**Агитбригада «Верные друзья здоровья»**

Выступление учащихся 3 «А» класса

Цель : формировать потребности в здоровом образе жизни.

Задачи :

* формировать у учащихся систему знаний о здоровом образе жизни
* потребность в здоровье и сознательном ответственном отношении к нему
* нравственную культуру
* самопознание, умения и навыки по физическому и нравственному самосовершенствованию
* воспитывать любовь к физкультуре и спорту
* соблюдение режима дня и питания школьника
* соблюдение личной гигиены
* стремление к здоровому образу жизни.

Наша команда - «Здоровые люди»,

Вам о здоровье рассказывать будем!

1.Кто спит в постели сладко?

А ну, скорей вставай!

Веселую зарядку с нами начинай!

2.Не стесняйтесь! Улыбайтесь!

Люди, присоединяйтесь!

(выполняют под музыку зарядку)

3.Вот уж новый век пришел,

пора напомнить “крохам”:

что такое хорошо

и что такое плохо.

4.Если сын сидел полночи,

клип смотрел на НTВ,

знайте, это вредно очень

для ребячьей головы.

Этот, книжку почитав,

в девять спать ложится.

Он здоровье бережёт,

В жизни пригодится.

5.Если мальчик любит чипсы,

суп не ест с горохом,

для ребячьего желудка

это очень плохо.

Если мальчик любит йогурт,

ест на завтрак творожок,

этот мальчик умный очень,

поступает хорошо.

6.Если, лишний раз побегав,

начинает мальчик охать,

он не дружит с физкультурой,

это очень-очень плохо.

Если прыгает и скачет,

мальчик, словно кенгурёнок,

сильным, ловким стать мечтает,

молодец такой ребёнок!

7.Если ты на перемене

стукнул девочку портфелем,

в то, что сильный ты мальчишка,

ни за что мы не поверим.

Если девочке помог

донести ты книжки,

про такого скажем тут:

славненький мальчишка.

8.Если в комнате погром,

под столом кастрюля,

в этой комнате живёт

неряха и грязнуля.

Этот гладит сам бельё,

сам носки стирает.

Он хотя и мал ещё,

маме помогает

9.Если мальчик втихаря

сигарету курит,

глупость делает он зря,

здоровье своё губит.

Этот времени зря не теряет,

Каждое утро зарядку он выполняет,

Чтобы мышцы развивать,

Не болеть и не страдать!

Наша команда - «Здоровые люди»,

Вам о здоровье частушки

 петь будем!

1.В школе 50 живем,

 Каши вкусные жуем!

 С каждым днем мы подрастаем,

 Сил, здоровья набираем!

 2. Руки с мылом надо мыть,
Чтоб здоровенькими быть.
Чтоб микробам жизнь не дать,
Руки в рот не надо брать.

3. Всякий раз, когда едим,
О здоровье думаем:
Мне не нужен жирный крем,
Лучше я морковку съем.

 4. Физкультурой занимайся,
Чтоб здоровье сохранять,
И от лени постарайся
Побыстрее убежать.

 5. От простой воды и мыла
У микробов тают силы.
Чтоб микробам жизнь не дать,
Руки в рот не надо брать.

6. Ты зарядкой занимайся,
Если хочешь быть здоров.
Водой холодной обливайся–
Позабудешь докторов.

 7. Любим спортом заниматься:
Бегать, прыгать, кувыркаться.
А зима настанет–
Все на лыжи встанем.

 8. Кока-кола- это вред.

Нам сказал об этом дед.

И теперь команда наша

Пьет кефир и простоквашу.

 9. Пейте, дети, молоко,

Ешьте, дети, кашу!

Думать будете легко,

 выглядеть все краше.

10. Ой, подружка, дорогая!

Я не буду есть конфет,

Потому что очень скор

 Позовут нас на обед.

11. Ой, подруженька, подружка!

 Ты послушай-ка секрет:

Кто чеснок употребляет-

Не болеет много лет!

12. Мы частушки вам пропели

Хорошо ли, плохо ли,

А теперь мы вас попросим,

Чтоб вы нам похлопали!

Наша команда - «Здоровые люди»,

Вам сценку показывать будем!

**Миниатюра по мотивам сказки "Репка"**

*Звучит веселая музыка. На сцену выходит Дед, ведя за руку Репку. Сажает ее на стул, уходит. Музыка стихает*

**Репка.**

Познакомимся? Я - Репка!

Я сижу на грядке крепко.

Дед весной меня сажал,

Да водою орошал,

Удобрял, пушил, полол,

Чтобы осенью на стол.

Угощение из Репки

Будут кушать Бабка, Дедка…

Овощи ведь так важны,

Людям всем они нужны!

*Выходит Дед, обходит Репку, почесывает в затылке.*

**Дед.**

Да уж, вымахала Репка!

Я встречал такую редко.

Ну, а если честно скажем -

И не видывал ни разу!

Эх, тряхну-ка стариной!..

*Подходит к репке, хочет взяться за нее.*

**Репка.**

Что ты, Дедушка, постой!

Прежде чем шагать на грядку,

Лучше сделай ты зарядку,

Свои мышцы разомни,

А потом уж - и тяни!

**Дед.**

А и верно - разомнусь,

За нее потом возьмусь!

*Под веселую музыку делает зарядку. Берется за Репку, тянет).*

**Дед.**

Мне физкультура, конечно, поможет,

Тянем-потянем!

**Репка.**

Вытянуть не может!

**Дед.**

Что же делать? Вот беда!

Бабку мне б сейчас сюда!

Эй, старуха, хватит есть,

В дверь не сможешь ты пролезть!

Завтрак, и обед, и ужин -

Каждый только в меру нужен!

*Появляется Бабка*

**Дед.**

Эту репку мы за раз

Вместе вытащим сейчас!

*Бабка оглядывает репку.*

**Бабка.**

Ого-го! Вот это Репка!

И в земле сидит как цепко!

(мечтательно) Сколько можно приготовить!..

(деду строго) И не смей со мною спорить!

Значит так, эту Репу я приготовлю:

Глазированной, печеной, фаршированной…

**Дед.**

… Моченой!

Для еды лишь и живешь,

Только бы набить живот!

Хватит трескать щи да кашу,

Тянем вместе Репку нашу!

*Тянут Репку.*

**Дед.**

Ну-ка, дружно!

**Бабка.**

Ну-ка, вместе!

**Репка.**

Слабаки! А я на месте!

**Бабка.**

Слушай, Дед, давай-ка Внучку

Приведи сюда за ручку!

**Дед.**

Молодой я бегать, что ль?

Как-нибудь уж мне позволь

Нашей внучке позвонить,

К нам на помощь пригласить.

*Дед звонит по сотовому телефону. Появляется Внучка. Она отвечает Деду по своему сотовому телефону*

**Внучка.**

В чем проблема, старички?

Что-о-о-о-о?

*Убирает сотовый, подходит к Деду и Бабке*

**Внучка.**

Протри-ка, Дед, очки!

Что, не видишь - я в наряде,

Тянуть репку в таком виде?

**Бабка.**Это что же за наряд?

Осень на дворе стоит.

**Дед.**

По сезону одеваться

Надо, Внучка, как-нибудь.

А то, так вот закаляться…

**Репка.**

Репку будете тянуть?

*Дед, Бабка, Внучка тянут Репку.*

**Все вместе.**

Раз-два, тянем Репку!

**Дед***(вытирая пот)***.**

Да, сидит довольно крепко.

**Репка.**

Сказки надобно читать -

Пора Жучку вашу звать!

**Внучка.**

(Репке) Обойдемся без подсказок!

(Деду с Бабкой) Позовем давайте сразу

Пса и кошку, чтоб они

Вырвать Репку помогли!

(Репке) Ты здесь много не болтай,

В наше дело не встревай.

**Дед.**

Ты на грядке новичок,..

**Бабка.**… у нас не Жучка, а Жучок!

**Дед.**

Только вряд ли они смогут

Оказать нам тут подмогу.

Вон лежат себе кольцом

В холодочке под крыльцом.

**Бабка.**

Спят они там оба, что-ли?

**Внучка.**

Как же! Корчатся от боли!

Животы у них болят!..

Врут! Работать не хотят!

**Бабка.**

Ну, еще бы не болели!

Вот, буквально на неделе,

Тьфу ты, что же за напасть:

Всяку гадость тащат в пасть!

**Дед.**

С грязью, пылью…

**Внучка.**

… плюс - микробы!

**Бабка.**

И не заболели чтобы!?

*Появляются Жучка и Мурка, держась за животы.*

**Дед***(с иронией)***.**

Во! Помощнички пришли!

До чего же вы дошли!

**Внучка.**

Ну еще бы! Подбирают

Все с земли и в рот суют!

**Бабка.**

Будто бы не понимают,

Что кругом зараза тут!

**Репка.**

Хватит вам митинговать,

Пора Репку вырывать!

**Дед.**

А и верно, заболтались!

Ну-ка, все за Репку взялись!

*Тянут Репку.*

**Жучок.**

Гав-гав-гав!

Не сладить с Репкой!

**Мурка.**

Мяу-мяу!

Сидит крепко!

**Жучок.**

Что б такого предпринять?

О! Мышку надо бы позвать!

**Мурка.**

Ну, Жучок, уж это слишком -

Звать какую-то там Мышку.

Развелось мышей так много -

У меня от них изжога!

**Внучка.**

Все советуют вам тут

Есть полезную еду.

Ну, а где же ваша Мышь?

**Бабка.**

С криком ты не убежишь?

С детства ты боялась мышек…

*Появляется Мышка с обручем.*

**Мышка.**

Нас боялась? Это слишком!

Что, проблема у вас есть?

Помогу, пока я здесь.

**Дед.**

Видишь - вырастили Репку,

А она сидит так крепко,

Что ее мы - вот беда! -

Ни туда и ни сюда!

**Репка.**

Ты у пигалицы этой

Попроси еще совета,

Как со мною совладать!..

**Дед.**

Ну-ка, хватит там болтать!

А не то сейчас лопаткой

Тебя вытащу из грядки!

**Жучок.**

Чтоб орудовать лопаткой,

Надо делать физзарядку!

**Мурка.**

Ну а Мышь у нас - спортсменка,

Нам поможет непременно!

**Дед.**

Друг за друга взялись крепко!

Раз!

**Все.**

И вытянули Репку!

*Репка сваливается со стула. Все участники встают на авансцене.*

**Репка.**

Репку вытянули дружно,

Значит, главное - что?

**Все.**

Дружба!

**Дед.**

Мы следим за урожаем

И зарядку уважаем!

**Бабка.**

А питаться по режиму -

Больше сил, и меньше - жиру!

**Внучка.**

Одеваться по сезону -

В этом есть большой резон!

Нам простуды не нужны,

Мы беречь себя должны!

**Жучок.**

Мойте лапы, то есть - руки!

С пола не тащите в рот!

**Мурка.**

И тогда не будет муки,

И не заболит живот!

**Мышка.**

Больше двигайтесь, играйте,

Будьте бодрыми всегда!

**Все.**

Быть здоровыми старайтесь,

Не болейте никогда!

Мы желаем вам, ребята,
Быть здоровыми всегда,
Но добиться результата
Невозможно без труда.