**Сценарий агитбригады «За здоровый образ жизни»**

****

****

*(выход под песню «Коламбия пикчер не представляет»), у каждого на груди своя буква)*

Элина: Телекомпания Степновская школа ТВ представляет…

Таня: Если вам от 13 до 17…

Настя: Если вы молоды и энергичны…

Ленара: Если вы думаете о своем будущем…

Саша: И хотите изменить мир вокруг себя…

 То вам с нами по пути!

Элина: Вас приветствует агитбригада : *(вместе)* - **ЗОЖики**!

Настя: Что означает (*каждый делает шаг вперёд на свою букву и говорит)*

**Задорные, Оптимистичные, Жизнерадостные, Идейные, Креативные, Интересные**люди, а это значит, здоровые духом и телом!

**Элина: Наш девиз (*вместе)*: «Дружно, смело, с оптимизмом, мы за здоровый образ жизни! »**

Наша команда определила составляющие здорового образа жизни.

*(выход Фезла Усеина под кадрмль из фильма «Любовь и голуби»)*

**Усеин:** **фигура первая. Утренняя**

*(все выполняют упражнения)*

Ленара: Чтоб совсем проснуться,

Надо потянуться.

Раз – подняться, подтянуться.

Два – согнуться, разогнуться.

Три – в ладоши три хлопка,

Головою три кивка.

На четыре – руки шире,

Пять – руками помахать.

Шесть и семь – с улыбкой встать.

Восемь – можно день начать.

**Усеин: фигура вторая. Освежающая.**

Таня: Каким нам воздухом дышать?
Ну, извольте отвечать!
Аллергию и бронхиты
Вы, конечно, не хотите?
Так придумайте машины,
Что не требуют бензина,

Прикажите вы заводам,
Не выбрасывать отходов.
А пока что в лес бежать,
И дышать, дышать, дышать!

*мотив “Остров невезения” из фильма “Бриллиантовая рука”*

Жаль, что у нас зелени абсолютно нет,
школу, и дома наши окружает степь,
школу, и дома наши окружает степь

Жаль, что у нас зелени абсолютно нет.

Чаще выбирайтесь-ка, люди, вы в леса,
Чаще, люди, слушайте птичек голоса,
Чаще, люди, слушайте птичек голоса,
И свершатся лучшие с вами чудеса.

Там вы свежим воздухом будете дышать,
Кислород вам легкие будет прочищать,
Кислород вам легкие будет прочищать,
И совсем не станете кашлять и чихать.

**Усеин: фигура третья. Закаляющая**

Настя: Крепким стать нельзя мгновенно,

Надо закаляться постепенно.

Утром бег и душ бодрящий!

Как для взрослых – настоящий!

На ночь окна открывать,

Комнату проветривать.

Ноги мыть водой прохладной,

Здоровее станут гланды.

Стресс, волнения, заботы
Ваши сокращают годы.
Кстати, нынче говорят,
Что полезен шоколад.
Кушайте, успокаивайтесь,
На позитив настраивайтесь.

**Усеин: фигура четвертая. Поучительная**

Саша: Если хочешь быть здоров,
Достигать рекордов,
Наш совет для вас готов:
Подружись со спортом!
И запомни навсегда:
Лень гроша не стоит!
Солнце, воздух и вода –
***Все вместе***: Вот формула здоровья!

**Усеин: фигура пятая. Разлучная**

Элина: Ну, немного полегчало?
 Это только лишь начало.
Настя: Продолжает каждый сам.
Таня: Только будь, мой друг, упрям:

Элина: Есть преграды – не сдавайся,

Настя: И успехов добивайся.

Саша: Ты со спортом подружись,

Таня: Сделай радостнее жизнь.

Ленара: И увидишь: там и тут,
 Все дела на лад пойдут.

Саша: Здоровье наше – дар природы

 Так будь здоровым, человек

 В эпоху техники и моды

**Вместе:** Здоровью посвяти свой век.