**Выступление Агитбригады 3 «В»**

**«За осанкой ты следи!»**

**1-й участник.** Я,

**2-й участник:** - ты,

**3-й участник:** - он,

**4-й участник:** - она!

**Хором.** - Вместе - дружная семья.

 В путь пойдём мы спозаранку,

 Не забудем про осанку.

**Речевки о здоровом образе жизни**

|  |  |
| --- | --- |
| **1-й участник.** За осанкой не слежу.Скрюченный весь день хожу.Чтобы мне здоровым быть,Надо за спиной следить.**2-й участник:** За осанкой ты следи,Спину, выпрямив, сиди.Если ты ложишься спать,Жёстче выбери кровать!**3-й участник:**На уроке я сижу,На учителя гляжу.Мне учитель говорит:“Сядь ровней, не повредит!”. | **4-й участник:**Каждый день стою у стенки,У меня болят коленки,Но без устали стою —За осанкою смотрю.**Вместе**Нужно спину так держать,Чтобы ровненько стоять.Люди смотрят не дыша:Ох, осанка хороша! |

|  |  |
| --- | --- |
|  Речитатив |  Упражнения |
|  Мы проверили осанку И свели лопатки. Мы походим на носках, Мы идём на пятках. |  Ходьба:а) обычная;б) на носках, руки вверх;в) на пятках, руки за голову; |
|  Высоко подняв колени, Все шагают как олени. | Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. |
| Мы с приятелем вдвоёмЧерез речку поплывёмСтилем «брасс».Вот так здорово! Вот класс! | Движение руками, имитирующие стиль «брасс» в плавании. |
| Я стремителен и спор,Потому что я боксёр. | Имитация движения рук, как в боксе. |
|  Ноги будем поднимать, Поднимать и опускать. | Поочерёдно поднимать и опускать то правую, то левую ногу. |
| А теперь, ребята,Дружно шагай,Смотри, не зевай.1, 2, 3.Стой! | Обычная ходьба. |