

Сказка о ЗОЖ "Теремок" для детей средней группы.

Сценарий интерактивной сказки о ЗОЖ "Теремок" (для детей старшей группы)

Цель: формирование у детей интереса к спорту, здоровому образу жизни.

Задачи:

- через сказку формировать у детей желание заботиться о своем здоровье, делать зарядку, вести активный образ жизни;
 - развивать творчество, воображение, доброжелательное отношение к героям сказок и друг к другу;
 - воспитывать интерес к театрализованной деятельности и умение действовать в команде.
- Участвуют: Петух, 2 Мышки, Лягушка, Зайчик, Лиса, Медведь.

Остальные дети по ходу сказки выполняют задания героев.

Ход сказки

Ведущий:

Сказки любят все на свете.

Любят взрослые и дети.

Сказки учат нас добру и прилежному труду

Говорят, как надо жить,

Как со спортом дружить.

Теремок на новый лад, мы покажем вам сейчас.

Это присказка-не сказка!

Пора сказку начинать

В некотором царстве,

В далёком государстве

На полянке средь цветов

Возвышался Теремок.

Но, скажу вам честно я – это необычный дом!

И царит здоровья дух в теремочке том!

Петух: (выполняя упражнения с гантелями)

Я Петушок-золотой гребешок,

Масляна головушка, шелкова бородушка

Всех бужу я на рассвете,

Лучший я спортсмен на свете.

Песней я друзей бужу,

На зарядку вывожу!

Зарядка всем полезна,

Зарядка всем нужна.

От лени и безделья

Спасает нас она!

Петух: Стоит в поле теремок, Он не низок, не высок. Тук-тук, кто в теремочке живет?

Тук-тук, кто в невысоком живет? Никто мне не отвечает. Значит, пустой теремок. Буду в нем жить!

Вы согласны со мной, дети

Что прекрасно жить на свете?

Дети: Да!

Петух: Тогда, выходите, разминку со мной начните!

Дети под музыку делают гимнастику вместе с Петухом, выйдя в середину зала.

Появляются две лягушки, танцуют

Танец на гимнастических мячах.

Лягушка 1: Ой! Стоит в поле теремок! Он не низок, не высок.

Лягушка 2: Постучусь - ка я в дверку. Тук-тук, кто в теремочке живет? Тук-тук, кто в невысоком живет?

Петух: Я- Петушок-Золотой гребешок.

В этом доме я живу!

Всех задорных и здоровых

Уж давно я в гости жду. А вы кто?

Лягушка 1: Я — Лягушка-квакушка, зеленое брюшко. Со мной моя подружка. Можно мне с тобой в теремке жить?

Петух: Можно, заходите. Вместе веселее. А что вы умеете делать?

Лягушка 1. Как, что? Вот я — знаменитая попрыгунья.

В речке много купаюсь и холодной водой закаляюсь.

Вот сейчас мы выполним несколько разных прыжков вместе с детьми.

Лягушка показывает разные виды прыжков (под музыку) — на двух ногах, на одной ноге, прыжки в движении по залу, из обруча в обруч, через препятствия.

Дети и Петух повторяют за лягушками.

Лягушка 2: Лягушка-квакушка, зеленое брюшко, если хочешь, оставайся жить в теремке, а я поскачу в свое болото.

Лягушка 2 скачет к детям, Лягушка 1 к теремку.

Под музыку появляется мышка, прыгая через скакалку.

Мышка: Ой! Стоит в поле теремок! Он не низок, не высок.

Постучусь-ка я в дверку. Тук-тук, кто в теремочке живет? Тук-тук, кто в невысоком живет?

Петух: Я- Петушок-Золотой гребешок.

Лягушка1: Я— Лягушка-квакушка, зеленое брюшко. А ты кто?

Мышка: Я — Мышка-норушка, два розовых ушка. Можно мне с вами в теремке жить?

Петух: Можно, заходи.

Лягушка: Втроем веселее.

Петух: А что ты умеешь делать, Мышка-норушка?

Мышка:

Чтоб красивой, стройной быть,

Обруч надо мне крутить,

На скакалочке скакать,

В игры разные играть.

- Я очень люблю играть в подвижные игры. И я научу вас играть в игру "Мышеловка".

Дружно все встаем в круг, где мои друзья мышки?

Игра подвижная "Мышеловка"

Цель: развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость.

Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу.

Описание игры: играющие делятся на две неравные команды, большая образует круг — «мышеловку», остальные — мыши.

Слова:

Ах, как мыши надоели,

Все погрызли, все поели.

Берегитесь же плутовки,

Доберемся мы до вас.

Вот расставим мышеловки,
Переловим всех сейчас!
Затем дети опускают руки вниз, и «мыши» оставшиеся в кругу встают в круг и мышеловка увеличивается.

*После игры Петух, Лягушка и Мышка прячутся за теремок.
Под веселую музыку появляется Зайчик с корзиной морковки.*

Зайчик: Стоит в поле теремок! Он не низок, не высок.
Постучусь-ка я в дверку. Тук-тук, кто в теремочке живет? Тук-тук, кто в невысоком живет?

Петух: Я- Петушок-Золотой гребешок

Лягушка : Я - Лягушка-квакушка, зеленое брюшко.

Мышка: Я - Мышка-норушка, два розовых ушка. А ты кто?

Зайчик: Я- Зайчик-побегайчик. Можно мне с вами в теремке жить?

Петух : Можно.

Лягушка : Заходи.

Мышка : Вчетвером веселее.

Петух: А что ты умеешь делать?

Зайчик : Я люблю бегать, прыгать. Видите, какой я быстрый!

Чтоб здоровым быть и ловким – я на завтрак ем морковку!

Витамины нам полезны, это точно знаю.

Каждый день их с радостью я употребляю.

А еще я вам покажу, как делают дыхательную гимнастику. *(Дети выполняют возле скамеек*

дыхательную гимнастику по А.Н. Стрельниковой)

Ах, какой хороший я!

Как же я люблю себя!

Крепко обнимаю,

Носиком вдыхаю.

И.п. Дети стоят ровно и прямо, ноги чуть уже, чем на ширине плеч; руки согнуты в локтях, подняты на уровень груди и разведены в стороны. При этом одна рука должна размещаться чуть ниже. На счет «раз» обнимаем себя так, чтобы локти сблизились друг над другом в одном месте, руки образуют треугольник- вдох!

Сделав 4 вдоха-движения подряд, надо отдохнуть несколько секунд и снова выполнить это движение 4 раза. И так 4 раза по 4 вдоха-движения.

Появляется Лисичка, выполняя под музыку танец с обручем.

Лиса : Прелесть какая! Терем сказочный!

Стоит в поле теремок! Он не низок, не высок.

Постучусь-ка я в дверку. Тук-тук, кто в теремочке живет? Тук-тук, кто в невысоком живет?

Петух: Я – Петушок- Золотой гребешок

Лягушка : Я- Лягушка-квакушка, зеленое брюшко.

Мышка : Я - Мышка-норушка, два розовых ушка.

Зайчик : Я — Зайчик-побегайчик. А ты кто?

Лиса : Я — Лисичка-сестричка, снесла с утра яичко.

Лягушка : А при чем тут яичко?

Лиса : Это у меня чувство юмора такое. Это я для смеха!

Все (хором). Ха-ха-ха!

Лиса : Можно мне с вами в теремке жить, всех вас веселить?

Петух : Можно.

Лягушка : Заходи.

Мышка : Впятером веселее.

Зайчик : Да еще с такой Лисичкой веселой!

Петух: А что ты умеешь делать?

Лиса : А я научу вас быть такой же красивой как я!

Красота это здоровье!

Знать об этом все должны.

Потому что без здоровья

Нет на свете красоты!

Я умею ходить осторожно, лапки ставить на траву неслышно. Давайте сделаем

пальчиковую гимнастику «Хитрая лиса» (Дети повторяют за лисичкой):

Хитрая лисичка

Вышла погулять.

Захотелось ей

Кого – нибудь поймать

Или птичку, или рыбку,

Или зайку, или мышку,

Но Птички улетают,

Рыбки уплывают, Зайки убегают,

Мышки прячутся в нору.

Входит медведь. Садится на пенё. Кряхтит. Жалуется на боли в спине. Затем подходит к теремку.

Медведь: Ты, смотри-ка теремок!

Он не низок не высок.

Постучусь сильнее в дверь.

В гости важный пришёл зверь!

Кто смелей, пусть отвечает,

Кто в теремочке проживает?

Петух: Я- петушок-золотой гребешок

Мышка: Я мышка-норушка, два розовых ушка.

Лягушка: Я лягушка- квакушка, зелёненькое брюшко.

Зайчик: Я зайчик – побегайчик.

Лиса: Я Лисонька- лиса лесу нашему краса!

А ты кто?

Медведь: Я медведь косолапый, тяжёлая лапа. Пустите меня к себе жить?

Петух: А что ты умеешь делать?

Медведь: Ой, я такой способный: умею лапу сосать, зверей обижать, ульи разорять.

Петух: А ты спортом занимался?

Медведь: Нет!

Лягушка: С детских лет ты закалялся?

Медведь: Нет!

Лягушка: Утром делаешь зарядку?

Медведь: Нет!

Мышка: Спать ложишься по распорядку?

Медведь: Нет!

Мышка: Ешь полезные продукты?

Медведь: Нет!

Зайчик: В рационе есть ли фрукты?

Медведь: Нет!

Петух: Не возмём к себе в соседи нездорового медведя!

Медведь: А что же мне делать? А как же Я? А мне? Ну я. А как же я?
Ребята! Меня вы научите, как здоровым быть!
Я про вредные привычки поскорей хочу забыть!

Лягушка:

Если хочешь быть здоров.
Можешь прыгать и скакать,
Можешь бегать и играть.
Добрым быть, весёлым быть.
Руки всегда с мылом мыть.

Мышка:

Зубы чисти в день два раза,
Чтоб не выпали все сразу.
Береги ты с детства уши
И не лезь ты, друг мой, в лужи.

Зайчик:

Будешь спортом заниматься,
Тебе нечего бояться.
И зевать ты не будешь,
Если про зарядку не забудешь.

Лиса:

Мойся в бане, закаляйся.
Правильно всегда питайся.
Правильно всегда сиди,
За осанкой следи.

Петух: Надо всем нам постараться и привычку завести.

Физкультурой заниматься, чтоб здоровыми расти!

Ведущий: В жизни главное – здоровье!

Согласитесь, детвора!

И тогда любые горы

Мы свернём с пути всегда!

Танцевальный флешмоб «Танец Зебрика»