**Тема: Мы за здоровый образ жизни**

**Цель мероприятия:**

* Пропаганда здорового образа жизни

**Задачи:**

* формирование мотивации к здоровому образу жизни, сознательному отказу от вредных привычек и зависимостей, способствующих развитию различных соматических и      психических заболеваний;
* систематизация и обобщение знаний школьников о здоровом образе жизни;
* формирование активной жизненной позиции.

*( Зал украшен. Выходят дети, становятся лесенкой)*

1.Вы еще не знаете?

2. Как, вы еще не знаете?

3. Ах, вы еще не знаете?

4. Тогда знакомьтесь!

Вместе : Агенство рекламы здоровья

1. Мы - позитивные!

2. Мы – активные!

3. Мы – креативные!

4. Мы – спортивные!

5. Мы - за здоровье,

6. Мы - за счастье,

7. Мы – против боли и несчастья!

**Учитель.** Наше агенство, как яркая палитра, охватывает все стороны здорового образа жизни. Семь цветов у радуги- семь отделов в нашем рекламном агенстве.

**1 ученик: ОТДЕЛ « Мы выбираем здоровье»**

Вместе: МЫ:

2.Соблюдаем режим дня

3. Знаем и соблюдаем правила дорожного движения

4. Соблюдаем правила гигиены

5. Проводим мероприятия по ЗОЖ

6. Приветствуем здесь, в этом зале,

Всех, кто против вредных привычек идти готов.

Мы против курения, СПИДа и пьянства,

Преступности, наркомании и хулиганства.

* + 1. Привычкам вредным скажем..

Все: НЕТ! ( отмашка рукой)

2. А спорту скажем...

Все: Да! ( рука вверх)

3.Здоровому образу жизни..

Все: Привет! ( машут ладонью)

4. Курению?

Все: Никогда ( руки скрестив перед собой)

5. Поверь, всё может человек, ведь он сильнее сигарет!

6. Мы дарим всем советы отличного здоровья!

7. Заметьте советы совершенно бесплатно!

**2 ученик: ОТДЕЛ « Здоровье и спорт»**

Вместе: МЫ:

7. Делаем утреннюю зарядку

1. Посещаем спортивные секции

2. Любим уроки физкультуры

3.Участвуем в спортивных мероприятиях в субботу

4. Мы - детская организация!

Мы - за здоровье нации!

За трезвость мысли, за ясность взора,

За жизнь без боли и позора!

За радость детства, за юность здоровую,

За жизнь дальнейшую и новую!

**3 ученик: ОТДЕЛ « Природа и здоровье»**

Вместе: МЫ:

5. Ходим в походы, экскурсии

6.Изучаем родной край

7. Участвуем в субботниках по благоустройстве территории

**Входят 2 девочки, мама, мальчик. Садятся за столики.**

**Мальчик (обращается к официантке**)

Принесите-ка нам чипсы,

Да побольше, повкусней!

Я запью их «кока-колой»

Чтобы было веселей!

**1 девочка**

Я бы фрукты заказала.

Я недавно тут узнала

Все о пользе винограда,

Я поесть его бы рада.

Официантка подходит к девочкам

**2 девочка**

Я с тобой вполне согласна,

Фрукты свежие - прекрасны!

Можно нам меню взглянуть,

Чтобы выбрать что-нибудь?

Официантка подает меню.

**1 девочка**

Очень соки пить люблю,

Просто обожаю.

И напитка лучшего

Я пока не знаю

**Официантка**

Хорошо, все принесу,

Только столик обслужу.

Подходит к другому столику.

Вот вам чипсы, «Кока-кола»!

(в сторону) Ой, дожить бы им до школы!

**Официантка (подходя к первому столику).**

Сок. Тарелка винограда.

Обслужить всегда вас рада

**2 девочка**

А еще хотим покушать

Сочной, спелой, сладкой груши.

Официантка уходит

**Мальчик**

Ой-ой-ой! Болит живот!

Все, меня больница ждет!

**1 девочка**

Голова болела очень.

От уроков, между прочим.

А как соку попила,

Головная боль прошла!

**2 девочка**

И моя прошла усталость,

Как поела фруктов малость.

Да, любой полезен фрукт,

Много силы нам дают!

На сцену выходят все участники.

**1 девочка**

И вот, что мы хотим вам сказать:

**2 девочка**

Пейте соки, они вам помогут!

**Мальчик**

«Кока-колу» - чуть-чуть, понемногу.

**Официантка**

И поменьше, пожалуйста, ешьте

Эти вредные кириешки.

Покупайте вы овощи, фрукты,

Ведь полезные эти продукты!

**1 девочка**

Вместо торта, конфет - вы бананов купите!

**2 девочка**

И здоровья себе на всю жизнь получите!

**4 ученик: ОТДЕЛ «Мода и здоровье»**

Вместе: Мы:

1. Следим за модой

2.Помним, что не все модно и полезно для здоровья

Здоровье - наш бесценный дар.

Оно не безгранично.

Оно напоминает шар,

И все в нем гармонично.

В нем есть любовь и красота,

Есть ценность и величье.

Все укрепляет доброта.

А символ - наша личность.

Здоровье – наш бесценный дар,

Который дан от Бога.

И все готовы мы отдать

Лишь только б быть здоровым.

Но так бывает не всегда –

Сердиться мы не будем,

И если вдруг придет беда,

Мы встанем все, поможем людям.

5 ученик:  **ОТДЕЛ « Курение и здоровье»**

Сигаретная страна –

Очень мрачная она.

Кто хоть раз в неё ступил,

Сигарету закурил,

Тот во многом прогадал,

Тот здоровье потерял.

Здоровье чахнет день за днем

И легкие чернеют, желтеет кожа

И еще- мозги у вас тупеют.

И голова болит у вас,

И кашель одолевает,

Слабеет память, сердце жмет

И всё заболевает…

**( Сценка) Действующие лица**

Табак *(мальчик, на груди яркая табличка с надписью "Табак")*

Алкоголь *(мальчик, на груди яркая табличка с надписью "Алкоголь")*

Наркотик *(мальчик, на груди яркая табличка с надписью "Наркотик")*

Мозг *(мальчик, на груди яркая табличка с надписью "Мозг")*

Желудок *(мальчик, на груди яркая табличка с надписью "Желудок")*

Печень *(девочка, на груди яркая табличка с надписью "Печень")*

Лёгкие *(два мальчика или девочки в обнимку, с одной табличкой на двоих "Лёгкие")*

**Действие**

*Выходит в обнимку весёлая, шумная троица Никотин, Алкоголь и Наркотик. Представляются зрителям.*

Никотин: Гляньте, детки, на меня, вон какой хороший – только каплею одной убиваю лошадь! Заходите ко мне на огонёк! Ведь нет дыма без огня.

Алкоголь: Я Алкоголь, я Алкоголь, дружить со мной, браток, изволь!

Наркотик: Друзья зовут меня Героиныч. Они вьются вокруг меня косяком.

Появляются Мозг, Печень, Лёгкие и Сердце. Радостно направляются навстречу вредной троице, машут им руками.

Алкоголь: Привет, Печень! Сейчас я тебя разложу! Обнимает Печень, целует её.

Привет, Мозг! Дай-ка я тебя иссушу! Зачем это тебе столько извилин?

Никотин: Привет, братцы! Очень рад вас видеть, у меня для вас, как всегда, подарки.

*(По очереди достаёт из мешка пакеты с хорошо читающимися надписями, начинает их вручать)*

Сердцу: Вот тебе Стенокардия. А вот Инфаркт миокарда, обширный, преобширный.

*(Сердце мимикой, пантомимой отрицательно реагирует на вручаемые подарки)*

Желудку: Вот тебе Тошнота, Рвота, Язва, свежая, зияющая. *(Нахваливает)*

(*Желудок мимикой, пантомимой отрицательно реагирует на вручаемые подарки)*

Мозгу: Вот тебе Склероз, Слабоумие, отдохни, родимый!

*(Мозг мимикой, отрицательно пантомимой реагирует на вручаемые подарки, а потом читает стих-признание)*

Иссушил меня гадкий злодей,

Нету больше здесь светлых идей,

Ни вниманья, ни памяти нет –

Погубил меня дым сигарет!

Легким: А вам, голубушки мои любимые, всё самое лучшее –Кашель, громкий, надрывистый, затяжной. Вот ещё и Туберкулёз припас. А напоследок

– Рак!!!

*(Лёгкие мимикой, пантомимой реагируют на вручаемые подарки. А при вручении Рака падают замертво)*

Сердце, Желудок и Мозг подбегают к Лёгким, помогают им подняться.

Мозг *(шевеля последними извилинами, советует друзьям):*

Нам, наверное, не надо принимать эти подарки. Отдадим их скорей обратно! Не нужны нам такие друзья!!!

**6.Ученик: ОТДЕЛ «Алкоголь и здоровье»**

4. Привычка – это тоже ведь зараза,

Привычка – тоже некая болезнь,

Она болит и заживет не сразу,

С ней очень трудно жить, поверь!

Она растет микробом в теле,

Она, как рана, у тебя в груди.

Ее не видно, но на самом деле

Она испепеляет и горит.

Ей зародиться ничего не стоит,

Но виноват ты только в этом сам.

Она попросит, а потом заставит,

Приказы отдавая по часам.

(*Выходят все участники агитбригады)*

Я – Юлианна, люблю рисовать!

Я – Илона, люблю читать!

Я – Андрей, люблю мастерить!

Я – Милана, люблю спорт!

Я - Ульяна, люблю лепить!

Я – Виктория, люблю танцевать!

Я – Анастасия, люблю петь!

**7 ученик: ОТДЕЛ « Наркотики и здоровье»**

5. Мы – за здоровье, мы – за счастье,

Мы – против боли и несчастья!

За трезвый разум, за ясность мысли,

За детство, юность, за радость жизни!

**Частушки**

1.Про здоровый образ жизни  
Мы частушки пропоем  
Потому что мы с друзьями  
И не курим и не пьем

2. Про наркотики друзья  
Петь совсем не хочется  
Потому что гадость это  
Плюнуть даже хочется

3. Для здоровья и порядка

Начинайте день с зарядки.

Вы не ешьте мясо в тесте,

Будет талия на месте.

4. Спорт и фрукты я люблю,

Тем здоровье берегу.

Все режимы соблюдаю,

И болезней я не знаю.

5. Много на ночь есть не буду,

Я фигуру берегу.

Не курю я и не пью,

Я здоровым быть хочу.

6. Я купаюсь, обливаюсь:

Ясно всем, что закаляюсь,

Я отбросил много бед-

Укрепил иммунитет.

7. Я активно отдыхаю

И здоровье укрепляю,

Ни на что не сетую,

Что и я вам советую.

8. Вы питайтесь пять раз в сутки,

Не будет тяжести в желудке,

Пейте с медом молоко

И заснете вы легко.

**Заключительная.**

1.Раз, два, три, четыре, пять.

Начинаем мы считать,

Что нам нужно для здоровья,

Будем мы перечислять.

Что нам нужно, чтоб быть смелым,

Ловким,

сильным

и умелым,

Поскорее называй,

Дружно пальцы загибай.

2. Всё спиртное не для нас. Это раз! (вместе)

3. Табак – вредная трава. Это два!

4. Ты наркотик не бери. Это три!

5. Как прекрасно в этом мире, в нашей школе! Здесь четыре!

6.Чтобы сильным духом стать,

На болезни наплевать,

Спорт здоровью помогает. Это пять!

7. Овощи и фрукты нужно есть! Это шесть!

1. Улыбнись себе и всем! Это семь!

2. Дурных привычек не выносим! Это восемь!

3. Знаем, что и как нам делать. Это девять!

4. С цифрой десять будем мы

В десять раз сильней!

Будем силы мы беречь

Для страны своей!

Ведь быть здоровым – это круто! (вместе)

Долой все вредные привычки!

Живите долго, счастливо всегда! (вместе)

Здоровый я - здоровая семья! (вместе)

**Финальная песня. «Песня о здоровом образе жизни» (авторы неизвестны)**

Посмотри, как ярко солнце светит

Облака по небу проплывают

Чувствуешь, как нежно дует ветер

В волосах твоих он играет

А ты идешь красивою походкой

Твое кредо – позитивно мыслить

Ты для всех прекрасная находка

Ты ведешь здоровый образ жизни

Припев:

Я хочу тебе рассказать

Это очень просто независимым стать

Что бы долго, красиво и здорово жить

Ты должен первым делом себя изменить

Одолев все вредные привычки

Ты найдешь ко всем сердцам отмычку

Знаешь это, это так несложно

Стоит только захотеть и все возможно

Ты всегда - пример для подражания

И об этом все в округе знают

По плечу любые испытания

И ничто тебя не напрягает

Если даже неприятности коснуться

Только о хорошем твои мысли

На тебя все могут оглянуться

Ты ведешь здоровый образ жизни

**Будьте здоровы, берегите себя!**

.