**Выступление агитбригады « ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Дети:**   1. В жизни главное – здоровье,   Согласитесь, господа.  И к нему с большой любовью  Мы относимся всегда   1. Вам расскажем по порядку   Как здоровье сохранить.  Нужно день начать с зарядки,  Вслед за нами повторить:   1. Ноги шире, руки шире –   Три-четыре, три-четыре.  Начинаем приседать –  Раз-два-три-четыре-пять.   1. И с особым вдохновеньем   Дружно делаем вращенья:  Раз-два-три-четыре.   1. Не мешает нам порой   Поработать головой,  А еще точнее –  Поработать шеей.  Раз-два-три-четыре.   1. В заключении все вместе   Совершаем бег на месте.  Ноги в руки дружно взяли –  Побежали, побежали!  На месте стой, раз-два!!! | 1. Вот окончена зарядка,   Обливаемся водой  И бегом бежим на грядку  За полезною едой!   1. Все знают, что питание   Здоровье сохраняет,  Когда оно полезное  И легкое бывает.   1. «С» – важнейший витамин,   Всем вокруг необходим,  Лучше средства в мире нет  Укреплять иммунитет.   1. Каждый день съедай лимон –   Будешь крепок и силен,  Перестанешь ты болеть  И от счастья будешь петь! |
| **ПЕСНЯ на мотив «Если б я был султан»**  Если б я был богат, я б купил спортзал,  И друзей всех подряд я б туда позвал.  Но с другой стороны, чтоб спортзал купить,  Очень деньги нужны – негде раздобыть!  **Не плохо очень иметь нам спортзал,**  **Чтоб каждый первый здоровеньким стал.**  Если б я был богат, я б купил бассейн  И туда приходить разрешил бы всем.  Чтобы люди могли плавать и нырять.  Только деньги нужны, жаль, что негде взять!  **Не плохо очень бассейн иметь,**  **Ведь плавать нужно всем людям уметь.**  Если б я был богат, в бизнесе силен,  Я б купил без труда целый стадион,  Чтоб в футбол поиграть вся страна могла,  Чтоб здоровой у нас нация была.  **Не плохо очень иметь стадион.**  **Здоровье точно подарит нам он.** | **Дети:**   1. Витамины группы «В»   Пользу принесут тебе.  Надо их употреблять,  Чтобы нервы укреплять,  Улучшать обмен веществ,  Уменьшать излишний вес.   1. Кстати, сбросить лишний вес   Можно вовсе без чудес.  Меньше кушать, больше спать,  Брейк активно танцевать.  **БРЕЙК (танец)**  **Дети:**  В жизни нам необходимо  Очень много витаминов,  Всех сейчас не перечесть.  Нужно нам побольше есть  Мясо, овощи и фрукты –  Натуральные продукты,  А вот чипсы, знай всегда,  Это вредная еда. |
| **Песня-сценка на мотив «Антошка»**  - Антошка, Антошка, пойдем варить картошку! (2 раза)  - Тили-тили, трали-вали.  Видишь, чипсы мне купили и на «Читос» денег дали.  Парам-пам-пам, парам-пам-пам.  - Антошка, Антошка, иди к нам есть окрошку (2 раза).  - Тили-тили, трали-вали.  Мне сухарики купили и на «Пепси» денег дали.  Парам-пам-пам, парам-пам-пам.  - Антошка, Антошка, пойдем играть немножко (2 раза)  - Тили-тили, трали-вали.  Ой, ребята, нету силы, я ходить могу едва ли.  - Парам-пам-пам, парам-пам-пам, парам-пам-пам. | **Дети:**   1. Тренировкой и морковью   Сохраняется здоровье,  Но хотим продолжить речь  Как еще его сберечь.   1. Чтоб дожить нам с оптимизмом   До глубокой седины,  Обязательно туризмом  Заниматься мы должны.  Исполняется 1 куплет из песни «Если с другом вышел в путь» |
| **Дети:**   1. Если дружишь ты со спортом,   И питаешься отлично,  То прекрасные рекорды  Ты побьешь однажды лично!   1. На любой олимпиаде   Сможешь выиграть красиво  И высокие награды  Завоюешь для России.   1. И с большого пьедестала,   Светом славы озаренный,  Ты поймешь - побед начало  Вот на этом стадионе –   1. Там, где детство озорное,   Мчится с мячиком лукаво…  И воскликнешь: «Слава спорту!»  И услышишь: «Слава! Слава!» |  |