

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа г. Зерноград

**Сценарий  
проведения дня здоровья**

**«Здоровье – путь к успеху»**



**Составитель:  
учитель физической культуры  
Романенко Л.Б.**

**г. Зерноград  
2023г.**

### **Звучат фанфары.**

**1 ведущий:** Внимание, внимание. Слушайте все! Сегодня в нашей школе проводится день Здоровья.

Здоровье – это данный с рождения бесценный дар, который преподносит человечеству природа. Без хорошего, крепкого здоровья невозможно сделать нашу жизнь интересной и счастливой.

Многие люди растрачивают этот дар впустую, порой забывая, что потерять здоровье очень легко, а вот вернуть его очень трудно, а иногда и невозможно.

(показательное выступление гимнастов) – **плавная музыка**



### **2 ведущий: Ода спорту (Чтец за кадром)**

Отточенная пластика движений.

Мгновенная реакция броска.

О спорт! Ты воспитатель поколений.

Большого друга верная рука.

Чтоб бегать, плавать, двигаться умело,

Противника, играя, побеждать,

Пуускайте тело без сомненья в дело!

Нет больше чести, чем себя создать!

Спорт дарит нам энергию здоровья,

Упорство, силу духа, красоту.

Спорт учит нас на мир смотреть с любовью,

В реальность воплощать свою мечту.

Слово предоставляется директору школы Лифоревой Ларисе Сергеевне.



### **Музыка (солнце ярче брызнет)**

**Чтец 1:**

Всегда полезно спортом заниматься,  
Беречь здоровье, правильно питаться.  
Ходить в бассейн не просто покупаться,  
А закаляться и оздоравливаться.

**Чтец 2:**

С утра пробежку делать непременно  
С гантелями в руках одновременно,  
Ведь это помогает несомненно  
Быть крепким, сильным, мегасовременным.

**Чтец 3:**

На брусьях вечерами отжиматься –  
Стальные мышцы накачать стараться,  
Чтоб, если вам придется раздеваться,  
Пытливых взглядов перестать стесняться.

**Чтец 4:**

Не нужно тело нагружать мгновенно,  
Старайтесь упражняться переменнo  
И сила наберется постепенно –  
Фигура станет просто офигенной.

**Чтец 5:**

Не валяюсь я в постели,  
Не жую конфет "Коровка" -  
Я беру свои гантели,  
Начинаю тренировку!

**Чтец 6:**

У здоровья есть враги,  
С ними дружбы не води!  
Среди них тихоня лень,  
С ней борись ты каждый день.

**Чтец 7:**

Быть здоровым — это модно!  
Дружно, весело, задорно  
Становитесь на зарядку.  
Организму — подзарядка!

Проводится весёлая зарядка. — **энергичная музыка**



**1 ведущий:**

В нашей жизни всё мгновенно.  
Всё проходит и пройдёт.  
Спортом надо непременно  
Заниматься круглый год.

**2 ведущий:**

Прыгать, бегать, отжиматься,  
Груз тяжелый поднимать,  
По утрам тренироваться,  
Стометровку пробегать.

**1 ведущий:**

Убегая от инфаркта,  
Не щади себя, мой друг!  
Бодрый мир веселых стартов –  
Вестник будущих побед!

**2 ведущий:**

Не тушуйся. Не стесняйся.  
Обходись без докторов.  
Своим телом занимайся.  
Будь здоров! Всегда здоров!

**1 и 2 ведущий:**

Переключка начинается 1А, 1Б и т. д. (взять девизы по классам)



### **1 ведущий:**

А теперь предоставим слово нашим учителям физкультуры.

### **Музыка – песня Стадион**

1 блок (физоргий школьный клуб)

Девиз клуба:

Лидер быть – к победе стремиться, в спорте успехов ты должен добиться!



Клятва спортсменов:

Клянемся!  
 Любить физкультуру, успехов добиться.  
 Клянемся!  
 Сильными, ловкими, смелыми быть.  
 Клянемся!  
 Честно к победе стремиться.  
 Клянемся!  
 Девиз олимпийский помнить и чтить  
 Клянемся! Клянемся! Клянемся!

2 блок (программа дня здоровья)

Концовка:

1 вед - Спорт дает нам бодрость настроение.

2 вед - Спорт открывает много полезного и интересного.

1 вед - Спорт делает нас сильными, ловкими статными.

2 вед - Спорт зовет людей, померяться силами. Преодолеть себя.

После концовки идёт музыка

