"Урман әкияте”

А.Алишның” Куян кызы” әкияте буенча театральләштерелгән күренеш.

Катнашалар:ана куян,доктор Айболит,куян кызы Аппак,Тиенкәй, Төлке.

Максат**:**балаларны гигиена кагыйдәләрен төгәл үтәргә күнектерү,әдәби текстны сәнгатьле итеп сәхнәләштерергә,геройларның хисләрен күрсәтә белергә өйрәтү,үз сәламәтлекләрен кайгыртырга өйрәтү.Дөрес туклану,физик күнегүләр һәм витаминнарга бай булган төрле ризыклар куллануның сәламәтлек өчен бик мөһим булуын күрсәтү; сәламәтлекләренә карата игътибарларын арттыру,җаваплылык хисләре тәрбияләү.

Куян кызы (кибеттән кайта,кулында кәрзин.Кәрзиндә чипсы,кола,юылмаган кишер.)

Әнием менә ,менә кибеткә бардым,тәмле әйберләр алдым:чипсы,кола,кишер(кәрзиннән алып өстәлгә куя).

Ана куян.Күпме әйбер алгансың кызым.

Куян кызы. Әй,ашыйсым килеп китте.Кишер ашыйм әле.( өстәлдән юылмаган кишерне ала,авызына капмакчы була).

Ана куян. Кызым,кишер бит юылмаган,кара әле нинди пычрак.( кишерне күрсәтә),кулларыңны да юмаган әле.Ашар алдыннан яшелчә-җимешләрне әйбәтләп юалар,ә кулны сабын белән юып яхшылап сөлге белән корыталар(куян кызы юынгычта сабын белән кулын юа,яхшылап сөлге белән корыта.) Менә кызым,аш пеште,кайнар аш ашарбыз.Ашар алдыннан сиңа берничә киңәш бирәм:(стенадагы рәсемнәрне күрсәтә һәм сөйли).

1 киңәш:Аяк өстендә ризыкны капма.

2 киңәш:Ашаганда ашыкма.

3 киңәш: Ашыгып ашама.

Чипсы һәм коладан

Ашказаны курка.

Файдалы ризыклар барын

Син бердә онытма.

Әйдә,хәзер кайнар аш ашыйк.(ашыйлар).Өстәл янында утырганда аркаңны тигез тот,аякларны бергә куй.

Куян кызы. Әнием,аш бик тәмле булды,бик зур рәхмәт.Ә хәзер мин урамга уйнарга чыгам.

Ана куян. Өстеңә җылы киен,кызым,салкынтия күрмәсен.

Куян кызы. Ярар,әнием (кыз сикерә,уйный).

Ана куян.Кил әле монда,кызым.Мин бит сиңа аякларың туңмасын дип киез итекләр алып кайттым(кыз итекләрне киеп бии һәм җырлый.)("Кәләпүшем-калфагым” җыры көенә)

Куян кызы.Әй,бии минем итекләр.

                     Әй,биим мин,биим мин.

                     Тыпыр-тыпыр тыпырдый(2 тапкыр кабатлана)

Чү,аякларым арыды,уңайсыз.Салып ташлыйм әле,әнием күрмәсен,яшереп куйыйм(агач артына итеген яшерә.Сикерә,уйный).

Ана куян. Нигә итекләреңне салдың,ки ,аякларыңасалкын тидерәсең бит.(кызга итекләрен кидерә).

Куян кызы. ( итекләрен яңадан салып ташлый,боз,кар өстеннән йөгерә).

Ай,әнием,аягым авырта,сызлый,нишлим икән?(әнисе янына аксап килә).

 Ана куян. (аякларын карый).Кызым,якты йолдызым,синең аягың шешкән бит.Инде нишләргә?Бу баланы кая алып барырга ,ничек дәваларга?(бер тавыш ишетелә,тиен чыга)

Тиен.Кайгырма,йомшак куянкай,кызыңның аягын бик тиз төзәтеп була.Моның өчен доктор Айболитка барырга кирәк.Әйдәгез минем белән ,юл күрсәтәм.(китәләр,Доктор Айболит янына керәләр.)

Доктор Айболит. Исәнмесез.

Ана куян. Доктор Айболит,менә кызымның аягы бик каты авырта.,шуңа сезгә килдек.

Доктор Айболит.Мин каты авыру балаларны чиратсыз кабул итәм**.(** аягын карый,дарулар сөртә)

Син ялан аяк йөргәнсеңдер,аякларыңна салкын тигән.Менә хәзер аякларыңа компресс ясыйм,бераз утырып торыгыз.(утыралар)

Чиратта кем?

(төлке керә)

Төлке. Исәнмесез, Доктор Айболит.Мин дә бит сезгә килгән идем,күзлек киеп тә күзләрем начар күрә.Миңа нинди киңәш бирерсез ?

Доктор Айболит.Сиңа 1 нче киңәш(рәсемнәр күрсәтә).

Телевизорны көнгә 1 сәгатьтән дә артык карама. Телевизордан 3 метр ераклыкта утыр.

2 нче киңәш.Язу өстәле янына утырганда  утың сул яктан яктыртсын.

 3 нче киңәш.Караңгы утта укыма,ятып китап укыма.

 Куян кызы.Көн дә кишер кимерсәң

                       Күзләр бик әйбәт күрә.

                       Куяннар күзлек кими

                       Менә шуңарга күрә.

                       Витаминлы аш белән

                      Төн буена сыйланды.

                       Ник алай да ,болай дип

                      Үзалдына сөйләнде.

 Төлке.Нәрсәләр алар витаминнар?

(Доктор Айболит витаминнар турында сөйли).

Доктор Айболит:

"А” витамины җитмәгәндә күз күреме начарлана,тырнаклар сына,чәчләр коела.Ул  сөттә,йомырка сарысында,банан ,укропта,кабакта була.

”К” витамины булмаса кан сыек була,күп кан ага.Ул помидорда, фасоль, бавыр, ит, сөт ризыкларында була.

"Е” витамины җитмәгәндә бик куркыныч була,мускулдагы матдәләр алмашы бозыла."Е” витамины үсемлек мае,маргарин,солы ярмасы, йомырка,урман чикләвеге һәм яшел төстәге яшелчәләр дә була.

"С” витамины .Әгәр еш авырмыйм,авырулардан тизрәк терелим дисәгез,сезгә "С” витамины кирәк.Ул гөлҗимеш,карлыган,әфлисун,лимон.бәрәңге,яшел суганда була.

Доктор Айболит.Кызым,кил әле,аякларыңны карыйм.Син итекләреңне аягыңнан салма,әниең сүзен тыңла,начар хәлгә калма(компрессны ала).

Куян кызы.Ур-ра,урра,аякларым төзелде,дусларым,әйдәгез зарядка ясарга. (зарядка, татар халык көенә)

Доктор Айболит.Дөрес,дөрес ,балалар.Зарядканың сәламәтлеккә файдасы бик күп,ул кешене чыныктыра.Зарядка ясамаган кешенең хәле булмый,тәннәре авырта,көче бетә,йөгерә алмый.

Ана куян.Олылар сүзен тыңлагыз,җылы киенеп йөрегез,төрле витаминнар ашагыз,зарядканы көн дә ясагыз.Сәламәтлек кагыйдәсен онытмагыз.Шул вакытта гына барыбыз да сәламәт булырбыз.

Барысы бергә.Төрле витаминнар ашарга

                           Олыларны һәрчак тыңларга,

                           Зарядканы көн дә ясарга.

                           Сәламәт тәндә-сәламәт акыл диеп

                           Әйтмиләрдер юкка.

                           Сәламәтлек безнең янда булыр

                           Үзебез үскән чакта.