

**Сединина Марина Ахатовна воспитатель МБОУ «Сивинская школа – интернат»
с.Сива Сивинского района Пермского края**

**Сценарий общешкольного мероприятия
«Мы за здоровый образ жизни»**

Здоровье – это ценность и богатство,
Здоровьем людям надо дорожить!
Есть правильно и спортом заниматься,
И закалятся, и с зарядкою дружить.

Чтобы любая хворь не подступила,
Чтоб билось ровно сердце, как мотор,
Не нужно ни курить, ни пить, ни злиться,
Улыбкой победить любой укор.

Здоровый образ жизни – это сила!
Ведь без здоровья в жизни никуда.
Давайте вместе будем сильны и красивы
Тогда года нам будут не беда!

Ведущий: Сегодня мы пригласили вас для того, что бы открыть вам глаза на некоторые повседневные вещи и помочь вам сделать правильный выбор.

Ведущий: Ребята, какие вредные привычки вы знаете?

Ответы зрителей

Ведущий: А какие из них самые распространенные?

Ответы зрителей: Курение, Алкоголь, Наркомания.

Ведущий: Сегодня мы предлагаем отправиться к ним, и сорвать с них привлекательные маски.

Вместе: А вы с нами?

(Песня на мотив «Не думай о секундах свысока»)

Задумайся, здоровье не пустяк,
Ты сам поймешь, оно лишь раз даётся:
Когда в груди поселится червяк,
Оно уже, быть может, не вернётся.
На алкоголь ты смотришь свысока.
Но только прикоснись к нему губами –
Трагедия уже совсем близка,
Погубишь жизнь своими же руками.
Наркотики – крупнейшее зло,
Не пробуй их, и жизнь не омрачится
Поверь, тебе ужасно повезло
Лишь на чужих примерах поучиться.
У нас с тобой один лишь выход есть –
От всех дурных привычек отказаться!
Здоровье сохранив своё и честь,
Умнее и счастливей оказаться!

Появляется Сигарета.

Сигарета: О как много вас пришло! И все вы к нам?

Привет, друзья!

Я вижу, вы в восторге!

Мой вид конечно, привлекателен.

И голос нежен, обаятелен...

Не каждый может удержаться.
Вот так и тянется рука
Со мною пообщаться.
Мой дым, клубами обвивая,
Виденья интересные
Пред вами представляет...
Есть среди вас кто пробовал меня?

Ведущий: Курение – вред!

Ты людям легкие так засоряешь,
Что от куренья кашлять начинаешь.
Мозг не работает, и хуже аппетит.
Ох, будем мы иметь – ужасно бледный вид!

Предлагаем вам посмотреть, что остается в ваших легких, после выкуривания 20 пачек сигарет.

Чтобы быть крутым в своем кругу, не обязательно дымить одну за другой сигареты и приобретать морщины в 18 лет!

Ведущий: Спросите, что можно сделать еще, как выделиться в компании?

Можно продемонстрировать свою физическую силу, накачанную в спортзалах.

И поверьте, внимание девчонок будет вашим!

Проводится конкурс «Разорви пачку».

Ведущий: Кто сможет одним движением порвать эту пачку сигарет, в которой всего одна сигарета?

Ведущий: А у кого хватит сил порвать пачку с тремя сигаретами?

Ведущий: А если там десять сигарет, найдутся смельчаки?

Ведущий: Наконец, в пачке все сигареты. Есть силачи?

Ведущий: Ребята потрудились на славу, а мы подводим итоги. Это был рецепт для тех, кто хочет бросить курить. Сначала вы от общего количества дневной нормы сигарет отнимаете одну. Через пару дней – 3, потом – 4, 5, и так дойдете до 10. А затем будет гораздо проще дойти и до всей пачки: так вы выбросите в мусорную корзину свою вредную привычку

Ведущий: И поверьте нам, у вас окажется масса лишних денег, оставшихся от покупки сигарет на всякого рода удовольствия.

Ведущий: Если посчитать, то статистика получается разорительная. Пачка сигарет стоит в среднем 30 рублей. Умножаем 30 на 30 дней – обычный курильщик выкуривает пачку в день – получается сумма в 900 рублей. А если сосчитать за год? Примерно 10 тысяч 800 рублей.

Ведущий: На эти деньги можно купить массу дорогой хорошей косметики.

Ведущий: Или классную кожаную куртку.

Ведущий: Или 5 пар джинсов.

Ведущий: Так что выбирайте. Курить или бросить!

Появляется Алкоголь.

Ведущий: Ну, вот мы так и знали, где большая веселая компания туда обязательно алкоголь пожалует. Все ищет, кого бы в свои сети заманить.

Алкоголь: Меня послушайте, прошу.

Вам о себе я расскажу.
Прозрачным я бываю, желтым, красным.
Сделал глоток – и все прекрасно!

Ведущий: Прекрасно, говоришь? А рвота, отравления?

Больная голова, заброшенно учение...

Алкоголь: Не соглашаетесь! Ну, умные какие...

Но ничего, находятся ведь глупые другие!

Ведущий: Сегодня в России на одного человека приходится около 43 литров пива в год. При этом самый большой рост распространенности зависимости от пагубной привычки наблюдается сейчас среди подростков. Именно среди подростков резко возросло количество сердечных заболеваний, заболеваний печени и гормональных расстройств. Мы предлагаем вам посмотреть, как алкоголь влияет на организм человека.

Конкурс «Дегустация соков».

Ведущий: Объявляется конкурс - дегустация соков. Выбираются 5 человек. Сейчас каждый получит по 1 коробочке сока и трубочки. Коробочки заклеены бумагой разного цвета. Ваша задача - определить, какой сок в каждой коробочке и написать название прямо на коробке. Начинаем только по моей команде. Оценивается не только правильность, но и быстрота.

(Песня на мотив «Если с другом вышел в путь»)

Если с другом не курил
Если с другом не курил
Поступил ты верно
Бодрый духом, полный сил
Бодрый духом, полный сил
Будешь непременно

Пр-в: Бьется сердце в груди,
Жизнь прекрасна впереди,
Смело ты по ней иди!

(на фоне музыки)

1 ученик: Мы за здоровье!

2 ученик: Мы за счастье!

3 ученик: Мы против боли и несчастья!

4 ученик: За трезвый разум!

5 ученик: За ясность мысли!

6 ученик: За радость жизни!

Все вместе: Мы – за здоровый образ жизни!!!!

Появляется Наркотик .

Наркотик: Классная вечеринка! Да, только кайфа не хватает!

А у меня есть: бесплатно. Хотите?

Ведущий: В твоих заманчивых речах слишком много фальши.

Слышишь? Нас не проведешь. Отойди подальше.

Наркотик: Но у меня такой безвинный вид.

В красивом маке даже я расту

Ведущий: Тебя я в свою жизнь уж точно не впущу!

Наркотик завладеет быстро

Твоей душой, и временем, и мыслью!

О, это лестница крутая,

Не устоишь тогда беда!

Работа, дом и радость на рассвете –

Утонет все в «дурманящем букете».

Эти люди не смогли сказать «НЕТ!»

А вот послушайте поговорки:

Молодежь без вина и пива – это модно и красиво.

Здоровье сгубишь – новое не купишь.
Двигайся больше – проживешь дольше.
Раннее старение обеспечивает привычка курения.
Опьянение – добровольное сумасшествие.
Вовремя пей, вовремя ешь – будешь до старости крепок и свеж.
Если не хочешь горя узнать – не пробуй наркотики употреблять

Берегите свое здоровье, бесценный дар природы и будьте счастливы.

Ведущий: Я думаю, вы прекрасно отдохнули сегодня с нами. Да, встречи, нежные слова, общение, танцы - вот ступеньки к здоровому образу жизни. И чтоб прекрасное никогда не омрачалось, берегите здоровье - не курите, не пейте и не употребляйте наркотики! А напоследок мы предлагаем вам веселую и зажигательную мелодию, подпевайте!

Песня «Зажигай»

Загорелся, заискрился самой яркой звездой,
Словно заново родился, хоть ещё молодой,
И душа не заржавела, сердце бьётся в груди,
Значит, делай своё дело, всё ещё впереди.

Это не забава, это не игра,
Ты имеешь право и тебе пора.

Припев:

Зажигай, чтоб горело ясно,
Зажигай, чтобы не погасло,
Зажигай звёзды в небе синем,
Зажигай, сделано в России.
Зажигай, сделано в России.

Подари себе удачу, ты сегодня звезда,
И не может быть иначе ни за что, никогда,
Ты носи по белу свету эту песню с собой,
Всё, что было не допето, ты сегодня допой.

Это не забава, это не игра,
Ты имеешь право и тебе пора.

Припев 3 раза

Зажигай.

Использованные ресурсы:

www.karaoke.ru

<http://cheredu.ru/niret/files/disko.doc>

<http://www.prodlenka.org/drugie-stsenarii-prazdnikov/propaganda-zdorovogo-obraza-zhizni-teatralizovannaia-disko-programma-my-ty.html>

<http://nsportal.ru/shkola/stsenarii-prazdnikov/library/scenariy-agitbrigady-za-zdorovyy-obraz-zhizni>