

Подорож у Країну корисних звичок

Під музичне супроводження на сцену виходять діти.

1. Ми – діти України прагнемо,
Щоб наша держава стала:
Всі: Сильною!
Багатою!
Здоровою!
Красивою!
2. Діти – це майбутнє кожної нації,
Ми любимо нашу країну.
Ми цінуємо життя.
Ми впевнені,
Що все в житті
Залежить тільки від нас!
3. Доброго здоров'я, доброго вам дня.
Хай вам ясно сонце світить у вікно щодня,
Хай сміється мирне небо і дивує світ.
А земля нехай дарує нам барвистий цвіт,
Бо здоров'я, любі, в світі головне.
А здорових і веселих щастя не мине!

Лунає пісня «Будьте добры»

Звучать фанфари. На сцену виходить Василиса Премудра.

В.П. Здрастуйте, любі діти! Я, Василиса Премудра, щиро вітаю вас і хочу запросити до "Країни корисних звичок". Знання корисних звичок, постійне їх використання завжди зберігало нам здоров'я. Ну, що, прийшов час вирушати в подорож. Діти, а ви любите подорожувати?

Сьогодні ми з вами завітаємо до казкової Країни корисних звичок. А нашим гідом, або провідником, екскурсоводом, буде досвідчена і мудра в справах "чарівних та безпечних" – Баба Яга. Давайте погукаємо її дружно.

Вихід Баби Яги (на метлі)

Б.Я. Добрий день, дітлахи. Ви впізнали мене? Хто я? Я освічена, талановита і мудра. Фу, ледве долетіла! То дощ, то сонце... Мокла постійно... Вітер цей... Якби не моя звичка загартовуватись, точно захворіла б!

В.П. Шановна, Баба Яга, ми з дітьми готові вирушити в вашу казкову Країну корисних звичок. І ніякі випробування нас по дорозі не злякають. Правда, діти?

Б.Я. Ой, ви такі маленькі. Ох, не вірю я на слово. А перевірити – перевірю! Задам 7 питань. А ви, діти, якщо згодні зі мною, говоріть дружно "так". Не згодні – відповідайте "ні". Готові?

ПИТАННЯ

1. Чи згодні ви, що зарядка – запорука бадьорості та здоров'я? (так)
2. Чи згодні ви, що жуйка зберігає зуби і навіть може замінити зубну пасту? (ні)
3. Чи згодні ви, що загартовування повинне бути регулярним, без пропуску днів? (так)
4. Чи згодні ви, що хокей, лижі, фігурне катання – літні види спорту? (ні)
5. Чи згодні ви, що не можна гладити незнайомих собак, кішок? (так)
6. Чи згодні ви, що із липи можна зробити чай та мед? (так)
7. Чи згодні ви, що сонце, повітря і вода – наші найкращі друзі? (так)

Б.Я. Ти дивись, подолали всі питання! Тоді і інші випробування вам не здадуться важкими!

В.П. Ну, що, діти, в дорогу! Дивимося на мене і слухаємо уважно. Ми їдемо в казковому потязі.

Звуки потяга

З прибуттям, вас, діти! І перша наша зупинка – місто ЗСЖ. В цьому місті живуть тільки здорові люди, які завжди підтримують здоровий спосіб життя.

1.
Сонце встало, сонце встало!
Прокидайся і вставай!
Скинь швиденько з себе ковдру.
Не тягни і не зівай!
2.
На площадку по порядку
У прекрасний день оцей,
На зарядку! На зарядку!
Ми збираємо дітей!
3.
Вище руки, ширше плечі,
Раз, два, три!
Від зарядки ти зміцнієш.
Станеш спритним і сильнішим!
Раз, два, три!
Всі (скандують):
Без занять по фізкультурі
Не зміцнить мускулатури!
– Діти, а що таке ЗСЖ?

Відповіді дітей

В.П. Правильно. Здоров'я не існує саме по собі, воно не дається на все життя, не є постійним і незмінним. Воно потребує турботи протягом усього життя людини. Значний відсоток виникнення хвороб залежить від шкідливих звичок самої людини, порушення санітарно-гігієнічних норм, від неправильного харчування, відсутності режиму праці й відпочинку. Таких, як ці.

Вірші:

1.

Дитя цигарку витягає,
Бо хочеться дорослим стать.
Та сильним, гарним він не стане!
Бо зріст вповільнюватись став.
Усе, що в світі є погане,
Хлопчина в організм запхав.
Та ще й в залежність від цигарки
Потрапив хлопець, як в капкан.
Не допоможуть слово й лайки,
Тепер над ним – цигарка Пані.

2.

І друга погана звичка,
Заходить, часом, наче гість.
Бо в хаті свято, часом, сяє.
Горілка в пляшці на столі.
Хлопчина, деколи буває,
Ще й вип 'є чарочки малі.
Бо теж попробувати хоче,
Що то татусь біленьке п 'є.
А потім й сам собі захоче
И тихцем горілочку наллє.
А яд такий усе руйнує,
Найперш страждає голова.
Всі центри там паралізує...
Біда великою бува.

3.

Дівчата й хлопці – слабаки.
Під вплив частенько підпадають.
Спочатку все це, наче, сміх,
Та час летить, вони страждають.
Наркотики страшна біда.
І молодими помирають...
А вороття нема... Шкода...
Поглянь, яке чарівне небо

Нас кличе в синю висоту!
Яке життя довкіл прекрасне!
Яке чарівне сонце ясне!
І неповторна кожна мить!
Й життя у кожного єдине.
А ти у світі цім – Людина!
І хай біда тебе мине.
В хворобі щастя не буває.
Лише в здоров'ї щастя є!
Здоров'я, лиш, дурний псує.

В.П. Подивися Бабуся що ще тобі покажуть наші діти.

Сценка

(Сценка за мотивами мультфільму "Ну, постривай". Звучить мелодія з мультфільму. На спортмайданчику Заєць займається гімнастикою, потім піднімає гирі. Поруч з кеглями граються діти. З'являється з цигаркою в зубах Вовк. Він іде розв'язною ходою, лапи в кишенях. Вигляд має страшний, скуйовджений. Йому не сподобалася весела гра дітей, він розкидає їхні кеглі, ображає, хуліганить. Заєць поспішає на допомогу. Він враз скрутив Вовка. Вовк переляканий і здивований, що не може перемогти).

Заєць.

Ах ти ж, злісний хуліган!
Заважаєш нащо нам?
Ти хоробрий лиш з малими,
То й знущаєш над ними.
А на себе лиш поглянь,
Соромно й дивитися.
Від цигарки жовто-синій –
Отак накуритися!
Краще б спортом ти займався,
Час би з користю провів,
Набирався сили й духу,
Не ходив до лікарів!

Вовк.

Ой, ой, ой! Я більш не буду!
І про бійки теж забуду.
Буду спортом я займатись,
Сил, здоров'я набиратись.

Б.Я. Да, дітки, ви молодці. А я знаю, що в Країні корисних звичок жителі ще ходять по гриби. Вони їх збирають, готують смачні страви.

В.П. Ну, бабусю, наші діти також знають які гриби можна збирати, а які – ні.
Правда, діти?

(Діти розповідають вірші, збирають до кошика гриби, які "ростуть" на сцені.)

1.З дідусем у ліс піду
Там грибів на суп знайду
У школі їх вивчаю
Їстівні всі я знаю!
У мохові ховаються,
до мене посміхаються
Близнючки дві сестрички
красунечки лисички!

2.На всі боки я погляну
Під сосну я теж загляну
Знаю, там живе малюк
Всім відомий як маслюк!
На пеньочку збір спортсменів
знатних хлопців-суперменів.
Мов гвіздочки всі тоненькі
Звати їх усіх – опеньки!

3.Гордо голову тримає
і про сан свій усе знає.
До уваги давно звик
знаний дядько боровик!
Підморгнуло вже здаля
непосидливе маля.
Це не пташка чижик-пижик,
посміхається нам рижик!

Б.Я. Ой, так молодці! Знаєте. А чи знаєте ви, чому не можна зривати та їсти неїстівні гриби?

Відповіді дітей.

Б.Я. Ну, добре, добре, молодці!

В.П. От бачиш, бабусю, які наші діти розумні, вони все знають!

Б.Я. Бачу! А попереду, між іншим, "Пожежна служба". Всі жителі країни постійно навчаються і ніколи не порушують правил пожежної безпеки.

В.П. Ну, звісно ж, Ягуся, і наші дітки це знають! Правда ж, діти?... І віршики про поведінку з вогнем можуть розповісти і сценки показати.

Б.Я. Ану, ану... подивимось.

(Інсценування)

Вовчик та Михась
Одного сонячного дня
Вовчик та Михась
Пригод із самого рання
Шукали повсякчас.
Та ненароком Вовчик
Побачив на плиті
Пакуночок гарненький
Новеньких сірників.
Запалив один сірник,
А за ним і другий...
Та вогонь такий шкідник –
Підпалив і... друга.
Кричить Михась від жаху:
– Ой! Ой! Рятуй! Болить!
А Вовчик з переляку:
– Як? Як його гасить?
Та ось на гамір хлопців
Прибігла тітка Ніна
І вогнегасником своїм
Полум'я згасила.
– Ви що, поганці, скоїли?
Їх стала так повчать:
– Погані з вогнем іграшки,
Не можна жартувать!
Вибачте нас, тітко, Ніно,
Тепер знаєм, що сірник
Завдає лиш лихо злісно,
Так, що серденько щемить.
Тож бажаю всі малятам
З сірниками справ не мати.
Думати про наслідки завжди
Щоб не трапилось великої біди!

1. Вогонь наш друг, бо він завжди
Нас в прохолоду зігріває.
В будинках наших затишно
Завдяки йому буває.
Вогонь ворог – ти не забувай.

Як ідеш з дому – вимикай
Електричне приладдя усе –
Воно пожежу лиш несе.

2. Вогонь – це друг, і ворог,
На службі він завжди,
Але вогонь – це й порох,
Накличе ще й біди.
Погодьтеся з батьками,
Не грайтеся, сірниками.
Слухайте і вчителів –
Бо це треба знати всім!

В.П. Шановна, Баба Яга, а що ще є в Країні корисних звичок?

Б.Я. Ну, наприклад, в цій країні ніхто і ніколи не порушує правила дорожнього руху.

В.П. О, так це і ми завжди робимо, так, діти?

Б.Я. А чи може хто мені зараз сказати як треба переходити дорогу?
Я вам буду показувати знаки, а ви мені говоритимете що вони позначають.
Домовились?

Відповіді дітей.

В.П. Ну, що, бабусю, ти задоволена?

Б.Я. Ой, як ви зраділи...! Але ж тепер вас чекає наступна зупинка у Країні корисних звичок.

В.П. І яка ж?

Б.Я. (шепоче) "Невідома доріжка"

В.П. Що, що? Що ви там шепочете?

Б.Я. (голосно і зло) Невідома доріжка!
Але туди можуть потрапити тільки сильні та здорові, слабким там не пройти!

В.П. От і добре! Зараз ми всі разом з дітьми виконаємо чудові чарівні вправи, які подарують всім силу для подорожі по невідомій доріжці.

Фізхвилинка на мелодію пісні з казки " Червоний капелюшок"
Якщо хочеш бути здоровим,

Якщо хочеш бути сильним,
Якщо хочеш не хворіти,
Ти із спортом подружись!
Будеш ти завжди бадьорим,
Будеш ти завжди веселим,
І здоров'я всім прибуде
Не на день і не на рік!
П/в А-а, вранці зарядку завжди ти роби.
А-а, довго ти в ліжку ніколи не спи.
А-а, водичкою вмийся...
А-а, всім людям всміхнися...
А-а, у школу ти спіши! – 2 рази

Страшна музика. Виходить Коцїй.

К. Ох, і давненько ж нікого не було на Невідомій доріжці. Жителі Країни корисних звичок стали дуже розумними. Намагаються не заходити сюди.

Б.Я. Коцїй, наші дітлахи дуже розумні! В твої сїті ніхто не попадеться!

К. Ха! Ці малявки – розумні? Не сміши мене! Малуваті вони ще, щоб розумними бути. Вони не знають як себе вести з незнайомими людьми.

В.П. А, ти, Коцїй, сам запитай у діточок. Вони тобі скажуть.

К. Добре, я зараз буду називати вам питання, а часу на роздуми вам не дам. Треба буде відповідати миттєво, на 1, 2, 3! Боїтеся?

Б.Я. Всі зрозуміли? Якщо буде потрібно, інші будуть доповнювати відповідь.

Турнір „Бережи себе“

1. Надворі до тебе підійшов незнайомець і сказав, що твоя мама прислала його за тобою . Як ти вчиниш?
2. Якщо незнайомий чоловік взяв тебе за руки і намагається затягти тебе з собою в автівку, що ти будеш робити?
3. Ти вдома один. У двері подзвонили, сказали, що сантехнік. Що ти робитимеш?

К. Що ж, молодці, діти, знаєте! Не зміг я вас залякати.

В.П. А ми ще й віршика тобі розповімо про правила поведінки в таких ситуаціях.

1. Хоч ви зовсім ще малята,
Проте пам'ятайте:

Діти ви, не козенята,
Правила вивчайте!
Якщо ви самі удома,
То запам'ятайте:
І людину незнайому
В дім свій не впускайте,
Бо дитя не може знати
В кого що на думці.
незнайомиць може мати
Навіть зброю в сумці.
2. Може речі всі забрати
І дитину вбити.
Тож не треба відчиняти,
Краще потерпіти,
Доки тато, доки мама
Не придуть до хати,
Вам людину незнайому
Не треба впускати.
Двері добре зачиняйте
Кожен раз, постійно.
Правила запам'ятайте
І живіть спокійно!

Б.Я. Ну, як тобі, Кощеюшка? Не залякав ти наших діточок, як не намагався!

К. Ха, у мене є ще одне завдання: треба пройти наше болото. А пройти його зможе тільки той, хто знає чарівні слова та має друзів! Це завдання ніколи вам не виконати! Ви точно не знаєте і не пройдете! Ха-ха. Ля-ля-ля. Жу-жу-жу.

В.П. Ну, це найлегше завдання для наших дітей, бо всі вони знають чарівні слова і мають багато друзів. Ось послухай!

1. Я слова чарівні знаю,
Вивчила охоче.
І в розмові їх вживаю
З ранку і до ночі!
– Доброго здоров'я, Галю!
– Добрий день, Оленко!
Ти до мене, я до тебе
Звернемось гарненько!
З добрим ранком всіх вітаю,
Як іду із хати.
І кажу всім: "На добраніч!" –
Як лягаю спати.

2. І "спасибі", й "Дуже прошу",
"Вдячна вам", "Будь ласка",
Словом, радість всім приношу,
Світ стає, мов казка!
"Всім привіт", "Іди здорова!",
"Дякую красенько" –
Ось така чарівна мова
Радує серденько.
Будьте ввічливі ви, люди,
Будьте всі здорові!
І слова чарівні всюди
Ви вживайте в мові!

Лунає пісня "Про друга"

В.П. Ну, що, переконався, Кощій?

К. (сумно) Так...Здивували ви мене, дітки. Розумні ви. На жителів Країни корисних звичок хочете бути схожими? Але вони ще і лісові хащі дуже добре знають. А ви не знаєте! От, якщо я вас запрошу туди, підете? Чи побоїтесь? Добре, тоді наступного разу ми з вами вирушимо в подорож по лісовим хашам. А зараз скажіть, чи запам'ятали ви правила Країни корисних звичок?...

Щоб мужнім стать і стать сміливим,
Сильним духом, сильним тілом,
Загартованим, здоровим.
То виходь на стадіони!
А не зовсім навпаки!
Йди сміливо і записуйсь
У спортсекції, гуртки!
Є для ігор місць чимало:
Двір, майданчик, парк і сад.
Тож не грайтесь де попало –
Все тоді піде на лад.
Правила дорожні знайте,
По дорозі не біжіть.
Від дороги далі грайте –
Будете в безпеці жить.
Мити рук не забувайте,
Ноги мийте кожен раз.
Спати в ліжечко лягайте,
В строго визначений час.
Є ще слово невеличке.
І приємно так звучить.

Це хороше слово – звичка,
Нам без звичок не прожить.
Є погані звички й гарні,
Хай погані йдуть від нас!
А хороші звички, славні,
Набувайте, в добрий час!

К. Що ж, молодці! бачу, недаремно ви сьогодні завітали до Країни корисних звичок.

Б.Я. Ось ми з вами і побували в Країні корисних звичок. Ми дізнались як живуть люди в цій країні, що потрібно робити, щоб бути здоровим, життєрадісним, веселим і щасливим. У світ людина приходиться для добра – творити добро її завдання.

В.П. Ростіть здоровими і добрими, розумними і мудрими, працьовитими і творчими, зігривайте кожного своєю щирою усмішкою, великою любов'ю, добрим і теплим словом, мудрою порадою, бо ви прийшли у світ для добра.

К. Якщо ви, діти, виростете такими: здоровими фізично і духовно, то наша нація буде здоровою і гарною, а рідна Україна, наша держава, стане могутньою і сильною.

В добрий час і доброго вам здоров'я!

Лунає пісня „Дорога добра“