



## Сценарий спортивно-танцевального флэшмоба «Утро, начинается с зарядки»

**Оборудование:** ноутбук, проектор, сабуфер и колонки, видеоролик с движениями «Делаем зарядку».

*Звучит музыка «Делаем зарядку», дети строятся*

**Ведущий 1:** Добрый день дорогие ребята.

Сегодня мы проводим здесь спортивно танцевальный **флэшмоб** «Делаем вместе!»

Слово «флэшмоб» для многих из нас ново и пока незнакомо, флэшмоб — это заранее спланированная массовая акция, в которой большая группа людей появляется в общественном месте, выполняет заранее оговоренные действия и затем расходится. В переводе с английского flash означает «вспышка», а mob — «толпа». Так что получаем полный: «вдруг откуда ни возьмись, появишься и загорись». Так давайте сегодня активно покажем свою сплоченность, подвижность, жизнелюбие, давайте выступим генераторами хорошего настроения и зарядим своей положительной энергетикой все вокруг!

**Ведущий 2** .Всем участникам привет

И такое слово:

Спорт любите с малых лет –

Будете здоровы!

**Ведущий 1.** Я открою вам секрет –

В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом неразлучен,

Проживёшь тогда 100 лет!

Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом очень дружим.

Спорт — помощник,

Спорт — здоровье,

Спорт — игра,

Физкульт-ура!



## Ведущий 2.

Вы готовы танцевать? (Да)  
Вы готовы побеждать? (Да)  
А соперников уважать? (Да)  
Никогда не унывать? (Да)  
Чтоб здоровым быть,  
Надо знания копить.  
Отвечайте дружно вы  
На вопросы на мои.  
Надо делать нам зарядку,  
Чтобы было все в порядке? (Да)  
Надо нам лениться,  
Не любить трудиться? (Нет)  
Надо руки чаще мыть,  
Чтоб грязнулями не быть? (Да)  
Надо брать таблетки  
И есть их как конфетки? (Нет)  
Надо много нам гулять,  
Свежим воздухом дышать? (Да)  
Надо ли веселым быть  
И улыбки всем дарить? (Да)  
Надо шапку надевать,  
Чтоб зимою не хворать? (Да)  
Надо много есть конфет,  
Что зубам наносят вред? (Нет)  
А сосульки полизать,  
Чтоб в больнице полежать? (Нет)  
Надо плакать, унывать,  
Всех слезами заливать? (Нет)  
Надо лечь пораньше спать,  
Чтобы утром не зевать? (Да)  
Надо спортом заниматься  
И победы добиваться? (Да)

- Ну что, все готовы!

*Музыка «Делаем Зарядку»*

**Ведущий 1.** Занятие спортом подарит нам самое дорогое, что есть у человека – это здоровье! Но, что, же такое здоровье?

(Дети)

- 1 Здоровье – это когда тебе хорошо!
- 2 Здоровье – это когда ничего не болит!
- 3 Здоровье – это красота!
- 4 Здоровье – это сила!
- 5 Здоровье – это гибкость и стройность!



6 Здоровье – это выносливость!

7 Здоровье – это гармония!

8 Здоровье – это когда утром просыпаешься бодрым и веселым!

9 Здоровье – это когда ты без труда можешь подняться на 4 этаж!

10 Здоровье – это когда ты с радостью выполняешь любую работу!

11 Здоровье – это когда ты радуешься жизни!

### ЗАГАДКИ

1. Утром рано поднимайся,  
Бегай, прыгай, отжимайся.  
Для здоровья, для порядка  
Людям всем нужна.

*(зарядка)*

2. Дождик теплый и густой,  
Этот дождик не простой,  
Он без туч, без облаков  
Целый день идти готов.

*(душ)*

3. Хочешь ты побить рекорд  
Так тебе поможет...*(спорт)*

4. Он с тобою и со мною  
Шел лесными стежками.  
Друг походный за стеною  
На ремнях с застёжками.

*(рюкзак)*

5. Ясным утром вдоль дороги  
На траве блестит роса.

По дороге едут ноги  
И бегут два колеса.

У загадки есть ответ:

Это мой... *(велосипед)*

6. Есть, ребята, у меня  
Два серебряных коня,  
Езжу сразу на обоих!

Что за кони у меня?

*(коньки)*

7. Чтоб большим спортсменом стать,  
Нужно очень много знать.

И поможет здесь сноровка

И конечно... (тренировка)

**Ведущий 1:** А чтобы быть здоровым необходимо как можно больше двигаться. Ведь не даром говорят: “Движение – это жизнь”. Я предлагаю вам всем немного подвигаться, размять свое тело. Ведь утро нужно начинать с зарядки. Ведущий: Молодцы, ребята, вы и загадки хорошо отгадываете. Тогда переходим к нашему основному состязанию.

**Музыка «Делаем Зарядку»**

**Ведущий 2:** День здоровья любят дети

Городов и деревень,

Пусть же станет в целом свете

День здоровья каждый день!

**Ведущий 1:** Я желаю вам, ребята:

Веселиться и играть, много бегать и скакать.

Чистить зубы, умываться.

Загорать, играть, купаться.

И смеяться и смеяться!

Физкультурой заниматься!

**Ведущий 2:** На этом дорогие зрители наш спортивно танцевальный флеш-моб «Делаем вместе!» окончен.

-Спасибо всем!!! Будьте здоровы!!!! Физкульт – Ура!!!!

