

Сказки о пользе физкультуры и спорта (для детей старшего дошкольного возраста)

Волшебный нос

И чего только не бывает на свете волшебного!

Молодой маг и чародей Антон Сидоров имел волшебный нос. Пользовался Антон им так: загадывал нужное желание, после чего морщил нос и... чихал. Желание исполнялось немедленно.

Антон Сидоров был слаб здоровьем, склонен к простудам, а потому чихал довольно часто. Но не постоянно. Поэтому не раз случалось, что чихнуть в нужный, ответственный момент не удавалось. И сколько ни морщил молодой маг нос, дальше этого дело не шло.

...Было лето. С чиханием все обстояло довольно плохо. Наставник и учитель Антона — чародей в пятом поколении, доктор околонуточных наук, маг Сантаклаусов посоветовал Сидорову ходить босиком. Чихание участилось, и какое-то время Антон не знал со своим волшебным носом забот. Но затем снова возникли затруднения: даже промокнув под дождем, схлопотать элементарный насморк не получалось.

События принимали серьезный оборот. Однажды Сидоров не успел вовремя чихнуть и в ворота его любимой футбольной команды влетел гол. В другой раз задержка привела к тому, что пришлось совсем не по-волшебному удирать от собаки чародейки Змеюкиной.

После таких серьезных испытаний, посланных судьбой, Антон отнесся к проблеме получения простуды со всей свойственной ему старательностью. В программу входили различные мероприятия, которые, по мнению Сидорова, должны были губительно сказываться на его здоровье: хождение по лужам босиком, обливание ледяной водой. Однако, даже добавив к этому ежедневное поедание двухсот граммов мороженого, Антон добился только исчезновения склонности к ангине. И теперь, когда волшебный нос начинал произвольно морщиться, молодой маг лихорадочно загадывал самые срочные и неотложные желания, чтобы использовать ставшее редким теперь

чихание.

Когда же зимой молодой маг стал бегать по улицам по утрам в тренировочном костюме, чихание в последний раз ненадолго участилось, а затем... исчезло навсегда!

Так потерял Сидоров свой волшебный нос, вернее, его нос остался на месте и все сто пять веснушек на нем, но его волшебные качества были утрачены. Но зато произошло другое чудо: Антон стал на удивление здоровым и крепким. Сказочно здоровым. Можно сказать - волшебно!

Лесная сказка

В одном сказочном лесу жили зайчонок Пушок, бурундучок Орешек и медвежонок Триша. Каждый день они встречались на поляне, играли, бегали, прыгали и устраивали соревнования. Только Триша, приходя на поляну, сразу залезал в кусты и ел малину. Зверята звали его играть, но медвежонок всегда отказывался. Ему лень было бегать по дощечкам, прыгать с пенька на пенек. Для Триши ничего не было лучше, как съесть пару горшочков меда и полежать на солнышке. Поэтому Триша был неуклюжий, вялый и сонный. Однажды в лесу случился сильный пожар. Все звери спасались от огня. Только Триша сразу стал задыхаться от бега, он подолгу застревал в оврагах, с трудом перелезал через поваленные деревья. Пушок и Орешек не могли оставить друга в беде. Они схватили медвежонка за толстые лапы и побежали изо всех сил. Когда зверята, пробежали по мостику через речку, то мостик сломался под мишкиным весом. Чудом друзьям удалось добраться до берега. Триша понял, как плохо не заниматься физкультурой и спортом, и пообещал друзьям каждый день делать утреннюю гимнастику, бегать и прыгать на поляне.

Заячья дорожка

Жил-был в лесу Волк Серая Лапа. И не было от него житья и покоя зайчатам: то все грядки с морковкой истопчет, то поймает и за уши оттааскает. Долго думали зайцы, как им справиться с волком-хулиганом. Был среди них отчаянный Зайчишка Длинное Ухо. Самые веселые игры придумывал этот зайчишка, самые длинные сказки рассказывал в дождливые дни, когда гулять

было нельзя. Даже взрослые зайцы с уважением посматривали бойкого малыша. Так что не удивительно, что и способ победить волка придумал именно он.

В одно погожее, солнечное утро все звери собрались на лесной поляне. Шум, гам, щебет птиц. В чем дело, что случилось? Оказывается, на самой большой березе висит объявление, крупными буквами написанное: "Я, Заяц Длинное Ухо, бегаю быстрее Волка Серой Лапы". Пришел на поляну и сам Волк. Растолкал зверушек, подошел к объявлению и стал читать. Не очень-то грамотный был Волк, долго читал. А когда прочел, то от хохота на траву повалился. Смеялся, смеялся, а потом вытянул из толпы Зайчишку за уши, поднял в воздух:

1. Это ты, что ли, быстрее меня бегаешь?
2. Я, - пискнул Зайчишка.
3. Ну и ну! - Волк от удивления даже лапу разжал.

Плюхнулся на землю Зайчишка. Затем вскочил, отряхнулся и говорит:

- Вызываю, тебя, Волк, на соревнование. Будем бежать на перегонки вокруг леса по заячьей дорожке. Если ты меня обгонишь, будем мы, все зайцы, тебе служить: дрова колоть, обед готовить.

- А тобой я буду дымоход чистить! - захохотал Волк.

- Согласен, - вздохнул Зайчишка. - Ну, а уж если я тебя обгоню, ты тогда навсегда из нашего леса уйдешь.

Так они и порешили.

А когда соревнование? - спросил Медведь, который во всем любил точность.

- Через год. - Сказал Зайчишка.

Вернулся Волк в свою избушку, лег на кровать и сказал: "Ну, жена, я теперь буду к соревнованиям готовиться - весь год на постели лежать, ноги беречь!" Пошла Волчица в лесной магазин, купила перину и три пестрые подушки. Укутала Волка, накрыла теплым одеялом. Лежит Волк, только нос из-под одеяла торчит. Хотела Волчица избушку проветрить, только окошко открыла, Волк как подпрыгнул на кровати: "Ты, что, уморить меня хочешь?"

Простудить? Окно закрой и печку затопи. А выходить на улицу будешь, дверь только чуть-чуть приоткрывай! Не хватало мне перед соревнованиями заболеть!".

Так и пролежал Волк целый год, с постели не вставал, все ноги берег. И вот однажды прилетела Сорока, застучала в окно:

- Ты, что, Волк, лежишь, уже все звери на поляне собрались, одного тебя ждут! Соревнование сегодня.

В этот день все звери от мала до велика собрались на поляне. Вот встали рядышком на заячьей дорожке Волк и Зайчишка. Волк стоит большой, косматый, а Зайчишка - ниже его сапога. Лиса вперед выскочила: "С ума сошел, косой, куда тебе с Волком тягаться! Беги лучше отсюда, пока не поздно". И все звери с ней согласились: "Не обогнать Зайчишке Волка! Зря он это придумал".

Взмахнул Медведь флажком и пустились Волк и Зайчишка наперегонки по заячьей дорожке. Волк как прыгнул - раз, другой и сразу обогнал Зайчишку. Все зайцы от позора за куст спрятались. Глаза ушами прикрыли.

- Ой-ой-ой! - Закричала Белка, - что я вижу? Сама своим глазам не верю!

Никогда такого не видела. Заяц с Волком рядышком бегут. Ой, держите меня, а то я с ветки упаду. Заяц-то Волка обогнал, мне это сверху хорошо видно. Бежит Зайчишка впереди Волка, только пятки сверкают. А Волк за ним сапогами топает, пыхтит, отдувается, бедняга. За пятнадцать минут заяц весь лес обегал и даже не устал, только запыхался немного. Звери уже расходиться начали, когда Волк приплёлся. Сапог один где-то потерял, хромает. Увидел Зайчишку и от ярости зарычал: "Я тебя, Зайчишка, сейчас съем!". "Нет, Волк, ты его не съешь, - сказал Медведь, который во всем любил точность, - придется тебе из нашего леса уходить, такой уговор был!". Делать нечего, собрали Волк с Волчицей вещи, уложили чемоданы и пошли искать приюта в другом лесу. Когда уже из леса выходили, Зайчишка из-за кустика выскочил:

- Физкульт-привет! - кричит - Больше к нам не возвращайся!

- Скажи мне на прощание, как же ты меня обогнать умудрился? – угрюмо Волк спрашивает.

- А очень просто, пока ты на перине лежал, лапы берег, я свои лапы тренировал. Рано вставал, зарядкой занимался, холодной водой обливался. Каждый день по заячьей дорожке бегал!

«Сказка о том, как обруч стал символом Олимпийских игр»

Давным-давно в одном спортивном зале жил-был маленький обруч. Жил он в каморке под лестницей, так случилось, что друзей у него не было. Над ним все смеялись, и никто из спортсменов не хотел с ним заниматься. И вот однажды решил обруч сбежать из спортзала, и сбежал. Катится обруч по дорожкам, по тропинкам и повстречал на своем пути ещё четыре обруча, и как оказалось, что друзей у них тоже нет. Решили обручи подружиться.

Стали думать, как же им доказать, что они ничем не хуже клюшек, мячей, лыж и саней. Думали-думали, стали разные фигуры строить. Два обруча взялись за руки, а три влезли им на плечи и тоже взялись за руки - получилась пирамида. В этот момент мимо проезжал автобус со спортсменами они увидели, как обручи построили пирамиду, очень им понравилось. И с тех пор эта пирамида стала символ Олимпийских игр. А обруч стал достойным атрибутом в спортивной гимнастике.

Сказка «СКАКАЛОЧКА»

Жила-была скакалка. В большом спортивном зале было у неё своё местечко - большая картонная коробка. Захотелось ей выбраться из коробки, на мир посмотреть и себя показать. Скакалка полежала, полежала, да вдруг как поскачет, из коробки на пол, с пола на крыльцо, а с крыльца в лес.

Скачет она по лесу, а навстречу ей заяц. Заяц ей говорит: «Скакалка, скакалка, я через тебя попрыгаю. Я хочу быть сильным и здоровым». Скакалка отвечает: «Не прыгай через меня, я тебе историю расскажу. Жила я в спортзале, много детей прыгало через меня, и я устала. Я от детей ушла и от тебя заяц уйду. Потом увидимся, пока». И поскакала она дальше только заяц её и видел.

Скачет она по лесу, а навстречу ей волк, который работал целыми днями. Волк и говорит скакалке: «Скакалка я тебя продам, получу деньги и куплю себе

теннисные шарики. В обеденный перерыв на свежем воздухе буду играть в теннис». Скакалка отвечает: «Не продавай меня, лучше послушай мою историю. Жила я в спортзале, была простой скакалкой, много детей прыгало через меня, но потом я захотела на мир посмотреть и себя показать. Я от детей ушла, от зайца ушла и от тебя волк уйду». Волк расплакался, что ему не удастся купить шарики, а скакалка тем временем ускакала дальше, только волк её и видел.

Идет, бредет скакалка по сказочному лесу и тут ей на встречу медведь. Он нигде не работал, ходил целыми днями по лесу и был очень голодным. Когда он увидел скакалку, ему показалось, что это сосиски. И тогда медведь сказал: «Сосиски, сосиски я вас съем». Скакалка сказала, что она несъедобная, но может рассказать ему свою историю. «Жила я в спортзале, была простой скакалкой, много детей прыгало через меня, но потом я захотела на мир посмотреть и себя показать. Я от детей ушла, от зайца ушла, от волка ушла и от тебя медведь уйду». Голодный медведь упал в обморок. А скакалка поскакала дальше, только медведь её и видел.

Идет скакалка дальше на мир смотрит, себя показывает. И тут ей навстречу лиса. Лиса и говорит скакалке: «привет родная! Мои дети хотят заниматься спортом. Спортзал у них есть, а вот скакалки нет. Пойдем со мной?» Только скакалка хотела ей рассказать свою историю, но лиса ей возразила: «Нет - нет. Я знаю, ты убежишь!» Они начали громко спорить и разбудили лисят. Лисята прибежали, увидели скакалку и так обрадовались, что теперь они смогут через нее прыгать. Они стали кувыркаться и показывать скакалке чему они научились в спортивном зале. Увидев это, скакалка решила не убегать. «Ладно, лисята! Помогу я вам стать сильными, ловкими и выносливыми. Я ведь - СКАКАЛКА!»

Сказка «ЛЮБИМЫЙ МЯЧ»

В одном небольшом городе под названием «Спортивный». Жили необычные люди, они отмечались тем, что любили спорт. Ведь спорт укрепляет здоровье, дает силу и энергию. В этом городе находился волшебный магазин. И чего в магазине только не было: коньки, лыжи, сани, скакалки, обручи, мячи.

Зимой все покупали зимний инвентарь, летом летний инвентарь. Не везло только одному красивому волейбольному мячу. Его никто не покупал. Мячу было обидно, что он никому не нужен.

И вот случилось чудо. Однажды одним теплым летним днем, в магазин зашли мама с дочкой. Чего только не хотелось купить девочке Кате. Катя увидела на полке одинокого волейбольного мячика и сразу попросила маму его купить. И мама купила Кате мяч. Они все вместе отправились домой.

На следующий день Катя решила пойти на улицу и взяла с собой мяч. Во дворе было много детей, увидев у Кати мяч, они стали отбирать его у девочки и кидать в разные стороны. Катя заплакала. Но тут случилось чудо. Куда бы дети ни кидали мяч, он все время возвращался к Кате.

Девочка Катя и волейбольный мячик очень подружились. Катя даже придумала ему имя «Солнышко», потому что он был оранжевого цвета. Она играла с ним каждый день.

Прошло много лет, Катя выросла, и благодаря этому мячу попала в сборную России по волейболу. Катя всегда брала свой любимый мяч на соревнования и команда побеждала.

Так они и живут дружно с мячом и спортом, стремясь всегда к победе.

Сказка о двух братьях и сильной воле

Давным-давно в одной далекой стране жили-были два брата. Они жили очень дружно и все делали вместе. Оба брата хотели стать героями.

Один брат сказал: "Герой должен быть сильным и смелым" и стал тренировать силу и ловкость. Он поднимал тяжелые камни, лазал по горам, плавал по бурной реке. А другой брат сказал, что герой должен быть упорным и настойчивым, и стал тренировать силу воли: ему хотелось бросить работу, но он доводил ее до конца, ему хотелось съесть на завтрак пирог, но он оставлял его на ужин; он научился говорить "нет" своим желаниям.

Шло время, братья выросли. Один из них стал самым сильным человеком в стране, а другой - самым настойчивым и упорным, он стал человеком с сильной волей. Но однажды случилась беда: на страну напал страшный Черный Дракон. Он уносил скот, жег дома, похищал людей.

Братья решили спасти свой народ. "Я пойду и убью Дракона",- сказал первый брат. "Сначала надо узнать, в чем его слабость",- ответил другой брат. "Мне не нужно знать, в чем его слабость,- сказал силач,- Главное, что я сильный". И он отправился к высокой горе, на которой стоял замок Черного Дракона. "Эй, Дракон! Я пришел победить тебя! Выходи на бой!- закричал силач. Ворота замка распахнулись и навстречу ему вышел страшный Черный Дракон. Его черные крылья заслоняли небо, его глаза горели, как факелы, а из пасти вырывался огонь. Увидев это чудовище, силач почувствовал, как страх входит в его сердце, он начал медленно отступать от Дракона, а Дракон стал расти, расти и вдруг он щелкнул хвостом, и сильный брат превратился в камень.

Узнав о том, что случилось с силачом, его брат решил, что пришел и его черед сразиться с Драконом. Но как его победить? И он решил спросить совета у Мудрой Черепахи, которая жила на другом конце земли.

Путь к этой черепахе лежал через три очень опасных королевства. Первым было королевство хочукалок. У человека, который попадал в это королевство, сразу появлялось множество желаний: ему хотелось получить красивую одежду, дорогие украшения, игрушки и лакомства, но стоило ему сказать "хочу", как он тут же превращался в хочукалку и навсегда оставался в этом королевстве. У нашего героя тоже появилось множество желаний, но он собрал всю свою волю, и сказал им "нет". Поэтому ему удалось уйти из этой страны.

Вторым было на его пути королевство тыкалок, жители которого все время друг друга дергали и отвлекали от дел, поэтому в этом королевстве никто ничего не мог делать: ни работать, ни отдыхать, ни играть. Нашему герою тоже захотелось начать дергать других за руки и приставать к прохожим, но он снова вспомнил о своей воле и не стал этого делать. И хорошо поступил, потому что иначе он бы тоже стал тыкалкой и остался бы в этом королевстве.

И наконец, третьим на его пути было самое страшное королевство - королевство якалок. Как только он вошел в это королевство, ему сразу захотелось закричать: "Я самый умный", "Я самый смелый", "Я самый красивый", "Я самый-самый...". И здесь ему понадобилась вся сила воли,

которую он тренировал много лет. Он молча миновал и это королевство и оказался у дома Мудрой Черепахи.

- Здравствуй, Мудрая Черепаха,- сказал он.- Я пришел к тебе за советом. Пожалуйста, научи меня, как победить Черного Дракона.

- Победить Дракона может только человек с сильной волей,- ответила Черепаха.- Ты прошел три страшных королевства, значит, ты можешь сделать это. Чем сильнее воля человека, тем слабее страшный Дракон. Иди, ты победишь.

И Черепаха закрыла глаза, а наш герой поклонился ей и отправился обратно в свою страну.

Он подошел к воротам замка, в котором жил Черный Дракон, и вызвал его на бой. Дракон вышел из замка, расправил свои черные крылья и пошел навстречу смельчаку. Герою стало страшно при виде чудовища, но он собрал свою волю и поборол страх, он стоял на месте и не отступал ни на шаг. И вдруг... страшный Дракон начал уменьшаться, он становился все меньше и меньше, пока совсем не исчез! Черепаха сказала правду: чем сильнее воля человека, тем слабее злой Дракон. Как только Дракон исчез, рассыпался и его черный замок, а навстречу герою выбежали живые и невредимые жители страны, среди которых был и его брат. С тех пор они жили счастливо. Так сильная воля помогла герою победить зло.

Сказка о Воронёнке

Когда-то давно в одном небольшом городке на большом тополе жила Ворона. Однажды она снесла яйцо и села его высидеть. Гнездо было без крыши, поэтому маму Ворону морозили ветра, засыпал снег, но она все терпеливо переносила и очень ждала своего малыша.

В один прекрасный день птенец застучал внутри яйца своим клювиком, и мама помогла выбраться своему Вороненку из скорлупы. Он вылупился нескладным, с голеньким беспомощным тельцем и с большим-большим клювом; он не умел ни летать, ни каркать. А для мамы он был самый красивый, самый умный и самый любимый, она кормила сына, согревала его, защищала и рассказывала сказки.

Когда Вороненок подрос, у него выросли очень красивые перышки, он много всего узнал из маминых рассказов, но он по-прежнему не умел ни летать, ни каркать.

Наступила весна, и пришло время учиться быть настоящим вороном. Мама посадила вороненка на край гнезда и сказала:

- Сейчас ты должен смело прыгнуть вниз, взмахнуть крыльями - и ты полетишь.

В первый день Вороненок уполз в глубину гнезда и тихо плакал там. Мама, конечно, огорчилась, но ругать сына не стала. Прошло некоторое время, и уже все молоденькие воронята вокруг научились летать и каркать, а нашего Вороненка мама по-прежнему кормила, оберегала и долго-долго уговаривала перестать бояться и попробовать научиться летать.

Как-то этот разговор услышала Старая Мудрая Ворона и сказала молодой неопытной маме:

- Так больше продолжаться не может, не будешь же ты всю жизнь бегать за ним, как за маленьким. Я помогу тебе научить твоего сына и летать, и каркать.

И когда Вороненок на следующий день сел на краю гнезда подышать свежим воздухом и посмотреть на мир, Старая Ворона тихо подлетела к нему и столкнула вниз. От страха Вороненок забыл все, чему так долго учила его мама, и стал камнем падать на землю. От испуга, что он сейчас разобьется, он открыл свой большой клюв и... каркнул. Услышав самого себя, и от радости, что, наконец, научился каркать, он взмахнул крыльями раз, другой - и понял, что летит... И тут он увидел рядом с собой маму; они полетали вместе, а потом дружно вернулись в гнездо и от всей души поблагодарили Старую Мудрую Ворону. Так в один день Вороненок научился и летать, и каркать. А на следующий день в честь своего сына, который стал совсем взрослым и самостоятельным, мама Ворона устроила большой праздник на который пригласила всех птиц, бабочек, стрекоз и многих-многих других, а на почетном месте важно восседала Старая Мудрая Ворона, которая помогла не только маленькому Вороненку, но и его маме.

Сказка про орехи

Наступила зима: ударили морозы, повалил снег, земля покрылась белым пушистым покрывалом. Все звери уже подготовились к холодам, и теперь кто-то сидел в своей уютной норке, питаясь летними запасами, а кто не делал запасов, залёг спать до самой весны.

Только Белка еще продолжала хлопотать и бегать по лесу в поисках съедобных припасов. Жила Белка в дупле на высокой ели вместе с двумя бельчатами. Одного бельчонка звали Непоседа, другого - Попрыгун. Дом у Белки был большой. Состоял он из нескольких дупел на разных деревьях, больших веток и других мест, где можно было спрятать что-нибудь съедобное. В одном дупле, самом большом, белки жили сами. В другом, поменьше, они хранили орехи и шишки. Под большой веткой высоко на дереве белка развешивала сушеные грибы. Эта ветка была такая пышная, что ни дождь, ни снег не проникали под неё, и зимой, когда снег покрывал толстым слоем всю ель, под этой веткой получался уютный навес, где было тепло и сухо. Бельчата играли возле большого дупла, прыгая друг за другом с ветки на ветку. Им было так весело, что они не заметили, как вернулась их мама.

- Что, шалуны, опять бездельничаете? - Шутя пожурела детей Белка. - А у меня для вас работа нашлась. Быстро все сюда! Бельчата спрыгнули на ветку, где сидела мама.

- Что за работа? - Спросил Попрыгун.

- Запасы на зиму делать, конечно, - ответила Белка.

- Какие запасы? - Удивился Непоседа. - Зима же уже началась. Уже никто запасы не делает. Всё под снегом скрыто.

Белка. Орехи

- Это ленивые ничего не делают,- строго заметила Белка, - причем не важно, началась зима или нет, а мы всегда работаем, если есть возможность. Я нашла тут неподалёку большую кедровую сосну, там на макушке шишек с орешками - видимо не видимо!

- Так у нас же и складывать их некуда, - заметили бельчата.

- А вот этим вы и займётесь. Освободите мне дупло, где сейчас лесные орехи лежат. Я туда шишек натаскаю.

- Мы не сможем освободить дупло так быстро, мы не съедим сразу столько много орехов, - сказал Непоседа.

- Надеюсь, что не съедите, - засмеялась Белка, - это же запас на всю зиму. И не нужно их есть. Пока перетаскайте их в жилое дупло и сложите где-нибудь аккуратно.

- А-а-а! Это мы можем! - Бельчата, наконец, поняли, что от них требуется.

Они тут же поскакали выполнять задание. Попрыгун сел на ветку, где было дупло с орехами, а Непоседа на ветку у жилого дупла. Попрыгун бросал орехи Непоседе, а тот кидал их в дом.

Белка постояла несколько минут, посмотрела, правильно ли бельчата её поняли.

- Так, - сказала она, - кто уронил орех? Не торопитесь! Каждый орех пригодится в голодную зиму.

- Я спущусь, - крикнул было Непоседа, но мама его остановила.

- погоди. Ещё не раз уроните. Не за каждым же орехом бегать. Спуститесь потом вместе и соберете всё. Работайте дружно, а я пошла.

Белка быстрыми большими прыжками спустилась вниз, перепрыгнула по большой ветке на другое дерево и скрылась в лесной чаще. Бельчата продолжили работу. Им было весело перебрасывать орехи, и они постоянно подшучивали друг над другом.

- Что-то ты медленно бросаешь, сил совсем нет! - Ехидно заявил Непоседа.

- Ах так, - возмутился Попрыгун, - ну тогда держи! Он размахнулся и запустил сразу два ореха, но Непоседа их ловко поймал и перебросил в дупло.

- Ой, слабак, так мы до лета не справимся. Ты видно, мало орехов сегодня ел!

Попрыгун разозлился и как начал пулять орехами, что Непоседа еле успевал их ловить. И надо сказать, что не всегда у него получалось, некоторые орехи отскакивали от веток и падали вниз. А тем временем Ёжик, который жил под той же самой елью, вышел из своего домика, чтобы немного расчистить

снег перед дверью. В начале зимы Ёжик всегда расчищал снег. Лишь потом, когда сугробы становились уж совсем большими, он рыл в снегу тоннели и ходил по ним, или выходил из дома через верхний выход, который вел в небольшое дупло, скрытое в нижних ветках ели. Ёжик аккуратно расчищал снег лопатой, делая дорожку по направлению с домику Зайца, как вдруг заметил на снегу небольшой лесной орех.

- Интересно, как это тебя сюда занесло, - произнес Ёжик и поднял орех с земли.

Орешек был крупный, целый, жалко было такой выбрасывать, а положить его было некуда, поэтому Ёжик отложил лопату, вернулся в дом и положил орешек в чашку на столе.

- Потом съем, - решил Ёжик.

Он вышел на улицу, взял лопату и собрался было продолжить чистить снег, как на том же самом месте он опять увидел орех. Был он в точности такой же, как и прежний. В какой-то момент Ёжику показалось, что это тот же самый орех, только он каким-то образом выбрался из чашки и прибежал обратно. Ёжик внимательно посмотрел на орех и спросил у него:

- Это ты или не ты?

Орех, разумеется, не ответил. Ёжик усмехнулся и отнес его в дом. Первый орех лежал на месте.

- Ну, всё в порядке, - успокоился Ёжик, - наверное, я сначала его не заметил.

Но когда он вышел на улицу, то увидел еще один орех на том же самом месте.

- Да кто это надо мной подшучивает? - Возмутился Ёжик.

Но никто ему не ответил. Тогда он решил проследить, как орехи появляются под елью. Ёжик спрятался за сугробом и стал внимательно наблюдать, не появится ли еще один орех на дорожке.

А бельчата тем временем всё перебрасывали орехи из дупла в дупло. Вдруг Непоседа как закричит: - Стой! Хватит орехи кидать!

- Что, сдаешься? - Обрадовался Попрыгун.

- Нет, просто орехи класть уже некуда.

Бельчата заглянули в жилое дупло и оказалось, что всё там теперь завалено орехами. Орехи были и на кроватях, и на столе, и на полу.

- Мама расстроится, нужно было бы орехи аккуратно складывать, - заметил Попрыгун.

- Ничего,- успокоил брата Непоседа, - у меня есть идея. Тут пониже есть дупло одно, ничейное, можно туда орехи перетаскать.

- А оно точно ничейное?

- Точно! Ни разу там я никого не видел. Бельчата спустились на несколько веток ниже, где, действительно, располагалось дупло. Для надежности они крикнули в дупло разок-другой, никто им не отозвался. Бельчата обрадовались и стали таскать орехи в это дупло. Дупло было хорошее, большое. Сколько орехов в него не сыпали, место не кончалось.

- Вот какой я молодец, - похвалился Непоседа, когда бельчата притащили последнюю корзину с орехами, - это же я такое дупло нашел!

Они высыпали корзину в дупло, орехи зашумели, загромыхали, ссыпаясь куда-то. Потом все стихло. Только тут белки поняли, что сделали что-то не так.

- А как мы доставать орехи будем? - С тревогой в голосе спросил Попрыгун.

Они заглянули в дупло, и не увидели ничего, кроме темноты.

- Что теперь мама скажет? - Вздохнул Непоседа.

- Да уж. Но главное, что это ты такое хорошее дупло нашел, - хитро заметил Попрыгун.

- Но таскали же мы вместе!

- Вместе.

Бельчата заглянули еще раз в дупло; вдруг орехи сами обратно вылезут, но орехи вылезать не захотели. Пришлось белкам возвращаться домой ни с чем. А Ёжик тем временем всё ждал за сугробом, но новых орехов на дорожке так и не появилось. Решив, что никто над ним не шутил, а просто ему повезло найти несколько орешков, завалившихся на улице с осени, Ёжик направился домой. Он подошел к двери и толкнул её. Дверь почему-то не открывалась, словно её держали изнутри. Ёжик посильней нажал. Дверь распахнулась и бедный зверёк упал на какую-то большую кучу. Присмотревшись, Ёжик понял, что лежит на

огромной куче орехов. Рот Ёжика сам собой раскрылся от удивления, а колючки встали дыбом. Орехи завалили весь пол, валялись под кроватью, под столом, а на столе в стакане лежали первые два ореха. Справившись с первоначальным удивлением, Ёжик достал большой мешок и стал собирать орехи в мешок, не валяться же им по всей комнате. А тем временем Белка вернулась домой с добычей. Она принесла большую корзину шишек. Сначала она заскочила к бельчатам, посмотреть, как у них идет работа. Бельчата как-то невесело встретили свою маму, что она сразу заметила:

- Что случилось? - Спросила Белка. - Не упал ли кто с ветки?

- Нет, никто не упал, - ответили бельчата, потупив глаза.

- Ну и хорошо. А где орехи? - Белка огляделась по сторонам.

- Понимаешь, мама, - начал Попрыгун, - тут Непоседа нашел дупло, а потом мы вместе с ним перетаскивали орехи туда.

- Другое дупло? - Удивилась Белка. - Не знала, что есть ещё другое дупло у нас на дереве.

- Да, есть, - заговорил Непоседа, - но оно оказалось таким глубоким, что ..., - тут бельчонок замолчал, и слезы показались у него на глазах.

- Так, и где же орехи? - Строго спросила Белка.

- Мы не знаем, - расплакались бельчата.

Белка постояла немного, подумала, а потом, видимо о чем-то догадавшись, произнесла:

- Что ж, реветь тут нечего, ступайте за орехами и доставайте их.

- Но там же глубоко, - решили было поспорить бельчата, но мама их была непреклонна.

Пришлось горемыкам спускаться вниз к дуплу. Спустившись, бельчата заглянули внутрь, но ничего не увидели. Правда, им слышался какой-то шорох.

- Там кто-то есть, - заметил Попрыгун.

Непоседа прислушался, где-то далеко внизу в дупле кто-то говорил:

- Что это за напасть мне такая на голову свалилась, и откуда это всё взялось...

- Это орехи разговаривают?! - Глаза Непоседы расширились от удивления.

- Возможно. Давай крикнем!

Бельчата наклонились к дуплу и прокричали

- Орехи!

Ёжик, который как раз собрал все орехи в мешок, услышал откуда-то сверху странный крик, словно кто-то его звал.

- Кто это меня зовет? - Прокричал он.

- Орехи! - Донеслось сверху.

- Орехи? Опять орехи? Больше орехов не надо! - Прокричал Ёжик. - Ищите себе другое жильё, у меня и так места нет.

- Нам надо орехи, нам надо,- донеслось сверху, потом послышался шум, грохот, словно кто-то упал. Через несколько мгновений из дупла прямо на мешок с орехами свалился маленький бельчонок. Он сел и огляделся по сторонам.

- Где я? - Спросил он. - И кто тут.

- Не бойся, - сказал Ёжик, - так это ты в дупло кричал?

- Я,- сознался бельчонок.

- Уф, - вздохнул Ёжик, - а то я уж было подумал, что это орехи разговаривают.

- Непоседа! - донеслось из дупла.

- А это кто? - Спросил Ёжик.

- Это мой брат, Попрыгун.

- Ясно, - сказал Ёжик и, открыв дверь, вышел на улицу.

На нижней ветке сидел бельчонок и плакал.

- Ты чего ревёшь? - Спросил у него Ёжик.

- Мой брат, Непоседа, свалился в дупло, - ответил бельчонок.

- Не реви, - улыбнулся Ёжик, спускайся вниз, тут твой брат.

Когда Попрыгун вошел в домик ёжика, он увидел Непоседу, сидящего на большом мешке с орехами. Бельчата так обрадовались, увидев друг друга, что стали плясать и прыгать.

- Кстати, - спросил, Ёжик, - не вы ли в меня орехами кидались и всю нору мою завалили?

- Мы! - Радостно ответили бельчата. - Но мы нечаянно, мы не знали, что это дупло в твой домик ведёт. Тут они попритихли и настороженно спросили:

- А ты отдашь нам орехи?

- Конечно, они же ваши, - сказал Ёжик.

- Хорошо, - обрадовались бельчата и поволокли мешок наверх.

- Хм, даже спасибо не сказали, - обиделся Ёжик, закрывая за ними дверь.

Когда радостные бельчата поднялись к себе домой вместе с мешком орехов, Белка встретила их с небольшой корзиночкой, в которой красиво были уложены кедровые шишки, орехи и сушеные ягоды.

- Мама, мама! - Закричали бельчата. - Ёжик все наши орехи нашел, в мешок сложил и нам отдал.

- Я так и подумала, - улыбнулась Белка, - он очень добрый.

- А мы ему даже спасибо забыли сказать, - заметил Попрыгун.

- И про это я подумала, - вздохнула Белка, - поэтому вот возьмите эту корзиночку и отнесите Ёжику. Он по деревьям за орехами лазать не умеет, поэтому очень будет рад такому гостинцу.

Ёжик подметал веником в своей норе, когда в его дверь опять постучали. Он открыл и увидел на пороге бельчат:

- Как, опять орехи растеряли? - Удивился Ёжик.

- Нет, мы забыли спасибо сказать. Спасибо!

Бельчата поставили на пороге корзинку, а сами поскакали наверх, домой. Ёжик взял гостинец, посмотрел вверх и прокричал:

- И вам спасибо!

Дома он поставил корзиночку на стол, а вечером, за чашкой чая, Ёжик лакомился сушеными ягодами и кедровыми орешками.

Сказка «Верь в себя» (О. Хухлаева)

В одном лесу жил маленький Зайчонок. Больше всего на свете ему хотелось быть сильным, смелым и сделать что-нибудь доброе, полезное для окружающих. Но на деле у него никогда ничего не получалось. Он всего боялся и не верил в себя. Поэтому все в лесу прозвали его «Зайчишка-трусишка». От этого ему становилось грустно, обидно, и он часто плакал, когда оставался один. Был у него один-единственный друг - Барсучонок.

И вот, как-то раз они вдвоем отправились играть к реке. Больше всего им нравилось догонять друг друга, бегая через небольшой деревянный мостик. Первым догонял Зайчонок. Но когда Барсучонок пробежал по мосту, одна доска вдруг сломалась, и он упал в реку. Барсучонок не умел плавать и стал барахтаться в воде, прося о помощи. А Зайчонок, хотя и умел немного плавать, но очень испугался. Он бегал по берегу и звал на помощь, надеясь, что кто-нибудь услышит и спасет Барсучонка. Но никого поблизости не было. И тогда Зайчонок понял, что только он может спасти своего друга. Он сказал себе: «Я ничего не боюсь, я умею плавать и спасу Барсучонка!» Не думая об опасности, он бросился в воду и поплыл, а потом вытащил своего друга на берег. Барсучонок был спасен!

Когда они вернулись домой и рассказали про случай на реке, никто сначала не мог поверить, что Зайчонок спас своего друга. Когда же звери убедились в этом, то стали хвалить Зайчонка, говорить, какой он смелый и добрый, а потом устроили большой веселый праздник в его честь. Этот день для Зайчонка стал самым счастливым. Все гордились им, и он сам гордился собой, потому что поверил в свои силы, в то, что способен делать доброе и полезное. Он на всю жизнь запомнил слова, которые сам себе сказал в трудную минуту: «Верь в себя и - ты победишь!». И с тех пор больше никто и никогда не дразнил его трусишкой!

(После прочтения сказки и ответа на вопросы дети проигрывают её и каждый ребенок в образе зайца говорит «Я верю в себя!», а остальные отвечают «И ты победишь». Затем детям предлагается придумать свои истории, где Заяц стал победителем и смог преодолеть свой страх.)