«Как звери быть здоровыми учились»

музыкально-валеологическое развлечение воспитанников

старшей группы совместно с родителями

**Цель:** прививать устойчивый интерес к здоровому образу жизни и формированию мотивации к использованию здоровьесберегающих технологий в семье.

**Задачи:**

Образовательные:

* обучать детей элементарным приемам здорового образа жизни (оздоровительная, дыхательная гимнастика, самомассаж);
* продолжать учить детей внимательно слушать музыкальные произведения.

Развивающие:

* развивать умение воспринимать игровой образ посредством музыки;
* развивать чувство ритма и умение передавать ритм на музыкальных инструментах.

Воспитательные:

* воспитыватьсовместно с родителями у детей интерес, эмоционально-положительное отношение к здоровьесбережению;
* воспитывать культуру слушания, любовь к музыке, желание заниматься музыкальной деятельностью;
* воспитывать потребность к здоровому образу жизни.

Оздоровительные:

* побуждать активно выполнять элементы оздоровительного самомассажа;
* тренировать мышцы речевого аппарата, мелкой моторики рук;
* профилактика заболеваний верхних дыхательных путей;
* продолжать работу над правильным вдохом- выдохом.

**Конспект музыкально-валеологического занятия «Теремок»**

*Сказочница приветствует детей, все вместе исполняют валеологическую песенку – распевку «Здравствуйте!»*

Солнышко ясное, здравствуй!

Небо прекрасное, здравствуй!

Все мои подружки, все мои друзья,

Здравствуйте, ребята! Как люблю вас я!

*Звучит музыка «Лукоморье» из передачи «В гостях у сказки».*

**Сказочница:**Сейчас для вас откроем мы сказочную дверь.

Там добрые герои – ты только в это верь.

Чудес на свете много, и в нашей сказке есть.

Ну что ж, друзья, в дорогу, войдем в волшебный лес.

*Снова звучит небольшой музыкальный фрагмент.*

**Сказочница**: Друзья, я хочу пригласить вас в сказку.

Все мы знаем, все мы верим:

Есть на свете чудный терем.

А вот и теремок, он не низок, не высок.

Кто в теремке появится, у того здоровье поправится!

Того минует любая беда, болеть он не будет уже никогда!

Давайте посмотрим, что будет дальше. Слышите, кто-то бежит к теремку.

*Звучит «Танец» Д. Шостаковича. Выбегает Мышка, поет песенку, подыгрывая себе на колокольчике.*

Я маленькая Мышка, я по лесу брожу.

Ищу себе домишко, ищу — не нахожу.

Как легко дышится в лесу, воздух чистый и свежий. Подышу свежим воздухом!

*Ведущий предлагает детям выполнить дыхательное упражнение вместе с мышкой. Мышка выполняет дыхательное упражнение: на счет «раз» слегка поворачиваем голову вправо – вдох! Затем, не останавливаясь посередине, сразу же на счет «два» слегка поворачиваем голову влево – тоже вдох! Затем свободный выдох. Шею во время поворотов ни в коем случае не напрягать, она абсолютно свободна. Болевых ощущений не должно быть. Норма: 4 раза по 4 вдоха – движения.*

**Мышка:** Ой, какой чудный теремок! *Обнюхивает его*

**Сказочница:** Никто Мышке не ответил. Решила она войти в теремок и стала там жить- поживать!

**Сказочница:** Слышите, дети, кто-то еще бежит к те­ремку.

*Звучит музыка С. Рахманинова «Музыкальный мо­мент», появляется Лягушка. Останавливается, поет песенку, подыгрывая себе на шумелке.*

**Лягушка:** Для внучонка лягушонка сшила бабушка пеленку.

Стала мама пеленать, а малыш давай скакать!

**Сказочница:** Увидела Лягушка теремок и давай стучаться в дверь.

**Лягушка:** Тук-тук-тук! Открывайте дверь!

**Мышка:** Кто там?

**Лягушка:** Это я, Лягушка-квакушка! Пустите меня в теремок!

**Мышка:** А что ты умеешь?

**Лягушка:** Я умею делать артикуляционную гимнастику.

**Мышка**: Покажи!

*Лягушка выполняет гимнастику, дети повторяют за ней движения по тексту.*

Жаба Квака с солнцем встала, (*потягиваются, руки в стороны*)  
Сладко-сладко позевала. (*дети зевают*)  
Травку сочную сжевала (*имитируют жевательные движения, глотают*)  
Да водички поглотала.  
На кувшинку села,  
Песенку запела:  
"Ква-а-а-а! (*произносят звуки отрывисто и громко*)  
Квэ-э-э-! Ква-а-а-а!  
Жизнь у Кваки хороша!

**Мышка:** Заходи!

**Сказочница**: Стали они вдвоем в теремке жить. Вдруг слы­шат, что на полянку выбежали зайцы.

*Звучит «Марш деревянных солдатиков» П.И.Чайковского, на полянку выбегают зайцы и весело отбивают ритм на барабанах. Музыка останавливается, зайцы «замерзли», затем один из них убегает, а другой подбегает к теремку.*

**Сказочница:** Замерз зайчик подбежал к теремку и постучался в дверь.

**Заяц**: Тук-тук!

**Мышка**: Кто там?

**Заяц:** Я Заяц — чуткое ушко, мое имя — Прыг-скок! Пустите меня в теремок!

**Лягушка**: А что ты умеешь?

**Заяц:** А я умею весело плясать!

**Звери:** Покажи!

*Заяц выполняет с детьми музыкально-ритмическую игру «Мороз».*

**Звери**: Заходи!

**Сказочница**: Вот их в теремке трое стало. Вдруг слышат, снова кто-то бежит к теремку.

*Звучит музыка П. Чайковского «Юмореска», появля­ется Лиса. Останавливается, поет песенку, подыгрывая на треугольнике.*

**Лиса:** Я Лисичка, я сестричка, я хожу неслышно.

Рано утром, по привычке, на охоту вышла!

*Лиса подходит к теремку, стучит в дверь.*

**Звери:** Кто там?

**Лиса:** Я Лисичка-сестричка!

**Звери:** А что ты умеешь?

**Лиса:** Я умею делать игровой массаж!

**Звери:** Покажи!

*Лиса выполняет комплекс игрового массажа «Дружок», дети повторяют движения.*

У меня такие лапки! По-смо-три!

Звонко хлопают в ладоши, раз-два-три!

Твои лапки тоже на мои похожи.

У меня такие щечки! По-смо-три!

Я пощиплю их немножко, раз-два-три!

Твои щечки тоже на мои похожи!

У меня такие ушки! По-смо-три!

Разотру их потихоньку, раз-два-три!

Твои ушки тоже на мои похожи!

У меня такая спинка! По-смо-три!

Я похлопаю по спинке, раз-два-три!

Твоя спинка тоже на мою похожа!

**Звери:** Заходи!

**Сказочница**: Стали они жить вчетвером. Очень весело живут: лягушка по воду ходит, мышка пирожки печет, зайчик двор подметает, лисичка в избе прибирает. Вдруг слышат, сучья трещат, Медведь идет!

*Персонажи под текст Сказочницы выполняют действия на фоне русской народной песни «Светит месяц». Звучит музыкальная тема Волка из симфонической сказки С.С.Прокофьева «Петя и волк», выходит Медведь, подходит к теремку, начинает громко стучать.*

**Медведь:** Тук-тук! Пустите меня в теремок!

**Лягушка:** А ты кто?

**Медведь:** Мишка-медведь!

**Звери:** А что ты умеешь?

**Медведь:** Я медведь! С давних пор замечательный танцор.

Только музыку ведут, ноги сами в пляс бегут!

Но мне не с кем поплясать, да на бубне поиграть!

Помогите мне, зверята и вы, добрые ребята!

**Мышка:** Отчего бы и не поплясать! Выходите, зверята,

Помогайте нам, ребята!

*Проводится игра «Оркестр»: персонажи стоят полукругом. У каждого персонажа в руках один из музыкальных инструментов: трещотка, ложки, бубен, колокольчики, у всех детей – ложки. В центре круга стоит дирижер. Все играют на инструментах, следуя ритму мелодии. Каждая группа ДМИ вступает по показу сигнальной карточки с изображением этих инструментов. Исполняется «Полька-кадриль» с детскими музыкальными инструментами.*

**Сказочница:** Вот какие ребята и зверята дружные!

Вам понравилась сказка? А чему учит эта сказка?*(Быть здоровыми и беречь свое здоровье, заботится о себе).*

Купить можно много:  
Игрушку, компьютер,  
Смешного бульдога,  
Стремительный скутер,  
Коралловый остров  
(Хоть это и сложно),  
Но только здоровье  
Купить невозможно.  
Оно нам по жизни  
Всегда пригодится.  
Заботливо надо  
К нему относиться.

*(А. Гришин )*

*Сказочница благодарит ребят и родителей за участие.*