**Государственное казенное общеобразовательное учреждение**

**Ростовской области «Зерноградская специальная школа-интернат»**

**ГКОУ РО «Зерноградская специальная школа-интернат»**

****

**(Общешкольное мероприятие, посвященное ЗОЖ)**

 **Разработала и провела:**

#  Малькова

#  Наталья Владимировна

#

****

******

***г. Зерноград - 2018***

**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.

 **Оформление:**крупно: название и  эпиграф мероприятия, плакаты, наглядные       информационные вывески.

**Форма проведения**:  КТД

**Возраст участников: 5-10 классы**

**I действие**

*(звучит музыка, свет приглушён)*

**Вед.1** Если есть у тебя голова на плечах –

 Адресуем тебе разговор о серьёзных вещах.

 Кто есть кто? Кто есть ты?

 Быть нам или не быть?

**Вед.2** И какими нам быть, если все-таки быть?

 Если все-таки жить.

 Если есть у тебя голова на плечах –

 Адресуем тебе разговор о серьезных вещах…

*(на фоне муз. ведущие читают)*

**Вед.1** На свете много есть добра,

 Но зло не меркнет в нем.

 И отличить, где ночь, где день,

 Нам не легко потом.

**Вед.2** Когда потом? Когда уж шаг

 Над пропастью времен

 Ты совершил, и нет следа

 Найти дорогу в дом.

**Вед.1**. Нет смысла громкие слова

 Употреблять везде,

 Под ними прячут от людей

 Клеймо, что лжи страшней.

**Вед.2** Мы постараемся открыть,

 Поведать вам тот мир,

 В котором нет высоких дел,

 Есть только правды пир.

*(Зажигается свет.На сцене две двери из картона. На них надписи: «Мир ошибок» и «ЗОЖ». звучит муз.на сцену выходят Маша и Витя. Они с любопытством рассматривают надписи.)*

**Витя:** И что за мир такой ошибок?

 А заглянуть туда с тобой

 Мы не смогли бы?

**Маша:** Нам в мир ошибок не чего стремиться,

 Зачем они? Лучше пойдем учиться.

**Витя**: Но любопытно, хочется взглянуть,

 Одним глазком хотя б прильнуть.

*(пытается заглянуть в замочную скважину)*

**Маша:** Зачем соблазны эти?

 Не глупые ж мы дети.

**Витя**: Давай попробуем, зайдем,

 Немного времени там проведём.

**Маша**: Да, любопытно. Надо нам зайти.

 Вдруг что полезное мы сможем там найти.

*(дети входят в дверь, озираются, звучит голос: «Вы попали в страну НИКОТИНИЯ». На сцене сидит мальчик Дима,он курит, вокруг него танцуют Никотин, Сигарета, Мышьяк и Синильная кислота)*

**Сигарета**: Я красотка сигарета –

 Лучше меня на свете нету.

 Я всем давным-давно известна,

 Но не проходит интерес

 Ко мне уж несколько столетий –

 Тянули руки даже дети.

 Но я не брошу вас – поверьте:

 Имею в обществе я вес! ***(обращается в зал)***

 Познакомьтесь с моими компонентами.

**Мышьяк:** Привет всем тем, кто много курит.

**Синильная** И сигарету очень любит.

 **кислота**: Дружить мы с вами очень рады,

 Мы два сильнейших в мире яда!

**Никотин**: Я Никотин, такой пахучий – я один.

 Я в сигаретах давно прижился,

 Ты покурить здесь появился? *(обращается к Вите)*

**Сигарета**: Ароматна я внутри,

 Слышишь Витя, закури!

 *(Протягивает Вите сигарету, тот пятится, отмахивается. Звучит легкая муз. Сигарета, Никотин, Мышьяк и Синильная кислота танцуют вокруг Димы. Затем расступаются)*

**Маша**: *(удивлённо)*

 Ой, Витюша, это ж Дима

 С третьей парты у окна.

 Он курит, не стесняется,

 На взрослых огрызается.

**Витя**: *(обращается к Диме)*

 Чем ты занят тут Димитрий?

**Дима**: *(попыхивает огромной трубкой)*

 Я курю табак взатяжку

 Я люблю такое дело

 И прошу вас не мешать!

**Маша:** Прекрати курить немедля!

 Неужели ты не знаешь

 То, что капля никотина

 Валит лошадь наповал.

**Дима:** Лошадь мне ничуть не жалко,

 Раз она такая дура!

 Это ж надо догадаться

 Столько сразу яду съесть!

 Кабы эта ваша лошадь

 Пачки две за день курила,

 Никогда бы не свалилась

 И жила бы до сих пор!

**Витя:** Но, Димитрий, происходят

 В организме измененья:

 Сердце чахнет, печень вянет,

 Усыхает пищевод!

**Дима:** Что-то я не ощущаю

 Пищевода усыханье.

 У меня по пищеводу

 Пища ходит хорошо!

**Маша:** Ты не веришь нам, Димитрий?

**Дима:** Что я маленький ребёнок,

 Чепухе различной верить?

 И чего вы привязались,

 Будто мыла нализались?

 Я курил, курю и буду

 И покедова, гуд бай!

**Маша:** Ах, ты так! Ну что ж, посмотрим,

 Что табак курить ты бросишь,

 Не пройдет и полчаса!

*(Дима продолжает курить, закрывает глаза. Летят мыльные пузыри. Звучит легкая муз.,ведущий говорит)*

**Вед.1** И приснился такой Диме сон,

 Как будто увидел фильм ужасов он.

*(звучит жуткая муз. опираясь на палочку, прихрамывая, входят Сердце и Легкие. Они сгибаются под тяжестью огромных пачек сигарет «Мальборо»)*

**Сердце:** Плохи, приятель, мои дела!

 Ноша такая мне тяжела.

 Трудно стало мне ровно стучать.

 От боли хочется громко кричать.

**Легкие:** И я задыхаюсь на каждом шагу!

 Нет, жить так дальше я не могу!

**Сердце:** Усердно работало я и стучало.

 Хозяин не ведал со мною печали.

 Но нет пробежек по утрам,

 Прогулок и зарядки –

 Дымит он без оглядки.

**Вед.1** Запомните! В табачном дыму обнаружено

 30 природных ядов, способных вызвать рак.

**Легкие**: *(продолжая разговор, оглядывается по сторонам)*

 Скажу вам, друзья, по секрету,

 Должны вы узнать, конечно об этом:

 Рак легких недавно здесь пробегал,

 Новую жертву себе он искал.

 К счастью большому на этот раз

 Он не приметил с тобою нас.

 В сети свои он не смог нас поймать.

 А что будет с нами лет через пять?

**Сердце**: День ото дня наш хозяин слабеет.

 Время придет – его рак одолеет.

 От сигарет, от табака

 Умрем вместе с ним и мы наверняка.

**Вед.2** Запомните! Раком легких курящие

 Болеют в 15 раз больше, чем некурящие.

*(Звучит ритмичная муз., через зал бежит Рак Лёгких. Сердце и Легкие убегают. Рак начинает танцевать ещё в зале, затем продолжает свой танец на сцене)*

**Рак:** Новую жертву себе я ищу.

 Я никого здесь не упущу.

 Там, где курят с охотой,

 Найдётся всегда мне работа. *(Принюхивается)*

 Знакомым дымком пахнет.

 Чувствую я, надо спешить!

 Ждёт работа меня! *(убегает)*

*(С криком на сцену выбегает Желудок)*

**Желудок:** Помогите! Караул! Погибаю!

 Молодым, в расцвете сил, умираю!

 Язва гонится проклятая за мной,

 А ведь я ещё такой молодой!

 Я хозяина часто просил,

 Чтоб голодным никогда он не курил.

 А хозяин не любит меня,

 Никотином тихо губит меня.

*(Появляется с сачком Язва. Пытается поймать Желудок. Желудок убегает.)*

**Вед.1** Запомните! Яды, содержащиеся в никотине, отрицательно

 влияют на слизистую оболочку желудка, изменяют её,

 Что приводит к такому заболеванию, как язва желудка.

*(Звучит грустная муз. На сцену выходит Мозг. Он опутан сетью веревок, на концах которых навешаны двойки и тройки)*

**Мозг**. Я бедный, несчастный, прокуренный Мозг,

 Хочу, чтобы кто-нибудь Диме помог.

 Он каждый день никотином травится.

 А мне это, ой как не нравится.

 Стал плохо он соображать,

 И вот – по контрольной двойка опять.

 Он учится еле-еле. Двойки его одолели.

 Он бросить курить не может, ослаб,

 Теперь в Никотиновом царстве он раб. *(Уходит*)

**Вед.2** Запомните! Исследования показали, что никотин,

 содержащийся в табаке, вызывает привыкание к нему.

 Курящий очень скоро становится никотинозависимым.

*(Раздается барабанный бой, звучит торжественная муз., входит Властелина. За ней следует Рак и Язва, они вносят трон.)*

**Сигарета:** Владычица мира идёт Властелина!

 Царица Мрака и Никотина!

 Всем на колени немедленно встать –

 Царицу принято так встречать!

*(Никотин, Синильная кислота, Мышьяк падают на колени, Властелина садится на трон.)*

**Синильная кислота**: Вас рады приветствовать здесь и сейчас!

**Мышьяк**: Вот новые жертвы нашли мы для вас! *(подталкивают к Властелине, связанных веревкой Сердце, Легкие, Желудок и Мозг)*

**Никотин**: Они, очевидно, не любят жить?!

**Властелина**: За всё, за всё надо платить! *(оглядывает жертвы)*

 Но мало рабов вы пригнали, мало!

 Ещё поискать бы, друзья, не мешало!

 Мало! Мало! Ещё хочу!

 Должна же работа быть палачу!

*(Рак и Язва выталкивают Диму)*

**Властелина**: Где мой палач? Мой господин?

 Вечно голодный сэр Никотин?

*(Звучит барабанная дробь, медленно двигается Никотин с огромным мечом в руках. Он приближается к Диме.)*

**Дима** *(умоляюще)* Я больше не буду курить!

 Пощадите! *(кричит)*

 На помощь! На помощь!

 Спасите! Спасите!

*(Свет гаснет. Дима, как волчок, вертится на сцене. Все уходят. Когда свет вновь загорается, на сцене Дима, Витя и Маша)*

**Дима:** Как хорошо, что это лишь сон!

**Маша:** Но в явь превратится, легко сможет он!

**Витя**: Ну что, Димитрий, решил, как жить?

 Курить будешь дальше, иль бросишь курить?

**Маша**: А может, отдать тебя палачу?

**Дима**: Нет, встретиться с ним я, друзья, не хочу! *(достаёт пачку сигарет и рвет её)*

 Бросаю курить! Надоело так жить!

 Хватит никотином организм свой губить!

 Вам, всем сидящим, - мой совет:

 Ничего хорошего в курении нет!

 Если хотите здоровыми быть –

**Вместе**: Бросайте, бросайте, бросайте курить!

*(звучит муз. дети уходят, ведущая говорит)*

**Вед.1** Пусть каждый сидящий на миг помолчит,

 Послушайте, как его сердце стучит!

*(пауза, удар метронома)*

**Вед.2** Пусть ваше сердце даст вам совет.

 Стоит курить продолжать или нет!

**II действие**

*(Звучит муз. На сцену из двери с надписью «Мир ошибок» выходит Дьявол)*

**Вед.1** В офис к Дьяволу идёт

 Всякий разный прочий сброд –

 Кто-то что-то предлагает,

 Кто-то души продаёт.

**Вед.2** Один скользкий, ловкий малый

 Всем сулит большой доход.

 Впрочем, можете послушать

 Разговор ещё идёт.

*(Выходит Торговец)*

**Торговец:** Сделка века! Сделка века!

 Как уничтожить человека!

 Идея – гениальная!

 Прибыль – колоссальная!

**Дьявол:** Что конкретно предлагаешь?

**Торговец:** Предлагаю удовольствие

Для тех, кто в этом нуждается.

 Всё плохое уходит, стирается,

 Человек в мире грёз пребывает и привыкает,

 «Крючок» мой с «наживкой» глотает

 И в «зомби» превращается.

 Эта штука алкоголь и наркотик называется.

 Подростки, молодёжь, всё это покупая,

 Нас постоянно обогащают,

 Себя разрушают и даже убивают.

*(Дьявол подходит к Торговцу, заинтересованно)*

**Дьявол:** Ну что же. План хорош,

 Действительно коварен.

 И сотни тысяч душ отправит на тот свет.

 Их ожидает смерть.

 А человек… Он клюнет,

 Он слаб, он раб своих желаний,

 Лелеет он их и холит,

 Он жертва разочарований,

 Конфликтов, стрессов и обид.

**Торговец:** Отныне это будет наш совместный бизнес.

**Дьявол:** (мечтательно)

 О, да! Начнём охоту!

 Отныне каждый день

 Ты ищешь новую мишень.

 Её мы в жертву превращаем –

 И бизнес наш так процветает!

*(Ударяют по рукам. Сделка завершена ,расходятся. Торговец видит детей, подходит к ним.)*

**Торговец:** Привет, детвора!

Как жизнь, как дела?

**Витя:** *(удивленно)*

Череп, кости на спине…

 Не понятно что-то мне.

**Торговец:** Что детишки приуныли?

 Хватит ныть и скулить,

 Надо весело всем жить!

 Познакомьтесь-ка, ребята,

 С моей компанией приятной!

*(Рукой приглашает выйти «компанию». Звучит муз. выходят Алкоголь и Наркомания)*

**Алкоголь:** *(звенит бутылками)*

 Я – знаменитый Алкоголь.

 Напиткам градусный король.

 Прозрачным я бываю, красным,

 Глоточек сделал – всё прекрасно.

 Я в твоём плещусь стакане,

 Жду, естественно, тебя,

 В рюмке, стопочке, бокале –

 Лишь бы выпил ты меня.

 Вечеринки, свадьбы, праздник –

 Без меня никак нельзя.

 Я хороший, не заразный

 Выпьешь – и пройдёт тоска.

*(Алкоголь протягивает детям бутылку, предлагает им выпить. Дети пятятся назад)*

**Маша:** Прекрасно, говоришь! А рвота, отравленье,

 Больная голова, заброшено ученье.

**Витя**: Зависимость к тому же, наступает.

 Ведь даже взрослые её не избегают.

**Дима:** Ой, правда, организм-то наш растёт,

 А ты болезней нам доставишь и хлопот.

**Витя**: Желудок, печень, почки под ударом.

 Зачем, скажи, нам с детства

 Дышать твоим угаром?

**Вед.1** Запомните! При употреблении алкоголя гибнут

нервные клетки, которые, как известно не

 восстанавливаются. Происходят необратимые

 процессы в человеческом мозге.

**Вед.2.** Снижается память, портится характер (человек

 становится агрессивным), развиваются безосновательные

 страхи и другие психозы. Происходит распад личности.

**Вед.1** Жизнь показывает, что в состоянии опьянения

 действительно устраняются сдерживающие

 факторы: именно пьяным совершается

 подавляющее большинство особо жестоких и

 безобразных преступлений.

**Алкоголь:** Не соглашаетесь? Ну, умные какие…

Найдутся глупые другие.

*(Торговец подталкивает Наркоманию к детям)*

**Наркомания** *(поет)*

 Главней всего наркотик в шприце,

 Всё остальное болтовня,

 Я уколю – и ты забылся

 И деградируй навсегда.

 *(говорит речитативом)*

 Я – дурь, скорее оторвись,

 Долой проблемы, веселись!

*(Наркомания протягивает детям свои атрибуты. Дети пятятся назад)*

**Маша:** В твоих заманчивых речах очень много фальши.

Слышишь? Нас не проведешь. Отойди подальше.

**Витя:** Вижу я, из этой ты компании.

 Знаем, что такое – наркомания.

*( Звучит грустная муз. на фоне экрана появляется тень девушки. Она сидит за столом , пишет письмо)*

**Девушка:** Я – наркоманка. Пора, наконец, признаться в этом –

хотя бы самой себе. Да, теперь-то я знаю, как всё это

 есть на самом деле. А ведь начиналось с развлечения,

 с глупого детского любопытства. Мне 16 лет Два года

 назад друзья мне впервые предложили попробовать

 наркотик. И пошло-поехало. Год назад отправили в

 первый раз на лечение, потом ещё раз. А теперь? Я

 всегда мечтала быть свободным человеком, а превра-

 тилась рабу шприца. Ловлю свой призрачный кайф.

 Это все, что у меня есть. Наверное, я не умею сама

 себе помочь, да и чужой помощью тоже воспользо-

 ваться не умею. Кажется, я уже не верю, что отсюда

 есть выход… Теперь я не могу обойтись без нарко-

 тиков, наступает «ломка»: всё тело начинает скручи-

 вать адской болью, от которой раскалывается голова,

 выворачивает желудок, выламывает суставы, сердце

 бешено колотится, словно пытается вырваться из

 груди. Совершенно явственно видишь, как по всему

 телу ползают белые жирные черви… впитываются в

 кожу… прогрызают её… Наркотики отучили меня

 радоваться жизни. Так нельзя жить: без надежды,

 без смысла. Я никогда никого не любила, не успела.

 Теперь уже и не успею. Я сама себя загубила. Я умру

 в одиночестве смертью наркоманки, бессмысленной

 смертью.

*Экран гаснет. Звучит голос за кадром.)*

**Вед.** **1**  Ей было лишь 16. Красива, молода.

Но в наркотическом дурмане с девятого шагнула

 этажа, написав последнее письмо своему другу.

**Вед.:2** Звенит в ушах ужасный стон

 Сердец разбитых матерей

 О судьбах мертвых их детей,

 Что от наркотиков истлели,

 Хоть очень жить они хотели!

**Вед.1** Запомните! Жизнь наркомана коротка, 3-5 лет не более.

**Вед. 2** Запомните! Безвредных наркотиков не существует.

**Маша**: Болезнь и смерть нам ни к чему,

 В страну твою я не пойду!

**Витя**: Вот наш ответ:

 Жизни – да! Наркотикам – нет!

**Дима**: Жизни – да! Алкоголю – нет!

**Наркомания:** Очень умные детишки

 Знать, не зря читают книжки

*(вздыхает)*

 Не найти нам здесь друзей.

**Алкоголь**: Нет таких? Досадно.

 Уходить нам надо.

**Торговец:** Мы уходим, но надежду не теряем

*(обращается в зал)*

 Может глупый здесь найдётся?

 Кто такого знает?

 Вот его мы и обманем,

 В сети к нам свои затянем.

*(Ребята наступают на «компанию», те пятятся назад, уходят)*

**Витя:** Объявляем злу мы бой!

 Вредные привычки – долой!

**Дима:**  Прежде чем что-то попробовать

 Помни везде и всегда:

 Что это тебе принесёт,

 И как твоя жизнь дальше пойдёт.

**Маша:**  Вот наш ответ:

 Жизни – да! Вредным привычкам – нет!

**Вместе**: Жизни – да! Вредным привычкам – нет!

**III действие**

*(Ребята смотрят на вывеску «ЗОЖ», подходят к этой двери)*

**Витя:** И что за мир такой? Поверь,

 Боюсь в него открыть я дверь.

**Маша:** Но почему? Ведь – это ЗОЖ!

**Дима:** Ой, ничего не разберёшь…

 Словно задача без ответа.

**Маша:** Здоровый образ жизни это!

**Витя**: Что ж, любопытство мы утроим

 И смело дверь в него откроем.

*( Дети входят в дверь с надпись «ЗОЖ», звучит щебет птиц, дети рассматривают всё кругом*

**Дима**: Смотрите-ка, а это кто сюда идёт?

*(Выходят Режим с большим циферблатом, Здоровье, Питание, Зарядка, Хобби и Спорт)*

**Витя**: (подходит к Режиму) Скажи нам, кто ты?

**Режим**: Я – режим!

 Я людям всем необходим.

 Всё расписал я по порядку.

 Необходим я всем, друзья,

 Ведь закаляю волю я.

 Иначе, дети школьные,

 Вы станете безвольные.

 А это неприятности сулит.

 Так, что меня все соблюдайте,

 Вам так здоровье всем велит.

*(Выходит вперёд Здоровье)*

**Здоровье**: Вот я, Здоровье. А это – счастье.

 Быть здоровым – в вашей власти.

 Быть здоровым – значит жить.

 Жизнь вам надо всем любить!

*(Выходит вперёд Зарядка)*

**Маша:** А ты, скажи нам, кто?

**Зарядка:** Я – Зарядка!

 Все рассчитайтесь по порядку.

 Что засиделись? Тогда всем встать!

 Быстро руками помахать,

 И немножко потянуться,

 Друг на друга оглянуться.

 А ногами можно топать,

 А руками можно хлопать.

 Руки вверх, и потянулись.

 Опустили, улыбнулись.

 Вот теперь можно и сесть.

 Слушайте и отдыхайте.

 Утром меня не забывайте!

*(Выполняют все присутствующие в зале)*

*(Выходит Питание)*

**Дима**: А кто же ты?

**Питание**: А я – Питание.

 Ко мне особое внимание.

 Ведь должно во мне всё быть

 В разумном сочетании,

 Обратите все на это

 Должное внимание.

**Маша**: Посмотрим, кто ещё собрался,

 В здоровом жизни образе.

 Кто прочно прописался.

*(Выходят вперёд сцены Хобби и Спорт)*

**Хобби**: А я вот – Хобби.

 Я – интерес после учёбы.

 Когда ребята мною увлекаются,

 К плохому никогда не прикасаются.

 Вредных привычек я не имею,

 Радуюсь этому, а не жалею.

**Спорт**: Если о хобби говорить,

 То думаю, что я здесь тоже.

 Ну как футбол мальчишкам не любить?

 Для многих он – всего дороже!

*(Раздаются фанфары, входит царь с футбольным мячом, футболисты выносят трон-тренажер)*

**Ребята** *(вместе, удивленно)*

А это, что за гость?

**Царь**: Добро пожаловать, я рад,

 Что вы пришли в Здоровьеград!

 В моих владеньях реки чисты,

 Прозрачен воздух, свет лучистый.

 Счастливо люди здесь живут,

 Танцуют, весело поют.

 Без горя, зла, обид и бед,

 Живут здесь люди 200 лет.

**Маша**: Как 200 лет? И не болеют?

**Витя:**  Не верим, царь, тебе, не верим!

**Царь**: А вся причина, видите ли в том:

 Здоровый образ жизни мы ведём.

 Режим и диета зимою и летом.

 Здоровье в порядке – спасибо зарядке!

 Поэтому мы не болеем ничем,

 А вредным привычкам нам нет места совсем.

**Витя:** Вот это мир! Огромный, интересный!

 Всем нам о нем теперь известно.

**Маша**: И жить, конечно, в нем мы остаёмся,

 В нем будем жить, успехов все добьёмся.

**Дима:** Здоровыми и умными останемся,

 С привычками хорошими

 Теперь мы не расстанемся!

*(Все участники и зрители в зале поют песенку на мелодию песни «Улыбка»)*

 **Вед.1** Вредным привычкам… **Все**: Нет!

**Вед.2** Здоровому образу жизни **Все**: Да!