

Основные персонажи:

– Таня и Ваня – два любознательных ребенка, им обоим интересен разговор с Доктором Туком, о том, что такое здоровье. Они любят читать и общаться. Таня эмоциональная, веселая, непосредственная. Ваня более сдержан и серьезен, он ведь будущий мужчина.

– Доктор Тук – это доктор «всех времен и народов». Тук его называют потому, что он невропатолог и в руках у него маленький диагностический молоточек. Временами он является детям как доктор древности в смешной старинной шапочке, причудливых нарядах и с колбами в руках (в одном из кадров в колбу можно посадить лягушку). Он перевоплощается в докторов разных эпох, такой «собираТЕЛЬный образ» врачевателя. В первом кадре Доктор Тук приходит к ребятам в образе современного врача – невропатолога.

Знакомство

1. Знакомство Тани и Вани с доктором Туком, который рассказывает детям о том, что Здоровье – это большая ценность. Присутствуют две фигуры: Здоровье и Болезнь, с помощью которых Доктор Тук сообщает о том, что Здоровье – одно из самых важных преимуществ, которые есть у человека:

А) Доктор Тук приводит пример жизни больного человека с помощью Существа «Болезнь». Оно поселяется в человеке, бушует в его организме. Доктор показывает, как меняется сам человек и его жизнь после того, как это Существо Болезнь поселилось в нем, «выселив» Существо «Здоровье». Человек часто плачет, капризничает, жалуется, хочет вернуть «Здоровье».

Б) Доктор Тук приводит пример жизни здорового человека. Существо «Здоровье» живет в человеке. Показано как происходит дружба человека с Существом «Здоровье», что для этого делает человек и как «Здоровье» его благодарит его. Доктор Тук рассказывает и показывает, как выглядит здоровый человек, какой у него характер и какие события приходят в жизни здорового человека.

В) Выводы о том, что необходимо сохранять и поддерживать здоровье. Это основа для счастья и радости человеческой жизни. Для этого Доктор Тук знакомит детей с понятием: «Здоровый образ жизни».

Здоровый образ жизни

Что этому способствует:

1. У ребенка хорошее настроение.

а). Мы иногда забываем про свою Улыбку.

– Что такое «Улыбка Буратино» и как это делать.

б) Ребенок занят делом, интересным занятием.

– Доктор Тук знакомит Таню и Ваню с тремя Существами, живущими в одной шкапулке: «Я не делаю Ничего», «Делаю то, что Не-интересно», «Делаю то, что Интересно».

– Рисование, лепка, творчество.

– Чтение книг.

– Телевизор, компьютер.

в) Встреча с друзьями.

– Хорошие и близкие по духу друзья – всегда радость и интересное времяпровождение, а «злые и противные» – пустое занятие и вред здоровью. Доктор Тук беседует с детьми, какие у них друзья, во что они играют, о чем разговаривают.

4. Доктор Тук рассказывает о том, что такое человеческое тело:

а) Тело - живое Существо, уход за ним как забота о любимой кукле и общение с ней.
б) У Доктора Тука живет два Существа. Одно из них: «Тело, о котором заботятся», а другое – «Тело, о котором не заботятся». Каждое из Существ рассказывает о своей жизни и своих впечатлениях.

в) Чистота тела.

– Утренние умывания, чистка зубов.

– Расчесанные и ухоженные волосы, аккуратная стрижка (для мальчиков).

– Чистая, красивая и стильная (подходящая характеру ребенка) одежда.

5. Пища, которая повышает настроение, дает радость и легкость телу. Свежие и натуральные продукты – это вкусно и забавно.

а) Знакомство с фруктами: (это могут быть персонажи веселой истории, а может о них рассказать Доктор Тук).

– Разговор о банане Яне, Апельсине Сене, малине Лине, ананасе Анастасе, клубнике Лике и т д.

– Рассказ о соках, приготовленных в домашних условиях.

б) рассказ об овощах (по аналогии с рассказом о фруктах).

в) рассказ о зелени (петрушка, укроп, зеленый салат)

4. Прогулки на свежем воздухе

а) Подвижные игры...

и так далее...

Фрагменты текста:

Таня – Вам хорошо говорить, найди себе интересное занятие, а я проснулась и не хочу делать ни-че-го.

Д-р Тук – С утра ничего не хочется делать, посиди, походи по комнате. Не делать ничего – это тоже делать, просто делать – «Совершенно ничего». Если есть кошка – это хорошо, она тебя погрееет, » заполнит своим мурлыканьем твою «ничего не хочу».

Таня – Как это можно делать – «Ничего»? Так что, сидеть и грустить?

Д-р Тук – Можно немного и погрустить. Я тебя сейчас познакомлю с Существом «Не делай ничего» и ты все поймешь.

.....

Таня – Как можно найти интересное занятие, ведь я еще маленькая. Когда я путешествую с мамой и папой, то мне интересно.

Д-р – Это да, ты еще ребенок и в путешествие самой тебе идти рано, но многое ты уже можешь сделать для себя сама.

.....

Банан Ян и ананас Анастас. Разговаривают про Африку, о том какие в лесах водятся дикие звери и про их повадки. Банан рассказывает, что он со своими братьями висит на деревьях и служит приманкой для обезьян, у которых гибкий хвост и дикие крики.

Особенно любит Ян рассуждать про горилл. Ананас Анастас очень важный – ведь его подают к большим праздникам, когда он на столе – это всегда торжество.

Клубника Вика говорит о том, какая она бывает сладкая и вкусная, когда она согрета солнышком и любовью человека, который за ней ухаживает, вовремя поливает.

Фрукты поясняют, какими витаминами они богаты, какую пользу приносят организму.

....

Ваня – Моя мама сидит на диете. У меня тоже будет диета – «Конфето-Кока-Кольная» диета. Целый день есть только конфеты и запивать их кока – колой. Целый день мне будет вкусно и сладко.

Таня – Диета «Кока – Кольная», самая прикольная.

.....

Д-р – Люди иногда забывают про улыбку. Знаете деревянного Буратино, у него от природы был «рот до ушей».

Ваня – С таким ртом не забудешь улыбаться.

Таня – Но из такого широкого рта могут выпасть золотые монеты.

Ваня – Кто тебя заставляет висеть вниз головой? И не нужно золотые монеты прятать во рту. Когда у тебя они будут, я тебе подскажу, куда их спрятать.

Таня – Ух, какой хитренький, как кот Базилио.