

ГБУК «Белгородский государственный центр народного творчества»

БЕЗ ЗДОРОВЬЯ НЕВОЗМОЖНО СЧАСТЬЕ

Сборник сценариев
по формированию здорового образа жизни
средствами и формами культурно-досуговых
учреждений



Белгород 2016

Без здоровья невозможно счастье: сборник сценариев по формированию здорового образа жизни в культурно-досуговых учреждениях/ Белгород: издание ГБУК «БГЦНТ», 2016. – 55 с.

Здоровый образ жизни сегодня – это требование времени. Проблема формирования здорового образа жизни детей и молодежи является одной из актуальных в культурно-досуговой деятельности. Деятельность культурно-досуговых учреждений в этом направлении предусматривает мероприятия, которые активно пропагандируют здоровый образ жизни, содействуют организации разнопланового досуга детей и молодежи. С детьми и молодежью необходимо говорить о том, что здоровье – это одна из ценностей человеческой жизни, которая зависит от образа жизни и отношения к себе. Темы и формы для различных мероприятий можно взять разные. В данном сборнике мы предлагаем сценарии мероприятий, которые были проведены и успешно прошли в культурно-досуговых учреждениях.

Печатается в соответствии с решением редакционно-издательского совета ГБУК «БГЦНТ».

© Издание ГБУК «БГЦНТ». 2016

Даёшь рекорд!

Сценарий праздника Дня физкультурника

Праздник проходит на стадионе им. 40-летия Победы поселка Ивня. Сцена расположена в двадцати метрах от зрительских мест, на заднике сцены каркас из гелиевых шаров с изображением цифры 74. Стадион украшен разноцветными флагами и шарами. До начала праздника звучат песни о спорте.

Звучат позывные праздника, символизирующие начало торжества. На сцену выходят ведущие.

Ведущий 1. Начинается!

Ведущий 2. Начинается!

Ведущий 1. Землю зрелищем охватив...

Ведущий 2. Здесь, на наших глазах открывается...

Вместе. Спортивного праздника звонкий мотив.

Ведущий 1. Над стадионом цветут знамена.

Выходят молодость и сила на торжественный парад.

Ведущий 2. Во славу юных на всех трибунах

Гремят приветствия и вымпелы парят.

Ведущий 1. Под нашими спортивными знаменами

Шагаем, солнцем и ветрами закалённые.

Ведущий 2. Испытанные в жарких состязаниях

Идем под стягами упорства и дерзания.

Ведущий 1. Стремительная, дружная, здоровая,

Повсюду первенство отстаивать готовая,

Ведущий 2. Под нашими знаменами

Спортивная шагает молодежь!

Под веселую музыку по беговой дорожке проезжает колонна детей на роликах, скейтбордах, велосипедах с шарами и флажками в руках.

Ведущий 1. Дорогие друзья! Наша встреча не случайна, ведь сегодня мы будем праздновать 74-ю годовщину Дня физкультурника.

Ведущий 2. Да, поэтому я думаю, что сегодняшний праздник получится динамичным и веселым, но ни в коем случае, не скучным.

Ведущий 1. Мы надеемся, что каждый из вас примет участие в наших веселых конкурсах.

Ведущий 2. А самое главное, наша встреча поможет вам убедиться в том, что спорт – прекрасное занятие.

Ведущий 1. Слово для торжественного открытия праздника, посвященного 74-й годовщине Дня физкультурника, предоставляется заместителю главы администрации Ивнянского района, начальнику управления по социально-культурному развитию Наталье Михайловне Листопад.

Идет выступление. Награждение победителей районных, областных, российских соревнований.

Ведущий 2. Слово для праздничного поздравления и награждения предоставляется начальнику подотдела по туризму и спорту администрации Ивнянского района Алексею Николаевичу Гусеву.

Музыкальный номер.

Ведущий 1. Дорогие гости нашего праздника, мы просим обратить ваше внимание на другие площадки нашего стадиона, где сейчас начнутся соревнования по волейболу, теннису, шашкам, шахматам и армрестлингу. Приглашаем всех вас подойти поближе, поболевать за наших спортсменов и принять активное участие в наших соревнованиях.

На отдельных площадках начинаются соревнования по данным видам спорта.

Ведущий 1. Дорогие ребята, юные участники и гости праздника! Сейчас мы проведем для вас небольшую викторину на тему олимпиад. Итак, я задаю первый вопрос всем присутствующим:

1. В каких странах проходили Олимпийские игры?

(Ребята отвечают).

2. Где проходили последние летние Олимпийские игры?
(Пекин, Китай);

3. В какой стране и в каком городе состоялись зимние Олимпийские игры 2014 года? *(Сочи, Россия);*

4. В 1980 году состоялась одна из самых запоминающихся олимпиад. В каком городе и в какой стране она состоялась?
(Москва, СССР);

5. При закрытии Олимпиады в Москве её талисман улетел в небо на воздушных шарах. Назовите имя сказочного талисмана.
(Мишка);

6. Где и как зажигается Олимпийский огонь? *(Греция, Олимпия, от зеркал, направленных на солнце);*

7. Впервые в 2008 году факел Олимпийского огня прибыл на самую высокую точку планеты. Как называется эта вершина?
(Джомолунгма, или Эверест).

Награждение участников викторины.

Музыкальный номер.

Ведущий 1. Ждут походы и купанье, эстафеты и футбол.

Нам азарт соревнования дарят бодрость и задор.

Поликлиника нам – воздух, сосны – наши доктора.

Поправляя свое здоровье, закаляйся, детвора!

Ведущий 2. Лишь весёлых, так и знайте, приглашаем мы сюда.

На спортивную поляну состязаний озорных,

Собираем этим летом сильных, ловких, молодых!

Ведущий 1. Итак, мы начинаем! И наша первая эстафета называется «Кенгуру». Желающих просим подойти к нам.

Проходит конкурс: игроки делятся на две команды. Один, зажав мяч между ног, прыгает до назначенного места и возвращается назад – передает эстафету.

Ведущий 2. Пусть спорт большой и не для вас,
Но физкультура – в самый раз!
Вы не ленитесь и поймете:
Что с физкультурой проживете.

Проходит спортивный конкурс «Кто сильнее»: 3 игрока становятся в круг, спиной друг к другу и связываются веревкой на уровне талии. Впереди, на расстоянии 3 метров стоят кегли. По сигналу каждый устремляется к своей кегле, пытаясь взять ее в руки. Побеждает сильнейший.

Музыкальный номер.

Ведущий 1. Объединяет праздник спортсменов самых разных –
Трусцой едва бегущих по парковой тропе,
И грудью ленту рвущих на финишной черте.
Тех, кто мячи пинает в компании ребят,
И тех, в чью часть пылает огонь олимпиад.
Любой спортсмен украсит
Наш физкультурный праздник!

Эстафета «Меткий футболист»: двум игрокам завязывают глаза, предварительно показав лежащий на траве мяч. Затем каждого раскручивают, после чего он должен пойти и ударить мяч ногой.

Музыкальный номер.

Ведущий 2. В сердце каждого человека,
Скрыт ребячий волшебный мир,
Спорт – это молодость века,
Это рыцарский наш турнир.

Ведущий 1. Здесь сопернику крепко руку,

Побежденный с улыбкой жмет...
В том товарищества наука,
И достоинства высший взлет.

Спортивный конкурс: «Рассыпал – собери!».

Состав команды до 8 человек. В руках у первых номеров по картонной коробке, в которой находятся 10 – 12 теннисных мячей (кубиков или других мелких предметов). По сигналу участник добегают до лежащего на полу обруча, высыпает внутрь содержимое своей коробки и быстро относит ее назад, передавая второму участнику. Тот бежит к обручу и, собрав рассыпанные предметы в коробку, возвращается и передает эстафету третьему, который вновь высыпает содержимое в обруч, и т. д. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету.

Музыкальный номер.

Ведущий 1. Нас старты зовут,
Летний дождик и зной – не беда.
Рекорды придут,
К ним стремись, не жалея труда!
Сегодня на празднике звонком, веселом
Встречаем мы вас, как чемпионов!

Конкурс «С кочки на кочку»: участники делятся на две команды и по одному преодолевают заданное расстояние на двух листах бумаги.

Музыкальный номер.

Ведущий 2. На нашем празднике присутствуют спортивные семейные команды. Это семьи... *(Называют Ф.И.О.)* И сейчас они покажут нашим зрителям и болельщикам на что способны. Итак, команды готовы к соревнованию? Тогда мы начинаем.

Конкурсы для семейных команд.

Ведущий 1. На старте наши папы. Они будут бежать, подбивая теннисной ракеткой шарик. Посмотрим, кто окажется лучшим жонглером и бегуном одновременно. *(Проводится конкурс)*. Это не простое задание! Надо признать, что многие и одно дело делают с большим трудом и большой неохотой, а тут сразу два. Это трудно! Но наших участников трудности не страшат. Итак, начали. Поддержим наших мужчин! Поистине, этот конкурс для мужественных и смелых. Ура! Финиш! Поздравляем победителя. Это... *(имя участника)*. Он доказал, что нашим мужчинам по плечу любые дела. И даже не по одному, а по несколько дел сразу. Милые женщины, учтите это!

Ведущий 2. Следом за папами на старт выходят мамы. Конкурс для мам – бег со скакалками *(проводится конкурс)*. Дорогие болельщики! Поддержим аплодисментами наших дорогих мам!

Ведущий 1. А сейчас на старт вызываются наши капитаны. Дети – это наша гордость, это наша слава! Задача детей – пробежать по беговой дорожке, ведя баскетбольный мяч. *(Проводится конкурс)*. Молодцы, капитаны!

Ведущий 2. Этот конкурс покажет нам, как в связке могут действовать вместе мама и папа. Конкурс называется «Бег на трех ногах». *(Проводится конкурс. Правая нога папы и левая нога мамы связаны)*. Прекрасно! И это мы тоже умеем! Жизнь научила бегать не только на двух ногах, но, когда нужно, и на трех.

Ведущий 1. Теперь в конкурсе участвуют все члены семейных команд. Конкурс называется «Транспортировка ребенка». Представим себе, что семья пошла в многодневный поход и на пути следования ребенок подвернул ногу. Ему необходима некоторая передышка. Задача мамы и папы – на сцепленных руках перенести ребенка на определенное расстояние и вернуть его на место. *(Проводится конкурс)*. Впереди – транспортное средство команды... *(имена участников)*. Этот транспорт называется папомамобиль. Гонка семейных папомамобилей просто захватывает дух. Кто же, кто придет к финишу первым? Побеждает папомамобиль ...*(имена участников)*.

Ведущий 2. И, наконец, наш последний конкурс. Он – для всей команды. Игра в волейбол воздушным шариком. Задача – как можно быстрее дойти до финиша, не уронив шарика.

Проводится конкурс.

Ведущий 1. Взгляд решительный, брови хмурятся,
И стальные звенят клинки.
Это дедушки Ильи Муромца
Вышли биться ученики!

*Проходит конкурс «Перетягивание каната» сначала для взрослых, затем для детей. Идет награждение победившей команды.
Музыкальный номер.*

Ведущий 2. Эх, да надобно жить красиво,
Эх, да надобно жить раздольно.
Богатырская наша сила,
Сила духа и сила воли.

Ведущий 1. Кто поднимет гирию больше раз,
Суперприз получит наш!

Проходит конкурс на поднятие гири. Награждение победителя.

Ведущий 2. А какой же праздник без такого массового и зрелищного вида спорта, как футбол? И наш День физкультурника на исключение. Поэтому сейчас мы вам предлагаем посмотреть детский футбол.

Соревнования по футболу.

Ведущий 1. Рано или поздно, все в нашем мире подходит к своему логическому завершению. И сейчас нам хотелось бы объявить результаты сегодняшних соревнований.

Подводятся итоги конкурса. Проходит награждение победителей.

Ведущий 2. И как не жаль, наше мероприятие подошло к концу.

Ведущий 1. Но прежде, чем мы будем прощаться, хотелось бы напомнить всем присутствующим, что все в ваших руках!

Ведущий 2. Победа сама не придет никогда, победу в борьбе добывают!

Ведущий 1. В победе частица большого труда,
Задор мастерство дополняет!

Ведущий 2. Нет большего смысла, чем добиться результата,
Преодолеть себя и обстоятельства, чтобы победить!

Ведущий 1. Еще раз поздравляем вас с праздником. С Днем физкультурника!

Вместе: Желаем вам всего хорошего, доброго и светлого.

Л. Коробкова

Остров здоровья

**Сценарий развлекательно-игровой программы для молодежи,
посвященной Всемирному Дню здоровья**

*Место проведения –
Дмитриевский МСДК*

Действующие лица:

3 туриста,

Вождь,

3 туземца.

Декорации: пальмы, камни.

Во время размещения декораций и реквизита на сцене демонстрируется видеосюжет: компания молодых людей собирается на необитаемый остров. По окончании видеосюжета на сцену выходят туристы и поют песню на мотив «Остров невезения»

Туристы. *(по-очереди)*

Весь необитаемый в океане есть –
Остров наш мечтаемый, очень клево здесь!
Это рай бездельников, просто благодать,
Нет здесь понедельников, незачем пахать!

1 Турист. Да, пацаны, по ходу, этот остров реально необитаемый.

2 Турист. Да, это точно, никаких признаков жизни: ни окурков...
(Бросает окурки).

3 Турист. Ни бутылок *(Бросает бутылку).*

1 Турист. Ни объедков. *(Бросает мусор).*

2 Турист. Решено, это наш остров и здесь мы установим свои законы.

3 Турист. Кайф!

1 Турист. Драйв!

Вместе. Полный отпад!

Звучит фонограмма африканской мелодии.

*Из-за трона появляется Вождь племени «Облико-Моралес»,
в сопровождении туземцев.*

Вождь. Как посмели вы осквернить землю обетованную? Кто такие?

Туристы *(вместе).* Мы? *(с ухмылкой)* Туристы!

Турист. А вы кто?

Туземец. О, великий вождь Облико-Моралес, изо рта этих людей слышны ужасные слова, они – угроза нашему острову.

Турист. Остров же необитаем!

Вождь. Еще как обитаем, ведь это «Остров здоровья», и здесь уже есть свои законы. *(Обращается в зал)* Эй, здоровое племя, поприветствуем неожиданных гостей нашего острова.

Звучит фонограмма ритмичной музыки.

Турист. Ни фиги себе, сколько народу!

Турист *(смеясь)*. Остров здоровья? И что, все здоровы?

Турист. Так это же не кайфово!

Племя вместе. Что-о?

Турист. Ну, не здорово!

Вождь. Очень даже здорово! Вам предстоит прожить с нами один день, а дальше решайте сами *(обращается к туземцам)*. О, Косая Сажень, огласи первый закон!

Косая сажень. Закон первый: «С песней по жизни».

Закон высвечивается на экране.

Вождь. С какой песни начинается ваше утро? Спойте, а мы решим: поддержать вас или выразить протест.

Турист. Я, я знаю! *(поет)* «Дым сигарет с ментолом, пьяный угар качает...»

Звучит фонограмма ритмичной музыки.

Туземцы активизируют зал на протест.

Туземец. А мы по утрам поём так... Если хочешь быть здоров, что надо делать?

Зрители отвечают. Ответившему туземец вручает приз.

Остальные туземцы поют вместе с залом: «Если хочешь быть здоров – закаляйся, позабыв про докторов, водой холодной обливайся, если хочешь быть здоров...»

Туземец. А какой песней можно описать то, что вы делаете целый день?

Турист. «На пляжу лежу и в небо я гляжу, чайки жирные летают просто жуть...».

Звучит фонограмма ритмичной музыки.

Туземцы активизируют зал на протест.

Туземец. А наше любимое занятие (*ударяет коленом по мячу*) какое?

Зрители. Футбол!

Туземец вручает футбольный мяч, начинает петь песню «Футбол, футбол», зал подхватывает: «Футбол, футбол! Кричат болельщики – гол!, кричат болельщики – гол! Такой люблю я футбол».

Туземец. Ну, и с какой песней к вам приходит вечер?

Турист (*поет*). «Выпьем за любовь, как блестят сейчас твои глаза...»

Звучит фонограмма ритмичной музыки.

Туземцы активизируют зал на протест.

Туземец (*обращается к зрителю*). Эй, народ, а на нашем острове пока молодой что делай?

Зритель. Танцуй!

Ответившему туземец вручает диск танцевальной музыки. Поют: «Танцуй пока молодой, мальчик, танцуй, пока молодой, танцуй, пока молодой, мальчик, танцуй пока молодой...». Звучит фонограмма «Остров невезения».

Вождь. Ну что, усвоили первое правило?

Правило высвечивается на экране.

Турист. Да! Здесь совсем секрета нет, если постараться,
То без пива, сигарет можно развлекаться!

Вождь. О, Фитнес-Зубр, огласи второй закон!

Фитнес-Зубр. Он уже прозвучал: «Танцуй, пока молодой!».

Закон высвечивается на экране.

Фитнес-Зубр. По древней легенде нашего племени, все современные виды спорта произошли от ритуальных танцев.

Турист *(с ухмылкой)*. Ну, точно легенда! *(Достает из рюкзака табличку)*. Вы вообще в этой глуши знаете виды спорта? А еще о каких-то танцах говорите. *(Показывает табличку в зал)*.

Вот, например, это что за вид спорта?

Зритель отвечает: «Бокс». Ответившему надевают набедренную повязку и выводят его в центр зала.

Туристы. И как вы собираетесь танцевать бокс?

Туземец. Ваша задача – изображать элементы бокса в ритуальном танце, и за вами должны повторять все жители нашего острова, то есть, весь зал.

Звучит музыка. Танцуют. Туристы пытаются танцевать вместе со всеми. Танцующему вручаются боксерские перчатки.

Турист. Бокс – еще куда не шло, а вот это?

Показывает вторую карточку. Зритель отвечает: «Гимнастика». Ответившему надевают набедренную повязку и выводят его в центр зала.

Туземец. А вот так это выглядело в ритуальном танце.

*Звучит музыка.
Танцующему вручается скакалка.*

Туземец. Ну, все! Это уж точно не вариант! (*показывает табличку*).

Туземец (*кричит в зал*). Эй, соплеменники, какой это вид спорта?

Зритель отвечает: «Плавание». Ответившему надевают набедренную повязку, и выводят его в центр зала.

*Звучит музыка. Танцуют.
Танцующему вручаются ласты.*

Турист. Стоп! Пацаны! Так вот же оно второе правило!

Правило высвечивается на экране.

Турист. Помни правило второе – не давай себе покоя,
На диване не валяйся, лучше спортом занимайся!

Турист. А здесь клевая тусовка получается.

Турист. Я уже хочу скорей узнать третий закон, а то есть охота!
Сейчас бы чипсов побольше, колы и хот-дог большой, с кетчупом и майонезом.

Вождь. О, всезнающая Аква-Минерале, огласи третий закон!

Аква-Минерале. Закон третий: «Есть, чтобы жить!»

Закон высвечивается на экране.

Турист. А это еще как?

Аква-Минерале. А вот так: пойдёте со мной к племени. Вот ваша команда, а вот ваша. (*Делит зал на две половины*). Они помогут вам извлечь пользу из здорового питания.

Два туземца спускаются в зал с бутафорскими фруктами.

Аква-Минерале. Здоровое питание – это фрукты и овощи, которые растут на нашем острове. Назовите, какие?

*Каждому ответившему вручается названный им фрукт или овощ.
Вождь делит зал на две половины.*

Вождь. Давайте наполним рюкзаки (*корзины*) туристов пользой, которую приносят организму человека фрукты и овощи. Ваша задача, по моей команде забрасывать фрукты и овощи в рюкзак своему туристу и громко произносить слово, обозначающее пользу. Чей турист быстрее поднимется на площадку острова, той команде достанется приз.

*Звучит фонограмма ритмичной музыки.
Зрители забрасывают. Чья команда быстрее заполнит рюкзак,
получает связку бананов.*

Турист. Я нашел в зале третье правило!

Правило высвечивается на экране.

Турист. Будь умеренным в еде, соблюдай диету,
А иначе, быть беде – язве, диабету!

Звучит фонограмма «Остров невезения».

Вождь. Вы прожили с нами этот день и теперь знаете наши законы. Мы вызываем вас на совет племени, где будет принято важное решение: «Как жить дальше»?

Турист. Своё решение мы уже приняли:
Не вернуть и не достать, не добыть второе,
Что б дожить хоть лет до ста...

Все. Береги здоровье!

Вождь. Если каждый ваш день будет таким, как сегодня, то наша планета станет Планетой здоровья!

Все племя во главе с Вождем выходит на авансцену.

Восторженные возгласы обитателей острова и зрителей.

Финальная песня (на мотив «Остров невезения»)

Мы для усвоения вам хотим сказать –
Острова здоровья нужно открывать.
Здесь табу – курение, кашель, пиво, спирт.
Обретай везение и здоровый вид.
Будешь ты как новенький абсолютно весь,
Острова здоровья на планете есть!

Под мелодию песни «Остров невезения» герои кланяются и покидают сцену.

С. Ильин,

Молодость! Сила! Красота!

Сценарий вечера отдыха для подростков и молодежи

За час до начала мероприятия звучит музыка, которая прерывается объявлениями и призывами к участию.

На здании Дома культуры размещается название программы, в зале висят плакаты:

Быть здоровым – это стильно!

Быть здоровым – это модно!

Быть здоровым – это круто!

Быть здоровым – это классно!

Лучше приколоться, чем уколоться!

Лучше петь, чем пить!

Дыши – не пыхай!

Танцуй – не ломайся!

1-й блок – «Приветствие»

Звучат позывные, выходят ведущие.

Ведущий 1. Внимание! Внимание! Вечер отдыха, о котором так долго говорили в районе, начинается!

Ведущий 2. Привет, друзья! Поздравляем вас с праздником! И желаем: будьте здоровы! Быть здоровым – это модно! Быть здоровым – это классно!

Добивается скандирования лозунгов праздника:

«Быть здоровым – это стильно!»,

«Быть здоровым – это модно!»

Ведущий 1. В празднике и конкурсной программе принимают участие девчонки и парни со всего района! Начинаю переключку! Самые дальние гости из ... здесь? *(Добивается громкого дружного ответа, приглашая на сценическую площадку)* молодежь из сел ... приехала?
(Ответ)

Ведущий 2. А другие желают поучаствовать в конкурсе? *(Ответ)*

В прошлом году победителями конкурса стали ребята из села ...!
А сегодня они здесь? *(Ответ)*

Ведущий 1. Поздравляем с прибытием на районный праздник команду из деревни ... ! *(Аплодисменты)* Веселье будет не таким искрометным, если не приехали ребята из ...! Приветствуем друзей из села ...! Они впервые участвуют в районном конкурсе.

Ведущий 2. Все готовы? *(Добивается дружного ответа участников)*

Ведущий 1. Мы, и все участники нашей конкурсной программы считаем, что можно жить весело, плясать и от души смеяться без сигареты, без бутылки, без шприца! Вы согласны? *(Добивается ответа)*

Ведущий 2. Все ли знают название нашего праздника? *(Ответ)*
Молодость! Сила! Красота!

Ведущий 1. А сейчас знакомимся с жюри.

Идет представление жюри.

2-й блок – «Конкурсная программа»

Ведущий 1. Команды мы поприветствовали, но еще недостаточно с ними знакомы. Поэтому все они привезли свои «визитные карточки».

Выступление команд, после каждого из них

Ведущий 1 добивается поддержки публики.

Ведущий 2. Пока жюри думает над оценками за первый конкурс, идет номер художественной самодеятельности.

Жюри оценивает первый конкурс.

Ведущий 1. Во втором конкурсе принимает участие самая крутая пара от каждой команды: девушка и юноша – претенденты на звание «Барышня лето» и «Сударь зима».

Демонстрация моделей и венков из сухоцветов, комментариев к дефиле, названия моделей.

После этого начинается игра, конкурсы.

Юноши становятся с одной стороны сцены, девушки – с другой юноши приближаются, говоря комплименты девушкам.

Игра «Медведь на поляне»-

Вытолкнуть из обруча руками соперника (юноши).

Конкурс частушек о любви (девушки).

Ведущий 2. У жюри трудная задача – выбрать пару, которая ярче всех олицетворяет молодость, силу и красоту. А для участников праздника поет трио из клуба ...

Ведущий 1. Какое же надо здоровье, чтобы танцевать на нашей ночной дискотеке сегодня! Интересно, как должен выглядеть юноша сегодня, чтобы девушка приняла его приглашение на танец? (*Опрашивает публику*) Каким вы видите мужчину своей мечты? (*Подводит к ответу: умеет водить машину*)

Ну, раз девушки любят кататься на авто, я приглашаю на сцену по одному парню от каждой команды на **конкурс автомобилистов**. Это игра на выбывание.

Ведущий показывает карточки. Кто ошибается – выбывает. Зеленая карточка – летит на крыльях «Шух-шух». Желтая – плетется, как черепаха «Чап-чап». Синяя – пристегивает ремень «Чик-чик». Красная – руки вперед, кричать «Стоп!». Жюри объявляет победителя в этом конкурсе.

Ведущий 2. Замечательно иметь машину и уметь водить ее, но у выпивших отбирают права, а курящие туго соображают. Наш следующий конкурс для парней с сильной «дыхалкой».

Вызывается по одному человеку от каждой команды.

Они на скорость надувают по 5 шаров, девушки помогают завязывать.

Жюри объявляет победителя.

Ведущий 1. Молодые, здоровые, сильные люди любят здоровую пищу. Поэтому следующий конкурс называется **«Накорми друга»**.

Вызывают по два человека от каждой команды. Они повязывают друг другу слюнявчики и кормят друг друга йогуртами (кашей или

картошкой) из больших емкостей, вытирая друг другу лица. Побеждает тот, кто быстрее проделает это.

Пока жюри оценивает конкурс, готовится реквизит для «Вкусной эстафеты».

2-й ведущий приглашает по пять человек от каждой команды на **«Вкусную эстафету»**. Играют те, кто не участвовал в предыдущем конкурсе. Игроки надевают одноразовые перчатки, берут по одноразовому стакану, бегут до противоположного края сцены. Открывают бутылку с газировкой, наливают ее в стаканы, выпивают, заедают фруктами (яблоки, курага, киви), возвращаются. Выигрывает команда, которая быстрее выполнила все условия без ошибок: пользоваться только одноразовой посудой и перчатками.

Пока жюри оценивает конкурс, команды отдыхают.

Концертный номер.

Жюри объявляет оценки.

Ведущий 1. Сильные! Здоровые! Красивые! Главное, что те, кто не пьет и не курит, – умные!

Ведущий 2. В следующем конкурсе участвуют по одному самому умному от каждой команды – девушка или парень, все равно. Им предлагается сочинить экспромтом стихотворение на тему одной из фраз:

«Быть здоровым – это модно!», «Лучше пить, чем курить!», «Танцуй – не ломайся!».

Пока конкурсанты сочиняют, а жюри оценивает, идут концертные номера. Жюри объявляет свое решение.

Ведущий 1. Выиграла команда из ... села с четверостишьем:

Быть здоровым – это клево!

Я даю сегодня слово:

Не пить, не курить,

Чтобы очень долго жить!

Жюри подводит итоги всех конкурсов. Вручают призы.

3-й блок – «Танцевальный»

Проводится дискотека, между танцами – конкурсы:

- на самую тонкую талию – среди девушек;
- на самую мощную мускулатуру – среди юношей;
- на самый красивый маникюр – среди девушек;
- на самое галантное приглашение – среди юношей.

В конкурсе программы еще раз называются все победители во всех конкурсах, и вся публика скандирует название программы:

МОЛОДОСТЬ! СИЛА! КРАСОТА!



Брось сигарету!

Сценарий молодежной акции против курения



*Место проведения: площадь города Строитель.
С двух сторон сценической площадки выходят участники
агитбригады (девочки), поют песню под музыку из
м/ф «Пластилиновая ворона».*

Одну простую сказку, а может и не сказку,
А может непростую, хотим вам рассказать.
Её мы помним с детства, а может и не с детства,
А может и не помним, но будем вспоминать.
Нам помниться когда-то, а может никогда,

А может быть, кому-то однажды повезло:
Прислали сигареты, штук, кажется нам, 200,
А может быть и 300, а может, пачек 100.

Послушайте ребята, а может и девчата,
А может и все люди, что тоже хорошо.
У вас такие планы, у вас такие мысли:
Бросайте все курить вы, что очень хорошо.

Выходят 6 ведущих.

1-й. Мы пришли сюда, чтобы сказать своё решительное «НЕТ»
никотину. Вы спросите: «Почему?»

2-й. Да потому, что каждый второй человек на планете курит, не
осознавая всей опасности табакокурения.

3-й. Сегодня обратимся к теме.

В дыму планета – почему?

Да потому, что сигарета

Виной всему, конец всему!

4-й. Пусть человек сам царь природы,

Но он не вечен на Земле.

И сигаретой сокращает

Он жизнь планете и себе...

5-й. Куренье – худшая из бед,

Вредней привычки в мире нет.

6-й. А чем обогащен курильщик?

Быть может, он умен как сыщик?

Физически сильнее быть может?

В том мир статистики поможет.

1-й. Курящий раньше умирает,

До старости не доживает.

Инсульт, и рак, и диабет –

Табачный пламенный привет!

2-й. Слабеет ум, стареет сердце.

В дыму табачном не согреться.

И близким, дышащим отравой,
Грозит табачный смрад расправой.

Девочка. Я по саду как-то шла,
Семицветик там нашла
Удивительной раскраски.
Он волшебный был, из сказки.
Может каждый человек стать счастливым с ним навек,
Лишь лепесточек оторвав и желание загадав.
«Что ж сейчас мне загадать?» - девочка решала.
Сколько ты не пожелай, всего будет мало!
Сделать выбор трудно, но, пожалуй, нужно.
У кого совет спросить, как с цветочком поступить?
Семицветик, помоги!
Что мне делать, подскажи?

*Солистка группы «Ералаш» Ира Иванова исполняет песню
«Лети, лепесток».*

Ира Иванова. Друзья, помогите мне загадать правильные желания.

*На сцену выбегают 7 человек из ансамбля «Калейдоскоп», в руках у
них – шары.*

1-й. Мы – молодое поколение, которое выбирает жизнь.

2-й. И этот цветок непростой. Он – отражение нашей жизненной позиции.

3-й. Цвет каждого лепестка этого Семицветика, как и семь цветов радуги, имеет своё обозначение.

1-й. Красный – любовь.

2-й. Оранжевый – молодость.

3-й. Жёлтый – активность.

4-й. Зелёный – здоровье.

5-й. Голубой – успех.

6-й. Синий – спорт.

7-й. Фиолетовый – уверенность.

4-й. И только вместе эти цвета дают радость жизни!

5-й. Мы – против негативных явлений.

6-й. А значит, выбираем успех.

Все вместе. Табак и куренье планеты – беда. Давайте забудем о них навсегда!

1-й. Примите эти шары – пусть они принесут вам радость!

*Ребята спускаются со сцены и раздают прохожим шары
цветов радуги.*

*Солистка РДК Настя Гаврилова исполняет песню «На большом
воздушном шаре». Выходит агитбригада.*

1-й. По статистике, табак является лидирующей причиной смерти в мире.

2-й. Каждые шесть минут от табака умирает один человек на планете.

3-й. 700 миллионов детей на планете дышат воздухом, загрязненным табачным дымом.

4-й. Дети курящих родителей более медленно растут.

5-й. Для человека смертельная доза никотина составляет 2-3 капли.

6-й. Всякий курящий отравляет не только себя, но и других.

1-й. Как же избавиться от этой пагубной привычки и не попасть в зависимость от никотина?

2-й. Помоги себе сам!

3-й. Помни! Спорт – залог здоровья!

4-й. На лыжи вставайте,

Идите в бассейн.

А летом – на речку

Компанией всей.

5-й. В лесу погуляйте,

Уйдите в поход.

Куренья дурман

Очень скоро пройдет.

4-й. Читайте, учитесь,

Добрейте душой.
Друзья, объявите
Все. Курению бой!

Флэшмоб «Бросай курить!»

1-й. Все знают о вреде курения. Почему же продолжается выпуск сигарет?

2-й. Да на нас просто зарабатывают деньги!

3-й. Давайте посчитаем. Если учесть, что пачка сигарет стоит 50 рублей, а человек курит по пачке в день, то сколько тратится за 1 год?

2-й. 18 тысяч 250 рублей,

4-й. за 2 года?

2-й. 36 тыс. 500 руб.,

5-й. а за 10 лет?!

2-й. 182 тыс. 500 рублей!

То, что уходит в дым и пыль,

Есть дача, дом, автомобиль,

Гараж, квартира, обстановка.

Вот как тебя надули ловко!

1-й. Прекрасен мир без сигарет,

Без спичек, зажигалки.

На это деньги тратить? Нет!

На это денег жалко!

«Веселая азбука» – участники танцевального ансамбля «Белогорье» показывают по очереди буквы, а молодежная агитбригада произносит текст.

А – Активен, крепок и здоров,

Я обхожусь без докторов!

Б – Больному все вокруг не мило,

Болезни отнимают силы.

В – В воде купаются ребята -
Им даже в море тесновато!

Г – Гнев сушит человеку кости,
Гримасы на лице от злости.

Д – Дружок! Ты медосмотр пройдешь,
Здоровья море обретешь!

Е – Если ты курить не будешь,
О болезнях позабудешь!

Ж – Живи на свете много лет,
Не зная горя, зла и бед!

З – Здоровье – наш бесценный дар!
Его оценят, млад и стар.

И – И все мы проживем без бед!
А табаку мы скажем «нет»!

К – Кто отдых чередует с делом,
Всегда здоров душой и телом!

Л – Любовь на свете лучший друг,
Любите всех друзей вокруг!

М – Мы и не курим и не пьем!
Мы образ жизни правильный ведем!

Н – Научитесь ценить здоровье,
Относитесь к себе с любовью!

О – О жизни думать больше стал.
С привычками дурными дружить я перестал!

П – Папиросы брось и спички!
Забудь все вредные привычки!

Р – Радуйся! Жизнь, в самом деле, прекрасна!
Помни о том, что живешь не напрасно!

С – Сон поможет отдохнуть,
Если вовремя заснуть!

Т – Табак в нашей жизни ненужный предмет.
И знает об этом, друзья, целый свет!

У — Унылый все о чем-то тужит...
С занудами никто не дружит!

- Ф** – Фрукты, овощи едим -
Быть здоровыми хотим!
- Х** – Хорошо в лесу гулять,
Свежим воздухом дышать!
- Ц** – Цени здоровье с малолетства-
К режиму приучайся с детства!
- Ч** – Чистым тело содержи -
С мылом и водой дружи!
- Ш** – Шум и гам мешает слушать.
Берегите свои уши!
- Э** – Это правило мы соблюдаем:
То работаем, то отдыхаем!
- Ю** – Юмор - в жизни верный друг!
Любят шутки все вокруг!
- Я** – Я здоровым быть хочу,
Эту азбуку учу!
- 1-й.** Кто, если не мы, будем соблюдать эти простые правила!
- 2-й.** Кто, если не мы, сможем изменить мир вокруг себя!

Поет группа «Релиз» – «Кто, если не мы».
Выходит агитбригада.

- 1-й.** Со здоровьем дружен спорт!
Стадион, бассейн и корт,
Зал, каток – везде всем рады.
- 2-й.** За старание в награду
Станут мышцы ваши тверды,
Будут кубки и рекорды.
- 3-й:** Эй, друзья, вы не ленитесь!
На зарядку становитесь!

Флешмоб «Зарядка».

- 1-й.** Мы выбираем спорт!

2-й. Мы выбираем здоровую нацию!

3-й. Мы выбираем здоровую Россию!

4-й. Мы выбираем здоровое человечество!

5-й. Здоровье – это единственная драгоценность!

6-й. Физкультуре и спорту –

Все. Да!

1-й. Вредным привычкам –

Все. Нет!

Все вместе. Берегите нашу планету, берегите нашу Родину, берегите себя для нее. Здоровая нация – сильная нация! Сильная нация – великая страна!

Поет группа «Релиз» – «Россия».



Шаг вперёд!

Сценарий танцевально-развлекательной программы

В фойе звучат мелодии о спорте. Развешены плакаты, узкие ленты фольги, серпантин, высказывания: «Самое лучшее пожелание на Новый год», «Самый лучший лозунг для Олимпиады в Сочи 2014», «Самый сладкий поцелуй», «Самое оригинальное приветствие». Посетители Дома культуры принимают активное участие в написании тех или иных слов, приветствий. Девушки «оставляют» свой поцелуй. Обязательное условие — указать фамилию, имя под «поцелуем» и написанными словами. В конце вечера-шоу самый, самый получит мини-презент.

Звучит ритмичная музыка, на танцевальную площадку выходят ведущие в футболках «Sochi. ru».

Ведущий. Добрый вечер!

Ведущая. Добрый вечер, молодёжь! Мы рады видеть вас в этот зимний вечер, в этом прекрасном фойе гостеприимного Погромского сельского Дома культуры на самой танцевальной и зажигательной программе «Шаг вперёд!».

Ведущий. Посвященной важному для нашей страны событию, Олимпийским зимним играм в Сочи.

Ведущая. И именно поэтому наша встреча проходит под эгидой «Сделай шаг вперёд навстречу Олимпиаде!»

Ведущий. Сочи, вперед! Россия, вперед!

Ведущая. Только победы ждет наш народ!

Ведущий. Сегодня в нашем зале самые активные и позитивные, самые красивые и заводные, а именно, парни и девушки из Голофеевки, Ютановки,

Ведущая. Пятницкого и Погромца.

Участники «реагируют» на свою территорию.

Ведущая. Вы молоды и энергичны, мечтательны и деятельны.

Ведущий. Вы умеете учиться, а как вы отдыхаете, мы не знаем.

Ведущая. Итак, вперед, отдыхать и веселиться.

Ведущая. Зажигаем вместе с девчонками из Ютановки.

Исполняется хореографическая композиция Ютановского СДК.

Ведущий. Ну что, настало время познакомиться поближе! Ребята, я вас прошу, что бы я ни говорил, вы отвечаете мне «Привет!». Договорились?

Всем, кто скучал с утра и забрел к нам на огонек, наш горячий ____

Ведущая. Всем, кто любит петь и танцевать, наш пламенный ____

Ведущий. Всем, кто творчеством согрет, огромный _____

Ведущая. Всем парням и девчонкам _____

Музыка усиливается.

Ведущий. И мы начинаем развлекательную программу «Шаг вперед!», посвящённую зимним Олимпийским играм в Сочи.

Ведущая. Наша с вами задача – поддержать Олимпиаду зажигательными танцами, весёлыми конкурсами и позитивным настроением. Поехали!!!!

Ведущая. DJ музыку, а мы с Ильёй выберем самого крутого танцора.

После песни кого-то из ребят приглашают на подиум для вручения мини-презента.

Ведущий. Спасибо! Все вы были бесподобны в этом танце. Особенно нас покорила.... *(называет)*. Вот тебе наш мини-приз! Но, это еще не все. Сейчас именно ты будешь «головой» зажигательной и энергичной «змеи», а последний – её «хвостом».

Ведущая. Становимся друг за другом, держась за пояс или за плечи стоящего впереди. «Голова» змеи показывает различные танцевальные движения, как хочет: машет руками, делает выпады, идёт гусиным шагом, а ваша задача повторять движения за ней. DJ – музыку!

Проводится конкурс, затем – музыкальная пауза.

Ведущая. Мы молоды и мы неукротимы,
Бурлит по жилам нашим кровь.
Ах, эти дерзкие порывы,
Ах, эта первая любовь.

Ведущий. Когда на полную живешь,
Когда ты скуку превозмог!
Так зажигает молодежь,
Включайся, здесь сейчас флеш-моб!

Ведущая. Итак, мы с Ильёй будем показывать движения, а вы – слушать музыку и повторять за нами в такт! Попробуем! Вперед!

Ведущий. Зажигают все!!!

Флеш-моб «Аррива».

Ведущий. По-моему, не плохо?

Ведущая. Да, но нам есть с чем сравнить, пришло время посмотреть танец в исполнении ребят «со стажем». Ребята, уступим место профессионалам.

*Исполняется хореографическая композиция
танцевального коллектива «Адреналин».
Музыкальная пауза.*

Ведущая. Какой всеми любимый зимний праздник скоро наступит?
(Новый год)

Ведущий. Для создания атмосферы праздника нужна, прежде всего, хорошая музыка.

Ведущая. А раз праздник новогодний, то и музыка должна быть новогодней.

Ведущий. Ну, это у нас есть!

Ведущая. Тогда мы проведём музыкальный конкурс «Угадай новогоднюю мелодию».

Ведущий. Интересно...

Ведущая. Сейчас для вас будут звучать мелодии новогодних песен, а вы постарайтесь назвать эти песни и исполнителей.

Ведущий. Поехали!!!

*Проводится конкурс «Угадай новогоднюю мелодию»,
звучит 6 новогодних мелодий.*

Ведущий. А теперь я обращаюсь к самым спортивным и сообразительным. Поднимите руки, кричите, потопайте, чтобы мы вас услышали и увидели!

Ведущая. Громко скажите, какое главное спортивное событие состоится в 2014 году в нашей стране?

Все вместе. Олимпиада в Сочи!!!

Ведущий. Правильно. Вся страна с замиранием сердца наблюдает за «Эстафетой олимпийского огня» и с нетерпением ждёт начало Олимпийских игр в Сочи.

Ведущая. За всю историю зимних Олимпийских игр эстафета Олимпийского огня «Сочи – 2014» станет самой продолжительной.

Ведущая. И мы с вами должны поддержать Олимпийские зимние игры в Сочи и внести свою лепту в развитие здорового и целеустремлённого образа жизни.

Ведущий. Мы – новое поколение, и мы выбираем – спорт, сделай шаг вперёд к новой жизни!

Ведущий. Представьте, что уже февраль и мы на Олимпийских играх!

Ведущая. И нам предстоит поддержать своих спортсменов самой-самой «кричалкой-поддержкой»!

На площадку выходит команда от каждого поселения и в театрализованной форме представляет свою «кричалку».

Ведущая. Подводим итоги на самую лучшую «кричалку-поддержку»!

Конкурс, вручение мини-приза и присвоение статуса «Самого спортивного и сообразительного».

Ведущий. Пришло время потанцевать!

Ведущая. Никто не стоит на месте, все двигаются под зажигательную композицию «DJ Smash» и вместе с нами скандируют «кричалки» в поддержку Олимпиады.

Под музыкальную композицию зрители вместе с ведущими двигаются и скандируют: «Сочи, вперед! Россия, вперед! Только победы ждет наш народ!», «Сочи – это море спортсменов, Сочи – единство народов, Сочи –Россия едина, Сочи – мы непобедимы!!».

Звучит танцевальная композиция.

Ведущий. Браво, молодёжь!

Ведущая. Мы видим, что здесь собралась самая позитивная и творческая молодёжь нашего района.

Ведущий. Внимание, внимание, объявляется розыск в нашем зале самых «артистичных и харизматичных». Прошу 8 смельчаков выйти к нам на подиум.

8 ребят поднимаются на подиум.

Ведущий. Прежде предлагаю объединиться в пары, теперь вручаю карточки с заданием, вам предстоит изобразить то, что написано в карточках. Людей, животных или предметы, но не по отдельности, а

во взаимодействии, то есть сыграть короткую миниатюру. Вам разрешается использовать слова, мимику, жесты, движения.

Ведущая. А неподкупные зрители попытаются отгадать.

Ведущий. Для нас музыкальная пауза, а для ребят время подумать и подготовиться.

Музыкальная пауза.

Выступление ребят, миниатюры на спортивную тематику.

Ведущий. Итак, самыми «артистичными и харизматичными» по версии наших зрителей стали.....(*называет*).

Ведущая. Ну а сейчас мы проверим, кто каши мало ел. Приглашаем на наш танцпол самую худую компанию.

Ведущий. Капитан каждой из команд подходит ко мне и берет обруч. Как начинается музыка, команда влезает в обруч и танцует. Если кто – то из участников не влез в обруч, они могут стать в стороне и поддерживать своих участников. Начинаем!

Проводится конкурс.

Ведущая. А теперь ищем среди нас настоящих танцоров. Пятницкое, Ютановка, Голофеевка, Погромец, выбирайте среди своих команд хореографа, делите танцпол, и, повторяя за своим хореографом движения, пытайтесь красиво, а главное синхронно, танцевать.

Ведущий. Готовы?

Ведущая. Начинаем импровизированный танцевальный батл среди поселений! DJ – музыку!

Импровизированное выступление ребят.

Ведущая. А так как вы все были заняты танцем, самого-самого энергичного и позитивного танцора определим мы.

Присвоение статуса «Танцор года».

Ведущий. Наш танцпол зажётся позитивом, и мы предлагаем всем энергичным и позитивным «Воздушный танец». Все участники разбиваются на пары. Каждой паре дается 2 надутых шарика. В 1 туре танца нужно, зажав их телами, танцевать так, чтобы ни один из шариков не упал. Во 2 туре – нужно лопнуть шарики, причем руками, ногами, зубами или острыми предметами повреждать их нельзя.

Присвоение статуса «Самые ловкие».

Ведущая. А теперь все зажигают.

Ведущий. Никто не стоит на месте, все двигаются в ритме танца.

Музыкальная пауза.

Ведущий. Становимся в пары: парни с девушками. Играем в необычный «ручeёк». И двигаемся под музыку.

Идёт обычная игра в сопровождении быстрой музыки. Как только музыка меняется на медленную, образовавшиеся пары танцуют медленный танец. Об условиях игры рассказывается предварительно.

Ведущая. Итак, сюрпризы зимней танцевальной акции «Шаг вперёд!» продолжаютcя, и мы с вами приглашаем на наш танцпол хранителя Нового года, главного спонсора Зимних Олимпийских игр – 2014. Встречайте, DJ Мороз или попросту Дед Мороз!!!

Молодёжь хором скандирует: «Дед Мороз!»

*Звучит музыка, на площадку в танце выходит Дед Мороз,
читает в стиле рэп.*

Дед Мороз. Привет, молодёжь!!!

Я – Мороз, красный нос

Пришёл в преддверии праздника

С вами позажигать, да с праздником вас поздравлять!!!

Ведущая. Привет, Дедушка!

Дед Мороз. Вы готовы зажечь с DJ Морозом? *(Отвечают)*

Тогда проведём мою любимую танцевальную игру «Подморожу».

Вы становитесь все в круг, выставляете руки вперёд, танцуете, а я иду со своим посохом и стараюсь вас заморозить, кто не успел убрать руки от посоха, тот выходит ко мне в круг и двигается в ритме танца. Итак, начинаем!!!

Звучит музыка, проводится игра «Подморожу».

Дед Мороз. Молодцы, ребята, вы настоящие «зажигалочки».

Ведущий. Совсем скоро наступит новый 2014 год, год лошади!

Дед Мороз. А мы с вами в преддверии праздника проведём конкурс «Эй вы, кони, мои кони!». Нам нужны парни и девушки для участия в конкурсе. В нашей игре участвуют пять пар. Девушки становятся в одну линию, а молодые люди располагаются (тоже в линию) в другом конце зала, сев на стулья, как на коней. Таким образом оседлав стулья, молодые люди должны скакать к любимой. Выигрывает тот участник, кто сделает это быстрее всех.

Музыка.

Ведущая. И мы продолжаем танцевать и делиться позитивом друг с другом. Танцуют все!!!

Музыка.

Ведущая. Наша шоу-программу «Шаг вперёд!» продолжается!

Ведущий. Скоро замечательный праздник – Новый год! Время чудес и исполнения желаний! Время каникул и весёлых встреч с друзьями! А что мы считаем главным символом Нового года?

(Молодёжь отвечает: «Ёлка!»).

Ведущий. Верно. Это красивая наряженная ёлка. И следующий конкурс «Нарядная ёлочка». Необходимо за 1 минуту всем командам одновременно создать наряд для ёлочки из предложных украшений, в роли ёлки будет выступать капитан каждой команды.

Ведущая. И не забудьте, что у каждой ёлки должна быть на макушке звезда. Каждой команде необходимо будет презентовать своё творение.

Ведущий. Итак, время пошло!

Музыка.

Ведущая. Двигаемся дальше!

Ведущий. Танцуют все!

Музыка.

Ведущий. А теперь время подведения итогов на «Самое лучшее пожелание с Новым годом», «Самый лучший лозунг для Олимпиады», «Самый сладкий поцелуй», «Самое оригинальное приветствие».

Ведущая. Автору самого лучшего пожелания с Новым годом вручается шариковая ручка!

Аплодисменты.

Ведущий. Обладателю самого лучшего лозунга для Олимпиады вручается блокнот!

Аплодисменты.

Ведущая. Для девушки с самым сладким поцелуем – яркая губная помада, будь отличной от других!

Аплодисменты.

Ведущий. А автору самого оригинального приветствия вручается большой сувенирный оранжевый фломастер. Будь оригинален во всём!

Аплодисменты.

Ведущий. Аплодисменты нашим победителям.

Ведущая. Желаем новогодних вам чудес!

И чтобы все, как в сказке, получилось.

Ведущий. Чтоб только «с» и никогда чтоб «без».

И в Новый год приятное случилось.

Ведущая. Сегодня мы хорошо подвигались и повеселились!

Ведущий. Зарядились положительной энергией на целую неделю!

Ведущая. И самое главное, помните, здоровье, долголетие, физическая культура – понятия друг от друга неотделимые. Двигайтесь, больше двигайтесь!

Ведущий. Мы молодёжь – будущее нашей страны, ни шагу назад, только вперёд, к достижению своей цели.

Звучит финальная композиция «Россия сильна молодыми!».

Ведущий. Зажигайте больше и делитесь позитивом с окружающими.

Ведущая. И самое главное – болейте за наших спортсменов на Олимпиаде в Сочи – 2014, и они обязательно победят!

Ведущий. Мы не прощаемся, а говорим вам «до свидания».

Вместе. С наступающим, Новым годом!!!

Звучит новогодняя песня.

В духе Олимпиады

Сценарий конкурсно-игровой программы

Звучит «Гимн Олимпийских игр в Сочи».

Выходит ведущий.



Ведущий. Добрый вечер, дорогие друзья! Быстрее! Выше! Сильнее! Так гласит всем известный слоган Олимпийских игр. С каким трепетом вся страна смотрела очередные игры и «болела» за соотечественников, которые оправдали наши надежды и поразили весь мир своими спортивными рекордами. Сегодня у вас есть уникальная возможность окунуться в олимпийскую атмосферу безудержного экстрима и ярких эмоций!

Каждый из вас сможет найти и открыть те или иные таланты в зимних видах спорта. Мы поддержим наших олимпийцев и даже немножечко испытаем на себе их участь!

Участвуют 2 команды по 8 или 10 человек, в команде должно быть равное количество девушек и юношей.

Конкурс «Олимпийский огонь»



Всем участникам команд ведущий раздает бенгальские огни. Одновременно ведущий и помощник зажигают огни последних участников. Побеждает команда, которая быстрее сможет «передать» огонь по цепочке к первому, стоящему в строю.

Ведущий. Итак, олимпийский огонь



зажжен, символы и флаги на месте, «болельщики» готовы, инструктора рядом, команды у линии старта, можем продолжать!

Конкурс «Лыжная гонка»

Участники команд поочередно пробегают «трассу» на «лыжах-роликах», побеждает команда, завершившая гонку раньше.

Конкурс «Биатлон»

Надев маленькие детские пластмассовые лыжи, участники



по очереди подбегают к импровизированной

стрелковой позиции, где дротиком должны попасть в воздушный шар, у каждого участника всего одна попытка. Побеждает команда, которая поразила больше всех целей и пришла к

Ведущий. Проблемой ушедшего XX века – века технического прогресса – является гиподинамия – малоподвижный образ жизни. Противостоять этому можно с помощью физической закалки, регулярных занятий спортом. И мы сейчас все вместе скажем свое дружное «нет» гиподинамии! А поможет нам в этом наш ди-джей. Зажигаем.

Танцевальный блок.



Конкурс «Фигурное катание»

Двое юношей держат одну девушку на руках, изображая упражнение фигурного катания «поддержка», и несут ее в такой позе к финишу. Побеждает команда, чьи девушки-участницы окажутся на финише раньше, также оценивается оригинальность и сложность выполненной поддержки.

Конкурс «Саночный спорт»



Командам выдаются «санки» (ледянка с веревочкой) и «саночник» (мягкая игрушка), задача игроков поочередно прокатить «санки» к финишу и обратно, при этом не потеряв по дороге «саночника».

Ведущий. Кто не знает крылатую фразу: «Движение – это жизнь».

Движение всегда и во всем. Движение к сияющим вершинам совершенства... Движение может заменить любое лекарство, но никакое лекарство не заменит движения. Начинаем двигаться!

Танцевальный блок.

«Олимпийская викторина»

Вопросы викторины:

1. В какой стране впервые проводились Олимпийские игры? (*Греция*)
2. Кто не имел права принимать участие в Олимпийских играх в Древней Греции?
3. Символ Олимпийских игр, пять сплетённых цветных колец, обозначают дружбу между людьми всех континентов. Какой континент символизирует красный цвет кольца на эмблеме Олимпиады?



4. Какой цвет кольца на эмблеме Олимпиады имеет Австралия?
(Зеленый)

5. Что такое МОК?

(Международный олимпийский комитет)

6. Какая страна принимала Зимние Олимпийские игры чаще других?

(США, четыре раза: 1932, 1960, 1980, 2002.)

7. XXII летние Олимпийские игры состоялись в Москве. В каком году?

(В 1980 году)

8. Каков девиз Олимпийских игр? *(Быстрее. Выше. Сильнее.)*

9. Высшая награда Олимпийского чемпиона в Древней Греции?

(Оливковый венок.)

Конкурс «Хоккей»



Участники команд по очереди при помощи клюшки должны обвести шайбу по определенной траектории и, вернувшись к команде, передать клюшку и шайбу следующему игроку. Сложность состоит в том, что шайба у конкурсантов круглой формы.

Ведущий. Спасибо, дорогие участники! Сегодня мы все получили море веселья, «приятной» усталости, радости побед и достижений, яркости и позитива на нашей олимпийской дискотеке. Все мы сегодня убедились в том, что спорт и здоровый образ жизни помогают наполнить наши будни яркими красками гораздо лучше,

чем вредные привычки. Удачи вам и новых побед! А сейчас продолжаем танцевать!

Танцевальный блок.



Умей сказать «НЕТ!»

/диспут-беседа по проблемам наркомании/

Г.А. Мариева

Ход мероприятия:

Ведущий: Люди с незапамятных времен пытались научиться летать, как птицы. Одержимые этим желанием, они придумывали различные приспособления для полета: самолеты, дирижабли, космические корабли. Почему люди хотели летать? Потому что мысль о полете не была связана с мыслью о плохом, потому что завидовали птицам, их свободному и легкому парению.

Вопросы к учащимся

- Полет приносит удовольствие или нет?
- Кто летал во сне или в самолете, или прыгал на батуте?
- Какие ощущения при этом были?

Ведущий: Многие согласятся, что полет доставляет удовольствие, приятное ощущение свободы, вызывает чувство легкости, радости, веселья.

Вопросы к учащимся

- Кто падал? В каких ситуациях это происходило? (На катке, когда было скользко на улице и т. д.)

- К чему может привести падение с большой высоты? (Тяжелое увечье, смерть, инвалидность.)

Вывод: полет хорош лишь тогда, когда он не несет в себе опасности. А если в конце полета ждет травма или гибель, то это не полет, а падение.

Ведущий: В то время как одни люди придумывали летательные аппараты, чтобы получить в полете прилив радости и веселья, другие придумывали химические вещества, способные вызвать такие же ощущения, как и во время полета: легкость, парение. Эти вещества получили название наркотических.

Вопросы к учащимся

- Скажите, пожалуйста, зачем подростки начинают употреблять наркотики? Зачем им это надо?

Назовем причины употребления наркотиков:

- из любопытства;
- солидарность, чтобы не быть «белой вороной»;
- неумение сказать «нет»;
- назло; не хватает понимания близких;
- неблагополучная семья;
- желание соответствовать определенному образу жизни;
- желание, чтобы тебя считали взрослым;
- незнание того, как на самом деле действует наркотик на психику и организм человека;
- снять боль; - для смелости; желание расслабиться;
- для кайфа и т. д.

Ведущий: Ребята, что можно сделать, чтобы решить те же самые проблемы, поднять себе настроение, получить радость, расслабиться, не употребляя ПАВ?

(Ребята называют: - попеть; - встретиться с друзьями; - послушать музыку; - поиграть на компьютере; - сходить в бассейн; - сходить на дискотеку; - посмотреть интересный фильм; - почитать увлекательную книгу и т. д.)

То есть у каждого из вас есть свои способы получения радости.

Ведущий: Как известно, в голове у человека вырабатывается гормон радости. Именно благодаря этому гормону вам приятно, когда вы получаете хорошую отметку на уроке, когда на улице светит солнце, когда вокруг поют птицы и цветут сады. В нормальном состоянии у всех нас настроение то повышается, то понижается и т. д. Мы все живем, подвергаясь этим колебаниям. Ни один человек, даже самый известный, не живет все время в радости, все время в удовольствии, и у него после подъема всегда спад.

И нет таких людей, которые постоянно находятся в состоянии депрессии, у них после спада настроения всегда подъем.

Когда у вас подъем настроения, то обычно жизнь вам кажется прекрасной, у вас нет проблем, и вы не совершаете плохих поступков. Как только настроение падает, вам начинает казаться, что вам досталась самая плохая школа, самые плохие родители т. д. И вот в этот момент очень важно, кто находится рядом с человеком. Если он слышит слова поддержки: все будет хорошо, после черной полосы будет белая и т. д., то ему будет значительно легче выйти из состояния спада настроения, в обратном случае велик риск попадания в компании, употребляющие ПАВ.

Вопросы к учащимся

- Видели ли вы людей на улице, в поселке, которых называют наркоманами? Они веселые или грустные? Какие они?

Вывод: такие люди уже не могут радоваться жизни, потому что нужный гормон вырабатывается у них только при поступлении в организм химических средств - наркотиков.

Ведущий: О людях в обществе судят по их поступкам. За плохие человека наказывают: он получает выговор на работе за систематическое опоздание, платит штраф за нарушение правил дорожного движения и т. д.

Употребление наркотиков, конечно, плохой поступок. И человек, начинающий употреблять их, всегда скрывает это от своих близких. Он начинает общаться только с теми, кто употребляет наркотики.

Вопросы к учащимся

- Каковы признаки действия наркотика на человека?

Человек, употребляющий наркотики, - это обычно развязный, болтливый, чрезмерно расслабленный и пристающий, которому без причины очень весело. Он суетлив и неряшлив. Поведение агрессивное, слабо контролирует свое поведение. У него нарушается координация и точность движений, снижаются критическое отношение к поведению и ситуации, инстинкт самосохранения. Наблюдается снижение памяти, внимания и ухудшение зрения.

У наркомана меняется внешний вид. Глаза затуманены, слабо реагируют на свет, он худеет, сильно потеет, усиливается пигментация кожи, появляется общая слабость во всем организме.

И если за плохой поступок человек может попросить прощение и получить его, обещая больше не совершать подобного, то наркоманы не способны самостоятельно избавиться от своей зависимости.

Ведущий: Один раз, попробовав дурмящие вещества, человек

втягивается и не может остановиться. В чем же проявляется психологическая зависимость от наркотиков?

Во-первых, человек относится положительно к наркотикам и к людям, употребляющим их.

Во-вторых, наркотик становится главной целью его жизни и единственной ценностью.

В-третьих, желание ощутить действие наркотика возникает все чаще, поэтому человек постоянно увеличивает дозу. Наркоману неинтересно все, что интересно нормальным людям. Потому что в состоянии ломки ему нужна только очередная доза, а в состоянии наркотического опьянения ему вообще ничего не нужно.

Вопросы к учащимся

- Как вы думаете: что такое свобода?

Свобода - это отсутствие каких-либо ограничений при осуществлении человеком его желаний и намерений.

- Может ли быть свободным человек, употребляющий наркотики?

Конечно, нет. Ведь он постоянно думает о наркотике и становится рабом своего желания.

Ведущий: Упражнение «Слепой - поводырь». Оно позволяет на собственном опыте почувствовать, что значит быть зависимым. Упражнение проводится в парах. В каждой паре выбирается «слепой» и «поводырь». Инструкция «поводырям»: «Вы ведете своего партнера за собой. Глаза у него закрыты. Познакомьте его с окружающим миром». Участники в парах расходятся по комнате (возможен выход за пределы помещения). «Поводырь» ведет «слепого» за собой (или поддерживает его сзади), знакомит его с предметами окружающего мира, людьми, интерьером. Через 10 минут участники меняются ролями. После завершения упражнения проводится обсуждение. Участники

рассказывают, как они чувствовали себя в роли «поводыря» и «слепого», было ли им удобно в этой роли, доверяли ли они своему партнеру.

Это упражнение рождает много ассоциаций. Кому-то из вас оно может напомнить отношения в классе, во дворе, в компании. Упражнение помогает подростку более отчетливо осознать жизненные роли и свою позицию.

Вопросы к учащимся

- Как вы думаете, кому выгодно продавать наркотики?

Ведущий: Конечно тому, кто имеет от них большую прибыль. Наркотический бизнес, хотя и является нелегальным, - самый прибыльный. Человек, продающий наркотики, чаще всего не употребляет их сам, а предлагает делать это другим. Первый раз наркотик, как правило, дают попробовать бесплатно, убеждая, что «это модно», «кайф» и «от одного раза ничего не будет». Но, как обычно, за первой дозой следует продолжение, и мало кому удастся выбраться из плена наркотиков и наркоторговцев.

Наркоман готов на все, чтобы получить наркотик. Он совершает кражи и грабежи и даже идет на убийства. Ведь он уже не может работать, а наркотик нужен ему все в больших количествах. Таким образом, человек, употребляющий наркотики, совершает преступления неизбежно. Поэтому, чтобы не совершать преступления и вести жизнь нормального человека, не употребляйте наркотиков.

Известно, что наркомания - удел молодых (4 млн. наркоманов). Наркоманы живут недолго, в среднем продолжительность жизни наркоманов составляет 10-15 лет, старичков среди них нет. Статистика говорит о том, что из 100 заболевших наркоманией выздоравливает только 3%, т. е. из 100 заболевших только 3 человека выживает, все

остальные просто умирают. 94 - 96 процентов наркоманов болеют вирусным гепатитом. Многие из них болеют СПИДом.

Ведущий: Проведем небольшое анкетирование, которое покажет ваше отношение к данной теме.

АНКЕТА

Выберите и подчеркните ваш вариант ответа.

1. Пол: муж; жен.

2. Возраст

3. Выделите ценности, которые важны для вас в настоящий момент:

- друзья, родители;
- любимый, любимая;
- здоровье;
- учеба;
- подруга, друг;
- семья;
- здоровье близких.

4. Бывают ли в вашей жизни ситуации, которые кажутся вам безвыходными? - постоянно; - иногда; - практически никогда.

5.. В ситуации, которая кажется безвыходной, я:

- обращаюсь к друзьям; - обращаюсь к родителям; - сам ищу выход; - обращаюсь к Богу.

6. Сталкивался ли кто-нибудь из вашей семьи с проблемами алкоголя или наркотиков?

- да; - нет.

7. Считаете ли вы, что нужно проводить мероприятия по профилактике наркомании?

- да; - нет; - затрудняюсь с ответом.

8 Ваши родители замечают, когда вы делаете что-нибудь

хорошее, и говорят вам об этом?

- никогда; - редко; - часто; - всегда.

9. С кем вы можете поделиться своими мыслями и чувствами, проблемами?

- с матерью; - с отцом; - ни с кем; - я это делаю вне семьи; - с сестрой.

10. Ваши родители знают, где вы проводите свое свободное время?

- да; - нет; - не всегда.

11. Ситуацию в своей семье я могу оценить как:

- благополучная; - нормальная; - неблагополучная.

12. Родители ограничивают ваше общение с друзьями?

- да; - нет; - иногда.

13. Можете ли вы в трудных ситуациях рассчитывать на помощь специалистов (педагога, врача, психолога, юриста)?

да; - нет; - не знаю.

14. Если ваше мнение не соответствует мнению компании, то обычно вы:

- соглашаетесь с мнением группы; - отстаиваете свою точку зрения; - уходите из компании.

15. Ваш жизненный девиз:

- «Быть первым (лидером)»;

- «Один за всех, все за одного»;

- «Никогда не падать вниз»;

- «Идти по жизни всегда вперед»;

- «Шаг назад и сто вперед»;

- «Бороться, чтобы жить»;

- «Стремиться к знаниям»;

- «Идти в ногу со временем»;
- «Идти вперед, не падать духом в трудной ситуации»;
- «Быть смелым и здоровым»;
- «Будь собой и слушай старших»;
- «Все будет хорошо»;
- «Не напрягайся».
- ваш вариант.

Спасибо за ответы!

Ведущий: В заключение беседы предлагаем просмотр фильмов «Каждый рассвет - он единственный», «Флирт со смертью», ужасающие кадры, которых заставляют содрогнуться. Вы узнаете о трагических судьбах людей, которые из-за «дури» потеряли все, в том числе самих себя.

Закончим нашу встречу словами И. Бродского: «Нельзя спасти все человечество, но одного человека спасти можно». Ребята, всегда важно помнить о том, что человек в любой ситуации имеет право выбора, и нам хочется, чтобы в своей жизни каждый из вас сделал правильный выбор – **НЕТ** наркотикам!



СОДЕРЖАНИЕ

Е. Верхова «Даёшь рекорд!»	3
Л. Коробкова «Остров здоровья».....	10
С. Ильин «Молодость! Сила! Красота!»	17
Л. Кулинич «Брось сигарету!»	23
Е. Михайлова «Шаг вперёд!»	31
Н. Лесина «В духе Олимпиады»	41
Г. Мариева «Умей сказать «НЕТ!».....	45

Составитель – А. Калашникова, Я. Коваленко

Компьютерный набор, верстка – Я. Коваленко

Корректор – Ю. Перешнева

Редактор – Н. Носачева

Ответственный за выпуск А. Калашникова

**ГБУК «Белгородский государственный
центр народного творчества»**

308006, г.Белгород, ул.Широкая, д.1

 : 8 (4722) 21-36-52,

e-mail: bgcnt@rambler.ru