«Горячеключевская СОШ»

**«Мы - за здоровый образ жизни!»**



2021-2022 уч. г.

***Форма мероприятия*:** уличная акция.  
***Цели мероприятия*:**   
• популяризация здорового образа жизни и борьба с негативными явлениями в молодежной среде;  
• привлечение подростков к агитационной профилактической деятельности, способствующей формированию мотивации здорового образа жизни.  
***Задачи мероприятия*:**- продвигать в молодежной среде идею выбора альтернативных позитивных форм самовыражения и самоутверждения – спорт, искусство, творчество;  
- формировать общественное мнение на активную позицию протеста против негативных явлений в молодежной среде

***Ресурсы:*** конфеты, коробка с надписью «Сигарету на конфету», зеленые ленточки, воздушные шары, плакаты «МЫ любим СПОРТ», «МЫ ВЫБИРАЕМ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!». Спортивный инвентарь (мячи, скакалки, гантели, дартс).

**Ход мероприятия.**

***Акция «Обменяй сигарету на конфету!»***  
В ходе акции обучающимся и прохожим предлагается обменять сигарету на конфету.   
 ***Акция «Здоровью – зеленый свет!»***   
Символ акции - зеленая ленточка. В ходе акции, обучающимся и прохожим, повязывается на запястье зеленая ленточка, символизирующая здоровье.   
 ***Акция «Я – за здоровый образ жизни!»***Сбор подписей за здоровый образ жизни.   
***Акция «Здоровый образ жизни дарит радость!»*** ***Спортивные конкурсы:*** дартс, амреслинг, гиря, скакалка, прыжок в длину с места, забрось мяч в кольцо.  
***Ведущая*:** Добрый день, дорогие друзья. Мы рады приветствовать вас на акции «Мы – за здоровый образ жизни!».   
***Ведущая*:** Итак, мы начинаем праздник юности и красоты…  
Оптимизма и хорошего настроения…

***Ведущая*:**

 Движенье лишним не бывает,

 Оно во всём нам помогает.

 Выгляди всегда здоровым,

 Сильным, ловким и весёлым!

 Скакалку в руки бери быстрей

 Скачи ног ты не жалей!

- Кто готов на скакалке скакать?

 Выходи, мы устали уж ждать!

***Конкурс «Скакалка»***

Вызывают двух или более участников, задание для них как можно дольше скакать на скакалке, кто прервется первым, проигрывает.

***Ведущая*:**  - Скажите ребята, а вы любите спорт? А какие виды спорта вы знаете? Поднимите пожалуйста руку те из вас, кто занимается каким-либо видом спорта! А как вы считаете заниматься спортом полезно для здоровья? Это увлекательно и интересно? Почему?..

Конечно же, люди занимающиеся каким-либо видом спорта лучше выглядят, реже болеют, потому, как любой вид спорта будь то; ходьба, плавание или бег укрепляют иммунную систему. И вообще навряд ли кто-то возразит, если я скажу, что занятия спортом что не только укрепляют веру в собственные силы и самооценку, но и позволяют выделиться человеку из серой массы.

***Ведущая:***

 Если силы нет сражаться

 С вредными привычками,

 Подходи скорее к нам,

 Сразись с гантелями - сестричками

 Раз поднимешь, потом два,

 Сильным станешь, как и я!

***Конкурс «Кто сильнее»***

Вызываются несколько участников, задание для них как можно больше раз поднять гантели.

***Ведущая:***

 Не прожить без гигиены,

 И без спорта не прожить!

 Нам, друзья, всем нужно с ними

 Обязательно дружить.

 - А сейчас специально для всех вас

 Амреслинг прямо сейчас.

 Проверим силу, выносливость вашу.

 Выходи, кто ел утром кашу!

***Конкурс «Амреслинг»***

 Всем участником повязывают повязки на руку «Я за ЗОЖ»

 Покажите силу ваших лёгких.

 Кто вынослив, уважает спорт.

 Выходи смелей сюда народ!

***Ведущая:*** Ну что? Я надеюсь, что всем сегодня было интересно и весело на нашей акции, и я предлагаю всем нашим участниками вместе со мной станцевать напоследок веселый и озорной танец под одну всем знакомую и очень любимую песню. Присоединяйтесь!

*Звучит песня группы «А-Студио» на стихи В.Высоцкого «Утренняя гимнастика». Аскорбинка и Ведущая становятся на середину сцены, лицом к зрителям. Приглашают ребят последовать их примеру и танцуют под песню. Движения в танце – это элементы ежедневной утренней зарядки.*

*-* Молодцы!

***Ведущая:***

Вредным привычкам!

***Все:*** Нет!

***Ведущая:***

 Здоровому образу жизни…

***Все:*** Да!

***Ведущая:***

 А если так, подходи сюда!

 Оставь свой отпечаток здесь.

 Вырази своё мнение, не стой.

 Оставайся всегда самим собой!

 В заключение обучающиеся оставляют отпечаток своей руки на полотне «Мы за здоровый образ жизни»