

МБОУ с. Кузовлево

Выступление агитбригады «Мы любим жизнь!»

2021г.

Подготовила Кузовлева Е.С.

Цель: формирование у обучающихся приоритета здорового образа жизни.

Задачи:

- способствовать формированию мотивации к здоровому образу жизни, сознательному отказу от вредных привычек и зависимостей;
- систематизация и обобщение знаний школьников о здоровом образе жизни;
- формирование активной жизненной позиции.

Оборудование: футболки красные, синие, чёрные; медицинский халат, шапочка, шприц, медицинская сумка; шахматы; эмблема; русские народные костюмы.

Оформление: музыкальное сопровождение; плакаты «Мы выбираем здоровый образ жизни», «Здоров будешь – всё добудешь», «Мы выбираем здоровую планету».

Ход агитбригады

1. Вступление.

1. Добрый день, здравствуйте!
 2. Пришли мы сегодня к вам, чтобы вас немного просветить.
 1. А может, и озадачить.
 2. Поразмышлять вместе с вами над сутью бытия и о здоровье поговорить.
 1. Известно всем давно, что вредны пьянство и курение.
 2. А ещё наркотики вредны.
 1. Откуда информация! Это все опасно, но доказать-то как?
 2. Сейчас продолжим мы рассказ, чтоб стало ясно все для вас.
- Вот сюда мы прибыли, чтоб все вам рассказать,
Чем –то поделиться, здоровья пожелать.
Если вы всё это запомните, друзья,
То вредная привычка вам будет не нужна.
1. Внимание! Граждане слушающие,
Выступающие, а также все желающие!
Замрите на мгновение,
Прослушайте объявление!
 2. Сегодня и каждый день,

Для всех, кому не лень,
Есть возможность не хворать,
В Стране здоровья побывать!

1. Но есть условие одно:

Отвергнуть пиво и вино,
Обойтись без сигарет,
Наркотикам сказать всем: «Нет!»

2. Основная часть.

Открываем наш устный журнал «**Мы хотим жить!**».

Ведущий 1: Тысячи лет назад на земле существовали рабовладельческие государства. Эти государства вели постоянные войны, завоевывали соседние земли, а завоеванные народы угоняли в рабство. Жизнь раба ничего не стоила. Спасаясь от невыносимой жизни, рабы часто поднимали восстания. Прошли века, и человечество избавилось от рабства.

Ведущий 2: Но и в наши дни сохранилось добровольное рабство. В него попадают люди разных национальностей, мужчины и женщины, старики и дети. Все они добровольно становятся рабами вредных привычек. Люди, которые попали в плен вредных привычек, становятся безвольными, жалкими жертвами.

Ведущий 1: Но почему же, так тянет людей в это темное царство? Чем же заманивают людей эти вредные привычки?

Ведущий 2: Вот только небольшой перечень плохих привычек, которые нам мешают жить и порой создают конфликты.

1. Алкоголизм
2. Наркомания
3. Курение
4. Игровая зависимость
5. Употребление нецензурных выражений
6. Привычка опаздывать

1. Лень
2. Неряшливость
3. Болтливость
4. Интернет-зависимость

Ведущий 1: Самое главное — надо постараться найти причины этих вредных привычек.

1. Спиртное позволяет создать ощущение, что у нас все отлично;
 2. Наркомания даёт получение эйфории, повышенного настроения;
 3. Курение отвлекает от проблем и помогает справиться с негативными чувствами;
 4. Игровая зависимость закрепляется из-за пристрастия к общению и знакомству в виртуальном мире;
 5. Нецензурно выражаться - желание казаться взрослее;
 6. Привычка опаздывать – оставление дел на потом или все делать в последний момент;
1. Лень мешает выполнять распорядок дня и соблюдать режим;
 2. Неряшливость – привычка разбрасывать всюду вещи, одеваться, как попало;
 3. Болтливость – неспособность занять себя интересным и полезным делом;
 4. Интернет-зависимость постоянное навязчивое желание подключиться к интернету.

Ведущий 2: Если уж ты решил отказаться от вредных привычек, ни в коем случае не давай себе поблажек. Борьба с вредными привычками - дело, которым должен заняться практически каждый человек (все мы, увы, несовершенны). Давайте наметим основные принципы избавления от непродуктивных схем поведения.

Ведущий 1: Вредные привычки, а они чего-нибудь боятся?

1. Занятие спортом (алкоголизм);
 2. Любить жизнь (наркомания);
 3. Дышать свежим воздухом (курение);
 4. Ограничить время игр на компьютере (игровая зависимость);
 5. Читать полезную и интересную литературу (нецензурные выражения);
 6. Самоорганизовать себя (привычка опаздывать);
1. Замотивировать себя (лень);
 2. Убирать всё по местам (неряшливость);
 3. Помогать окружающим (болтливость);
 4. Чаще улыбаться и общаться в живую (интернет-зависимость).

Ведущий 2: *Люди должны иметь силу воли – главный фактор для отказа от вредных привычек.*

Ведущий 1: В целом необходимо вести здоровый образ жизни!

А сейчас давайте посмотрим на это волшебное слово «ЗДОРОВЬЕ».

Пораскинем мозгами и придумаем слова, связанные со здоровьем на каждую букву этого слова. (**З** - зарядка, **Д** - диета, **О** - отдых, **Р** - режим дня, **О**-образ жизни, **В** - витамины, **Ь**, **Е** - еда).

Ведущий 2: Помните! Смелый не тот, кто научился курить, пить, принимать наркотики, а тот, кто сумел не пристраститься к ним, от этого отказаться и помог это сделать другим.

Легче быть счастливым, чем несчастным. Легче любить, чем ненавидеть.

Нужно лишь приложить усилия и жить, любить, работать.

ВМЕСТЕ: ЗДОРОВЬЕ – ЭТО САМОЕ БОЛЬШОЕ БОГАТСТВО ЧЕЛОВЕКА!

Дети выполняют танцевальные движения на тему «Зарядка» под песню Вл. Высоцкого «Зарядка» (Вдох глубокий, руки шире ...)

1 ученик: СПИД – это чума 21 века!

Как уберечь от неё человека?

2 ученик: Алкоголизм это тоже беда.

Об этом ты должен помнить всегда!

3 ученик: Курение тоже вредное дело.

Оно убивает, и душу и тело!

4 ученик: Наркотики могут тебя убить.

Лучше давайте без этого жить!

1 ученик: От постоянного отравления наркотиками, алкоголем и никотином некоторые жители Земли превратились в слабых, недоразвитых существ.

2-й. Закрываем наш устный журнал «**Мы хотим жить!**».

3. Последняя страничка нашего журнала « **Сделай выбор в свою пользу**».

Звучит тревожная музыка.

1-й. Внимание – опасность!

2-й. Осторожно – наркотики!

1-й. Время пришло – выбирай!

2-й. Медики утверждают:

1-й. Продолжительность жизни человека, попавшего в наркотическую зависимость, 10-15 лет.

2-й. Срок жизни наркомана -30-40 лет.

1-й. Основные причины смерти наркоманов:

2-й. Передозировка.

1-й. Сердечно - сосудистая недостаточность.

2-й. Почечная недостаточность

1-й. Гибель в драках и дорожно – транспортных происшествиях.

3. Заключение.

(исполняется песня под мелодию песни Кота Леопольда)

В небесах высоко
Ярко солнце светит,
До чего же хорошо
Жить на белом свете.

Голова не болит,
Дышится свободно.
Ведь здоровьем модно
Нынче дорожить.(2 раза)

В небесах - облака,
В космосе - ракеты.
Для чего нужны
Вино и сигареты?

Дружно “нет” пропоем

Ядам наркоманным.
Мы без дряни этой
Лучше проживем.(2 раза)

1. Алкоголизм
2. Наркомания
3. Курение
4. Игровая зависимость
5. Употребление нецензурных выражений
1. Привычка опаздывать
2. Лень
3. Неряшливость
4. Болтливость
5. Интернет-зависимость

1. Спиртное позволяет создать ощущение, что у нас все отлично;
2. Наркомания даёт получение эйфории, повышенного настроения;
3. Курение отвлекает от проблем и помогает справиться с негативными чувствами;
4. Игровая зависимость закрепляется из-за пристрастия к общению и знакомству в виртуальном мире;
5. Нецензурно выражаться - желание казаться взрослее;
1. Привычка опаздывать – оставление дел на потом или все делать в последний момент;
2. Лень мешает выполнять распорядок дня и соблюдать режим;
3. Неряшливость – привычка разбрасывать всюду вещи, одеваться, как попало;

4. Болтливость – неспособность занять себя интересным и полезным делом;
5. Интернет-зависимость постоянное навязчивое желание подключиться к интернету.

1. Занятие спортом (алкоголизм);
 2. Любить жизнь (наркомания);
 3. Дышать свежим воздухом (курение);
 4. Ограничить время игр на компьютере (игровая зависимость);
 5. Читать полезную и интересную литературу (нецензурные выражения);
1. Самоорганизовать себя (привычка опаздывать);
 2. Замотивировать себя (лень);
 3. Убирать всё по местам (неряшливость);
 4. Помогать окружающим (болтливость);
 5. Чаще улыбаться и общаться в живую (интернет-зависимость).