МБОУ « Астрахановская ООШ»
Сценарий выступления агитбригады «Мы - патриоты России!»

"Здоровому образу жизни – да, да, да!"

Айчанова Маржана Биркалиевна – учитель географии

Разработка отнесена к разделу: Внеклассная работа.

Цели: воспитание у обучающихся сознательного отношения к укреплению своего здоровья, стремления к регулярным занятиям физкультурой и спортом, формирование навыков общения в процессе подготовки мероприятия, развитие их творческой активности, эмоциональное воздействие на зрителей с целью пропаганды здорового образа жизни.

Оформление: плакаты:

«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»,

«Алкоголю и куренью – Нет, Нет, Нет!»,

«Отказ от вредных привычек +двигательная активность + рациональное питание = формула здоровья»,

«Спорт – это жизнь!»,

«В здоровом теле – здоровый дух!»,

«Наш выбор – здоровье!»,

«Спорту, здоровому образу жизни – да, да, да!».

Участники агитбригады выходят под музыку « если хочешь быть здоров»и строятся в две шеренги в шахматном порядке. 1-я и 2-я шеренги говорят хором по очереди речевку, маршируя на месте.

- Раз, два, три, четыре.

 - Три, четыре, раз, два!

 - Кто шагает дружно в ряд?

 - Это сбор агитбригад!

 - Кто шагает дружно в ногу?

-Уступите нам дорогу!

- Уступите нам дорогу!

Все вместе.

Наш девиз: "Солнце, воздух и вода, наши лучшие друзья! "

Приветствуем всех, кто время нашел .

К нам позитивом заразиться пришел.

Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны, нам
спорт с физкультурой, как воздух нужны.

А с ним порядок, уют, чистота.

Здоровье свое бережем с малых лет,
Оно нас избавит от болей и бед.

(Появляется плакат с этими словами, его проносит девочка, показывая зрителям).

1-й участник. Я,

2-й участник: - ты,

3-й участник: - он,

4-й участник: - она!

5-й участник. - Вместе - дружная семья.

Хором. - Вместе мы - агитбригада .

6-й участник. - Вас приветствует агитбригада:

Хором. Дружины « Юные пионеры ".

Первая ступень здоровья « Режим дня»

7-й участник. Многие из ребят не умеют правильно организовывать свой режим дня. Надо помнить, что правильное выполнение режима дня - дисциплинирует человека, укрепляет его здоровье. Купить здоровье нельзя, его можно заработать своими собственными усилиями.

- «Режим дня» первая ступень здоровья. В каждом нашем классе имеется стенд « Режим дня». Мы стараемся его соблюдать.

 Сценка « Режим дня»

Действующие лица: учитель, ученик Вова.

Уч-ль.- А ты Вова, знаешь, что такое режим дня.

Вова. Конечно! Режим… Режим - куда хочу, туда скачу.!

Уч-ль.- Режим - это распорядок дня.Вот ты, например, выполняешь распорядок дня.

Вова .- Даже перевыполняю.

Уч-ль.- Как же это.

Вова .- По распорядку мне надо гулять 2 раза в день, а я гуляю -4.

Уч-ль.- Нет, ты не выполняешь его, нарушаешь! Знаешь каким должен быть распорядок дня!

Вова ,- Знаю . Подъем. Зарядка. Умывание, Уборка постели. Завтрак. Прогулка. Обед. - в школу.

Уч-ль.- Хорошо

Вова.- А можно еще лучше!

Уч-ль.- Как же это!

Вова.- Вот так! Подъем. Завтрак. Прогулка. Второй завтрак. Обед. Прогулка. Чай. Прогулка. И сон.

Уч-ль.- Ну, нет ! При таком режиме вырастет из тебя лентяй и неуч.

Вова.- Не вырастет!

Уч-ль.- Это почему же!

Вова.- Потому что мы с бабашкой выполняем весь режим!

Уч-ль- как это с бабушкой!

Вова.- А так; половину я , половину бабушка. А вместе мы выполняем весь режим.

Уч-ль.- Не понимаю - как это..

Вова.- Очень просто . Подъем выполняю я . зарядку выполняет бабушка, умывание - бабушка,уборку постели - бабушка, завтрак- я. Прогулку - я, уроки- мы с бабушкой, прогулку - я, обед- я.

Уч-ль - и не стыдно тебе!Теперь я понимаю , почему ты такой недисциплинированный. Правильный режим дня школьника - это целесообразно организованный, соответствующий возрасту распорядок дня.Он предусматривает повторяющиеся изо дня в день жизненные процессы.Соблюдающие режим дня люди быстрее втягиваются в работу, быстрее засыпают и меньше устают.

-« Правила личной Гигиены» - Вторая ступень.

Артем

Чистота – залог здоровья,

Чистота нужна везде:

Дома, в школе, на работе,

И на суше, и в воде.

Женя

Руки с мылом надо мыть,

Чтоб здоровенькими быть.

Чтоб микробам жизнь не дать,

Руки в рот не надо брать

Аделина

Если руки ты не моешь,

И не дружишь с мылом,

Будешь ты расти больным , хилым и унылым.

6-й участник. Народ придумал много пословиц, поговорок, высказываний о здоровье: "Хватил винца - не стало молодца".

7-й участник. "Улыбка дарит нам продленье века".

8-й участник. "Ангина и кашель бывают у тех, кто смотрит со страхом на лыжи и снег".

1-й участник. "Вини себя за вид болезненный и хмурый, не занимаешься, ты видно физкультурой".

3-й участник: "Не бери чужого платья, ногти тоже не грызи, не дружите с сигаретой так здоровья не найти".

Третья - ступень здоровья « Правильное питание» - у нас в школе организовано сбалансированное питание.

Ведется пропаганда правильного питания.

2-й участник: "Не забывай в числе других продуктов побольше кушать овощей и фруктов".

- Четвертая ступень « Отсутствие вредных привычек» Вместе. Знаете ли вы,

8-й участник: что воробьи и голуби погибают, если к их клюву поднести палочку, смоченную никотином? Кролик погибает от 1/4 капли никотина, собака от 1/2. Для человека смертельная доза составляет 2-3 капли. [1]

Вместе. Знаете ли вы,

1-й участник: что во Франции однажды проводился чудовищный конкурс "кто больше выкурит". В результате двое горе победителей умерли, выкурив по 60 сигарет, остальные были отправлены в больницу в тяжёлом состоянии.[1]

Вместе. Знаете ли вы,

2-й участник: что курящий человек сокращает себе жизнь, раньше умирает, чаще болеет, да и выглядит неважно: жёлтая кожа, жёлтые зубы, кашель и сиплый голос.[1]

Вместе. Знаете ли вы,

3-й участник: что учёные в течении нескольких лет проводили наблюдения над курящими школьниками и вот что выявили: у курящих детей плохая память, такие дети медленно соображают, быстро устают. Они нервные и обидчивые, часто лезут в драку, плохо учатся.[1]

Вместе. Знаете ли вы,

4-й участник: что Оноре де Бальзак сказал: " Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации?"

Вместе. Мы обвиняем курение в том,

1-й участник: что количество людей, которые ушли из жизни по причине курения, доходит до 70 тыс. в год. Для сравнения - в результате несчастных случаев ежегодно гибнут 11 тыс. человек. Не меньший вред здоровью человека приносят алкоголь и наркотики.

5-й участник.

Тем, кто курит, пьёт, гуляет,

 Физкультуру избегает

 Губит свой иммунитет

 Ради пачки сигарет.

 Мы предъявим обвиненье

 И дадим простой совет:

Вместе.

Алкоголю и куренью

Нет, Нет, Нет!

(Появляется плакат с этими словами, его проносит девочка, показывая зрителям).

Хором поют частушки. А ну-ка девчонки, спойте нам частушки.
.
\*\*\*
Каждый день стою у стенки,
У меня болят коленки,
Но без устали стою –
За осанкою смотрю.
\*\*\*
На уроке я сижу,
На учителя гляжу.
Мне учитель говорит:
«Сядь ровней, не повредит!»
\*\*\*
Нужно спину так держать,
Чтобы ровненько стоять.
Люди смотрят не дыша:
Ох, осанка хороша!
\*\*\*
Взор туманит мне глаза,
У меня болят глаза.
За глазами не слежу –
И теперь слепой хожу.
С книгою в руках лежу,
У компьютера сижу.
Ой, купите мне очки –
Не работают зрачки.

Коля, Коля, не кури:

 Вредно для здоровья!

 Лучше пей ты каждый день

 Молоко коровье!

Говорили, говорили,

 Чтоб мальчишки не курили,

 А Андрюшка за углом

 Подавился табаком!

Каждый день у нас Денис

 Курит сигареты.

 Лучше ел бы мальчик наш

 По утрам конфеты.

- Пятая ступень -« Занятие физической культурой»

Во многом здоровье зависит от самого человека, его здорового образа жизни. Отказ от вредных привычек - разрушителей здоровья, двигательная активность, занятие спортом и рациональное питание - вот формула здорового образа жизни.

(Появляется плакат с этими словами, его проносит девочка, показывая зрителям).

Мы же выбрали здоровье,

Нам без спорта - никуда.

6-й участник.

Пьер де Кубертен сказал: «О спорт! Ты - мир!» Сегодня, мы, живущие в 21 веке, утверждаем: " Спорт - это жизнь! "

(Появляется плакат с этими словами, его проносит девочка, показывая зрителям).

7-й участник.

Смысл физической культуры

 И в красе мускулатуры,

 И в здоровье организма,

 Чтоб легко идти по жизни.

8-й участник.

Трудно в тонусе держаться?

 Нужно спортом заниматься!

 Сон прервав пораньше сладкий,

 Делать по утрам зарядку!

1-й участник.

В здоровом теле пусть здоровый дух живёт

 Тебе состариться лет двести не даёт.

2-й участник.

В море прыгнем, не утонем

 Все вершины покорим

 И здоровый образ жизни

 Навсегда мы сохраним!

3-й участник. Спорту, здоровому образу жизни:

Вместе. Да, да, да!

(Появляется плакат с этими словами, его проносит девочка, показывая зрителям).

В

Хором поют песню.

Чтобы тело и душа были молоды,

 Были молоды, были молоды.

 Ты не бойся ни жары и ни холода.

 Закаляйся, как сталь.

- 4 – Мы участники школьного этапа « Лыжни России»,

« Малые Олимпийские игры», Мы сами залили каток и ухаживаем за ним.

Наша визитка села ежегодная встреча по футболу между молодежью и ветеранами.

Вместе. Физкульт - ура! .

Композиция Гимн Олимпиады - Музыкальная композиция

Шестая ступень « Активная Жизненная позиция»

 Выбери активную жизненную позицию: найди себя в спорте, творчестве, науке.

Наши ученики участники районных предметных олимпиад, Конкурса « Волшебной кисти» , « Краеведческо- Экологических мероприятий», конкурса самодеятельности.

8. Все лучшие качества развиваются там, где есть творческое отношение к жизни. Мы активно участвуем в школьной жизни.

- Седьмая ступень « Мы - патриоты России»

-мы в сердце храним память о тех , кто нам подарил мирное детство.

-Волонтеры нашей школы участники акций « Рассвет», « Помоги ветерану», « Поздравь учителя».

Песня « Мой дедушка герой»

1. Нет, мы не поколение потерянных,

Не молодёжь, упавшая в цене. 8

Мы просто все уверенны,

Что мы нужны своей родной стране.

2. Нужны наш ум, талант и наша молодость,

Что наши руки здесь нужны, сейчас,

Что наш максимализм, неуспокоенность,

Ещё кого-то трогает из вас.

3. Мы- дети. Ваше продолжение.

Мы не хотим быть слабыми и хилыми.

 Родимое Отечество!

 Такими мы располагаем силами.

1. Наша позиция – на собственном примере продемонстрировать преимущества активной жизненной позиции. Не имея вредных привычек, от жизни можно получить гораздо больше!
2. Мы - Патриоты России ! Участвуем в аКции « Помоги ветерану» , « Поздравь Учителя»,

Участвуем на мероприятиях районного уровня « Зарница», « Смотр строя и песни».

2. Мы не устанем говорить:

Давайте бросим все курить!

3. И атмосфера станет вмиг

Прозрачной, как лесной родник.

4. Нам сразу станет легче жить.

Поздравим, бросивших курить!

5. Мы хотим, чтобы для всех ребят нашей школы принципы, которые мы провозгласили сегодня, стали принципами жизни:

- Здоровье – это приоритет. Всё имеет смысл, пока мы здоровы.

6. Болеть – накладно и несовременно.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. Физическое и психическое здоровье неразделимы.

9. - мы следим за событиями в стране и вместе со всей страной ждем Олимпиады 2014 года.

Лучшие спортсмены области :

. Ученики: Кувандыкский р-н Бикбердина Кристина, Г. Орск Симова Виталина. Тюльганский р-н Шустикова Екатерина.

.Лучшие спортсмены области : Г Оренбург Кузьмин Федор, Де Сергей, Меховов Павел.

. Олимпийские призеры: Братья Доброскок- плавание, Надежда Радзевич – волейбол, Татьяна Самолена, Юлия Кузина – дзюдо, Иван Иванов-бег,

Владимир Торшин - Стрельба из пистолета.

До Олимпиады осталось 12 дней

Песня « Гимн Олимпиады 2014»

10 А. Вы за здоровый образ жизни? Тогда мы идём к вам!

«прописные истины" здоровья
Часть из них:
"• Спите в прохладной комнате, это твердо помните."
"• Ноги выше головы — и помолодеешь ты."
"• Не плыть пассивно по течению, найди себе увлечение."
"• Не хныкать, не стонать— а лучше песни распевать."

Мы Нашли себя в самодеятельности. – танец « Со вьюном я хожу»
"• В душном помещении не оставаться ни на мгновение."
"• Не шаркать ногами, ходить с поднятыми, расправленными
плечами."

И мы это делаем! Уча
"• Вредные привычки сожги, как спички."
"• Напрягай свои мысли,чтоб мозги не закисли."
"• Не ворчать, не бурчать,молодежь постараться понять."

Звучит музыка, танцуя, участники агитбригады уходят со сцены.