

СЦЕНАРІЙ 1

Сад-город

Сад-город

Мета вистави:

У формі інтерактивної гри з казковими персонажами допомогти дітям засвоїти поняття здорового харчування, «їжі зростання» та «їжі поклику».

Виставу можуть виконати одна-дві особи. Якщо ведучий/ведуча один/одна, то він/вона розкладає всіх Іскорок на столі «обличчям» униз і бере їх по черзі залежно від того, яка з Іскорок «говорить». Якщо разом із Іскоркою треба показувати предмет, то ведучий/ведуча бере його у другу руку. Якщо такої потреби немає, можна тримати по одній Іскорці в кожній руці й вести діалог. Важливі моменти, які варто проговорити дитині, виділені підкресленням. У решті діалогів ведучий/ведуча може щось змінювати відповідно до своїх відчуттів і аудиторії, імпровізувати.



Ключові компетенції, які здобудуть діти під час вистави:

«Я та здоров'я»:

- 🔑 дізнаються, як дбати про власне здоров'я, дотримуватися здорового способу життя;
- 🔑 пригадають, які є овочі та фрукти;
- 🔑 засвоять поняття «їжі поклику» та «їжі зростання»;
- 🔑 потренуються відрізнити їстівне та неїстівне, корисну й некорисну їжу;
- 🔑 згадають про базові правила гігієни.

«Я та мій вибір»:

- 🔑 спробують створити власне меню для корисного пікніка.

Рекомендований реквізит:

мінімум:

- стіл;
- на столі та стінах роздруковані із сайту зображення (або взяті з книжок, карткових розвивальних ігор тощо): овочі, фрукти, сир, йогурт, горішки, родзинки, а також неїстівні рослини, мухомор тощо (розміщені вони так, щоб глядачі могли їх бачити);
- кошик або коробка;
- м'яч або будь-який предмет, який зручно передавати одне одному.

максимум:

- ▽ вазони, що виконують роль дерев і кущів у саду;
- ▽ справжні чи іграшкові продукти (овочі, фрукти тощо, див. «Реквізит (мінімум)»);
- ▽ фоном також можуть бути штори чи покривала із зображеннями фруктів, овочів, дерев;
- ▽ багаторазовий посуд, плед, інші речі для пікніка, які є під рукою.

Ведучий/ведуча: Привіт, друзі! Вітаємо вас на Шоу Іскорок! Сьогодні ми з вами підемо на пікнік. А що треба зробити, щоб наша гра почалася? Правильно! Разом із Іскорками промовити чарівні слова. Хай Іскорки вам нагадають їх, а потім повторимо всі разом.

БРИНЬ: Нумо, друзі, разом грати.

ЖУЖ: Суперсили розвивати!

БРИНЬ: Діти, ви запам'ятали наші чарівні слова? А тепер спробуймо повторити їх разом із рухами. Перший рядок — повторюємо за мною та плескаємо в долоньки отак. Другий рядок — повторюємо й показуємо, які ми сильні, отак (*стискаємо кулачки й піднімаємо зігнуті руки вгору, показуючи, які в нас сильні м'язи*).

**Нумо, друзі, разом грати, (плескаємо в долоні)
суперсили розвивати! (показуємо біцепси)
(Можна повторити кілька разів, щоб діти краще запам'ятали.)**

Чудово! Молодці!

ЖУЖ: До речі, а чому це наш друг Міо мовчить? Чим він зайнятий?

МІО: (дивиться на картинки з овочами та фруктами): Гм-м-м... Що ж мені вибрати? Може, це? Чи трохи оцього?

ЖУЖ: Агов, Міо, не барися! Час іти на пікнік!

МІО: Так! Але я не знаю, що б нам такого взяти із собою корисного й смачненького поїсти. Допоможете вибрати?

ПУМ: Звісно! Друзі, допоможемо?



ЖУЖ: Чудово!

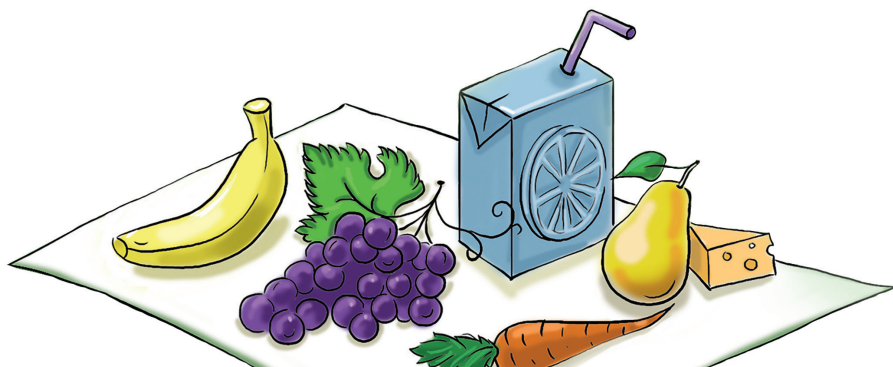
ПУМ: Спершу скажіть мені от що. А чи всі тут люблять овочі?

ЖУЖ: Я люблю овочі, бо вони дуже корисні. Особливо люблю помідори, огірки, картоплю, цибулю... (Жуж по черзі «підходить» до овочів, які називає. Можна називати ті овочі, які на картинках саме у вас.) Майже все, от тільки броколі мені не до смаку. А ви, діти? Які овочі любите? А які — не дуже? Тільки піднімайте руку й кажіть по черзі, інакше ми нікого не почуємо. Діти відповідають.

ПУМ: Як цікаво, що у всіх нас різні смаки! Але головне — чи знаєте ви, чому треба їсти овочі та фрукти? (Діти відповідають.)

Так, вони дарують нам здоров'я та гарне самопочуття, бо в них багато вітамінів і корисних речовин. Якщо їси овочі та фрукти щодня, менше хворієш і маєш більше енергії, щоб гратися.

[Гра — див. у додатку.]



Ведучий/ведуча тримає Міо в одній руці, а другою показує предмети, які складатиме в кошик/коробку.

МІО: Ну що ж, час збиратися на пікнік. Дивіться, що тут у нас є! Ви кажіть «так» (великий палець показує вгору) або «ні» (великий палець показує вниз), а я складу все потрібне в цей кошик.

По черзі показуємо дітям і називаємо разом із ними вирізані (намальовані в книжці/справжні/іграшкові — залежно від того, що є в наявності) овочі, фрукти, йогурт, горіхи, сухофрукти, сир, а також неїстівні рослини, мухомор, багаторазовий посуд, плед — усе, що є під рукою.

Діти говорять «так» чи «ні», показуючи відповіді за допомогою великого пальця.

МІО: Ми стільки цікавого дізналися про «їжу зростання». Це їжа, яка є не лише смачною, а й корисною для нашого мозку, кісток, м'язів. Вона допомагає нам рости й бути здоровими.

ПУМ: А є їжа, яка нам дуже смакує й ніби кличе наше тіло — своїм смаком, запахом, виглядом.

І ми б їли її безперестанку. Це, наприклад, хот-доги, картопля фрі, чипси, цукерки...

(Вільною рукою ведучий/ведуча витягає з кошика для пікніку й показує дітям відповідну їжу.)

Усім цим теж інколи можна посмакувати. Але, на жаль, така їжа не дуже допомагає нам зростати.

Яку ви ще знаєте їжу, яка ніби кличе покуштувати її? Піднімайте ручки, хто хоче сказати, щоб ми вас добре бачили та чули!

Діти доповнюють перелік.

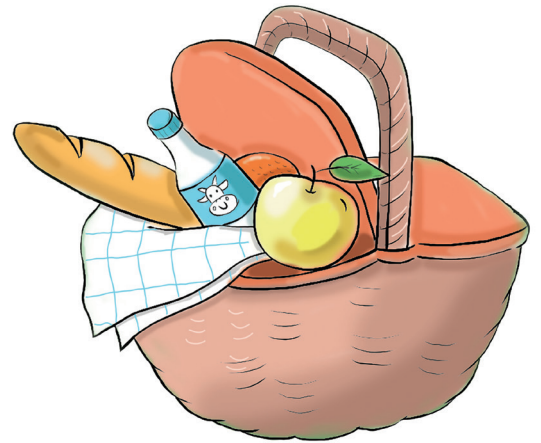
ЖУЖ: Ця їжа не заборонена. Інколи можна пообідати бургером чи з'їсти цукерочку. Головне — їсти різноманітну їжу.

І ту, що «кличе», і ту, що допомагає зростати.

Так ваш організм отримуватиме все, що йому потрібно.

ПУМ: А ще наш організм дуже засмучується, коли ми додаємо в їжу багато цукру або п'ємо солодку воду.

Краще пийте більше чистої питної води — це дуже корисно!



БРИНЬ: То що, нам тепер узагалі не можна їсти цю не дуже корисну, але смачну їжу?

ПУМ: Та ні, можна, звісно, але тільки час від часу!

БРИНЬ: От і добре, тепер я зрозуміла. Годі базікати, ходімо вже на пікнік!

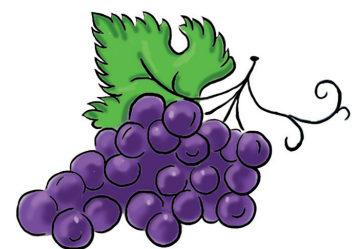
ПУМ: Постривай! Ще ж треба помити наші овочі і фрукти. А що ще треба мити, коли приходиш із вулиці й сідаєш до столу?

БРИНЬ: Дай-но відгадаю! Ноги? Вуха? Ніс? Діти, а ви як думаєте?

(Діти кажуть: «Руки!»)

ПУМ: Правильно! Не забувайте мити руки щоразу перед їдою!

Ведучий/ведуча кладе Пума, бере Міо.



МІО: Друзі, нам уже треба йти. Але ми маємо для вас одне цікаве завдання! Разом із дорослими підіть до магазину, на базар чи на город і виберіть овочі, фрукти, горішки, йогурти, хлібці — те, що вам подобається. А потім влаштуйте корисний пікнік!

БРИНЬ: Це можна зробити навіть удома! Уявіть, що ви на галявинці: постеліть покривало, запросіть друзів — буде весело!

[Додаткове завдання — див. у додатку.]

МІО: Сьогодні в нас була така корисна гра! Які суперсили ми здобули, діти? Ми багато дізналися про овочі і фрукти, навчилися розрізняти їжу, яка добре смакує та допомагає зростати — це «їжа зростання», та їжу, яка ніби кличе нас, але дарує тільки задоволення — це «їжа поклику». Що ще?

Діти згадують, чого ще навчилися.

Міо потім додає:

Так, ми з вами вчилися вибирати потрібні для пікніка речі та розповідали про свої улюблені овочі. Також пригадали, що перед їдою треба мити овочі і фрукти, а ще обов'язково потрібно мити руки! І не забудьте про наше(і) цікаве(і) завдання: разом із дорослими влаштувати пікнік (і розмалювати речі для пікніка).

ПУМ: Вам сподобалося, діти? Настав час нам прощатися. А щоб закріпити та зміцнити наші суперсили, повторімо чарівні слова.

Ведучий/ведуча тримає Пума, вільною рукою показує рухи.

Нумо, друзі, разом грати, *(плескаємо в долоні)*
суперсили розвивати! *(показуємо біцепси)*
Ведучий/ведуча кладе Пума, бере Жуж.

ЖУЖ: Діти, повторимо тепер разом? Допомагайте! Я читаю рядок — ви повторюєте слова й рухи. Після кожного рядка робимо паузу, щоб діти повторили його.

Нумо, друзі, разом грати, *(плескаємо в долоні)*
суперсили розвивати! *(показуємо біцепси)*

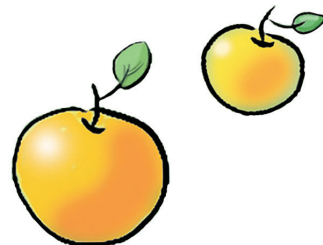
Бувайте! Зараз ми всі хочемо попрощатися з вами. Бринь, виходь.

БРИНЬ: Дякую тобі, Жуж! Діти, до нових зустрічей! А тепер твоя черга, Пуме!

ПУМ: Нам було так весело з вами! До побачення! Міо, і ти йди сюди!

МІО: Па-па! Зустрінемося на наступних шоу!

*Іскорки зникають. За можливості увімкніть дитячу музику.
Ведучий/ведуча обговорює з дітьми побачене.*



Кінець вистави

Додаток

Гра для старших дітей:

Ведучий/ведуча розставляє на столі картки із зображеннями на них різними корисними продуктами, бере в одну руку Бринь, у другу — м'яч або інший предмет, який зручно перекидати одне одному.

БРИНЬ: Ой, а я знаю одну цікаву гру. Називається «Веселкові продукти». Хочете, розкажу?

(Діти: «Та-а-ак!»)

Я називаю колір і кидаю м'ячик по черзі кожному з вас, а ви називаєте продукт цього кольору. А потім кидаєте м'ячик комусь іншому, щоб іще декілька ваших друзів назвали продукти того самого кольору. Потім я називаю новий колір, і ми граємо далі. Якщо не можете придумати, не хвилюйтеся, ми з друзями вам залюбки допоможемо!

Приклади:

- червоний: полуниця, вишня, малина, червоні яблука, гранат, кавун, помідор;
- помаранчевий: мандарин, апельсин, абрикос, морква, гарбуз, персик, манго;
- жовтий: диня, груша, банан, лимон, ананас, кукурудза, жовтий солодкий перець;
- зелений: зелені яблука, ківі, селера, горошок, авокадо, броколі, огірок, кріп;
- фіолетовий: слива, лохина, чорниця, інжир, темний виноград, баклажан, буряк;
- білий (світло-коричневий): картопля, цвітна капуста, корінь селери, корінь пастернаку, біла квасоля, боби.

Якщо дитина не знає відповіді, дорослий допомагає.

Гра для молодших дітей:

Граємо в «Їстівне — неїстівне».

Називаємо (за можливості показуємо) продукт і кидаємо м'ячик дитині. Дитина відповідає та кидає м'ячик назад ведучому/ведучій.

Якщо дитина вважає, що продукт їстівний, треба плескати в долоні або вдавати, що береш щось до ротика чи кажеш «ням-ням».

Якщо, на думку дитини, продукт неїстівний, вона хитає головою вліво-вправо, каже «фу-у-у» або «ні-і-і».

МІО: Яка класна гра! Ми всі добре потренувалися.

Додаткове завдання:

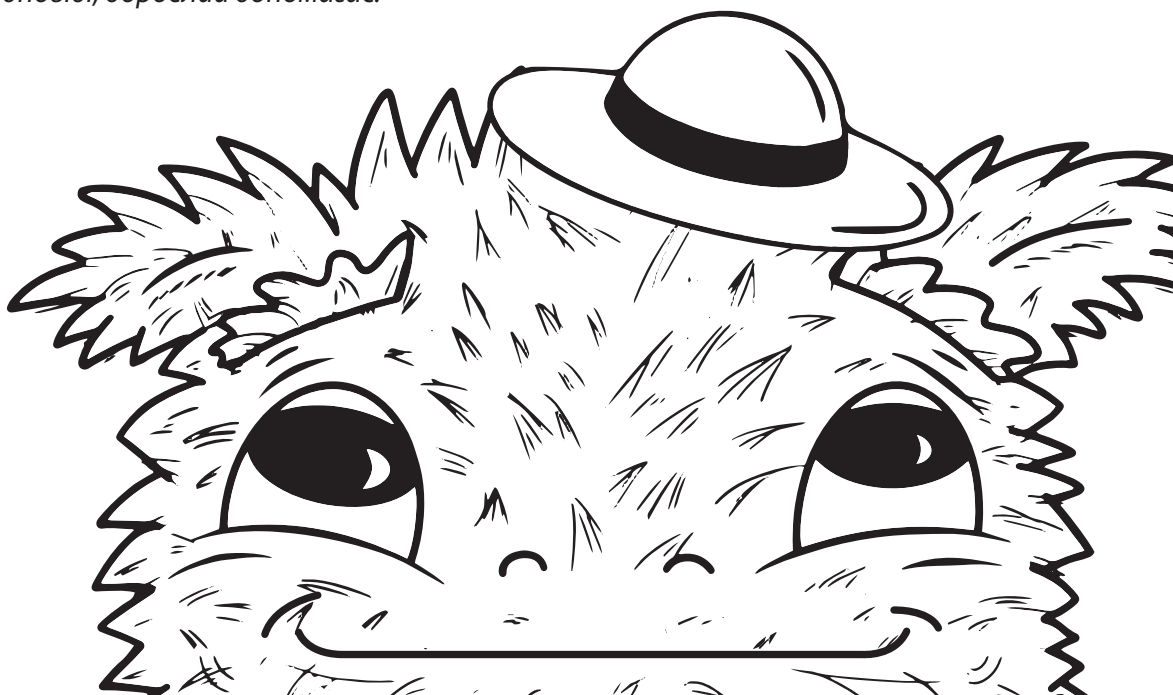
Пропонуємо, якщо є можливість, роздрукувати матеріали.

БРИНЬ: У мене є для вас ще одне цікаве домашнє завдання! Це розмальовка-загадка.

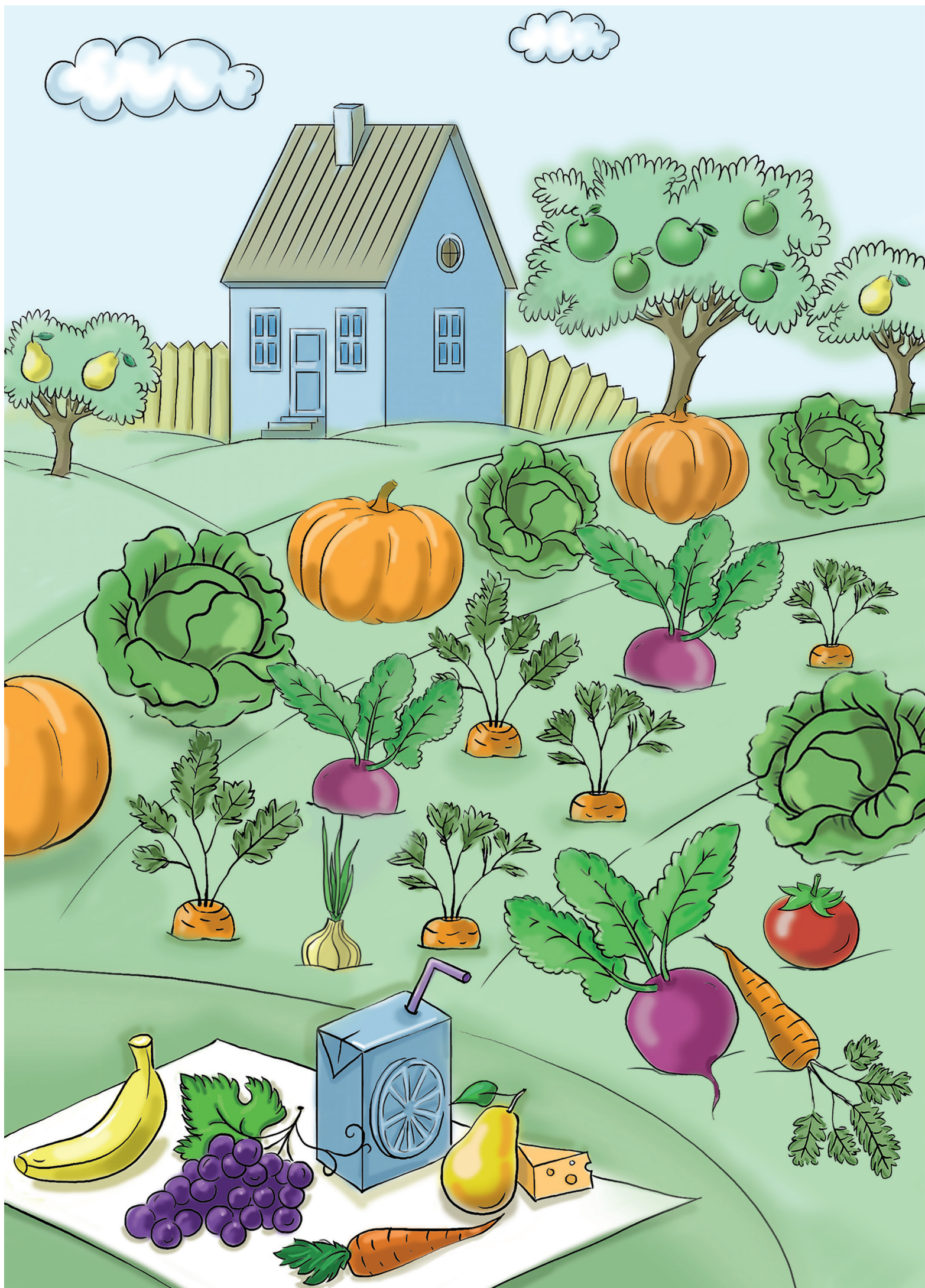
МІО: А що тут треба зробити?

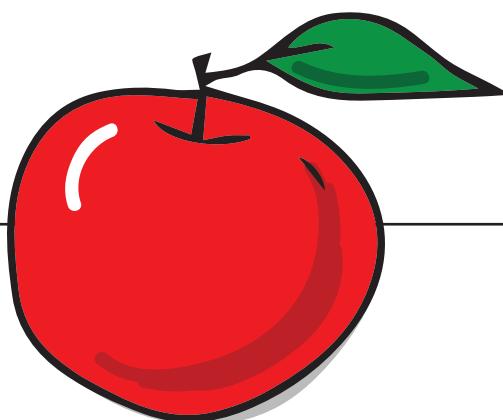
БРИНЬ: Тут заховалися різні речі та їжа для пікніка. Їх треба знайти й розмалювати.

Ведучий/ведуча роздає дітям розмальовки.

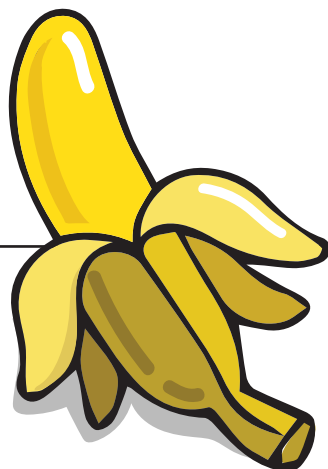




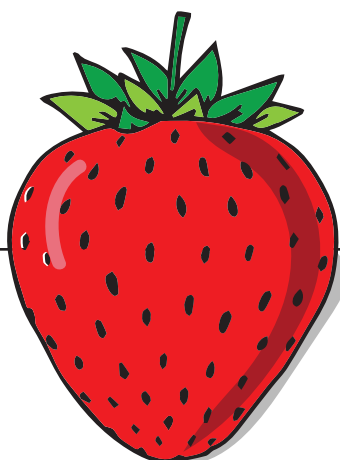




Яблуко



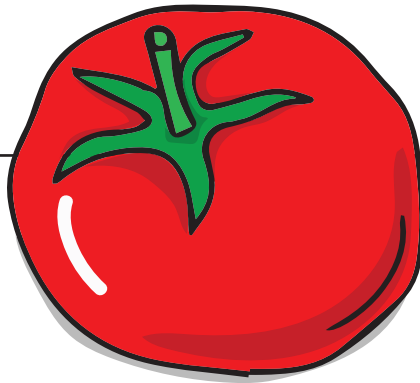
Банан



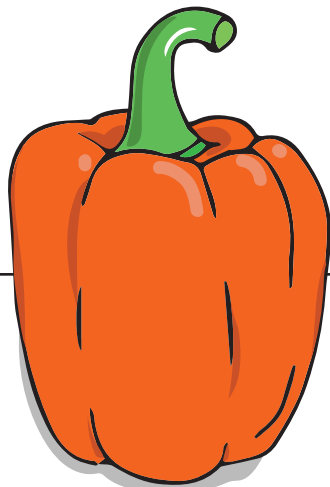
Полуниця



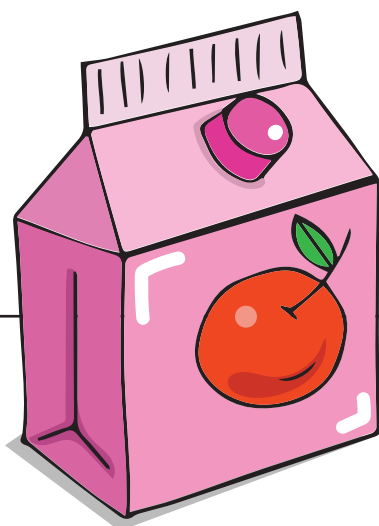
Броколі



Помідор



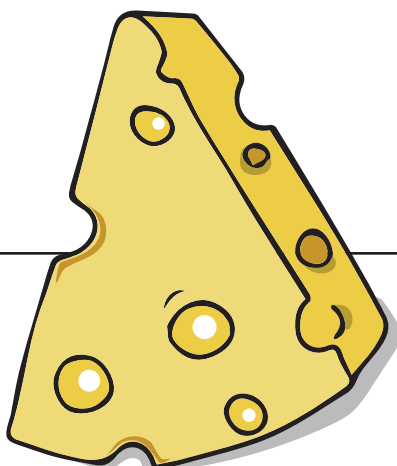
Перець



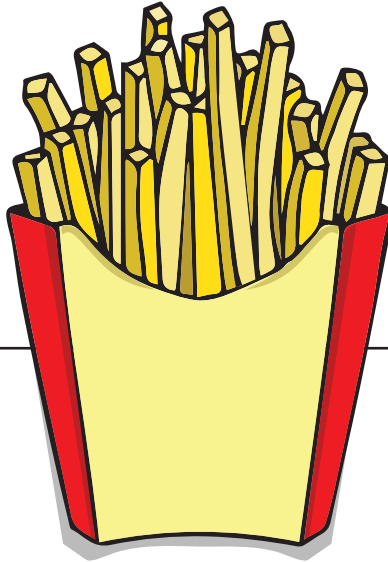
Сік



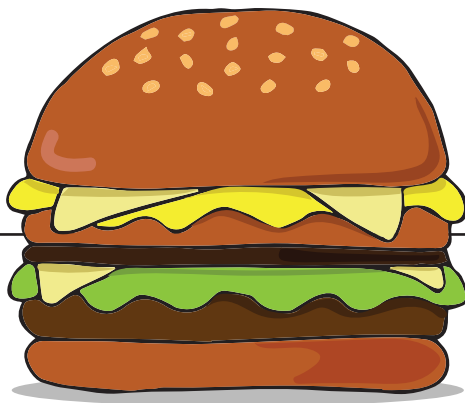
Горіхи



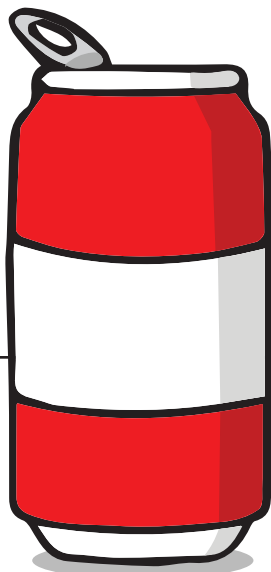
Сир



Картопля фри



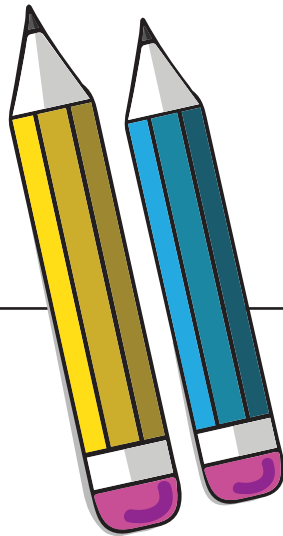
Гамбургер



Кока-кола



Мухомор



Олівці



Шишка



Іскорки зібралися на пікнік. Допоможи Міо зібрати речі та продукти, які знадобляться на пікніку. Знайди їх та розмалюй.