

Как мы выручали принцессу Витаминку

Игровое занятие

Цель. Пробуждать интерес к драматизации, способствовать развитию артистических навыков, эмоциональной отзывчивости на театрализованную игру. Совершенствовать умение согласовывать слова в предложениях. Совершенствовать умение использовать речевые средства выразительности. Формировать умение составлять простые и сложные предложения. Закреплять представление о здоровом образе жизни и правильном питании.

Материал. Трон. Муляжи пищевых продуктов. Упаковка из-под молочных продуктов. Три стола. Костюмы персонажей. Шапочки-маски овощей. Коробочка с витаминами. Мольберт, восковые мелки, лист бумаги формата А4 - на каждого ребёнка.

Предварительная работа. Беседа о полезной пище и здоровом образе жизни. Чтение книг: А. Милн «Вини-Пух и Все-все-все» (пересказ Б. Заходера), Ю. Олеша «Три толстяка», А. Линдгрен «Карлсон, который живёт на крыше» (перевод Л. Лунгиной), Н. Носов «Приключения Незнайки и его друзей». Совместная работа родителей с детьми: заучивание стихов, подготовка атрибутов, костюмов.

Звучит аудиозапись весёлой музыки. Дети входят в зал, садятся на стулья.

Ведущий. В одном сказочном государстве правил король Обжора XV, который любил вкусно поесть. И была у него дочь Витаминка. Принцесса подрастала и с каждым днём становилась всё краше. А король становился всё упитаннее. И чем больше он толстел, тем сильнее у него портился характер. Витаминка выросла, стала настоящей красавицей, и толстый король решил, что любоваться такой красотой должен только он один. Заточил Обжора XV свою дочь в высокой башне, и, как только это произошло, из всех продуктов исчезли, витамины и жители сказочного королевства стали болеть.

А вы, дети, знаете, для чего нужны витамины? (Ответы детей.) Правильно, витамины помогают организму человека хорошо работать, нормально расти и развиваться. Даже само слово «витамин» произошло от латинского слова *vita*, что означает «жизнь».

Надо выручать принцессу Витаминку. Если мы её не освободим, жители сказочного королевства никогда не поправятся.

Под аудиозапись ритмичной музыки входит король Обжора XV (взрослый), садится на трон.

Ведущий. Смотрите, на троне сам король Обжора XV. Здравствуйте, Ваше Величество!

Король Обжора XV. Здравствуйте! Зачем пожаловали в мои владения?

Ведущий. Мы пришли с просьбой: выпустите из башни принцессу Витаминку. Без витаминов все жители вашего королевства болеют.

Король Обжора XV. Хорошо, я выполню вашу просьбу, но с одним условием: вы сначала вылечите меня. Я что-то в последнее время плохо себя чувствую: сердце побаливает, трудно дышать, даже на второй этаж дворца подняться не могу.

Ведущий. Ваше Величество, причина вашего недомогания - лишний вес.

Король Обжора XV. Вам не нравится моя фигура? А вы знаете, что многие сказочные герои были толстяками?! Назовите-ка их.

Дети называют персонажей сказок, которые отличались избыточным весом (три толстяка. Пончик и Сиропчик, Карлсон, Винни-Пух).

Король Обжора XV. Все они, как и я, любили поесть. И это не мешало им наслаждаться жизнью и пребывать в отличном настроении.

Ведущий. Послушайте, что случается с любителями поесть.

Ребёнок.

Робин Бобин Барабек

Скушал сорок человек,

И корову, и быка,

И кривого мясника,

И телегу, и дугу,

И метлу, и кочергу,

Скушал церковь, скушал дом,

И кузницу с кузнецом,

А потом и говорит:

«У меня живот болит!»

(Английская песенка, перевод К. Чуковского.)

Король Обжора XV. А ведь правда! Иногда после сытного обеда я ощущаю некоторую тяжесть в желудке. Но я тогда сразу принимаю таблетки.

Ведущий. Вот это зря. Таблетки тут не помогут. Попробуйте лучше похудеть!

Король Обжора XV. Похудеть? А как это?

Ведущий. Для этого нужна специальная диета. Давайте отправимся в магазин, попробуем распределить продукты, которые там продают, на полезные и не полезные для здоровья.

Проводится игра «Магазин здоровья». Дети раскладывают муляжи продуктов на три стола: на первый - овощи, фрукты, ягоды, мясо, рыбу и растительное масло, на второй - молочные продукты, на третий - сладости.

Ребёнок (стоя у первого стола).

Магазин - стеклянный дом.

Мы купили в доме том

Помидоры и капусту,

Лук и перец очень вкусный,

Рыбу свежую, и мясо,

И подсолнечное масло.

Фрукты, ягоды, салат -

Всё полезно для ребят.

Ребёнок (стоя у второго стола). Это молочные продукты.

Они полезны очень.

В магазин молочный

Привезли издалека

Три бидона молока,
Сыр, сметану и творог.
Глазированный сырок,
Йогурты и простоквашу
Очень любят дети наши!
Ребёнок (стоя у третьего стола).
Тот, кто хочет толстым стать
И здоровье потерять,
Должен пряники, печенье,
Плюшки целый день жевать,
Торты и пирожные,
Конфеты и мороженое.
Сладости при этом надо
Запивать вам лимонадом.

(По В. Нищеву.)

Король Обжора XV. А ведь на третьем столе лежат мои самые любимые продукты.

Ведущий. Что вы, Ваше Величество, эти продукты вам есть категорически запрещено! А чтобы вы запомнили, какие овощи вам особенно полезны, отгадайте наши загадки.

Дети (поочередно).

Пушистый и зелёный хвост

На грядке горделиво рос.

Ухватился Ваня ловко:

Вылезай на свет... (морковка).

Сорвал я стручок,

Надавил на бочок.
Он раскрылся. Ах! Ох!
Покатился... (горох).
Круглолица, белолица,
Любит вдоволь пить водицу.
У неё листочки с хрустом,
А зовут её... (капуста).
А на этой грядке
Разыгрались в прятки
Зелёные хитрецы, Молодые... (огурцы).
Верите, не верите,
Мы родом из Америки.
В сказке мы сеньоры,
На грядке... (помидоры).

Король Обжора XV. Я всё понял. Овощи есть полезно!

Ведущий. Не забывайте также. Ваше Величество, про фрукты и ягоды.

Король Обжора XV. Пойду-ка перекушу, съем салатик из овощей. А вы пока поиграйте. (Уходит.)

Проводится театрализованная игра «Овощи».

Дети в шапочках-масках овощей идут по кругу, держась за руки.

Дети (хором).

Кто из нас, овощей,

И вкуснее, и нужней?

Кто при всех болезнях

Будет всех полезней?

Морковь (выходит в центр круга).

Про меня рассказ недлинный:

Кто не знает витамины?

Пей всегда морковный сок,

Будешь строен и высок!

Помидор (выходит в центр круга).

Тут надулся помидор

И промолвил строго:

- Не болтай, морковка, вздор,

Помолчи немного.

Самый вкусный и приятный

Уж, конечно, сок томатный.

Редиска (выходит в центр круга).

Я румяная редиска,

Поклонюсь вам низко-низко.

Мне хвалить себя зачем?

Я и так известна всем.

Капуста (выходит в центр круга).

Ах, какие вкусные

Салаты капустные!

Угощу ребяток

Кочерыжкой сладкой.

Свёкла (выходит в центр круга).

Вам нужна я для борща

И для винегрета.

Свёклу ешь, всех угощай,

Лучше свёклы нету.

Огурец (выходит в центр круга).

Очень будете довольны,

Съев огурчик малосольный.

А уж свежий как хорош!

Лучше овощ где найдёшь?

Зелёный горошек (выходит в центр круга).

Любят все горошек сладкий, хороший.

Дети (хором).

Чтоб здоровым, сильным быть.

Надо овощи любить

Все без исключения.

В этом нет сомнения!

Входит король

Обжора XV, заметно похудевший.

Ведущий. Ваше Величество, вы похудели! Чтобы стать не только стройным, но и здоровым, надо заниматься спортом.

Король Обжора XV. Спортом? Это для меня слишком тяжело. А можно для начала заняться чем-нибудь более приятным и необременительным?

Ведущий. В таком случае могу предложить вам начать учиться танцевать.

Дети и король Обжора XV танцуют под аудиозапись песни «Танец маленьких утят» (муз. Т. Вернера, сл. Ю. Энтина).

Король Обжора XV. Ура! Я так изменился: могу присесть, наклониться и даже достать руками пол. Я совсем здоров! Вы мне очень помогли. Спасибо вам, ребята! Теперь я выполню своё обещание: выпущу принцессу Витаминку из башни.

Король уходит, затем возвращается, ведя за руку принцессу Витаминку (девочка).

Принцесса Витаминка. Спасибо, ребята, что вы уговорили Его Величество выпустить меня из башни. Принимайте витамины - и будете здоровыми и бодрыми. (Дарит детям коробочку с витаминами.)

Ведущий. Теперь все жители сказочного государства поправятся, ведь в продуктах вновь появятся витамины. А чтобы король Обжора XV не забыл, какие продукты надо есть ежедневно, нарисуйте для него, например, овощи и фрукты.

Дети подходят к мольбертам и приступают к рисованию. Ведущий оформляет из детских рисунков выставку «Овощи и фрукты - полезные продукты».