

**Государственное бюджетное образовательное учреждение детский сад №45
Кировского района Санкт-Петербурга**

**Сценарий досуга для детей старшей группы
«Быть здоровым, жить активно – это стильно, позитивно»**

**Подготовил музыкальный руководитель
Капитонова Анна Владимировна**

**Санкт-Петербург
2017**

Цель: пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

- приобщать детей к здоровому образу жизни;
- совершенствовать двигательные умения и навыки;
- Закрепить основные понятия: «полезные продукты», «вредные продукты», «физкультура».

Атрибуты: обручи, ленточки, съедобные продукты (овощи, фрукты и т. д.), вредные продукты (чипсы, лимонад и т. д.).

Ход досуга.

Дети входят под песню «Я со спортом подружусь» Мультяшки, маршируют, встают в рассыпную.

Музыкальный руководитель: Доброе утро. Сегодня к нам пришли гости, давайте с ними поздороваемся вот так. (До-бро-е у-тро).

Ребята, а с чего начинается утро?

Дети: С пробуждения.

Музыкальный руководитель: Давайте сейчас представим, что мы ещё спим.

Ритмодекламация «Утро»

Звучит пьеса «Утро» Э. Грига, все дети стоят в рассыпную, рассказывают стих, выполняют движения.

«Утром солнышко проснулось» А. Вишневская

Утром солнышко проснулось,

Сладко — сладко потянулось.

Платье новое надело

И по небу полетело.

С облачками поиграло,
В лужах лучики пускало,
Вдруг заметило в окошке,
Что в кроватке спит Серёжка.

Посмотрело, улыбнулось.

Лучиком его коснулось,

«Ну, Сережка, просыпайся!

Зубки чисть и умывайся!

Встало я уже давно,

Открывай скорей окно!»

Наш Серёжка улыбнулся,

Сладко — сладко потянулся

И на маму оглянулся:

«Видишь, мама, я проснулся!»

Музыкальный руководитель: После того, как мы проснулись, что мы делаем?

Дети: Зарядку.

Зарядка «Утренняя зарядка» Кукутики

Музыкальный руководитель: Чтобы быть здоровыми, нужно не только делать зарядку, но и заниматься физкультурой. А что это такое, давайте мы с вами расскажем.

Проводится разминка «Физкультура».

Музыкальный руководитель:

Что такое физкультура?

Дети:

Тренировка и игра.

Музыкальный руководитель:

Что такое физкультура?

Дети:

«Физ» и «куль», и «ту», и «ра».

Музыкальный руководитель:

Руки вверх, руки вниз.

Дети:

Это «физ».

Музыкальный руководитель:

Крутим шею словно руль.

Дети:

Это «куль».

Музыкальный руководитель:

Ловко прыгай в высоту.

Дети:

Это «ту».

Музыкальный руководитель:

Бегай полчаса с утра.

Дети:

Это «ра».

Музыкальный руководитель:

Занимаясь этим делом,

Будешь сильным, ловким, смелым.

Плюс хорошая фигура.

Вот, что значит...

Дети:

Физкультура!

Музыкальный руководитель: Молодцы. Давайте с вами споём песню про физкультуру.

Песня «Зарядка» музыка и слова Е. Никитиной

Музыкальный руководитель: Послушайте загадку.

Я его кручу рукой,
И на шею и ногой,
И на талии кручу,
И ронять я не хочу.

Дети: Обруч.

Танец с обручами «Новый день придёт», музыка Ермолов А., слова Бочковская А. (салятся, собрать обручи)

Музыкальный руководитель: Ребята, я вам хочу предложить поиграть в игру «Полезное или вредное». Под музыку мы маршируем в рассыпную, вокруг обручей, выбираем один продукт. Если музыка меняется, мы начинаем бежать. Как только музыка закончится, вам нужно встать в нужный обруч и поднять продукт вверх. Красный обруч – если у вас вредный продукт, зелёный обруч – если полезный продукт.

Игра «Полезное или вредное» под «Марш» Ф. Надененко (салятся)

Музыкальный руководитель: Скажите пожалуйста, апельсин полезный продукт?

Дети: Да.

Музыкальный руководитель: Давайте мы покажем нашу гимнастику про апельсин.

Мы делили апельсин
Апельсин всего один.
Эта долька для кота,
Эта долька для ежа,
Эта долька для улитки,
Эта долька для чижа,
Ну, а волку кожура.
Он сердит на нас, беда!
Разбегайтесь кто куда!

Музыкальный руководитель: Смотрите, у меня есть волшебные ленточки, давайте ими раскрасим наш зал.

Танец с ленточками «Мир, который нужен мне», музыка А. Варламова, слова С. Золотухина

Музыкальный руководитель: Мы с вами сегодня сделали зарядку, определили какие продукты полезные, какие вредные. Сделали всё, что бы быть здоровыми. Предлагаю вам встать на полукруг и спеть песню «Будь здоров».

Песня «Будь здоров!» слова В. Супрун, музыка Л. Быкадорова

Музыкальный руководитель: В завершении нашего досуга предлагаю станцевать весёлый танец.

Танец «Телевизор» из мультика Фиксики

Музыкальный руководитель: Пришло время прощаться. Давайте нашим гостям споём: «Досвидания»

Дети уходят маршируя в группу.

Используемая литература:

- <http://vospitatel.com.ua/zaniatia/muzykalnye-zanyatiya/my-zdorovie-berejom.html>
- <http://www.sportykid.ru/zagadki.html>
- <http://lad-lad.ru/stihi/stihi-po-temam/1198-stihi-pro-utro.html>