Сказочная инсценировка для детей старшей группы

«Как лесные друзья Мишку вылечили»

Цель: Воспитание потребность к здоровому образу жизни.

• Через театрализованную игру воспитывать потребность к **здоровому образу жизни**.

• Уточнить представления о характерных признаках гриппа, простуды.

• Познакомиться с профилактикой, различными способами защиты организма с помощью нетрадиционной медицины (дыхательная гимнастика, самомассаж, точечный массаж)

• Формировать знания о пользе здорового питания и витаминизации.

• Создать условия для развития выразительности движений, активной речи, театральных способностей.

Участники: Дети.

Действующие лица:

1.Рассказчик
2. Сорока
3. Медведь
3. Белка с бельчатами.
4. Лиса с лисенком.
5. Заяц с зайчатами.
6. Мышка с мышатами.
7.Доктор Айболит.

Рассказчик :

Начинаем наше сказочное представление, всем на удивление.
Очень интересное, для здоровья вам полезное.
…Раз весеннею порой шёл медведь лесной тропой.
Выбрался он из берлоги… промочил он в лужах ноги.

Медведь:

Ой, беда, беда: разболелась голова,
Насморк, кашель, весь дрожу..
Что случилось, не пойму.

Рассказчик :

Тут сорока прилетала и медведя увидала

Сорока:

Стре-ке-ке, Стре-ке-ке! Несу новость на хвосте:
Медведь заболел, лежит, не встаёт,
Всё ревёт и ревёт, на помощь зовёт.
Спешите звери, спешите, Топтыгину помогите!

Рассказчик :

В еловом лесу, на высокой ветке
Сушили грибы хлопотуньи белки.
Услыхали сороку, бросили работу.
С ветки на ветку быстро прыг,
И к больному примчались вмиг.

Белки:

Здравствуй, Мишка косолапый!
Выглядишь ты плоховато - кашляешь, чихаешь,
Лап не поднимаешь..

Медведь:

Ой, заболел я – горло простужено.

Нос не дышит, глаз слезится,
Посоветуйте, белочки, чем полечиться?
Белка: Чтобы нос твой всегда дышал и запахи все ощущал-
Нужно его тренировать и дыхательную гимнастику выполнять…

ИГРОВАЯ ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

Подходи ко мне, дружок,
И садись скорей в кружок.
Вот так носик-баловник!
Он шалить у нас привык.
Тише-тише-не спеши
Ароматом подыши…

Ротик ты свой закрывай,
Только с носиком играй.
Хорошо гулять в саду
И поет нос –БА-БО-БУ!

Надо носик нам погреть,
Его немного потереть..
Наигрался носик мой,
Возвращается домой!

Медведь: Ах, как дышится легко! Вот спасибо! Хорошо!
Рассказчик: А вот идут Лисички-сестрички.
У них есть тоже для здоровья советы
Лиса с лисенком:
Здравствуй, Миша - медведь. Вот послушай мой совет:
Узнала от умных зверей я, что если кто-то болеет,
Делать нужно самомассаж, чтоб поправиться скорее!

ИГРОВОЙ САМОМАССАЖ

Дождик бегает по крыше-Бом! Бом! Бом!
По веселой звонкой крыше- Бом! Бом! Бом!
Дождевые капли , (хлопают правой ладонью по левой руке)
Прыгайте в ладошки! (хлопают левой ладонью по правой руке)
Дождевые капли, (хлопают ладошками по ножке от лодыжки вверх)
Вымойте мне ножки!
Дождевые капли, (стучат правой рукой по левому плечу)
Бейте по спине! (стучат левой рукой по правому плечу сзади)
Дождь грибной, но нужно (тянутся обеими руками вверх, выпрямляя спину)
Подрасти и мне!
Медведь: Вот спасибо, друзья! Мне понравилась лечебная игра!
Рассказчик : А вот и зайчики прибежали. Тоже про Мишку узнали.
Заяц:
Привет Топтыгин. Как дела? Разболелся? Не беда!
Есть у меня полезные витамины для тебя!
Объясню сейчас тебе: витамины есть везде!

Ты из фруктов, овощей получай их поскорей!
Медведь: Да где же они??
Заяц: (достает морковь, яблоко, лимон ,малину, лук, чеснок)
Морковь-вкусная, сладкая, витаминами богатая!
Яблоко- ароматное, сочное, для здоровья полезное очень!
А вот, лимон-положи его в чай- и простуда вон!
От простуды и кашля тебе необходима- спелая и сладкая -ягода малина!
Лук- от всех болезней излечит и недуг!
Чеснок- горьковат, но он всем микробам враг!
Все эти витамины-для здоровья необходимы!
Кушай, Мишка! Поправляйся!
Лиса (тревожно)
Давайте времени не терять,
И доктора для Мишки вызывать!
Заяц *(по телефону)*
Приезжай, доктор, скорее!
У нас Мишка болеет.
Что у него? кашель, озноб,
Нос не дышит, горло болит, еле-еле говорит….
Рассказчик: Мышки по лесу бежали и медведя увидали..
Мышка: Здравствуй, Миша!
Простудился? Мы поможем излечиться.
Повторяй за мной, Потапыч -у тебя большие лапы-
Научим мы тебя сейчас делать точечный массаж!
ИГРОВОЙ ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ
Гномик в пальчиках живет
Он здоровье нам несет.
Раз, два, три, четыре, пять
Будем с гномиком играть!
Пальцы мы к груди прижмем
Кружочки рисовать начнем!

Гномик наш поднялся выше
К шейке поднялся поближе..
Снова хочет рисовать
Пальчиками повращать..

Гнома мы ловить начнем-
Крылья носа разотрем.
Девять раз вращаем влево,
Девять раз вращаем вправо..

Гнома я в бровях ловил-
А он по кругу все ходил!

Тут наш гном совсем умолк

И пустился наутек!
К ушкам подобрался ближе
Может здесь его услышим..

Прятаться наш гном устал-
Подошел, руку пожал.
Знаем-знаем! Да-да-да!
Нам простуда не страшна! (все вместе)

Доктор: Здравствуйте. Доктора вызывали?
Я - доктор Айболит! Где больной?
Здесь все здоровы!
Медведь: Я болел…Но все прошло!
Доктор: Чем же вы, больной, лечились?
Говорят вы простудились…
Медведь: лесные друзья мне помогали:
Массаж. Зарядка. Витамины давали.
Я повторял и сам научился,
И с простудой своей простился!
А вместо таблеток и горькой микстуры-
Пропишите мне, доктор, лечебную физкультуру!
Доктор: Чтобы вам не болеть-нужно закаляться!
И полезной физкультурой обязательно заниматься!
Рассказчик :
Вот и закончилось наше сказочное представление.
И, пожалуйста, наши **советы не забывайте**,
И здоровье своё сохраняйте!