**«Планета здоровья» (театрализованное представление)**

**Цель.** Закрепление знаний детей о здоровом образе жизни.

**Действующие лица:**

Неболейка

Айболитовна

Баба-яга

Петрушка Лень

Петрушка Грязнуля

Петька Микроб

Госпожа Гигиена

Петрушка Зубная боль

Айболит

Королева Зубная щетка

Королева Простуда

Матушка Валерьяна

Фея Физкультура

**Неболейка.** Здравствуйте, люди часто говорят это хорошее слово при встрече. Они желают друг другу здоровья. Вот и мы говорим вам: здравствуйте, ребята!

**Айболитовна.** (Неболейке) - А ты знаешь, что дороже всего на свете?

**Неболейка.** Конечно. Это жизнь и здоровье. Еще в Древней Руси говорили: здоровье дороже богатства, здоровье не купишь, Дал бы Бог здоровья, и счастье найдешь.

**Айболитовна**. Сегодня мы совершим сказочное путешествие на планеты здоровья.

(Появляется Баба-яга).

**Баба-яга.**

Куда же вы все собрались,

Вы друзей моих не дождались!

Речь идет о какой-то планете?

Здоровьем? Да нету такой на свете!

А коль есть – всё равно не пущу!

В одиночестве я загрущу.

Проведем-ка лучше досуг

Мы с одной из моих подруг.

(Неторопливо выходит тетушка Лень).

**Тетушка Лень.**

Как магнит моя кровать

Не охота мне вставать.

Кто бы день ото дня

Всё бы делал за меня?...

(К детям).

Угадали кто я? Я тетушка Лень. А у меня есть еще сестра Тетушка Грязнуля. А живет она в королевстве микробов.

(Выбегает Тетушка Грязнуля).

**Тетушка Грязнуля.** Вы меня звали? Я всегда и везде пригожусь. Я рада облегчить вашу жизнь. Вы знаете, что не нужно мучиться понапрасну – умываться, чистить зубы, убираться в своей комнате. И расчесывать волосы тоже не нужно – это так больно.

Никогда не мойте руки,

Шею, уши и лицо.

Это глупое занятье

Не приводит ни к чему.

Вновь испачкаются руки,

Шея, уши и лицо,

Так зачем же тратить силы,

Время попусту терять?

Стричься тоже бесполезно –

Никакого смысла нет:

К старости сама собой облысеет голова.

**Тетушка Лень (Обнимает Тетушку Грязнулю и обращается к детям):** На что вам далекая планета Здоровья? Мы приглашаем вас в Королевство Микробов, тут совсем не далеко.

(Появляется Петька микроб)

**Петька Микроб**.

Я Петька Микроб. А живу я везде: в воде, на руках, на вещах. Это вы сейчас меня видите, и вам кажется, что я большой. А на самом деле меня без микроскопа не увидишь. Вы ведь, я надеюсь, не моете руки и не забываете пить сырую воду? И конечно же не моете фрукты перед тем, как съесть. Тогда я с удовольствием поселюсь у вас в желудке. Мне там будет очень хорошо.

**Неболейка.** Не слушайте их, ребята! Если последуете их советам, вам будет очень плохо.

(Баба-яга достала яблоко, откусывает)

**Баба-яга.** Вот я, никогда ничего не мою! (Жует яблоко, спустя немного времени хватается за живот, начинает кричать) Ай-ай-ай! Ай, болит, болит мой живот.

(Входит Айболит)

**Айболит.**

Кто меня звал? Это ты меня звала, бабушка?

**Баба-яга:** Помоги мне, доктор! Я съела немытое яблоко, немытыми руками и у меня теперь живот болит.

Айболит (Дает Бабе-яге лекарство) Это будет тебе, Баба-яга, наука. Будешь теперь соблюдать правила гигиены.

(Айболит уходит, входит Госпожа Гигиена).

**Госпожа Гигиена.**

- Давайте знакомиться. Я – Госпожа Гигиена. Я умею предупреждать многие болезни.

Встань по утру, не ленись!

Мылом умойся, утрись.

Кто растрёпан, не умыт

Тот собой людей смешит.

(В.Одоевский)

**Неболейка.**

Мыть овощи, фрукты на забывай; кипяченную воду для питья наливай. Перед едой руки мой ты всегда и живот твой не будет болеет никогда.

**Айболитовна.**

Помните, ребята, чистота – залог здоровья, чистая вода – для хвори беда!

**Неболейка.**

А чтобы окончательно прогнать наших непрошенных гостей и их королевство Микробов, нам нужно разгадать загадки Госпожи Гигиены.

**Госпожа Гигиена.**

1. Ускользает, как живое, но не выпущу его я, Белой пеной пениться, руки мыть не ленится. (Мыло)
2. Дождик льётся с потолка Мне на спину и бока.

До чего приятно это

Дождик теплый, подогретый. (Душ)

1. Лег в карман и караулю

Реву, плаксу и грязнулю

Им утру потоки слёз

Не забуду и про нос. (Носовой платок)

1. По полотняной стране

По речке простыне

Плывёт пароход

То взад, то вперёд

А за ним – такая гладь,

Ни морщинки не видать (Утюг)

1. Горячая и холодная

Я всегда тебе нужна

Позовешь меня – бегу

От болезней сберегу (Вода)

1. На пыль как зверь бросается

Лишь ею и питается. (Пылесос)

**Тетушка грязнуля**.

- Ваша взяла. Мы уходим. Но мы еще вернемся! А пока оставлю вместо себя зубную боль.

(Тетушка Лень, Тетушка Грязнуля и Петька Микроб уходят, появляется Тетушка Зубная боль).

**Тетушка Зубная боль.**

- А вот и я! Я принесла вам гостинцы! Вот шоколад, конфеты, пироженые. (Разбрасывает все по залу), Кушайте, кушайте и никого не слушайте.

**Баба-яга.** (Ест конфету и вдруг хватается за щеку): Ай, болит, ай, болит!

(Появляется Айболит)

**Айболит.**

Хоть и больно ей лечиться

Хоть врача она боится

Всех зубов уже лишилась

Ничему не научилась

От пирожных, конфет

Не оттащишь нет, нет, нет.

**Баба-яга.**

- Доктор, помогите!

**Айболит.**

- Откройте рот.

(Заглядывает в рот к Бабе-яге)

- Что за зубы! Тебе их срочно лечить надо! Положи-ка на больной зуб лекарство, а потом за остальное лечение примемся. А Королева Зубная Щётка пришла дать тебе полезные советы.

(Айболит уходит. Выходит Королева Зубная щетка).

**Королева Зубная щетка.**

- Если вы постоянно будете дружить со мной и с моей сестрой зубной пастой, всегда будете со здоровыми зубами ходить. А тебя, Баба-яга, не плохо было бы отравить в путешествие к оазису Мятного вкуса, что у озера Аквафреш, да не просто так, а через пустыню зубного порошка. И не отпускать в твою избушку на курьих ножках до тех пор, пока не привыкнешь чистить зубы ежедневно, утром и вечером, да еще полоскать рот после еды.

**Айболитовна.**

- А еще, Баба-яга, запомни: сладкое разрушает зубы- из зубов исчезает фосфор и кальций. А чтобы пополнить запасы фосфора и кальция нужно есть рыбу, творог и другие молочные продукты.

**Баба-яга.**

- Ладно уж… Вылечу я наконец свои зубы, вставлю недостающие и буду бережно к ним относится.

**Неболейка.**

- А вам, ребята, нужно еще знать, что есть надо не только мягкую, но и твердую пищу. Грызть например морковку, яблоки и другие фрукты и овощи. Это укрепит ваши десны.

**Королева Зубная щетка**.

- Давайте, ребята, научим Бабу-ягу чистить зубы правильно.

(Дети объясняют Бабе-яге, как надо чистить зубы).

**Неболейка.**

- Ребята! Чтобы Зубная боль убралась к себе в замок, нам нужно будет отгадать загадки Королевы Зубной щетки.

**Королева Зубная щетка.**

Я не сахар, не мука,

Но похож на них слегка.

По утру всегда я

На зубы нападаю.

(Зубной порошок)

Хвостик из кости,

А на спинке щетинка.

( Зубная щетка)

Красные двери в пещере моей,

Белые звери сидят у дверей.

Мясо и хлеб, всю добычу мою

Я с радостью

Этим зверям отдаю

(Зубы)

**Тетушка Зубная боль.**

- Я ухожу, но знайте, что я всегда на чеку и приду в любое время, к тем, кто не следит за своими зубами. Приду и заберу в замок Зубной боли. А сейчас я оставляю вместо себя Королеву простуду.

**Королева Простуда.**

- А мои заклятые враги, принц Загар, да принцесса Закалка. Они хотели меня победить, но у них это не вышло. На моей стороне всегда много детишек. Детишки эти их, конечно, не слушались, тоннами мороженное кушали, а холодной воды не боялись, в общем, совсем не закалялись! Правильно, ребятки, бойтесь холодной воды, зимой свежего ветра и снега, летом жгучего солнца и поменьше гуляйте. А уж если выходите на улицу, так одевайтесь правильно, чтобы было жарко, а холодный ветерок бы вас потом потненьких-то обдул со всех сторон. А на дне третьего стаканчика мороженного живет моя старинная приятельница Ангинка, иногда она поселяется в стакане сока или молока.

**Баба-яга.**

- Я поняла, мне нужно срочно заняться своим здоровьем. Но вот, к сожалению, стать такой стройной, какой я была когда-то, мне все равно не удастся.

**Неболейка.**

- Да, ты права. Многое мы потеряли в молодости безвозвратно, и всё из-за лени. Вот хотя бы осанка. Чтобы наш позвоночник не скривился на всю жизнь, надо с детства следить за своей осанкой.

**Баба-яга.**

-Ну что ж. Тут мне остается пожелать ребятам вести себя разумнее, чем я когда-то в далекой молодости. И не сидеть перед телевизором подолгу, а почаще выбегать на улицу поиграть с друзьями, попрыгать и повеселиться.

- А я обещаю дружить отныне с Феей Физкультурой и Госпожой Гигиеной, с Королевой Зубной щеткой и с Господами Витаминами.

**Неболейка.**

- Да здравствует правильное питание!

- А витаминам особое внимание!

**Айболитовна.**

- Да здравствует Гигиена!

**Неболейка.**

- Да здравствует режим!

- И помните, движение – это жизнь.