Сценарий музыкально-театрализованного представления

**«Тот самый рацион!»**

В мире много богатств, но **здоровье - самое главное богатство человека**. И это богатство надо сохранять и укреплять с самого начала жизненного пути человека, так как именно в этот период формируются основы двигательной и умственной деятельности, рациональной организации режима дня, питания, закаливания, отношение к вредным привычкам и пр.   
      Театрализованная деятельность обладает огромным потенциалом формирования здоровьесберегающего поведения младших школьников, стимулируя развитие психических процессов, создавая условия для познания окружающего мира, усвоения способов укрепления и сохранения здоровья, предупреждения заболеваний.  
     Театральное искусство близко и понятно  детям прежде  всего потому, что в основе его лежит игра. В игре  ребёнок  не только получает информацию об окружающем  мире, законах  общества, красоте человеческих отношений, но и  учится жить в этом мире, строить взаимоотношения с окружающими, заботиться о своем физическом и психическом здоровье.  
Поэтому  театральная деятельность, та «тропинка» к сердцу моих воспитанников, через которую я стараюсь формировать их ценностные ориентации, их нравственное здоровье и стремление к здоровому образу жизни.

      Формирование здоровьесберегающего поведения младших школьников средствами театрализованной деятельности представляет собой педагогический процесс, в котором организованно, постепенно и непрерывно в воображаемых, соответствующих роли, сюжету и реальных ситуациях, осуществляется осознание ценности здоровья и ответственного отношения к нему, усвоение знаний и представлений о здоровье и способах ведения здорового образа жизни, формирование умений и поведенческих особенностей здоровьесбережения с учетом индивидуальных возможностей и способностей ребенка.   
          Театрализованная деятельность позволяет ребенку решать многие проблемные ситуации опосредованно от лица какого-либо персонажа. т.е. «актер – по выражению К.С.Станиславского, - переживает роль».  На занятиях и репетициях воспитанники рассуждают вслух о своих героях, обсуждают нравственные проблемы, тем самым укрепляя в своем сознании общечеловеческие моральные нормы и чувства.  
           Спектакль, выступление на сцене является основной и конечной формой творческой самореализации учащихся, она дает каждому ребенку пережить чувство радости от достигнутого, т.е. пережить успех, признание зрителей. И здесь уже происходит «эффект врачевания публики». Эффект врачевания зрителя заключается в том, что, узнавая свои слабые места, он становится вооруженным против своих слабостей, а найдя мужество оценить себя негативно, обретает силы для избавления от отрицательного героя в себе самом. В этом и есть присущий театру момент покаяния. В современной психологии существует термин «театротерапия». Говоря, что «театр лечит актера, театр лечит и публику», искусствовед-психолог Н. Евреинов справедливо утверждает, что «театр будит в нас волю к жизни, властно заставляя нас преображаться». А в преображении и заключается вся сила. Подлинно живительная сила театра, - сила целительная.  
  **Цель**. Формировать представления о здоровом образе жизни через театрализованную деятельность. Вызвать у детей положительно-эмоциональный настрой через разыгрывание сюжета.

**Интеграция образовательных областей.**

1. Здоровье. Расширение представлений детей о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (движение, сон и солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

2. Социализация. Воспитание артистических качеств, раскрытие творческого потенциала, вовлечение детей в театрализованное представление. Предоставление детям возможности выступать перед сверстниками и другими гостями.

3. Коммуникация. Формировать умения детей выразительно, с естественными интонациями читать текст своей роли.

4. Безопасность. Развивать стремления детей заботиться о своём здоровье приобщая их к занятиям спортом и закаливанию. Формировать элементарные представления о болезнях и лекарствах, о связи между болезнью и её причиной.

5. Музыка. Формировать певческие навыки, умения своевременно начинать и заканчивать песню, эмоционально передавать характер мелодии.

**Участники:** ведущий; мама Вовки; Вовка; богатыри: Добрыня Никитич, Илья Муромец, Алёша Попович; Василиса Премудрая; Кощей; Баба-Яга; Соловей –Разбойник; Гамбургер; фрукты: Яблоко, Груша, Вишня, Апельсин, Слива.

**1. Предварительная работа**.

Жили — были два неуклюжих человечка – Толстячок и Хилячек. Один с утра до вечера что-то ел, перекусывал, жевал, заедал. Другой вздыхал, стонал, капризничал и от любой еды отворачивался.

Однажды сидели они на скамеечке, смотрели по сторонам, скучали. Вдруг видят, идет озорной мальчишка – Здоровячок.

Песенки напевает, бодрым шагом шагает, мяч покидывает, сам подпрыгивает. Завидно стало Толстячку и Хилячку, что так весело живется Здоровячку. Стали расспрашивать, в чем секрет его силушки, ловкости да хорошего настроения.

Рассказал Здоровячок о необыкновенно вкусной и полезной гречневой каше и чудодейственной силе физкультуры.

Стали Толстячок и Хилячек каждое утро делать зарядку, купаться в речке, бегать, прыгать, кувыркаться. Стали есть гречневую кашу да нахваливать: **«Ай, да каша, сила наша!»**.

Так два неуклюжих человечка превратились в веселых, озорных мальчишек.

**Учитель:** Как вы думаете, ребята, о чём будет наше сегодняшнее выступление?  
Высказывания учащихся:

- О здоровом образе жизни.

- О здоровье человека.

**2.Сообщение темы и цели мероприятия.**

**Учитель:** Правильно. Сегодня мы поговорим о здоровье человека.

- Ребята, для чего человеку нужно быть здоровым?

(ответы детей)

**Учитель:**

Для того, чтобы быть здоровым, надо знать некоторые правила, и соблюдать их.

Ребята, а какие правила здоровья знакомы вам?

(ответы детей)

**Учитель:** А сейчас смотрите наше выступление внимательно и запоминайте!

**3. Выступление детей.**

(Звучит медленная мелодия)

**Ведущий:**

Не на море – океане,

Не на острове – буяне,

А в самом что ни наесть славном городе Красногорск жил-поживал мальчик по имени Вовка. Да всем –то Вовка был хорош, да вот беда – лентяй был жуткий, целыми днями только и делал, что сказки читал. Сказки – это хорошо, да вот какая с ним история приключилась…

(Комната. Кроватка. В кроватке спит Вовка. Появляется мама)

**Мама:**

Вовочка! Иди сюда!

**Вовка:**

Иду, сейчас!

Что стряслось опять у вас?

**Мама:**

Ах, сыночек, хватит спать,

Надо маме помогать.

**Вовка:**

Вот ещё! Была б забота!

Нет, мне чё – не охота.

**Мама:**

Если будешь ты лениться,

Буду на тебя сердиться.

**Вовка:**

Ладно, ладно, помогу,

Если только не усну.

**Мама:**

Сходи, Вовка , за грибы,

Приготовим вкусные щи. (Оставляет корзину, уходит)

**Вовка:**

Вот бы в сказку мне попасть…

Хочу мороженое, хочу пирожное,

Там ничего делать не надо.

(Вовка берёт корзину.)

(Встречает трёх богатырей):

- Эй, вы кто такие?

Да красивые, большие.

(Представление богатырей)

- Я – Алёша, что Попович,

Илья Муромец – мудрец,

Я - Добрыня – сын Никиты,

**Все:**

Каждый парень – удалец.

**Вовка:**

Не могу вас всех обнять,

В чём секрет хочу я знать.

(Танец богатырей, Вовка за ними повторяет)

**Богатыри:**

1. Чтобы стать богатырём,

Нужно правильно питаться,

Каждый день тренироваться

Чтоб с лишним весом не встречаться.

1. Каши есть, борщи, котлеты,

Не забыть кисель при этом.

На ночь, друг, не наедайся

С чипсами, брат, распрощайся.

1. И жевачки не нужны-

Для детей они вредны!

Спортом, Вовка, занимайся,

Тренируйся, закаляйся.

**Вместе:**

Надеемся советы наши

Помогут непременно вам.

А мы желаем всем здоровья

Тебе Вовка и всем нашим гостям.( Кладут в корзину капусту, свеклу… Уходят)

**Вовка:**

Советы эти исполнять буду непременно

Каши, суп и молоко кушать ежедневно.

(По музыку входит Василиса)

**Вовка:**

Что за чудо, что за диво

До чего стройна, красива.

Познакомься, ты со мной

Красоты, секрет открой.

**Василиса:**

Я – премудрая девица,

На все руки мастерица.

Всё я знаю там и тут

Василисою зовут.

(Появляется гамбургер (музыка опа гама стайл).

(Василиса берёт за руку Вовочку и убегают.)

**Гамбургер:**

**(**читает под рэп (“Федорино горе” переделано):…)

Что такое, Почему? Ничего я не пойму? … Разбежались кто-куда….

А как же я?

Выходят фрукты . (танец фруктов).

(Выпроваживают гамбургера)

**Вишня:**

Фрукты, овощи на завтрак, всем ребятам нравятся

От здорового питания щёчки аж румянятся.

**Груша:**

Без витаминов жить нельзя

Они - надёжные друзья.

Они спасают от болезней:

Простуды, гриппа и цинги.

**Апельсин, Яблоко (вместе):**

Нет ничего вкусней, полезней

Чем апельсины, яблоки.

(Фрукты уходят. Появляется Василиса Премудрая)

**Василиса Премудрая:**

Расскажу секрет своей премудрости:

- Чтоб здоровой я росла и отличницей была

Рыбу, борщ и свежий хлеб выбираю на обед.

Чтобы крепкой я росла и красавицей была

Молоко, кефир, творог дарят кальций мне и йод. (Кладёт в корзину Вовке и уходит)

**Вовка:**

И правда, премудрая.

Хороши твои секреты, знаю всё теперь об этом

Буду овощи и фрукты, все полезные продукты

В пищу сам употреблять, чтоб здоровье сохранять.

А про чизбурер и гамбургер забуду навсегда!

(Страшная музыка. Пугается при встрече с Кощеем)

Что за кости на пути?

Не могу вас обойти?

Много чего в пути повидал

Скелет ходячий не встречал.

**Кощей:**

Кощей зовут меня давно и взрослые и дети,

Не знаю только одного:

Сколько лет живу на свете.

Не спрашиваю: жить, не жить.

Дай Бог столь каждому прожить.

**Вовка:**

Дайте старче мне совет

Как дожить до ваших лет.

Что мне есть и что мне пить

Чтобы кости сохранить?

**Кощей:**

Чтобы кости сохранить

Нужно с кальцием дружить

Рыба, йогурт и петрушка,

Мне полезней, чем ватрушка.

Ешьте сыр и молоко,

Проживёте о-го-го! (Кладёт в корзину Вовке и уходит)

**Вовка:**

Смерть его ведь на игле, в сундуке лежит, в земле,

А секрету цены нет! Кости сохраним сто лет.

(Появляется Баба-Яга (весёлая песня). Танцует хип –хоп, садится на шпагат)

Вовка: Я, бабушка, тоже так хочу!

Яга: Ну, для этого, внучок, правильно питайся , и ходи на танцы, на те, которые у нас через дорогу находятся от Изумрудных холмов. И медаль 1 место (показывает бабушка), завоюешь, как и я! (Дарит Вовке карточку на спортивные танцы)

**Вовка:** Спасибо, бабушка!!!

(Встречает Вовка Соловья – Разбойника)

Плохо слышно Соловья, где ж удаль прежняя твоя?

Может плохо ты поспал? Иль ты зубы потерял?

**Соловей:**

Раньше я свистел в пол – силы, чтобы дом не развалило,

Чтобы крыши не снесло, только всё это прошло.

Зубы начали желтеть, зубы начали болеть.

Не могу совсем свистеть

Дайте ж мне скорей совет,

Чем питаться знаешь, нет?

**Вовка:**

Много путников я встретил

И полезного приметил

Приглашаю группу эту

Пусть дадут для вас советы.

(Выходят все герои сказки и дают советы о правильном питании)

**Богатырь:**

В еде не будь до всякой пищи падок,

Знай точно время, место и порядок.

Спокойно, не спеша без суеты

Питаться должен регулярно ты.

**Василиса:**

Питаться, если голод ощутил,

Еда нужна для поддержания сил.

**Кощей:**

В компании приятной честь по чести

Есть следует в уютном, чистом месте.

**Соловей:**

Тому на пользу наш совет пойдёт,

Кто ест и пьёт достойно в свой черёд.

(Дарят корзину Соловью Разбойнику)

Финальная песня (поют все герои) на мотив песни «Команда молодости нашей»:

Поведуя о правильном питании

Мы Вам не напрасно говорим:

Здоровая еда не наказанье!

Здоровая еда – прибавка сил!

Ведь нам судьбу свою вершить,

Здоровыми должны мы быть!

Давайте будем мы, ребята,

С полезною едой всегда дружить!

Ведь нам судьбу свою вершить,

Здоровыми должны мы быть!

Давайте будем мы , ребята,

С полезною едой всегда дружить!

1. **Заключение.**

**Учитель:**

Вот видите, быть здоровым – это и просто, и сложно.

И для того, что бы быть красивым, сильным, ловким, статным, крепким, подтянутым, нужно обязательно соблюдать « Правила здоровья!» И помните, что ваше здоровье – в ваших руках!

**Список литературы:**

1. Артемова Л.В. Театрализованные игры.[Текст]: учебное пособие / Артемова Л.В. - М., 1991.
2. Губанова Н.Ф. Театрализованная деятельность дошкольников: 2 – 7лет.[Текст]: учебное пособие / Губанова Н.Ф. – М.:ВАКО, 2007.
3. Доронова Т.Н. «Играем в театр». – М.: «Просвещение», 2004 г.
4. Селиванова Е.Д. «Театрально – литературные композиции». [Текст] / Селиванова Е.Д. – Москва.: «Просвещение», 2000 г.

**Файл видео выступления:** https://youtu.be/mkuSlpKfo6Y