

**Информация об участнике конкурса по профилактике  
инфекционных заболеваний и  
формированию здорового образа жизни  
«Сказочные истории о Здоровье»**

|                                                                            |                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ф.И.О. участника                                                           | Суханов Георгий                                                                                                                  |
| Школа, класс, форма обучения                                               | МАДОУ - детский сад<br>комбинированного вида № 115, г.<br>Екатеринбург, ул. Ясная 34а,<br>подготовительная группа                |
| Номинация, название сказки                                                 | номинация «Здоровые привычки»,<br>название сказки: «Чудо здорового<br>превращения»                                               |
| Ф.И.О. классного руководителя,<br>контактный телефон, электронная<br>почта | Глухарева Ольга Борисовна,<br>воспитатель,<br>тел:379-05-28;<br>эл.почта: <a href="mailto:mbdou115@mail.ru">mbdou115@mail.ru</a> |

## **«Чудо здорового превращения»**

автор Суханов Георгий

соавтор Глухарева Ольга Борисовна

Тяжело жилось на свете первокласснику Мише: в сентябре он болел и пришел, когда одноклассники все перезнакомились. Дети вместе играли, делились секретами и яблоками на переменах. Миша оставался в стороне. Он был непохож на ребят, толстый, неуклюжий, быстро уставал и поэтому почти не играл в подвижные игры со всеми. Дело в том, что Миша с детства не любил делать зарядку, не ходил на стадион в спортзал, и его тело не могло хорошо работать.

Сосед Вова жалел Мишу и учил его двигаться, но ничего не получалось. Однажды ранней осенью Вова с Мишей пошли в лес. И вдруг они увидели медведя. Медведь шел прямо к ним. С криком ребята побежали прочь. Вова был легкий и быстрый, он пытался тащить Мишу за руку, но не получалось. Он испугался и убежал звать взрослых на помощь.

Миша смог пробежать совсем немного. У него кончились силы, и он упал на траву, закрыл лицо руками и замер. Медведь ходил, нюхал и тыкался носом в спину и плечи мальчика. А потом вдруг заговорил человеческим голосом: «Эх, Миша, Миша! Как же так выходит, что ты защитить себя не можешь и даже убежать у тебя не получается от опасности? Ведь ты мальчик. Я не собирался вас есть и обижать не хотел, просто грустно мне смотреть, как ты кряhtiшь и охаешь и дышишь тяжело, как старик. Впереди у тебя целая жизнь, а ты ни на что не способен! Пойдем-ка, дружок со мной, познакомлю тебя с медвежатами моими. Они настоящие спортсмены.»

Мише было очень страшно, но спорить он не посмел и побрел, спотыкаясь, за медведем. Вскоре они вышли на большую полянку. Там было интересно. Медвежата весело носились по полянке, забирались на высокую сосну, храбро шли по стволу дерева, кувыркались и кружились. Они окружили новичка и тыкались шершавыми носами в лицо и руки. После знакомства началась тренировка. Медвежата догоняли Мишу, роняли его в траву,

прижимали к траве. Каждый раз это было очень страшно, ведь зубы и когти выглядели жутко. Поэтому Миша изо-всех сил старался убежать. Ни разу не удалось! Уставший он лежал на траве и тяжело дышал. Очень хотелось есть. В рюкзаке у него лежали бутерброды с колбасой и сыром и конфеты. Но он боялся открыть рюкзак. Вдруг подошел медведь. На листе лопуха он принес большую горсть спелой лесной малины. Она была очень сладкой. Позже медвежата угостили нового друга осенней черникой.

Когда Миша хотел поделиться бутербродами с колбасой, медведь отказался: «Это очень бесполезная еда. Мы такое не едим». Миша съел половину своей еды с удовольствием, вторую половину оставил про запас. Ягодами и вкусными травками его кормили регулярно. Так прошли три дня. Каждое утро начиналось с зарядки. Пробежка, подтягивание на толстом суку высокого дерева, прыжки, кувырки, догонялки. Сначала было очень тяжело. Хотелось сесть или лечь. Но скоро Мише понравилось, тело становилось легким и послушным, и медвежатам уже не так просто было догнать своего друга.

Через три дня медведь проводил Мишу до выхода из леса, к большой дороге, попрощался с ним и пожелал всегда делать зарядку, побольше двигаться и есть ягоды, овощи, фрукты, мясо и зелень и перестать любить колбасу и сладости.

Так благодаря этой чудесной сказочной истории у Миши началась новая интересная жизнь, с друзьями, играми и хорошим здоровьем.

Друзья, не ждите своего медведя. Занимайтесь спортом, зарядкой, играйте в подвижные игры, и ваше тело всегда будет вашим другом и помощником и всегда спасет вас от беды.