



Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 6 «Сказка» г.Камешково

Сказки читаем, с куклой играем путь к ЗОЖ открываем!

Камешково- 2021

«Поучительные сказки о здоровом образе жизни»

«Поучительные сказки
о здоровом образе жизни»



Как Илюша животик кормил

Жил-был мальчик. Звали его Илюша. И было ему столько же лет, что и тебе.

Съел Илюша перед обедом конфетку, а тут его мама за стол позвала. Налила ему суп, а Илюша закапризничал:

- Я не голодный, я уже конфетой пообедал!

- Но ты же нагулялся, набегался, тебе хорошо покушать надо, - убеждает его мама.

- Не хочу! - капризничает Илюша. И вдруг слышит: кто-то плачет. Оглянулся

- никого нет. Кто же это? Прислушался Илюша к себе. А это, оказывается, его животик плачет!

- Что с тобой? - испугался Илюша. - Кто тебя обидел?

- Вот сижу, жду обеда, а горлышко мне ничего не дает! А я кушать хочу!

Илья горлышко строго спрашивает:

- Ты почему животiku кушать не даешь? Он там с голоду умирает!

А горлышко отвечает:

- У меня самого с утра маковой росинки не было! Я тоже голодное! Меня ротик не накормил!

Стал Илюша ротик ругать:

- Ты почему горлышко не кормишь? Из-за него и животик плачет!

А ротик отвечает:

- Ты же, Илюша, суп не ел. И я, ротик, суп не ел. И горлышку ничего не досталось. Поэтому и животик голодный.

- Я же тебе конфетку дал, - возмущается Илюша. - Надо было поделиться!

- Этой конфетки мне одному мало. Разве это еда! Она во рту растаяла, и нет её. До животика ничего не дошло.

Что же делать? Жалко Илье свой родной животик. Схватил он ложку и стал суп в рот складывать. Ротик сразу обрадовался, жуёт и горлышко угощает. А горлышко в животик суп отправляет. Илюша всю тарелку супа съел и спрашивает:

- Ну что, животик, наелся?

- Нет ещё, - кричит животик. - Второе хочу! Илюша и картошку съел.

- Ну, теперь наелся?

- А компот? - спрашивает животик. Илюша у мамы компот попросил.

- Ну, наелся?

А у животика даже сил ответить нет - такой полный. Только булькать может.

- Буль-буль. Спасибо тебе, Илюша, - пробулькал животик. - Вот теперь я наелся. А маме спасибо за вкусный суп!

Илюша маме и говорит:

- Мама, тебе мой животик спасибо сказал!

- Пожалуйста, мои дорогие! - довольно улыбнулась мама.

Сказка про Крокодила, который не следил за своим здоровьем

Жил на свете Крокодил.
Он лечиться не любил.
Докторов он всех боялся,
От прививок уклонялся.
За собой он не следил:
Лапки он свои не мыл,
Зубки он свои не чистил,
О прививках и не мыслил.
Ел он чипсы, шоколад,
Вафли, маленьких зверят.
Лимонадом увлекался,
Сухарями забавлялся.
Вот однажды утром встал
И себя он не узнал.
Весь опух, болит живот,
Не откроет даже рот.
Что мне делать? Как мне быть?
Нужно помощь попросить.
«Звери, птицы, помогите.
От боли вы меня спасите!»
Приползла к нему Змея
И ответила она:
«Срочно к доктору иди
И таблетки ты прими!»
Разозлился Крокодил,
Чуть Змею не проглотил.
Испугалась Змея
И скорее уползла.
Попугай к нему летит,
Крокодилу говорит:
«Тут одних таблеток мало.
Уколы делай, чтобы лучше стало!»
Зубами щёлкнул Крокодил
И пол хвоста у Попугая откусил.
«Всё само собой пройдёт:
И ангина, и живот».
Прыгнул в речку Крокодил
И зарылся прямо в ил.
Только боль-то не проходит,

Крокодил сильнее «воет».
Температура поднялась,
И отёк пошёл на глаз.
«Вот напасти, вот беда,
Ведите доктора сюда!»
Доктор вынул шприц большой:
«Ну, и где же наш больной?»
Крокодил раскрыл глаза,
По щеке бежит слеза.
Зубы крепко только сжал,
Укол себе он сделать дал.
Не прошло и полчаса,
А от боли ни следа.
Слава нашим докторам,
Кто здоровье дарит нам!

«Необычный огород»

Жил-был мальчик Петя. Он очень не любил чистить зубы. Каждое утро мама напоминала ему: - Иди чистить зубы!
- Не хочу, не буду! - хныкал Петя.
Мама устала от его капризов и решила: «Не хочет чистить зубы и не надо. Посмотрим, что из этого получится».
Вечером Петя поужинал и лег спать. Конечно, зубы он не почистил, мама ведь ему не напомнила.
Наступило утро. Весело защebetали птицы. Побежали на речку мальчишки. Петя сладко потянулся в своей кровати.
Мама на кухне готовила завтрак. «Петя, вставай, иди чистить зубы», - не выдержала мама.
Он открыл рот, чтобы сказать: «Не хочу, не буду». Но к своему удивлению обнаружил, что не может произнести ни одного слова.
Вечером Петя кушал огурцы и одно зернышко застряло между зубами и на этом месте выросли огурцы. Покушал помидор – и выросли помидоры, и лук вырос, и редис. И все это торчит изо рта в разные стороны. Испугался Петя. Хотел позвать маму, но не получается. Вместо слов слышится какое-то мычание.
Услышала это мама. Подбежала к Пете. Мама всплеснула руками, очень удивилась: «Петя, у тебя теперь не рот, а целый огород!». Потом она привыкла к такому огороду и ей даже понравилось – на рынок за овощами ходить не надо, все рядом. Нужно ей сделать салат, подойдет к Пете, нарвет и огурцов, и помидоров, и лука, и редиса. Очень удобно.

Только Петя не рад. С мальчишками бегать не может – засмеют. Кушать не может, говорить не может - изо рта торчат разные веточки, кустики, помидоры, огурцы. Рот совсем не закрывается – тяжело.

Прошло несколько дней. Совсем обессилел Петя. Да вот еще другая беда пришла – появились в зубах дырочки, а в них завелись микробы, которые разрушают зубы. Заболели у Пети все зубы.

Заплакал он бедный и промышчал, чтобы мама позвала доктора.

Пришел доктор и очень удивился: «У тебя не рот, а целый огород». Доктор вытащил изо рта все кустики, нашел в зубах дырочки, выскоблил из них кусочки еды, всех микробов, которые спрятались в уголках зубов.

Потом врач залепил все дырки специальной замазкой – пломбой. Если пломбу не поставить, микробы вернутся на свои места и зубки снова будут болеть.

Петя сидел спокойно, слушал врача и четко выполнял все его указания. Наконец, все закончилось. Рот Петин прямо защелкнулся от усталости. Очень обрадовался Петя. Теперь он чистит зубы каждый день после еды и утром, и вечером, и всем ребятам советует делать тоже самое.

«Зубик-зазнайка»

Жил-был однажды на свете страшный микроб и звали его Зубоед. И был он такой злой, что не было от него житья ни маленьким зубкам, ни большим зубам. Того гляди всех покусает, а кусается он ох как больно! Но были у зубов и маленьких зубиков верные друзья: зубные пасты и зубные щетки. А именно их микроб- Зубоед и не любил. И не то чтобы не любил, а страшно их боялся!

Но вот встретился как-то Зубоеду зубик-Зазнайка, такой маленький, хорошенький, беленький!

- Я никого не боюсь,- громко кричал Зубик, - не хочу и не буду дружить с пастами и щетками, надоело мне себя чистить по два раз в день, да еще полоскаться после каждого завтрака, обеда и ужина! Надоели яблоки и морковка, творог и сыр, специально буду есть только торты, конфеты и пирожные! Не буду ходить по два раза в год к доктору! Я и так самый здоровый зуб в мире!

Услышал такое микроб-Зубоед, обрадовался. Такой зуб ему и нужен. Сильно у он проголодался. Подкрался тихонечко он к зубику-Зазнайке (как раз он доедал свою последнюю конфету) да как укусит больно-больно. Заплакал бедный Зубик, так больно ему еще не было никогда. А микроб-Зубоед убежал довольный и сытый.

Плачет Зубик, слезы горькие льет, конфету даже видеть больше может.

Услышала плач Зубная щетка, подошла, обняла и начала успокаивать «Тут слезы уже не помогут, а поможет добрый Доктор-стоматолог. Сходи к нему, прощения попроси, авось и тебя вылечит».

И помчался Зубик к доброму Доктору-стоматологу. Бежит, спешит, чуть дорогу не перепутал.

Прибежал к Доктору и заплакал: «Простите меня, добрый Доктор-стоматолог! Не ходил я к вам, не слушал советов, не любил я себя чистить и в воде плескаться. Только сладости и ел в свое удовольствие. Покусал меня злой микроб-Зубоед, сделал меня больным. Доктор, прошу, полечите меня, теперь я всегда буду вас слушать, дружить с пастами и щетками, кушать яблоки и морковку, творог и молочко. Все пряники-конфеты отдам микробу, чтобы больше меня не кусал! Помогите, Доктор!»

Доктор-стоматолог был добрым, он много раз видел таких непослушных зубиков. Вылечил Доктор Зубик, поставил ему самую красивую и крепкую пломбу.

Вышел Зубик от Доктора-стоматолога довольный, здоровый, помчался домой мириться с зубными щетками да пастами.

До настоящего времени живет Зубик хорошенький, беленький, веселый. Однако каждый раз глядя в зеркало и видя пломбу, вспоминает страшную историю про микроба-Зубоеда. Но сейчас Зубик никогда не забывает чиститься утром и вечером, полоскаться после каждой еды, кушать много овощей и фруктов и забыл про сладкое. Два раза в год ходит Зубик к доброму Доктору-стоматологу рассказать о своем житье бытие и проверить свою красивую пломбу.

Но микроб-Зубоед не дремлет. День и ночь он ищет новых зазнаек. Но все напрасно, дружат теперь все зубики с пастами да щетками, и о советах доброго Доктора всегда помнят.

«Твой носовой платок»

Однажды утром, когда Маша и Миша пришли в детский сад, воспитательница попросила: «Ну-ка, детки, покажите свои носовые платки». Все быстро вынули из карманов сложенные вчетверо белые, розовые, клетчатые платочки. А Миша долго копался в своем кармане, потом даже вывернул его, и на пол посыпались камешки, бумажки от конфет, колесики от игрушечной машины, и, наконец, последним выпал скомканный шариком носовой платок. Выпал, покатился и закатился за шкаф.

- Смотрите,— сказала одна девочка,— платочек обиделся на Мишу и убежал.
- Да,— улыбнулась воспитательница,— Мишиному платочку плохо живется в кармане рядом со всяким мусором. И тебе Миша, от этого плохо! Грязным, скомканным платком нос вытирать нельзя.

- И рот грязным, скомканным платком закрывать нельзя,— добавила Маша.

- А почему надо закрывать рот платком? — удивился Миша.

- Потому, что когда ты кашляешь или чихаешь, у тебя изо рта вылетают микробы. Если не закроешь им путь, они разлетятся по комнате, попадут в рот и нос другим детям, и все начнут чихать и кашлять,— сказала воспитательница.

- А я вот кашляю и никаких микробов не вижу,— заупрямился Миша.

- Это потому, что микробы маленькие- премаленькие,— объяснила воспитательница. - Но я вам сейчас покажу их. - И показала картинку, на которой огромный великан стоял и кашлял, и из его открытого рта вылетали тысячи крохотных злых зверушек-микробов.

Миша очень внимательно рассмотрел их.

А придя домой, попросил у мамы чистый носовой платок. И с тех пор у него платок всегда чистый и аккуратно сложенный.

«Как Миша и Маша учились мыть руки»

Однажды мама привела Мишу и Машу в детский сад. Первый раз в жизни.

- Вы сами умеете умываться? — сразу же спросили их детки.

- Конечно!—закричали дружно Миша и Маша, помчались к раковинам и включили воду.

- Подождите, посмотрите как другие детки будут мыть руки, - сказала их новая воспитательница.

Посмотрели Миша и Маша на других деток и сильно удивились. Оказывается, прежде, чем помыть руки надо расстегнуть манжеты и аккуратно закатать рукава.

И делали Миша и Маша так же, как все делали. Миша немного провозился с непослушными пуговицами, но, не теряя времени, быстро взял мыло.

- Миша, в сухие руки мыло брать нельзя, - деловито заметила новая подружка Соня. — Руки сперва надо намочить. Только воду тоже надо знать как открывать — слишком много воды тебя забрызгает, а слишком мало воды тебе не хватит.

Миша покраснел и в знак согласия кивнул головой. Маша засмеялась:

- Видишь, дома ты всегда открываешь слишком много воды и всегда обливаешься.

Сделав много мыльной пены, Миша и Маша вернули мыло на место и подставили руки под воду.

- Ой, забыли помыть же! — воскликнула девочка Соня.

- Сейчас мы им поможем и научим правильно мыть руки, - сказала воспитательница. — Ручки надо хорошо намылить, приложить ладошки друг к другу и хорошо их потереть. А потом помыть со всех сторон, как санки пусть

перекатываются с одной горки на другую, то левая скатывается с правой, то правая – с левой. А когда и ладошки и пальчики стали чистыми, пену нужно смыть водой, руки стряхнуть и вытереть чистым полотенцем.

С полотенцами тоже вышел конфуз. Миша и Маша схватили то, что было ближе, а оказалось, что у каждого малыша есть свое полотенце. Чтобы полотенца никто не перепутал, у каждого есть своя картиночка. Маше досталась картинка с клубничкой, а Мише – с машинкой. Картинки малышам понравились, скомкав полотенце, они захотели повесить на крючки. Но руки так и остались мокрыми, а полотенца стали некрасивыми и мятыми. Маша хотела вытереть руки о свое красивое платье с оборочками, но увидела, что так никто не поступает.

Оказывается, чтобы вытереть руки, девочка Соня брала полотенце, расправляла его и сначала вытирала одну руку, а потом другую, а потом еще и каждый пальчик по отдельности. Каждый пальчик остался чистым и сухим. Удивились Миша и Маша и сделали точно так же.

«Приключения микроба Кузи»

Жил микроб, звали его Кузя. Он был страшный, безобразный и очень любил приставать к людям, особенно маленьким детям, которые забывали мыть руки, фрукты и ели сладости на улице. Однажды Кузя встретил девочку, которая очень не любила умываться, и ходила всегда с грязными руками. Так он и подружился с девочкой - грязнулей. От этой крепкой дружбы у девочки очень сильно заболел живот. Ведь она забывала мыть руки перед едой, и Кузя всегда сидел у ней на ладошках. Когда девочка кушала, она проглотила Кузю вместе с едой. Так вредный микроб попал к ней в живот. И начались удивительные приключения Кузи внутри девочки. Девочке стало очень плохо, и ее увезли в больницу на скорой помощи. В больнице ей промыли желудок, поставили уколы и дали очень много таблеток, которые бы смогли прогнать микроба Кузю. Кузе стало плохо от всех лекарств, и он поспешил выбраться наружу. С тех пор решил он больше не приставать к людям. А девочка поняла, что нужно следить за собой и обязательно мыть руки.

Сказка про больные зубки.

Жили-были зубки. Жили они, не тужили во рту у мальчика Ванечки. Сначала они жили хорошо, были они белые, красивые и здоровые. Только очень не долго они радовались. Плохой им хозяин достался, просто неряха. Он их почти совсем не чистил. Ванечка вообще очень не любил умываться. Грустили зубки и обижались на Ванечку. Печальная жизнь у них настала, и заболели они от расстройства.

Мы слышали, - сказали передние зубы, - что если хозяин зубы не чистит, то они могут обидеться и уйти от него совсем.

Как так? - не поверил Ванечка. - Куда уйти? А как же я конфеты есть буду? А яблоки как грызть? Не может быть!

И он побежал к старой мудрой бабушке. Бабушка была старенькая и много всего знала,

Бабуля, - спросил Ванечка, - а правда, что зубки могут обидеться и уйти?

Конечно правда, - сказала бабушка. - Зубки всегда обижаются, если их не чистят. Они начинают болеть и выпадать.

- Выпадать? - удивился Ванечка - Это как?

А так: выпрыгивают изо рта и убегают искать другого хозяина. Задумался Ванечка, а потом и спрашивает:

Бабуля, а как же я? Я ведь не могу без зубов!

Тогда тебе надо с ними помириться.

- Да - закричали зубки, - давай мириться, давай. Почисти нас, и мы не будем больше на тебя обижаться. Только не забывай, мы любим мыться утром и вечером.

- Хорошо, - обрадовался Ванечка.

С тех пор они больше не ссорились и жили дружно.

Сказка «Лечебное молоко»

Давным-давно жил на земле король. И было у него две дочери: Катя и Маша. Катя часто бегала с дворца на луг. На лугу жила добрая корова, и она угощала Катю своим молоком. А Маша целыми днями сидела во дворце и болела. Король был обеспокоен состоянием дочери и приглашал врачей со всего света. Маше все также не здоровилось.

Тогда Катя предложила сестре свою помощь. Пойдем со мной на луг, там корова живет и у нее такое белоснежное вкусное молоко. Девочки пошли вместе на луг, корова напоила их своим чудесным молоком. Маше очень понравилось молоко и она начала пить его каждый день. Ей становилось лучше. Вскоре Маша выздоровела и больше никогда не болела!

Пейте дети молоко, будете всегда здоровы!

Игры с куклой



«Покачай куклу Машу, спой ей песенку»

Цель: Учить выполнять игровые действия, поощрять стремление использовать в игре потешки. Учить качать куколку спокойно, заботясь о ней. Петь песенку «баю-бай».

Материал: кукла.

Содержание игры. Воспитатель изображает, что кукла Маша плачет: «Уа, уа!». Изображает, как плачет. «Что наша Машенька сегодня капризничает. Наверное, она устала. Давайте пожалеем Машу». Предлагает детям по очереди погладить Машу по голове. «Ничего Машенька не хочет, только плачет и плачет. Давайте, ребятки, попробуем Машу покачать, споём колыбельную песенку, может, она и поспит», - продолжает воспитатель. Предлагает детям взять куколку на ручки и осторожно покачать её.

Пошёл котик во лесок,

Нашёл котик поясок,

Нарядился, воротился,

Стал он люлечку качать.

Баю – баю – баю – бай.

Спи, Машенька, скоренько.

Встань, Машенька, с зоренькой!

Предлагает детям, качая куклу, подпевать: «Аа, аа, баю-бай».

«Научим Машу умываться»

Цель: Формировать у детей культурно – гигиенические навыки. Продолжать учить правильно умываться, пользоваться индивидуальным полотенцем.

Материал: игрушка – кукла, полотенце, мыло (предметы-заместители).

Содержание игры. «Наша Маша спала, а теперь проснулась. Давайте поможем ей встать с постели», - говорит воспитатель. Дети достают Машу из кроватки, обнимают его, гладят по голове. «Надо Маше умыться. ..., открой кран». Дети открывают кран с водой, воспитатель рассказывает потешку:

Водичка-водичка,

Умой мое личико,

Чтобы глазоньки блестели,

Чтобы щечки краснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок»

«Возьмём мыло и намылим мишке ручки. Помогите ей. А теперь будем мыло смывать водичкой и вытрем Машу полотенцем. Вот такая Маша стала чистая». Маша благодарит детей.

«Оденем куклу Машу на прогулку»

Цель: Подобрать предметы одежды по сезону. Учить одевать куклу в правильной последовательности. Продолжать учить помогать близким, заботиться о них.

Материал: кукла, кукольная одежда.

Содержание игры. Воспитатель показывает новую одежду для кукол и говорит: «Маша уже позавтракала. Сейчас я ее буду одевать на прогулку. Давайте вместе одевать Машу на прогулку. Что будем одевать сначала? Возьмем колготки. Чтобы маша не замерзла, одену ей теплую кофточку. Какая у Маши кофточка? (Большая, теплая, красная). Теперь оденем сапожки.

Наденем на ножки новые сапожки

Пустим по дорожке. Будет Машенька ходить,

Сапожки новые носить.

Что теперь будем одевать? (шапку). Можно уже идти гулять? Или что-то еще надо одеть кукле (пальто, шубу).

Наша Маша маленька, На ней шубка аленька,

Опушка бобровая, Маша чернобровая.

«На дворе большой мороз,

Отморозит кукла нос,

Теплый шарфик нужен ей,

Чтоб укрыться потеплей».

«Научим куклу Машу раздеваться после прогулки»

Цель: Учить раздевать куклу в правильной последовательности. Продолжать учить помогать близким, заботиться о них.

Материал: кукла, кукольная одежда, шкаф для одежды.

Содержание игры. Воспитатель говорит: «Маша вернулась с прогулки. Сейчас я помогу ей раздеться. Помогайте ребятки Маше раздеваться. Развязали Машеньке шарфик полосатенький. Куда надо положить шарфик? (на полку в шкаф). Правильно. А сейчас, что мы поможем Маше? (шубу) Куда мы повесим шубу? (в шкаф). Что мы еще не сняли? (сапожки) Куда мы поставим сапожки? (в шкаф) Снимем с ножки новые сапожки. Что еще надо снять? (колготки). Куда надо положить колготки? (на полочку в шкаф). Все, разделись! Пошли играть! Опять нельзя? Почему? Забыли надеть сандалики!

Вот они сандалики

У нашей Маши-крошки.

Этот с правой ножки,

Этот с левой ножки

А теперь можно играть? Нет, надо умыться.

«Делаем причёску кукле Маше»

Цель: Показать новые игровые действия с куклой. Вызвать интерес к игре. Подобрать необходимые атрибуты к заданной игровой ситуации. Вызвать желание помогать.

Материал: Кукла, расчёска, бант.

Содержание игры. Воспитатель обращается к детям: «У куклы Маши сегодня праздник. Маша хочет сделать красивую причёску. Я буду парикмахером. Причешу Машу красиво. Ребятки, вы хотите мне помочь? Давайте играть вместе. Возьмём расчёску и причешем Маше волосы». Дети по очереди расчёсывают волосы кукле. Воспитатель подбадривает: «Вот так. Сейчас можно и бантики им завязать. Вот какая красивая стала Маша».

Расти, коса, до пояса,

Не вырони не волоса.

Расти, косынька, до пят –

Все волосыньки в ряд.

Воспитатель учит детей элементарным правилам поведения: здороваться, вежливо выражать свою просьбу: «причешите, пожалуйста», благодарить за причёску и т.п.

«Накормим Зайку кашей»

Цель: Закреплять знание детей о столовой посуде. Активизировать речь детей. Воспитывать культуру поведения во время еды, заботливое отношение к Зайке.

Материал: игрушка – заяка, кукольная столовая посуда, кукольная мебель.

Содержание игры. Игра проводится в игровом уголке. Воспитатель показывает и рассказывает, какую посуду используют за обедом (тарелки, ложки и т.д.). Показывает, как накрывают на стол, правила поведения за обедом, как пользоваться столовыми приборами. Предлагает детям накормить зайку кашей.

Кушай, детка, кашку.

Ложечку- за папу, ложечку- за маму.

Будешь самым сильным, Ловки, смелым и умелым.

После еды заяка благодарит ребят. Воспитатель предлагает детям убрать посуду со стола.