Музыкально-оздоровительное развлечение

«Если хочешь быть здоров…»

*Развлечение для старших дошкольников*

*Музыкальный руководитель: Дмитриева Марина Вячеславовна*

***Ведущий:*** Ребята! Сегодня мы проводим день здоровья. А чтобы быть здоровыми, с чего надо начинать каждое утро?

***Дети:*** С зарядки!

***1ребенок:*** Чтоб расти нам сильными,

Ловкими и смелыми,

Ежедневно по утрам

Мы зарядку делаем.

К солнцу руки поднимаем,

Дружно, весело шагаем,

Приседаем и встаем!

***Все:*** И ничуть не устаем!

***2ребенок:*** Кто из вас, ребята знает,

Что закалке помогает

И полезно нам всегда?

***Все:*** Солнце, воздух и вода!

*Дети исполняют песню «Физкульт-ура!»*

*За дверью слышится громкий плач.*

***Ведущий:*** Что за шум? Что случилось?

*Входит Грязнулькин (ребенок).*

*Взлохмаченный, с грязными пятнами на лице и руках. Рубашка застегнута как попало.*

***Грязнулькин:*** Одеяло убежало,

Улетела простыня,

И подушка, как лягушка,

Ускакала от меня.

Я - за свечку,

Свечка - в печку!

Я - за книжку,

Та – бежать

И вприпрыжку

Под кровать.

Я хочу напиться чаю,

К самовару подбегаю,

Но пузатый от меня

Убежал, как от огня.

***Ведущий:*** Мальчик только носик мочит-

Умываться он не хочет.

Как, ребята называется

Тот, кто плохо умывается?

*Дети отвечают.*

***Ведущий:*** (к Грязнулькину).

Ах, ты гадкий

Ах, ты грязный,

Неумытый поросенок!

Ты чернее трубочиста,

Полюбуйся на себя:

У тебя на шее вакса,

У тебя под носом клякса,

У тебя такие руки,

Что сбежали даже брюки,

Даже брюки, даже брюки

Убежали от тебя.

Грязнулькин *(рассматривает себя).* Я всегда таким ходил и ничего…

***Ведущий:*** Где же ты живешь такой грязный?

***Грязнулькин:*** На станции грязнулька.

***Ведущий:*** Интересно посмотреть! Ребята, давайте съездим на экскурсию. Занимайте места в автобусе. Мы отправляемся. Наша первая станция Грязнулька.

*Звучит пьеса «Автобус» Все «едут» слегка притопывая ногами.*

*Ведущий выставляет красочно оформленную схему маршрута (на листе картона нарисована дорога, в начале дороги обозначено: ст. Грязнулька. Дома-кривые, грязные. В конце маршрута нарисован красивый город). Пока дети «едут», ведущий передвигает игрушечный или нарисованный автобус по схеме.*

***Ведущий:*** Приехали на станцию Грязнулька. Здесь живут люди, которые перестали заботится о чистоте. Они не умываются, не чистят зубы, не следят за одеждой и поэтому часто болеют.

Есть такие вирусы,  
Вирусы - вредилусы.  
Попадут ребёнку в рот –  
Заболит от них живот.

С аппетитом всё в порядке,  
Зайка съел морковку с грядки,  
Мыть не стал, а сунул в ротик,  
И теперь болит животик.

Мышка плохо лапки мыла:  
Лишь водичкою смочила,  
Мылить мылом не старалась,  
И на лапках грязь осталась.

Так что, *(имя ребенка),* старайся,  
Чаще с мылом умывайся!  
Надо теплою водой  
Руки мыть перед едой!

Хороша морковка с грядки:  
Вкус приятный, очень сладкий!  
Вымой прежде корнеплод,  
Чем отправить его в рот.

У неряхи- растеряхи  
Все не эдак, все не так,  
И рубашка на распашку  
И без пуговиц пиджак.

Лето — время закаляться,  
Загорать, в реке купаться,  
Но в веселье развлечений  
Не забудь о гигиене!

***Ведущий:*** Дети, которые следят за чистотой, болеют редко. Если мыть руки перед едой, умываться перед сном и после него, коротко стричь ногти, чистить зубы, никакие микробы не попадут в организм. Особенно надо следить за зубами. Чистить их утром и вечером, полоскать рот после еды. Недаром в народе говорили: «Здоровые зубы - здоровью любы».

А вот на станции Грязнулька люди не чистят зубы, поэтому зубы у них и болят.

***Ребенок:***

Зубы — как цветы на грядке  
Помни! и без лишних слов  
Содержи их все в порядке  
Садовод своих зубов!

***Ребенок:***  
Чистим зубы дважды в сутки,  
Чистим долго: три минутки,  
Щеткой чистой, не лохматой,  
Пастой вкусной, ароматной.  
Чистим щеткой вверх и вниз –  
Ну, микробы, берегись!

***Ведущий:*** Ребята! Надо скорее уезжать с этой станции. Садитесь в автобус. *(Звучит музыка. Дети «едут». Ведущий передвигает автобус по схеме).*

*Куда мы приехали?*

*Дети исполняют песню «Мальчик - замарашка».*

***Мальчик:***

Вставать по утрам

Неохота и лень!

Я спал бы все утро,

Я спал бы весь день,

Я спал бы весь вечер,

Я сал бы всю ночь,

А встану-

Опять завалиться не прочь!

Разбудят-

Лягаюсь босою ногой.

Вторично разбудят-

Брыкаюсь другой.

Прижавшись к подушке,

Свой сон берегу,

Расстаться с подушкой

Никак не могу…

***Ведущий:*** Так это же Лентяйкин! Он живет в городе Лентяйске, куда мы с вами и приехала. Станция Грязнулька и город Лентяйск находятся близко друг от друга. Люди проживающие в них, очень похожи, ведь грязнулями бывают, как правило, очень ленивые люди. И только лентяи разбрасывают свои вещи и не могут потом их найти.

***Ребенок:***

Ну, все пропадает

У девочки Вали!

Сегодня у Вали

Перчатки пропали.

Их дедушка ищет

У Вали в кармане.

Их бабушка ищет

За кухней в чулане.

Их нет под плитою,

Где варится ужин,

Зато под плитою

Башмак обнаружен.

Быть может, упали они за буфет?

Там Валина кукла,

Перчаток там нет.

Сестра говорит:

- Загляну под кровать я!

Там Валина лента

И Валино платье.

Вдруг мама воскликнула:

-Вот они Валенька! И вынула

Обе перчатки

Из валенка…

***Ведущий:*** Вот какие лентяи живут в этом городе! Мы с вами знаем, что у каждой вещи должно быть свое место, тогда не придется ее искать, если она понадобится.

Кто бросает вещи

В беспорядке,

С тем они потом

Играют в прятки.

***Ведущий:*** Знаете, ребята, ленивые люди встречались и раньше. Не зря русский народ высмеивал их в своих песнях, потешках.

*Две девочки инсценируют русскую народную потешку:*

Проснулась Ульяна ни поздно, ни рано.

Люди косить, а она голову мочить.

Люди грести, а она – на меже лежать.

А обедать пойдут, и она тут как тут.

*Проводится аттракцион «Кто быстрее и аккуратнее оденется» (зимняя верзняя одежда).*

Ведущий (*показывая на красивый город в конце маршрута*).

Ребята! Конечный пункт нашего путешествия- это город Чистоты и Порядка. Но нас не пустят туда с Грязнулькиным и Лентяйкиным. И мы должны проверить, нет ли среди остальных детей грязнуль. Придется обратиться за помощью к Мойдодыру.

*Раздается стук в дверь.*

***Ведущий:*** Кто там?

***Печкин:*** Это я почтальон Печкин.

Принес вам посылку от Мойдодыра.

***Ведущий:*** Интересно. Посмотрим, что в ней (открывае посылку, вынимает письмо, читает).

«Дорогие ребята! Я, Мойдодыр, прошу вас вступить в «Общество друзей чистоты». Членами этого общества могут стать все дети, которые дружат с мылом, зубной щеткой, мочалкой. Но для того,чтобы стать членами общества, надо отгадать загадки. Загадки- в посылке. А чтобы вы справились с Грязнулькиными, я отправляю вам своих солдат».Это очень хорошо! Без войска Мойдодыра нам бы пришлось туго. Войско! Вперед!

*Несколько детей с мылом, с мочалками в руках подбегают к Грязнулькину и Лентяйкину. Делают вид, что моют их, приговаривают:*

Моем, моем трубочистов

Чисто, чисто чисто, чисто!

Будут,будут трубочисты

Чисты, чисты, чисты, чисты!

*Грязнулькин и Лентяйкин убегают. «Войско» за ними.*

***Ведущий:*** Сейчас войско Мойдодыра приведет наших грязнуль в порядок, а мы пока постараемся отгадать загадки Мойдодыра.

1.По утрам и вечерам

Чистит — чистит зубы нам,

А днем отдыхает,

В стаканчике скучает. (*Зубная щетка*)

2. Не люблю грязнуль, нерях,  
 Грязных шортиков, рубах.  
 Чтоб без сажи были лица,  
 Предлагаю всем умыться.  
 А чтоб тело чистым было,  
 Вам поможет в этом *..(Мыло)*

3. С волосами я дружу

Их в порядок привожу.

Благодарна мне прическа,

А зовут меня… (*Расческа*)

4. Есть в комнате портрет,  
 Во всём на вас похожий.  
 Засмейтесь — и в ответ  
 Он засмеётся тоже…(Зеркало)

*Проводится аттракцион «Кто скорее постирает платок».*

*(Ставят два столика, на них - два тазика с водой, кладут мыло. Между двумя стойками натянута веревка, на ней- прищепки. Дети должны постирать платки и повесить на веревку)*

***Ведущий:*** Молодцы, ребята! Теперь можно считать вас членами «Общества друзей чистоты».

*Входят Грязнулькин и Лентяйкин. Они умыты,причесаны, одеты в белые рубашки.*

***Ведущий:*** Кто это? Они теперь не грязнули, а чистые и опрятные дети. Нет среди нас грязнуль?

*Грязнулькин и Лентяйкин исполняют песню «Буль-буль».*

***Ведущий:*** Вот теперь мы можем отправляться в город Чистоты и порядка. *(Звучит музыка дети «едут.»)*

Живет в этом замечательном городе гном.

*Дети исполняют песню «Гном».*

***Ведущий:*** *(заглядывает в посылку).*

Ребята! Здесь есть еще одна загадка.

«Кто в дни болезней всех полезней?» *(Врач)*

Вот сейчас к вам врач и будет вас лечить.

*Входит врач (взрослый). В руках –докторский чемоданчик. Исполняет «Песенку и танцы доктора Пипеткина». Приглашает всех на танец. После танца врач вручает детям зубные щетки.*

*Дети выходят из зала.*