

**Сценарий физкультурного развлечения для детей старшего возраста  
«Приключения М&М”S или Добро пожаловать в страну Здоровья»  
(инструктор по физкультуре Савушкина О.Г.)**

**Действующие лица:** Эммочкач, Эмсик, Дюдюка

**Ведущий:** Здравствуйте, девочки! Здравствуйте, мальчики! Добрый день, все-все! К вам в гости торопятся неразлучные друзья М&М”S. Девочка Эммочка и мальчик Эмсик. Вы готовы их встречать? Не слышу? Тогда приготовьте свои ладошки! Вот и они!

*Эмсик с мячом*

**Эмм:** Всем большой разноцветный привет! Здравствуйте!

**Эмс:** Как я рад, как я рад всех вас видеть! Давайте же скорей знакомиться! У меня в руках что? *Мяч.*

Я мяч вам бросаю,

Свое имя называю.

Вы кидайте мне в ответ,

И назови скорей имя свое.

*Эмсик бросает ребенку мяч, говорит свое имя, тот бросает в ответ, называет свое. И так несколько раз.*

**Эмс:** *(вытирает пот со лба, как будто сильно устал):*

Ну, все, достаточно! Хватит.

**Эмм:** Вот это да! А как же остальные ребяташки?

**Эмс:** *(пожимает плечами)* Не знаю. Вот я сейчас как возьму, как размахнусь... И как кину мяч. В кого он попадет – чур не обижаться! *(делает вид, что размахивается)*

От мяча ты не беги!

Свое имя назови!

**Эмм:** Стой, Эмсик, так нельзя! Будем мы знакомиться вот так:

**1 Хороводная игра «Как тебя зовут?»**

Мы с тобою встретились, ты и я,

Но не познакомились, ты и я

Мы не будем долго ждать

Время попусту терять

Как тебя зовут?

А теперь хором все сказали свое имя

*(Кричат)*

Повернёмся мы к друг другу и пожмём скорее РУКУ!

Взялись за руки, идем по кругу

Мы с тобою встретились, ты и я,

Но не познакомились, ты и я

Мы не будем долго ждать

Время попусту терять

А теперь хором все сказали свое имя

*(Кричат)*

Повернёмся мы к друг другу и пожмём мы другу НОС!

Взялись за руки, идем в другую сторону

Мы с тобою встретились, ты и я,  
Но не познакомились, ты и я  
Мы не будем долго ждать  
Время попусту терять  
А теперь все дружно сказали свое имя

(Кричат)

Повернёмся мы к друг другу и пожмём мы другу КОЛЕНО!  
Взялись за руки, повторяем за мной

Мы с тобою встретились, ты и я,  
Но не познакомились, ты и я  
Мы не будем долго ждать  
Время попусту терять  
Повернёмся мы к друг другу и пожмём мы другу УХО!

Мы с тобою встретились, ты и я,  
Но не познакомились, ты и я  
Мы не будем долго ждать  
Время попусту терять  
Повернемся мы к другу и крикнем весело ПРИВЕТ!

**Эмм:** А теперь мы приглашаем всех на зарядку! Ведь это очень полезно для здоровья! И для хорошего настроения! Становитесь все в круг!

## **2 Подвижная игра "Руки вверх и поворот"**

**Эмс:** Ура! Эммочка, это ты здорово придумала. Классная зарядка. Ребята, а угадайте, из чего мы сделаны, а? */ответ детей/* Верно, из шоколада. А сверху у нас глазурь. Желтая и красная. Кто хочет пожевать мою кепку? Она такая вкусная!

**Эмм:** Эмсик, хватит хулиганить. Никто не хочет жевать твою кепку. Там и шоколад у тебя уже затвердел – не разгрызешь.

**Эмс:(обиженно)** И вовсе это не так...Между прочим, очень вкусная кепочка....

**Эмм:** Мы с тобой пришли сюда мальчиков и девочек не кормить, а веселить, чтобы у них было отличное настроение.

**Эмс:** А сладости между прочим – источник большоооой радости и ...вдохновения. Вот послушай.

## **3. Загадки про сладости**

В праздник я приду ко всем,  
Я большой и сладкий.  
Есть во мне орешки, крем,  
Сливки, шоколадки. (Торт)

Он живет в своей фольге,  
Быстро тает он в руке.  
Очень вкусен, очень сладок,  
Мажет мордочки ребяток. (Шоколад)

Я в стаканчике, рожке,  
Вкусное и нежное.  
Сделано на молоке,

Чаще - белоснежное.  
В морозилках проживаю,  
А на солнце сразу таю. (Мороженое)

Мы в кондитерской шуршим  
Фантиками яркими.  
И на праздник мы хотим  
К вам попасть с подарками. (Конфеты)

Может быть оно песочным,  
А порой и с кремом.  
Иногда бывает с сочным  
Аппетитным джемом.  
И безе бывает - крошкой,  
А в глазурной коже  
Может быть оно картошкой,  
Только вовсе не пюре. (Пирожное)

**Эмм:** Если девочки и мальчики будут питаться одними сладостями, у них заболят животики и зубки.

**Эмс:** Неправда! Эту страшилку придумали взрослые, чтобы детям меньше конфет доставалось. Да –да. Потому что взрослые любят конфеты.

**Эмм:** (*оттаскивает Эмсика*) Как тебе не стыдно, Эмсик?! Ты же в гостях. Хватит думать только о своих сладостях. Полезно, между прочим, спортом заняться.

А то от переедания можно талию потерять.

**Эмс:** Я никакой талии не терял. Я вообще не знаю, кто это такая – мамзель Талия.

**Эмм:** Вот и напрасно. Спорт – это тоже очень весело. Вы со мной согласны?

*/ответ детей/* Давайте мы покажем этому ленивому Эмсику, что такое бас-кетбол.

#### **4 игра «Необычный баскетбол»**

Реквизит: 2 мяча,

2 команды

*Двух взрослых просим сомкнуть руки в виде кольца. Дети по очереди подбегают до определенной черты и стараются попасть в «кольцо». У кого очков больше, те и победили.*

**Эмс:** Да, игра веселая, согласен. Но если бы мячи были из шоколада....Эх!  
(мечтательно закрывает глаза)

**Эмм:** (*сердито*): То от них бы ничего не осталось! Эмсик, по – моему ты окончательно зациклился на всем сладком. Нужно срочно что-то делать.

(думает) Ребята, помогите мне. Может, накормить его горчицей?

**Эмс:** Еще чего!

**Эмм:** Или заставить тебя пробежать 2 круга? Может, полегчает?

**Эмс:** Нее.. неинтересно. А давай лучше покричим и посчитаем до восьми. Ребята любят кричать, я уверен. Итак, встаем скорей со своих мест. Ножки размяли, ручки тоже...Кричать то умеете? А ну, покажите свои язычки...Отлично. Начали!

#### **5 Хороводная «Эмски пришли к нам в гости!»**

**Эмс:** Уважаемые дети, все движения этой считалочки повторяйте вместе с нами, договорились? Только будьте внимательны: когда мы досчитаем до цифры «Восемь», всем дружно и громко надо будет сказать: «Эмсики пришли к нам в гости!».

*(репетирует)*.

Итак, начинаем считать.

Закрываем левый глаз *(прикрывает ладошкой)* И начнем считалку... раз!  
Дальше будет цифры «два», закрываем сразу два. *(прикрывают оба глаза ладошками)*

Называю цифру «три», можно руки развести. *(разводит руки в стороны)*

А теперь глаза открыли, дружно говорим... «четыре». *(повторяют все вместе)*

Дальше будет цифра «пять», можно носик почесать.

А сейчас на цифру «шесть» Надо будет вам присесть. *(приседают)*

Только назову я «семь», улыбнитесь сразу всем! *(улыбаются)*

*(с замедлением)* Наконец и цифра «восемь»,

И все вместе «Эмсики пришли к нам в гости!» Ура!!! Ура!! Ура!!!!

**Эмм:** Ну как, Эмсик, тебе лучше стало?

**Эмс:** Так я вроде и не болел.

**Эмм:** *(как будто проверяет)* Конфетка!

**Эмс:** Лучше, чем котлетка!

Чтоб не болела голова

Слопай килограмма два

Можно даже сразу три!

**Эмм:**.. Скорее замолчи!... Что же делать мне с тобой? Ты заболел, какой то неизвестной болезнью... Эмсик, скажи мне, а ты давно зубки чистил?

**Эмс:** Это еще зачем? Зубная паста такая противная – брррр!

**Эмм:** И ты ни разу не проверял свои зубки у стоматолога? Ты же так любишь все сладкое!

**Эмс:** А кто такой стоматолог? Звучит угрожающе.

**Эмм:** Ребята, подскажите ему */ответ детей/*

Чтобы зубки не болели,

И так радостно блестели,

И чудесно так белели,

Как январские метели,

Нужно **зубы чистить** утром,

Нужно чистить перед сном,

Чтобы злобные микробы

Не построили в них дом!

**Эмс:** Какие еще злобные микробы? Никто ничего у меня там не строит, не сочиняй.

**Эмм:** *(качает головой)* Тебе срочно нужна зубная щетка и зубная паста.

**Эмс:** Не...не хочу!

**Эмм:** Побежали скорей за щеткой. Иначе микробы у тебя на зубах дачу начнут строить. А потом раз – и один зубик выпадет. Тогда точно придется идти к стоматологу.

**Эмс:** *(жалобно)*: Вот почему обязательно возникают какие-то проблемы? Почему нельзя просто так веселиться, а?

**Эммочка берет его за руку.**

**Эмм:** Пошли скорей! Ребята, не скучайте, мы скоро.

**Убегают**

**Появляется Дюдюка с черным маркером в руках.**

**Дюдюка:**

Всем здравствуйте! Классный у меня бантик, однако. Нужно бантики обязательно носить. Знаете почему? */ответ детей/* Потому что бантик – это маскировка! Вот все смотрят на меня и думают – ой, какая красивая девочка с бантиком... А на самом деле я противная! Все время думаю – размышляю, какую бы пакость сотворить да придумать. Мальчик, хочешь приз? А ну-ка, улыбнись. И замри. Не шевелись.

**(ребенок улыбается, Дюдюка быстро рисует ему на зубе черную точку)** Теперь красота. Кариес. Улыбайся на здоровье. Кто еще хочет кариес? Совершенно бесплатно, от Дюдюки. **(если еще кто-то хочет, можно нарисовать пару «дырок»)** Ну просто шедевр! Какие милые улыбки!

**(замечает родителей)**

**Дюдюка:**

Ладно, всем спасибо, Вы знаете, как я люблю поспать и вкусное пожевать! Телевизор посмотреть, и вообще весь день бездельничать! Ну – ка, изобразите, как вы спите да храпите. */ребята показывают/* Громче, громче храпим! Великолепно! Мне нравится. А теперь давайте отправимся на охоту. Знаете, кого будем ловить? Крокозябру. Кто это? Да откуда мне знать. Вот поймает, тогда и узнаем.

## **6. Хоровая игра «Охотники»**

Мы охотники на Крокозябру,  
Не боимся мы его:  
У нас огромное ружьё  
И острый меч – ух!  
Ой, что это? Ой, что это? Ой, что это?  
Болото!  
Под ним не проползти,  
Над ним не пролететь,  
Его не обойти: дорога напрямик!  
**Чап-чап-чап! (поднимаем высоко ноги)**  
Мы охотники на Крокозябру,  
Не боимся мы его:  
У нас огромное ружьё  
И острый меч – ух!  
Ой, что это? Ой, что это? Ой, что это?  
Лес!  
Под ним не проползти,  
Над ним не пролететь,  
Его не обойти: дорога напрямик,  
**Вжик – вжик – вжик! (как на лыжах)**  
Мы охотники на Крокозябру,  
Не боимся мы его:

У нас огромное ружьё  
И острый меч – ух!  
Ой, что это? Ой, что это? Ой, что это?  
Море!

Под ним не проползти,  
Над ним не пролететь,  
Его не обойти: дорога напрямик!

**Буль–буль-буль! (плывем)**

Мы охотники на Крокозябру,  
Не боимся мы его:

У нас огромное ружьё  
И острый меч – ух!  
Ой, что это? Ой, что это? Ой, что это?

Пустыня!

Под ней не проползти,  
Над ней не пролететь,  
Её не обойти: дорога напрямик!

**Шшш-шшш-шшш! (извиваемся как змейки)**

**Дюдюка:** Все! Стоп! Крокозябра убежал. Ничего страшного, в следующий раз поймает. Вы, конечно же, все ждете весну? А вот, не придет она. И это я тоже договорилась. Вот снежки, давайте кидать.

### **7 игра «Меткие снежки»**

*Реквизит: 2 мешка, снежки*

*2 команды*

*После игры выбегают с зубной щеткой Эмсик и Эммочка*

**Дюдюка:** (обижается) Ой...а вы то тут что еще забыли?

**Эмс:** Вообще –то мы первые пришли к ребятам в гости, а вот что ты, Дюдюка, тут делаешь? Шла бы ты отсюда. Дюдюка, а то опять гадость сотворишь, а нам разбирайся. У нас и так дел полно.

**Дюдюка:** А зачем вам такая огромная зубная щетка? Вы что, собрались слону зубы чистить?

**Эмм:** Почти угадала. Это у нашего Эмсика во рту микробы размером со слона.

**Дюдюка:** Ха –ха! Хотела бы я посмотреть, что вы дальше делать будете.

**Эмм:** Ребятки, кто любит чистить зубки по утрам? Выходите к нам.

*Дети выходят, становятся в круг. С ними Эмсик.*

**Эмм:** Проведем сеанс изгнания микробов. А раз щетка у нас необычная, то и делать мы это будем по-другому. Пока звучит музыка, я буду водить щеткой по полу под вашими ногами. А вы прыгайте, как можно выше. Кого щетка заденет, тот выбывает.

### **8. Игра с волшебной зубной щеткой**

**Реквизит:** зубная щетка

**Дюдюка:** Ой, мне так понравилось играть, даже странно как-то. И пакости творить совсем не хочется.

**Эмм:** Что-то с трудом верится, если честно. Эмсик, а ты себя как чувствуешь?

**Эмс:** Хочется заняться спортом. Я бы сейчас гири потягал с удовольствием.

**Эмм:**

Надо же, какая волшебная зубная щетка... Девочки и мальчики, а у вас дома есть зубные щеточки? */ответ детей/* Вы про них не забывайте и обязательно чистите зубки по утрам и вечерам. И тогда каждый день будет происходить маленькое волшебство.

**Дюдюка:** А давайте устроим настоящую весеннюю прыгучую эстафету, а?

**Эмс:** Ты же говорила, что не любишь весну.

**Д:** Да наврала я! Конечно же, я ее люблю. Только вот ее все нет и нет... *(достает 2 обруча)* Давайте представим, что у нас тут кругом вода. И нам нужно всем срочно переправиться на тот берег. Как думаете, у нас получится?

**Эмм:** Конечно!

### **9 Игра «Переправа»**

*Реквизит: 2 обруча*

*2 команды*

**Эмс:** Вот, молодец, Дюдюка, можешь когда захочешь!

**Дюдюка:** Простите, что я тут пошалила немного. Обещаю, что тоже стану чистить зубы и гадости теперь для меня – запрет!

**Эмс:** Мы наш праздник завершаем и опять, друзья, считаем,

Пусть все получится в жизни у вас – раз!

Здоровы чтоб были всегда – два!

Душой согреть, чтоб всех могли – три!

**Эмм:** Чтоб жили много лет в любви и мире - четыре!

Чур, никогда про нас не забывать – и это пять!

И чтоб друзей вам всех не счесть – шесть!

Всегда тепло дарите людям всем – семь!

**Д:** Вас улыбаться почаще просим – и это восемь!

И в сказки и чудеса верить – это девять!

**Все:** До свидания!!!! До новых встреч!