье крепкое,

с физкультурой я дружу.

Огород я весь вскопаю

Овощами засажу.

*Фея здоровья:* лопату берет, идет в огород.

*Фея здоровья:* был брат у Мишки – крепыша, Ленивцем его звали

За образ жизни так его жители прозвали.

Он мог целыми днями в кровати лежать

Лапу сосать. Не любил по утрам умываться,

Холодной водой обливаться.

*Фея здоровья:* позвал как-то раз Мишка-крепышка Ленивца.

*Мишка-крепышка:* эй, Ленивец! Поднимайся! Ты что слабым хочешь быть и со спортом не дружить?

Как от врагов будешь защищаться, для этого сил нужно набраться!

Если меня не слушаешь ты, то прими совет от Сова

*Фея здоровья:* Отправился Ленивец к мудрой Сове.

*Ленивец:* Шагаю по дороге я,

Совет хочу узнать, друзья!

Как здоровым, сильным стать,

Защитником леса выступать.

*Ленивец:* Здравствуй, тетушка Сова.

*Сова:* Здравствуй, Ленивец. Чего по лесу бродишь? Что-то потерял?

*Ленивец:* Тетушка Сова, мне нужен твой совет, как стать здоровым, сильным?

*Сова:* ух, ух, малыш, у всякого зверя и птицы свой секрет есть. Пойди к Белкам, может, они тебе его откроют.

*Фея здоровья:* Пошел Ленивец к Белкам.

*Ленивец:* шагаю по дороге я,

Совет хочу узнать, друзья!

Как здоровым, сильным стать,

Защитником леса выступать.

*Фея здоровья:* вдруг навстречу Ленивцу выбегает чудо дивное!

*Ленивец:* ой, белочки и ленточки!

Ух, ты, как красиво!

*Белки выполняют спортивную композицию с лентами.*

*Белка:* а! Ленивец, здравствуй!

*Ленивец:* здравствуйте, Белочки. Сова отправила меня к вам, чтобы вы мне свой секрет раскрыли.

*Белки:* какой ещё секрет?

*Ленивец:* а такой: как вы, белки, весь день прыгаете с ветки на ветку, бегаєте по земле туда-сюда, а никогда не устаете?

*Белка 1:* ха-ха-ха! Какой ты смешной! Нет у нас никакого секрета.

*Белка 2:* утром, рано просыпаюсь,

Водой холодной умываюсь,

Завтракаю и тогда,

Есть настроенье у меня!

Целый день тружусь,

Никогда я не ленюсь,

Прыгаю я, тут и там,

По деревьям, по кустам.

Никогда не ленюсь,

Целый день кручусь-верчусь!

*Ленивец:* понянятно...

*Белка:* сходи к зайцам, может, они другой секрет расскажут?

*Фея здоровья:* призадумался Ленивец и пошел дальше.

*Ленивец:* шагаю по дороге я,

Совет хочу узнать, друзья!

Как здоровым, сильным стать,

Защитником леса выступать.

*Фея здоровья:* слышит, среди деревьев кто-то скачет. «А-а! Вот они, зайцы, они-то мне и нужны!» А зайцы в догонялки играют, только уши между кустами виднеются.

*Ленивец:* эй, зайцы!

*Зайцы:* кто здесь? (*испугавшись*)

*Ленивец:* не бойтесь, это я, Ленивец!

*Заяц:* что тебе нужно?

*Ленивец:* зайцы, вас-то мне и нужно. Расскажите мне, какой секрет вы знаете, что весь день бегаете, прыгаете, а все не устаете?

*Заяц:* мы зайчики не простые, олимпийцы золотые!

Утром, рано просыпаюсь,

Водой холодной умываюсь,

Завтракаю и тогда,

Есть настроенье у меня!

Целый день тружусь,

Никогда я не ленюсь,

*Ленивец:* понянятно...

*Зайцы:* ты лучше к волку сходи, какой он тебе секрет откроет.

*Ленивец:* шагаю по дороге я,

Совет хочу узнать, друзья!

Как здоровым, сильным стать,

Защитником леса выступать.

*Волк сидит на пеньке, и не обращает внимание на Ленивца.*

*Ленивец:* здравствуй волк, серый бок. Расскажи мне волк, что на всех в лесу нашло? Зайцев встретил, говорят к соревнованиям готовятся, белочки в танце с лентами кружатся.

*Волк:* так и есть Ленивец! В лесу указ новый вышел, Сова велела лесным зверям спортом заниматься, здоровый дух поддерживать. Только я ленюсь, что мне этот спорт? И тебе не советую ерундой этой заниматься, давай лучше со мной на луну выть.

*Ленивец:* да уж, спасибо! Не умею я. Побегу дальше, погляжу, какими еще чудесами меня наши звери удивят.

*Ленивец:* шагаю по дороге я,

Совет хочу узнать, друзья!

Как здоровым, сильным стать,

Защитником леса выступать.

*Появляется лиса, выполняет гимнастические упражнения.*

*Фея здоровья:* музыка везде звучит

Лиса лапками стучит.

*Лиса:* привет, Ленивец, толстоват ты слишком!

*Ленивец:* расскажите мне Лиса, какой секрет ты знаешь, что такая стройная, гибкая, красивая.

*Лиса:* никакого секрета нет.

Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Ем я много витаминов,

На скакалочке скачу,

На прогулку выхожу,

свежим воздухом дышу!

*Ленивец:* я всё понял! Значит это он всем помогает! Побегу скорее домой!

*Сова:* ух-ух! Куда ты, Ленивец спешишь?

*Ленивец:* спешу домой, тетушка Сова.

Спасибо тебе, Сова, за совет.

Узнал у зверей я их главный секрет!

Если хочешь быть здоров,

Будь и к спорту ты готов!

Прыгай, бегай, кувыркайся,

Физкультурой занимайся!

В речке летом ты купайся,

И на солнце закаляйся!

*Мишка-крепышка (подходит, встает рядом)*

Дааа! Это главный наш секрет!

И других секретов нет!

*Под музыку все звери вместе выходят, читают стихотворение:*

каждый твердо должен знать:

Здоровье нужно сохранять.

Нужно правильно питаться,

Физкультурой заниматься.

И с водой всегда дружить!

И тогда все люди в мире

Долго-долго будут жить!

*Фея здоровья:* сказка – ложь, да в ней намёк, всем ребятам здоровый урок!

Все советы выполняйте,

И про нас не забывайте! *(конец театрализованной видео сказки).*

**Олимпийский Мишка:** Сказка ложь, да к ней есть правда. Какие звери молодцы, заботятся о своем здоровье!

- Одним из показателей здоровья - это хорошее настроенье.

Мы ничуть не унываем,

В новую игру играем.

Мяч по кругу покатился,

А потом остановился.

Ты внимательно смотри,



Вместе с мячиком замри!

Слово нужное скажи!

**Игра «Мяч по кругу».**

*Правила игры:* дети встают в круг и под музыку передают друг другу мяч, музыка останавливается и у кого в руке мяч остается, тот называет полезные для здоровья фрукты или овощи.

**Олимпийский Мишка:** Ребята, какой интересный праздник у нас получился. Я очень рад, что вы не только знаете секреты здоровья, но и пользуетесь ими.

Вот за праздник ваш веселый

Я вас всех благодарю!

И подарок витаминный

На здоровье вам дарю!

*Под веселую музыку все дети вместе с Мишкой проходят за праздничный стол с угощениями.*

**Рефлексия.**