**Агитбригада «Смехотерапия».**

**Наш девиз:**

**Мышцы укрепили, спинку держим прямо**

**За красивую осанку нас похвалит мама!**

 **Друзья-соперники во цвете юных лет!
Вам наш здоровый пламенный привет!**

 **Здоровый образ жизни- это: семья, спорт, юмор, игра…**

 **У нас на вооружении:**

**Смекалка, юмор и терпение!
Набор лекарств и инструментов и**

**ровно десять ассистентов.**

**А вот и они!!**

**Танец, ритм. Выход**

 **1. Здравствуйте, ребята!**

**2. Слушай, ты  с луны свалился  что ли? в нашей школе уже давно так никто не здоровается.**

**1. А как здороваются?**

**2. Физкульт привет!**

**1. Ну, привет, так привет!**

**2. Ну, надо же! И мне сегодня сон приснился..  Захожу я в школу, а вместо таблички «Директор школы» висит табличка «ГЛАВНЫЙ ТРЕНЕР». Кабинет физики – «ЛЫЖНАЯ БАЗА», кабинет химии – «ПРОКАТ КОНЬКОВ». Ну, думаю, повезло, теперь каждый день по шесть уроков физкультуры будет.**

**1. Братцы, мало мечтать, надо работать не только над своими мыслями, все решает труд, упорство, целеустремлённость, и конечно же, преданность спорту.**

**3. А я вот еще помечтать хочу…**

Появляется группа девочек.

**4. О! А у вас физкультуры нет?**

**Девочки: Да нет, мы освобождены до 2030 года!**

**2. Ох, хотел бы я посмотреть на вас в 2030 году.**

**Девочки: А ты нас не узнаешь…**

**1. Увы, но уже сейчас можно представить какими вы будете.**

**4. Дряхлыми**

**3. Рыхлыми**

**2. Пухлыми**

**1. И ходить будете только в валенках.**

**Девочки: Это еще почему?**

**3. Ха-ха, да потому, чтобы застегнуть сапоги, наклониться надо!**

**2. Записывайте-ка вы, девчонки, в кружок ритмической гимнастики, а расписание спросите у этих … мелких!**

Группа девочек выполняет комплекс ритмической гимнастики.

**Я обожаю шоколад!
Скажите, кто его не любит?
Кто плитке «Риттера» не рад?
Уверен я: они не люди!

Чудесный, сладкий аромат!
И вкус, с амброзией сравнимый.
Ты калориен, шоколад,
Но все ж навеки мой любимый!**

*В костюмах или с табличками-надписями «Кариес», «Ожирение» и «Аллергия» выступают представители команды «Шоколаду – «нет»:*

**Над шестою частью суши
Гордо реет «Марс» противный
С толстым-толстым шоколадом.
В шоколад напихан сахар
И шматок густого меда,
Чтобы части этой сласти
Застревали меж зубами,
Разъедая слой эмали
На зубах российских граждан.
Боли… будет много боли.**

**Ну вот, а мне опять идти к врачу…**

 **Боюсь врачей, врачей боюсь,
Краснея, в этом признаюсь.** **Песенка врачей**

***Хорошие девчата, известные хирурги***

***Мы к вам придем на помощь, если грянет вдруг беда***

***И свой умелый скальпель возьмем мы крепко в руки***

***И, где надо, разрежем, не дрогнем никогда.***

***И рано на рассвете, и даже ночью темной***

***Не плачьте, и не бойтесь, так как рядом мы всегда***

***И твердыми руками возьмем мы шприц огромный и немедленно вколем... не скажем вам, куда.***

 **Мой страх ничем не одолеть!
Мне просто нужно не болеть,
Есть утром кашу с молоком,
И подружиться с турником.

Тогда я гордо вам скажу –
К врачам я больше не хожу!**

 **Веселый взгляд и румяные щеки,
Ребенок здоровый – ну просто картина!
Здоровья истоки ищи в витаминах! .**

**Ну, немного полегчало?
Это только лишь начало.
- Продолжает каждый сам.
- Только будь, мой друг, упрям:
- Есть преграды – не сдавайся,
- И успехов добивайся.
- Ты со спортом подружись,
- Сделай радостнее жизнь.
- И увидишь: там и тут
Все дела на лад пойдут.**

**Просыпайся, обыватель!**

**Выбирайся из кровати!**

**Занимайся физкультурой,**

**Укрепляй мускулатуру!**

**В здравом теле -здравый дух!**

**Хватит пить и есть за двух!**

**Все, считаю я до трех…**

**На зарядку! Будь здоров!**

**Песня «Конечно, Вася»**

***Кто стал давно мне другом верным***

***Мое здоровье укрепил***

***И без чего бы я сейчас, наверное***

***Жалкий хлюпик был?***

***Что помогает мне быть крепче,***

***Чем чашка кофе поутру***

***И без чего прожить мне будет легче***

***Правда, я не вру!***

***Спросите у любого в тренажерке нашей***

***Что может классно настроенье поднимать***

***От встречи с чем вся жизнь моя милей и краше?***

***На это каждый ответит, каждый ответит***

***Конечно, штанга, штанга, штанга,***

***Ну, кто ее не знает?***

***Штанга, штанга, штанга***

***Жму лежа от груди!***

**Все вместе:**

**Спортивный резерв страны – это  мы!
А будущее начинается сегодня!
Дорогу осилит идущий!**

**4. Да... вот уже идет один «идущий». Ну что, друг, все чахнешь? Ты бы записался в какую-нибудь секцию нашей школы!**

**5. Какую?**

**1. Ну например в секцию баскетбола! Может и подрастешь немного.**

**5. Да нет, туда курящих не берут!**

**2. А ты попробуй вместо одной сигареты 10 раз мячом по кольцу попасть. И вообще, пусть твоими союзниками станут: физкультура, утренняя гимнастика, пробежки по свежему воздуху.**

**И ты почувствуешь, что все это укрепляет не только мышцы, но и волю, помогает справиться с таким недугом как курение.**

 **1. Мир сладкого, цивильного разврата
Доступен человеку без труда**

**2. В итоге неминуема расплата:
Ущербность и смертельная беда**

**3. Но люди понимают это поздно
Когда душа и плоть уже больны**

**4. Когда увы бывает невозможно
Определить суть собственной вины**

**1. Сам вырвется из ада дикой боли
И насладиться жизнью до конца**

**2. Лишь тот, кто обладает силой воли
Поймет смысл благородного труда**

**3. Забота возрождения Отчизны
Не только государства – всех людей**

**4. Воспитывать здоровый образ жизни
И благородству научить детей!**

**3. Ну что ребята, нам всем есть над чем подумать. Ведь недаром с древних времен говорят:**

**Все вместе: В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ – ЗДОРОВЫЙ ДУХ!**

***В темно синем лесу на поляне зеленой***

***У прозрачной реки мы с тобою живем***

***На планете большой всем быть нужно здоровым***

***И сегодня мы об этом песенку поем***

***Припев:***

***Нам не все равно***

***Нам не все равно***

***Что нас в жизни ждет***

***Через много дней***

***Счастлив будет тот***

***Кто из года в год***

***Над фигурою***

***Трудится своей***

***Нам не все равно***

***Нам не все равно***

***Вместе мы решим***

***Множество проблем***

***Чтоб здоровым быть***

***Надо спорт любить***

***Подружиться с ним***

***Мы желаем всем!***