**Сценарий летнего развлечения на свежем воздухе для дошкольников «В поиске секретов здоровья»**

**Описание:** Ребята вместе с доктором Аскорбинкой, Витаминкой и Карлсоном помогают Медвежонку разобраться в секретах здоровья. Данный материал будет полезен музыкальным руководителям и воспитателям ДОУ.
**Цель:** формирование у дошкольников представления о здоровом образе жизни.
**Задачи:**
• совершенствовать двигательные и коммуникативные навыки;
• развивать восприятие, воображение, память и внимание;
• воспитывать отзывчивость, доброжелательность, чувство сострадания и взаимодействия между взрослыми и детьми.
**Оборудование и атрибуты:**
Большой градусник, матрас, обручи, столы, два мольберта, два ватманы (на одном нарисован контур банки, на другом – салатника), раскрашенные картинки фруктов и овощей, клей, салфетки, «Касторка», ложка, сундук, мячики, муляжи (фрукты, овощи, сладости), два таза, ширма, большой шприц, мыльные пузыри, таз с мыльной пеной, мочалки, лейка.
**Роли:** доктор Аскорбинка, Медвежонок, Витаминка, Карлсон – исполняют взрослые.

**Ход развлечения**

*Под весёлую музыку дети собираются на участке детского сада.*
*Выходит доктор Аскорбинка.*
**Аскорбинка:** Так, так, так… как же много здесь ребят! Что это вы здесь все собрались? Вы что, заболели?!
**ДЕТИ:** Нет!
**Аскорбинка:** Так вы хотите сказать, что вы здоровы?
**ДЕТИ:** Да!
**Аскорбинка:** Все? Совершенно здоровы?
**ДЕТИ:** Да!
**Аскорбинка:** А кто это вам сказал, что вы здоровы? Только я – доктор Аскорбинка, могу сказать, что вы здоровы! А я этого пока ещё не говорила! Для начала надо вас осмотреть!
*Обходит детей, заглядывает в рот, слушает.*
**Аскорбинка:** Вам таблетки сегодня давали?
**ДЕТИ:** Нет!
**Аскорбинка:** А может микстуру или касторку?
**ДЕТИ:** Нет!
**Аскорбинка:** Так, так, так…
*Достаёт большой градусник и начинает «измерять температуру» детям.*
**Аскорбинка:** Странно… и температуры нет… в чем же здесь секрет?! Расскажите-ка, ребята, как вам удаётся сохранить здоровье без таблеток, микстуры и касторки?
**ДЕТИ.**
Чтоб было здоровье
В отличном порядке,
Всем нужно с утра
Заниматься зарядкой!
*Появляется Медвежонок с матрасиком, укладывается.*
**Медвежонок:** Какая ещё зарядка… зачем вам эта зарядка… лучше подольше полежать в кроватке… дайте мне скорее одеялко!
**Аскорбинка:** Это ещё кто?
**Медвежонок:** Кто-кто? Медвежонок я! Медвежонок!
**Аскорбинка:** И зачем это ты сюда пришел?
**Медвежонок:** Я знаю все секреты здоровья!
**Аскорбинка:** Правда? Расскажи-ка нам!
**Медвежонок:** Во-первых, надо подольше в постели валятся. Во-вторых – ни в коем случае не умываться! А самое главное – правильно питаться!
**Аскорбинка:** А правильно – это как?
**Медвежонок:** Как-как?... Вкусненько!!!
**Аскорбинка:** Ребята, а вы знаете, что такое правильное питание?
**ДЕТИ:** Да!
**Аскорбинка.**
Сейчас мы это проверим.
Каша – вкусная еда
Это нам полезно? (*Да*)
Лук зеленый иногда
Нам полезен дети? (*Да*)
В луже грязная вода
Нам полезна иногда? (*Нет*)
Щи – отличная еда
Это нам полезно? (*Да*)
Мухоморный суп всегда –
Это нам полезно? (*Нет*)
Фрукты – просто красота!
Это нам полезно? (*Да*)
Грязных ягод иногда
Съесть полезно, детки? (*Нет*)
Овощей растет гряда.
Овощи полезны? (*Да*)
Сок, компотик иногда
Нам полезны, дети? (*Да*)
Съесть мешок большой конфет
Это вредно, дети? (*Да*)
*Медвежонок всячески перебивает детей.*
**Медвежонок** Да ну вас… ничего-то вы не понимаете в правильном питании…
**Аскорбинка:** А вот и понимают! Молодцы, ребята! А сейчас мы с вами отправимся в гости к моей подружке Витаминке.
*Преодолевая полосу препятствий (из обруча в обруч), дети идут в гости к Витаминке (большая беседка).*
**ВИТАМИНКА:** Здравствуйте, ребята!
**Аскорбинка:** Здравствуй, Витаминка! Расскажи нам, пожалуйста, свой самый главный секрет.
**ВИТАМИНКА:** А секрет мой очень прост! Чтобы быть здоровым, сильным и красивым организму нужно кушать витамины! Знаете ли вы, ребята, в каких продуктах содержится больше всего витаминов?
**ДЕТИ:** В овощах и фруктах!
**ВИТАМИНКА:** Правильно, ребятки! А теперь – загадки.
Жёлтый цитрусовый плод
В странах солнечных растёт.
Но на вкус кислейший он,
А зовут его… (*Лимон*)

Он бывает дети разный –
Жёлтый, зелёный и красный.
То он жгучий, то он сладкий,
Надо знать его повадки.
А на кухне – глава специй!
Угадали? Это… (*Перец*)

Знают это фрукт детишки,
Любят есть его мартышки.
Родом он из жарких стран
В тропиках растёт… (*Банан*)

Кочерыжку закрывает
Новый листик вновь и вновь –
В огороде подрастает
На глазах у нас… (*Капуста*)

Он оранжевый, приятный,
Вкусный, запах ароматный.
Сходим быстро в магазин,
Купим круглый… (*Апельсин*)

Красный, сочный, для салата,
Любят взрослые, ребята.
Отгадай скорей, дружок!
Этот овощ… (*Помидор*)

Он зелёный и в полоску,
Отгадаем без загвоздки.
Мякоть красная-восторг!
Называется… (*Арбуз*)

Её тянут бабка с внучкой,
Кошка, дед и мышка с Жучкой. (*Репка*)
*Медвежонок старается сбить ребят с толку, называя неправильные ответы.*
**ВИТАМИНКА:** Какие молодцы, ребятки! Отгадали все загадки. А теперь хочу узнать, знаете ли вы что можно приготовить из овощей? (*Салат, борщ, рагу*) А из фруктов? (*Компот, варенье, джем*). Хорошо. Вот сейчас мы этим и займёмся. Разделимся на две команды. Одна будет варить компот, а другая – готовить овощной салат.

**АППИКАЦИЯ «САЛАТ И КОМПОТ»**
*На один мольберт с нарисованной банкой дети наклеивают фрукты, а на другой, с салатником – овощи.*

**ВИТАМИНКА:** Ребята, какие вы молодцы! Отлично справились с заданием.
*Слышится плач.*
**Аскорбинка:** Витаминка, ты слышишь то, что слышу я?
**ВИТАМИНКА:** Аскорбинка, а ты слышишь то, что слышу я?
**Аскорбинка и ВИТАМИНКА:** Ребята, вы это слышите?!
**ДЕТИ:** Кто-то плачет.
**ВИТАМИНКА:** Кажется, кому-то нужна наша помощь?
**Аскорбинка:** Вперёд, ребята!
*Все бегут на плач, находят рыдающего Карлсона (жёлтая беседка).*
**Аскорбинка:** Ребята, да это же Карлсон, который живёт на крыше!
**ВИТАМИНКА:** Карлсон, что случилось?
**КАРЛСОН:** Ой, больно мне, больно!
**Аскорбинка и ВИТАМИНКА:** Где больно?!
**КАРЛСОН:** Ой, больно мне, больно!
**Аскорбинка:** У тебя болит живот?
**КАРЛСОН:** Ой, больно мне, больно!
**ВИТАМИНКА:** Так может ты голодный?
**КАРЛСОН:** Я не голодный… я ел…
**Аскорбинка:** Что ты ел?
**КАРЛСОН:** Большую плитку шоколада, килограмм мармелада, торт с кремом и трёхлитровую баночку клубничного варенья…
**Аскорбинка:** Всё понятно – переел сладкого. Ребята, разве можно есть столько сладостей?
**ДЕТИ:** Нет!
**КАРЛСОН:** А я так люблю сладости!
**Аскорбинка:** Но это вредно для здоровья! Надо дать тебе касторку, она поможет снять боль!
**Аскорбинка** *поит Карлсона «касторкой».*
**КАРСЛОН:** Фуууу! Какая гадость!
**Аскорбинка:** Гадость – это твои сладости. Нельзя есть много сладкого!
**КАРЛСОН:** А что же тогда мне есть?!
**Аскорбинка:** Полезные продукты.
**КАРЛСОН:** Это какие?
**Аскорбинка** А вот сейчас ребята помогут тебе в этом разобраться.

**ИГРА «СОРТИРОВКА ПРОДУКТОВ»**
*Из большой общей ёмкости, заполненной продуктами (муляжи) и мячиками, одна команда отбирает сладости, а другая – овощи и фрукты.*

*После игры Медвежонок начинает «есть» сладости и ей становится плохо.*

**Аскорбинка:** Срочно требуется медицинская помощь! Нужна госпитализация!!!
**Аскорбинка** *и* ***Карлсон*** *берут Медвежонка за лапы и уводят за ширму. Из-за ширмы выходит* **Аскорбинка** *с большим шприцом.*
**Аскорбинка:** Сейчас я поставлю *Медвежонку* витаминный укол, чтобы восполнить в организме витаминный запас.
*Уходит за ширму. Из-за ширмы раздаются крики Медвежонка. Потом появляется* **Аскорбинка***, вытирая пот.*
**Аскорбинка:** Готово! *Медвежонок* получил дозу витаминов! Теперь самая сложная задача – привести *Медвежонка* в порядок. Давай-ка устроим ему головомойку!
**Аскорбинка** *уходит за ширму. Из-за ширмы раздаются крики, летят мыльные пузыри и пена, подлетают мочалки. Затем всё утихает и из-за ширмы выходят* **Аскорбинка** *и Медвежонок с бантом..*
**Аскорбинка:** Готово!
**Медвежонок:** Я не буду больше вредничать.Буду я хорошим мальчиком, а зовут меня Степа.
**Аскорбинка:** Ребята, давайте все вместе скажем, что нужно делать, чтобы быть здоровым?
**ДЕТИ:** Делать зарядку, умываться, чистить зубы, есть полезные продукты.
**Аскорбинка:** Правильно, ребята! Теперь вам известны все секреты здоровья! И у меня для вас витаминное угощение. А чтобы получить его отгадайте загадку.
Круглое, румяное я расту на ветке.
Любят меня взрослые и маленькие детки…
**ДЕТИ:** Яблоко!
**Аскорбинка** *показывает детям корзину с яблоками.*
*Дети вместе с героями танцуют под весёлую музыку.*