***Литературно – музыкальная композиция***

***«Что*б жизнь счастливую прожить,**

**Здоровье нужно сохранить».**

***Ведущий:***

Приветствуем всех, кто время нашел

И в школу на праздник здоровья пришел.

Мы здесь подрастаем, мужаем мы здесь.

И набираем, естественно, вес.

Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны,

Нам спорт с физкультурой, как воздух нужны.

***Ведущий:***

А с ними порядок, уют, чистота.

Эстетика. В общем, сама красота.

Здоровье свое бережём с малых лет,

Оно нас избавит от болей и бед.

***Ведущий:***

Получен от природы дар –

Не мяч и не воздушный шар.

Не глобус это, не арбуз –

Здоровье, очень хрупкий груз.

Чтоб жизнь счастливую прожить,

Здоровье нужно сохранить.

**Ведущий 2.**Добрый день, уважаемые гости. Мы рады  видеть вас на нашем празднике здоровья.  Без преувеличения можно сказать, что хорошее самочувствие – залог работоспособности, активной деятельности, отличного настроения, важнейшее и непременное условие нашего долголетия.

Каждому из нас дана только одна удивительная возможность прожить свою жизнь на планете Земля. А как прожить свою жизнь, каждый человек решает по - своему.

1. Мы выбрали здоровье и, думаем, не зря:   
   Любой здоровый нищий счастливее

Больного короля.

2. Ни минуты мы все вместе,   
 Не сидим на месте,   
 Стадион, спортзал, природа,   
 Всё для нас, в любое время года.

3. Здоровье наше – дар природы.   
 Так будь здоровым, человек,   
 В эпоху техники и моды   
 Здоровью посвяти свой век.

4. Мы плаваем в бассейнах, бежим на стадионах,   
 Здоровый образ жизни бьётся в сердцах миллионов!

5. Со здоровьем дружен спорт!   
 Стадион, бассейн и корт,   
 Зал, каток – везде нам рады.

6. За старание в награду

Станут мышцы наши твёрды,   
 Будут кубки и рекорды.

7. Своё здоровье спортом укрепляй,   
 Ходи в походы и встречай рассветы,   
 Секрет успеха в жизни, твердо знай -   
 Твоё здоровье, ты запомни это.

8. Стремись к вершинам неопознанных страниц,   
 Открой свои прочитанные дали.   
 Знай, человек, твоё здоровье - жизнь!   
 Жизнь без болезней, горя и печали.

9. Песня жить помогает,

Песня объединяет,

Создает настроенье она!

А спортивные песни

Вдохновенны, чудесны

Наполняют здоровьем сердца!

**Песня «Спортивная»**

**Доктор.**

В этой школе я живу уже который год.  
Откровенно вам скажу: славный тут народ!  
Никогда у нас ребята не едят немытых ягод,  
Чистят зубы, моют уши…

**Ученик.**А можно, уважаемый доктор, спросить?

**Доктор.** Пожалуйста, я отвечу на твои вопросы.

**Ученик.**

Доктор, доктор, как мне быть,   
Уши мыть или не мыть?  
Если мыть, то как мне быть:  
Часто мыть или пореже?

**Доктор***(отвечает гневно).* Еже-еже-дневно!!!

( *на сцену выходит  мальчик Сладкоежкин*)

**Сладкоежка***.*

Я Сладкоежка Сладкоежкин.  
Люблю вкусно поесть.  
Мармелад, пирожное,  
Отличное мороженое!                  
Булочки, ватрушки,  
Сдобные пампушки.  
«Марсы», чипсы и «Пикник»  
Развивают аппетит.  
Не люблю делиться,  
Всё мне пригодится.

*Садится за стол и достаёт из пакета содержимое.*

Этот тортик мне,   
И колбаска мне,   
И конфетки мне, -    
Не подходи ко мне!

**Ведущая.***(Подходит к Сладкоежке.)*

Не бойся, Сладкоежка, я у тебя ничего не заберу.  
Только я не могу поверить, что это ты один можешь всё съесть.

**Сладкоежка.**

Да, съем и никому не дам, ведь я сладости очень люблю.  
Нету больше радости  
Для меня, чем сладости. (поглаживает животик)

**Ведущая.**

Всякий раз, когда едим

О здоровье думаем:

Мне - не нужен жирный крем

Лучше я морковку съем!

**Сладкоежка.**

Ой, ой! Что-то у меня живот заболел!  
И в боку боль! Ой, и голова заболела!  
А-а-а! И зубы болят! Побегу к нашему доктору.

*(Приходит к доктору, доктор слушает, осматривает его*. *Медсестра пишет рецепт*).

**Доктор.**

Ты, Сладкоежка, кушал чипсы,  
Кока-колой запивал  
Я теперь тебе леченье   
На полгода прописал!  
Если хочешь быть здоровым,           
Бодрым, умным и веселым,  
Ешь побольше овощей  
Фруктов, кашек и борщей!  
Чипсы, кола – ерунда!  
Каша, зелень – вот еда!

Все вы здоровы и очень дружны.  
Витамины с зарядкой вам как воздух нужны!  
Здоровье свое береги с малых лет.  
Оно вас избавит от болей и бед!

***Ведущий***Задумывается ли кто из ребят, из гостей над тем, сколько времени он сидит, лежит, работает, смотрит телевизор, играет в компьютерные игры, чем питается, как ухаживает за собой?!

***Ведущий*** Сегодня ребята хотят рассказать и показать всем присутствующим, почему необходимо вести здоровый образ жизни.  
Итак, занавес открывается, наша сказка начинается.

***Медсестра***  
Добрый доктор Айболит,  
Он в больнице сидит.  
Приходи к нему лечить  
Хоть простуду, хоть рахит.  
Он излечит, исцелит,  
Никогда не навредит!

Если хочешь быть здоров –  
Приходи к нам на осмотр.

***Ведущий***  
Но вот случилась беда такая,  
Прибежала к Айболиту Кошка молодая.

(Кошка):  
Доктор, моим деткам помоги,  
Поскорей их, доктор, полечи!  
Они кушать не хотят,  
Только плачут да кричат!  
Может, вирус подхватили?  
Или ноги промочили?  
Добрый доктор, помоги,  
Моих котяток исцели.

***Медсестра***  
Мы с Айболитом тут же вскочили  
И за Кошкой к ней домой поспешили.  
А дома, а дома котята лежат,  
Стонут, рыдают и верещат!

**Доктор.**

Котята, немедленно успокойтесь.  
Не кричите, не ревите,  
Что случилось, расскажите.  
И я вас тот час осмотрю,  
Если потребуется — помощь окажу.

(1 котенок):  
Наши ножки болят, наши ручки болят,  
Мы с постели встать не можем.  
Ждем – ну кто же нам поможет?!

(2 котенок):  
Мы сил совсем лишились,  
Не можем есть и пить.  
Когда же, добрый доктор,  
Ты нас начнешь лечить?!

**Доктор.**

Вам зарядку надо делать:  
Бегать, прыгать и играть.

А еще вам витамины необходимо принимать.

И соблюдение режима, разумеется, необходимо.

(3 котенок):  
А у меня живот болит:  
Крутит, вертит и бурлит.  
Три дня я на горшке сижу  
И подняться не могу!

**Доктор.**

А скажи-ка, милый мой,  
Ты руки мыл перед едой?  
Главный рецепт от живота –  
Гигиена! Проще, чистота.

(4 котенок):  
Мой зуб качается, болит,  
Добрый доктор Айболит,  
А во рту, смотри, прыщи,  
Что же делать, подскажи.

**Доктор.**

Да, про щетку, и про пасту  
Видно ты забыл, дружок.  
У тебя же стоматит!  
И кариес тебе грозит.  
Регулярно чисти зубы,  
А иначе худо будет!

(5 котенок):  
Мои глаза меня подводят:  
Плохо видят и болят!  
Не разглядеть мне на экране.  
Ни корову, ни котят!

**Доктор.**

*(Обращается к Кошке.)*  
Ограничьте телевизор,  
*(Обращается к котенку.)*  
В компьютер долго не играть,  
Детским глазкам очень нужно  
От экранов отдыхать.

(6 котенок):  
Кашляю я и чихаю,  
То мне жарко, то озноб!

**Доктор.**

Да у тебя ж температура,  
Тридцать девять, мой дружок!  
Здесь, разумеется, простуда:  
ОРВИ или бронхит.  
Срочно маску надевай,  
Никого не заражай!

***Медсестра***  
Для тебя сироп, таблетки,  
Два раза в сутки принимать.  
И до снижения температуры  
С постели не вставать!

(7 котенок):  
Меня замучила чесотка  
Я весь чешусь то тут, то там!  
И от этого три ночи  
Я совсем почти не спал!

**Доктор.**

Для тебя совет простой –  
Почаще в душ ходи, мой дорогой.  
Шампунь, и мыло, и вода -   
Твои верные друзья.  
Ты о них не забывай,  
Ежедневно применяй.

(Кошка):  
Спасибо, доктор Айболит,  
Теперь у котят ничего не болит!  
Не кашляют и не чихают,  
Их глазки здоровые за всем наблюдают!  
Руки, ноги не болят,  
Есть и пить они хотят.  
Душ ежедневно принимают,  
Зубы щеткой с пастой вычищают!  
А за животики хватаются,  
Лишь только когда смехом заливаются!

Все котята:  
Мама, мы совсем не слушались тебя,  
Вот и пришла в наш дом беда.  
Это будет нам уроком.  
Здоровьем надо дорожить,  
Чтоб счастливо на свете жить.

(5 котенок):  
Без спортивной подготовки

Танцы трудно танцевать

Значит надо тренировки

Никогда не забывать!

(7котенок):  
Танцами мы увлеклись

Для здоровья, для души.

А потом нам все сказали,

Что во всем мы хороши!

**Весёлый танец**

**Доктор.**

А нам пора,  
Будьте здоровы, детвора.

***Медсестра***  
О правилах здоровья не забывайте,  
Их ежедневно соблюдайте!

***Ведущий***

Купить можно много:  
Игрушку, компьютер,  
Смешного бульдога,  
Стремительный скутер,

***Ведущий*** Коралловый остров  
(Хоть это и сложно),  
Но только здоровье  
Купить невозможно.

***Ведущий*** Оно нам по жизни  
Всегда пригодится.  
Заботливо надо  
К нему относиться.

***Медсестра***  
Мы желаем вам, друзья,  
Быть здоровыми всегда.  
Но добиться результата   
Невозможно без труда.

**Доктор.**

Постарайтесь не лениться –  
Каждый раз перед едой,  
Прежде, чем за стол садиться,  
Руки вымойте водой.  
И зарядкой занимайтесь  
Ежедневно по утрам.

И, конечно, закаляйтесь –  
Это так поможет вам!

***Медсестра***  
Свежим воздухом дышите  
По возможности всегда,  
На прогулки в лес ходите,  
Он вам силы даст, друзья!

**Доктор.**

Мы открыли вам секреты,  
Как здоровье сохранить,  
Выполняйте все советы,   
И легко вам будет жить!

**Песня «Мы за здоровый образ жизни»**

1.Под нашим коренновским небом синим,   
Где сосны и березы смотрят ввысь,  
Из разных школ больших и очень малых  
Директора сегодня собрались.  
Открыто обсудить свои проблемы,  
И каждый должен для себя решить  
Здоровье юных - нет важнее темы,  
От всех зависит как мы будем жить.  
  
Припев: Мы за здоровый образ жизни,  
За светлый путь своей страны,  
Мы твердо знаем, что своей России  
Здоровыми и сильными нужны!  
  
2.Пусть утро начинается с зарядки,  
Друзья нам солнце, воздух и вода,  
С учебой тоже все у нас в порядке,  
И настроение бодрое всегда.  
Со спортом всех дружить мы призываем,  
И сильными и ловкими растем,  
А вырастем мы точно это знаем,  
Стране своей лишь славу принесем.  
  
Утром делаем зарядку, обливаемся водой,  
Всем дурным привычкам объявляем БОЙ!  
Мы ходить в походы будем,  
Песни петь у костра,  
**Ни страшны тогда нам будут ни болезни, ни тоска!**  
  
3.Мы скажем НЕТ наркотикам и пиву,  
О сигаретах всем забыть пора,  
Здоровье и выносливость, и силу  
Мы сохраним на долгие года,  
Но очень скоро взрослыми мы станем  
И эту встречу будем вспоминать   
И сдержим обещания сказанные нами  
И наши дети будут повторять!  
  
Мы за здоровый образ жизни,  
За светлый путь своей страны,  
Мы твердо знаем, что своей России  
Здоровыми и сильными нужны!  
Здоровыми и сильными нужны!  
Здоровыми и сильными нужны!

Все здоровый образ жизни

Мы с ребятами ведем.

Хоть еще и маловаты,

От взрослых мы не отстаем.

Будем мы всегда здоровы

Будем крепкими расти

Олимпийские рекорды

Ждут нас точно впереди!

Все люди на этой планете

Мечтают счастливыми быть.

Все люди на этой планете

Здоровье хотят сохранить.

А выход – один,

И тебе лишь решать.

Какую судьбу для себя выбирать.

Ведь авторитет алкоголем не купишь,

Загубишь лишь жизнь ты свою!

А сколько хорошего встретишь вокруг,

В библиотеках читателей ждут,

Книгой хорошей займут, увлекут.

В школу искусств приходи, не ленись,

К миру прекрасного здесь прикоснись.

Посмотри ты вокруг,

Думай, решай, и выбирай

**Хором:** ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!

**Песня**