**Сценарий агитбригады**

**«Мы выбираем здоровый образ жизни»**

1. (Звучит минусовка «Строевой марш)  
   ***Хором***. 1, 2,3,4

Эй, ребята, шире шаг

Нет, наверно, в целом мире

Веселей, дружней ребят.

Не грустят в семействе нашем,

Мы поём. Танцуем. Пляшем.

В ритме века мы живём.

Время классно проведём.

***Чтец 1***. Объединение «Непоседы» приветствует Вас!

Мы рады сегодня быть здесь и сейчас!

***Чтец 2***: Пропаганду здорового образа жизни ведём,

Сценарии пишем, песни поём!

Уроки, вечера - всё проходит у нас на «УРА!»

**Незнайка**: - Эй, друзья, куда спешите?

- Мы спешим на школьную конференцию «Мы выбираем жизнь!»

- Мы хотим всех научить, как здоровье сохранить!

**Незнайка**:- А откуда вы вообще?!

расскажите о себе.

1)В школе номер 1 живём,

Каши вкусные жуём,

С каждым днём мы подрастаем -

Сил, здоровья набираем!

2) Рано утром просыпаемся,

Себе, людям улыбаемся.

Грубых слов не говорим,

Только добрые творим.

3) На уроках разминаемся,

Физминутками занимаемся.

Будем сильными всегда,

Выполнять все на УРА!

**Звучит музыка и все на сцене танцуют спортивный танец «Зарядка»**

**Незнайка**: устал я что-то и пить очень хочется. (достает из сумки кока-колу)

4) Кока-кола это вред,

Мне сказал об этом дед.

И теперь весь наш отряд

Молоку, кефиру рад.

**Незнайка**: У меня есть жевательные конфеты, угощайтесь?

6) Что ты, Незнайка, не знаешь про вред жевательных конфет?

7) Углеводов много в ней,

Фигура будет не худей.

Зубам кариес вредит,

Будешь ты тогда сердит.

**Незнайка**: Ну тогда я хоть чипсами подкреплюсь.

8) Что ты Незнайка!

Много соли содержат

И костям твоим вредят.

Чипсы это просто вред!

Витаминов вовсе нет!

**Незнайка**:Что же делать мне тогда? Ничего что ли нельзя?

9)В жизни нам необходимо

Очень много витаминов.

Всех сейчас не перечесть,

Нужно нам их больше есть.

10)Ешь, ты, овощи и фрукты –

Они полезные продукты!

Конфеты, пряники, печенье

Портят зубкам настроенье.

11)Кушай овощи дружок,

Будешь ты здоров!

Ешь морковку и чеснок,

К жизни будешь ты готов!

12)Мясо, овощи и фрукты –

Натуральные продукты,

А вот чипсы, знай всегда,

Это вредная еда.

13)Кушай овощи и фрукты,

Рыбу, молокопродукты –

Вот полезная еда.

Витаминами полна!

14)«С» - важнейший витамин,

Всем вокруг необходим,

Лучше средства в мире нет

Укреплять иммунитет.

15)Каждый день съедай лимон –

Будешь крепок и силен,

Перестанешь ты болеть

И от счастья будешь петь!

16)Витамины группы «В»

Пользу принесут тебе.

Надо их употреблять,

Чтобы нервы укреплять, улучшать обмен веществ,

Уменьшать излишний вес.

17)Все люди на этой планете

Мечтают счастливыми быть.

Все люди на этой планете

Здоровье хотят сохранить.

А выход - один ,

И нам лишь решать.

Какую судьбу для себя выбирать.

**Песенка-переделка о Здоровом Образе Жизни *(на мотив детской песни «Улыбка»)***

1. От улыбки всем нам веселей,

А от утренней пробежки мы бодрее,

Поделись диетою своей,

И тогда фигура сразу постройнеет!

**Припев:**

Мы советуем, друзья,

Не питаться вам как зря,

И забудьте вы про чипсы, кириешки!

Ешьте овощи с утра,

Пейте соки вы всегда,

В них есть калий, магний и ещё железо!

2 . От улыбки станет всем светлей,

Если ваши зубы белые, как жемчуг.

Поделись конфетою скорей -

Сахар вреден для зубов и даже кетчуп!

**Припев:**

Солнце, воздух и вода -

Наши лучшие друзья!

Не сидите за компьютером часами,

Не скучайте у окна,

Ведь давно гулять пора,

А прогулка в лес полезна для дыханья!

Все вместе:

18). Мы открыли вам секреты,

Как здоровье сохранить.

Выполняйте все советы,

И легко вам будет жить!

Уходят маршируя.