**Агитбригада о здоровом образе жизни**

***Даша:*** Мы встрече с вами очень рады

***Вместе:*** И шлём привет от 6 «В» агитбригады.

***Даша:*** Человек рождается на свет,

Чтоб творить, дерзать и не иначе…

Чтоб оставить в жизни добрый след

И решить все трудные задачи.

Человек рождается на свет…

Для чего? Ищите свой ответ!

***Денис:*** Мы хотим, чтобы среди всех жителей земли не было равнодушных

ни к своему здоровью, ни к здоровью окружающих.

***Андрей:*** Проблема 21 века –

Как уберечь на Земле человека?

***Вместе поют на мотив «Если у вас нету тёти»:*** Если у вас нет здоровья,

За деньги его не купить.

Но можно его в спортзале,

Можно его, можно его,

Можно его укрепить.

Укрепить!

***Паша*** (проводит зарядку)***:***  Быстро все вы подтянитесь

На зарядку становитесь.!

Эй, друзья! Давайте вместе!

Начинаем бег на месте!

Левой, правой! Раз и два!

Станет свежей голова!

Вдох глубокий. Руки шире,

Потянитесь, три, четыре!

Раз – нагнулись!

Два – присели!

***Вместе:*** Здоровый дух - в здоровом теле!

***Андрей*** (с гирями) ***:*** Если слабый ты и хилый

С вредными привычками

Приходи в спортзал, я здесь

С гирями – сестричками!

Раз поднимешь, потом два,

Сильным станешь, как и я!

***Даша*** (с мячом)***:*** Чтоб здоровым, сильным быть,

Со спортом нужно всем дружить!

Я – мяч футбольный,

Друг прикольный,

Поиграй со мной денёк,

Сразу будет виден толк!

***Лера*** (со скакалкой) ***:*** Найди минутку для меня

Здоровье ты своё храня,

Крути меня, скачи быстрей,

Ног и подмёток не жалей!

***Рита:*** Если хочешь быть здоров,

Достигать рекордов,

Наш совет для вас готов:

Подружись со спортом!

И запомни навсегда:

Лень гроша не стоит!

Солнце, воздух и вода –

***Все:*** Формула здоровья!

***Паша:*** В нашем трудном веке

В нашем бурном веке

Никому без спорта

Не прожить вовек!

***Денис:***  Чемпион таится в каждом человеке.

Надо, чтобы в это верил человек!

Чтоб выглядеть как надо,

Чтоб иметь спортивный вид!

Впереди – Олимпиада,

***Вместе:*** Факел солнечный горит!

***Вместе***  ( под музыку «Идёт солдат по городу») ***:***

День зарядкой начинай

Летом и зимой!

Посещай спортивный зал,

Хоть и лень порой!

Может будешь рекордсмен

Или чемпион,

Ведь тебе добавят сил

Спортзал и стадион!

Спортзал и стадион!

Идёт спортсмен по городу,

И все вокруг любуются

Его походкой твёрдою

И выправкой орла!

Он не боится Армии,

Он не боится трудностей,

И жизнь спортсмена радует -

Прекрасна и светла!

***Рита:*** Мы - за здоровье, мы – за счастье,

Мы – против болезней и несчастья!

За трезвый разум, за ясность мысли

За детство, юность, за радость жизни!

***Андрей:*** Здоровье – это здорово!

А какие основные правила здорового образа жизни?

***Денис:***  Дружить со спортом и физической культурой!

***Даша:*** Организовать свой досуг (заниматься интересным делом)!

***Лера:*** Правильно питаться:

Нужно есть в любой сезон

Овощи и фрукты.

И включить в свой рацион

Рыбу и морепродукты!

***Паша:*** Учиться уважать и понимать друг друга!

***Денис:***  Не иметь вредных привычек!

***Андрей:*** А как уберечь себя от привычек пагубных?

***Паша:*** Водка – зелье, пиво – зло,

И табак не масло.

Вы не троньте эту гадость

Чтоб не жить напрасно!

***Рита:*** Если любишь спорт, литературу,

Музыку, много трудиться,

Тогда не будет времени

Приобретать вредные привычки!

Мы выбираем здоровье –

***Все:*** Здоровый образ жизни!

Ведь быть здоровым –

***Все:*** Это круто!

Мы выбираем

***Все:*** Здоровую нацию!

Мы выбираем

***Все:*** Здоровую Россию!

Мы выбираем

***Все:*** Здоровое человечество!

***Андрей:*** Физкультуре и спорту

***Все:* Да!**

Вредным привычкам

***Все:* Нет!**