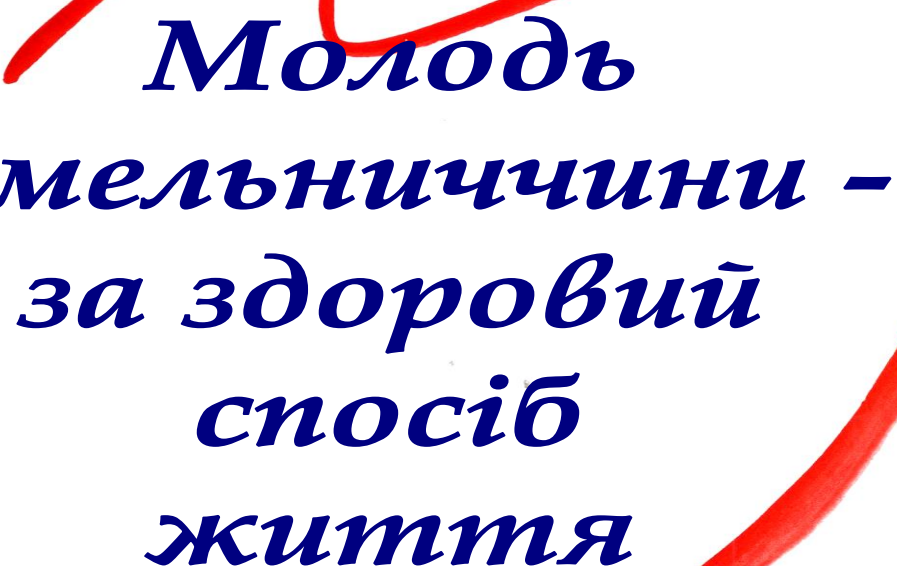


ЗБІРКА СЦЕНАРІЇВ

виступів агітбригад – переможців обласного і республіканського етапів
Всеукраїнського фестивалю-конкурсу
«Молодь обирає здоров'я»



Молодь Хмельниччини - за здоровий спосіб життя

Хмельницький

2020

Молодь Хмельниччини – за здоровий спосіб життя / Збірка сценаріїв [ред. кол. В. І. Очеретянка (гол.) та ін.]. Хмельницький: Видавництво ХОІППО, 2020. 219 с.

У збірку ввійшли сценарії мінівистав і виступів агітбригад – учасниць обласного та республіканського етапів Всеукраїнського фестивалю-конкурсу «Молодь обирає здоров'я» (2008-2019 рр.). Запропоновані теми стосуються різних аспектів збереження та розвитку фізичного, психічного, духовного здоров'я дітей, створення здоров'язбережного середовища освітнього закладу, пропаганди здорового способу життя, розвитку позитивних життєвих навичок учнів.

Матеріали збірника будуть корисними для педагогів-організаторів, класних керівників 5-11 класів, учителів основ здоров'я – усіх, хто прагне зробити школу закладом, дружнім до дітей та вчителів, закладом, що сприяє здоров'ю.

Редакційна колегія:

Очеретянка В. І., ректор Хмельницького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти, кандидат історичних наук (голова редакційної колегії).

Баля С. А., методист науково-методичного центру організації наукової роботи та моніторингових досліджень Хмельницького ОІППО.

Білошицький С. В., завідувач науково-методичного центру організації наукової роботи та моніторингових досліджень Хмельницького ОІППО, доктор політичних наук, доцент.

Вашеняк І. Б., проректор із науково-педагогічної роботи та моніторингу якості освіти Хмельницького ОІППО, кандидат історичних наук, доцент.

Гіджеліцький І. К., перший проректор Хмельницького ОІППО.

Махмутова А. Є., методист науково-методичного центру виховної роботи Хмельницького ОІППО.

Поліщук А. Й., методист науково-методичного центру виховної роботи Хмельницького ОІППО (відповідальна за випуск).

Рецензенти:

Троцик Л. В., керівник гуртка Нетішинського КПНЗ «Центр туризму і краєзнавства учнівської молоді».

Шевчишена О. В., старший викладач кафедри педагогіки та психології Хмельницького ОІППО, кандидат психологічних наук.

Рекомендовано до друку

рішенням науково-методичної ради Хмельницького ОІППО
протокол № 4 від 24.12.2020

За зміст статей несуть відповідальність автори публікацій. Редакційна колегія не завжди поділяє погляди авторів.

ЗМІСТ

Вступ. Обласний фестиваль «Молодь Хмельниччини за здоровий спосіб життя»	4
Білогірський район	11
Вінковоцький район	26
Волочиський район	33
Городоцький район	40
Деражнянський район	58
Дунаєвецький район	68
Ізяславський район	79
м. Кам'янець-Подільський	84
Красилівський район	111
Летичівський район	121
м. Нетішин	127
Новоушицький район	141
Полонський район	145
м. Славута	148
Старокостянтинівський район	153
м. Старокостянтинів	160
Хмельницький район	171
м. Хмельницький	182
Чемеровецький район	189
м. Шепетівка	196
Шепетівський район	205
Ярмолинецький район	207

*Махмутова Анжела Євгенівна,
методист науково-методичного
центру виховної роботи та
позашкільної освіти
Хмельницького ОІППО,
Поліщук Анна Йосипівна,
методист науково-методичного
центру виховної роботи та
позашкільної освіти
Хмельницького ОІППО*

Обласний фестиваль «Молодь Хмельниччини за здоровий спосіб життя»

Науковими дослідженнями доведено, що здоров'я людини найбільше залежить від способу життя, який вона обирає. Тому одним із пріоритетних напрямів освіти Хмельниччини і є формування в учнів навичок здорового способу життя, упровадження в практику роботи освітніх закладів здоров'язбережних та здоров'ярозвивальних технологій навчання і виховання.

У 2020 році мав відбутися 10-й, ювілейний, обласний фестиваль «Молодь Хмельниччини за здоровий спосіб життя». У зв'язку з карантинними обмеженнями ми не змогли його провести. І все ж є потреба в осмисленні явища «молодіжний рух за здоровий спосіб життя», аналізі проведених заходів, визначення сильних та слабких сторін (щоб рухатися вперед), узагальненні досвіду освітян області. Тому-то і вирішили видати збірку сценаріїв виступів команд області – лауреатів обласних та республіканських етапів Фестивалю.

Всеукраїнський фестиваль-конкурс «Молодь обирає здоров'я» започаткований Міністерством освіти і науки України спільно з Міністерством України в справах сім'ї, молоді та спорту ще у 2006 році, а наказ про щорічне проведення Фестивалю вийшов 24 листопада 2009 року.

Мета Фестивалю – популяризація серед молоді здорового способу життя, запобігання негативним проявам у молодіжному середовищі, виявлення та підтримка талановитої молоді.

Завдання Фестивалю:

- набуття та засвоєння учасниками нових знань про здоровий спосіб життя;
- формування мотивації до здорового способу життя, підвищення рівня інформованості молоді з питань профілактики захворювань на ВІЛ/СНІД, інфекцій, що передаються статевим шляхом;

- активізація молодіжного руху за здоровий спосіб життя;
- популяризація технологій навчання за методом «рівний-рівному» щодо здорового способу життя;
- виявлення, обмін та розповсюдження кращого досвіду з питань профілактики негативних явищ серед молоді засобами мистецтва.

Програмою проведення Фестивалю передбачено:

- літературно-музична мінівистава або виступ агітбригади;
- конкурс плакатів;
- конкурс фотознімків.

Учасники Фестивалю. Команда формується із 7 осіб – учнів або студентів загальноосвітніх, професійно-технічних, вищих навчальних закладів віком від 14 до 20 років.

Як виявилось, для реалізації цих завдань, досягнення цієї мети найбільш ефективними формами є агітбригада та мінівистава.

Теоретичний аспект. За визначенням Енциклопедії сучасної України, «агітбригада – невеликий професійний або самодіяльний художній колектив, який використовувався в політичній агітації та пропаганді за радянської доби». На початку 20-х років минулого століття сформувалися «живі газети» – найпоширеніший у той час різновид художньої агітації. Згодом створилися колективи «Синьої блузи» (професійні та самодіяльні) та агіттеатри.

У 60-і роки була розроблена система заходів щодо розвитку агітбригад – всесоюзні, республіканські, обласні, міські, районні фестивалі та огляди, теле- і радіоконкурси, обласні декади, марші-паради, обмінні гастролі, виїзди агітпоїздів та автоклубів, заключні концерти показових колективів тощо. За статистикою на 1 січня 1988 р. в Україні функціонувало 19107 агітбригад.

Суттєвих змін агітбригади зазнали у 90-і роки. У сценаріях органічно об'єднуються документальний та художній матеріал. Форми виступів – концертно-естрадна програма, агітвистава. Застосовуються різні публіцистичні жанри – репортаж, інтерв'ю, нарис, фейлетон, хроніка місцевих подій; спортивно-ігрові форми – конкурс, дискотека, лотерея, вікторина, змагання; фольклорні форми – свята, обряди, ритуали, звичаї, казки, балаган тощо. До програм агітбригад входять танцювальні номери; музичний супровід – популярні мелодії або створені місцевими аматорами. Художнє оформлення виступів включає декорації, костюми, маски, ляльки, грим, освітлення, технічні допоміжні засоби, наочну агітацію тощо. Упроваджуються принципи театралізації, що передбачають створення єдиної наскрізної дії, якій підпорядковуються всі компоненти програми і яка дає змогу ширше використовувати елементи гри.

Наш досвід проведення Фестивалю «Молодь Хмельниччини за здоровий спосіб життя» свідчить про те, що найважче подолати стереотип «страшилок», змінити акценти у виступах із негативних аспектів на позитивні. Зазвичай виходять яскравими, креативними, а, отже, і такими, що запам'ятовуються, викликають захоплення образи негативних героїв. Тому Положенням про Фестиваль забороняється демонструвати все те, що шкодить здоров'ю, пріоритетом у виступах має бути демонстрація корисних звичок.

Переконливо це вдалося зробити «Корчагінським соколам» м. Шепетівки, керівник Оксана Месь. Те, що склад команди хлопчачий, вражало, адже зазвичай у командах переважна більшість дівчат. Команда не стільки говорила про здоровий спосіб життя, а демонструвала, що роблять юнаки для того, щоби бути здоровими. І всім зрозуміло, що це – стиль життя, щоденні тренування, а не підготовка впродовж місяця-двох до виступу. Проблема здоров'я учнів, вважають працівники СЗОШ I-III ступенів № 2 з поглибленим вивченням основ економіки і правознавства м. Шепетівки, вийшла за межі шкільної проблеми й переросла в соціальну. Street workout (заняття на вулиці) – цей напрям молодіжної субкультури набуває все більшої популярності серед дітей і молоді. Тому виникла ідея об'єднати їх для пропаганди засад здорового способу життя. Так народилася команда «Корчагінські соколи». «Команда ця особлива», – стверджує її керівник, – адже юнаків не потрібно спонукати до дії – ініціатива йде від самих учнів. По-перше, вони постійно самостійно серйозно займаються на спортивному майданчику та в залі, опрацьовують нові складні елементи, удосконалюються, демонструючи при цьому виняткову наполегливість, самодисципліну, взаємодопомогу. По-друге, підлітки беруть безпосередню участь у створенні самого сценічного виступу, підбирають музичне оформлення, керуючись основним принципом – це має подобатись одноліткам, адже те, що подобається, хочеться наслідувати. Серед 29 команд у 2015 році на Всеукраїнському фестивалі «Молодь обирає здоров'я» в чесній напруженій боротьбі хлопці здобули друге місце, зал аплодував їм стоячи. Після Фестивалю саме ця команда була запрошена на Перший національний канал на зйомки програми «Як ваше здоров'я?».

Щоразу вражали своїми виступами представники Білогірського району, керівник Оксана Загоруйко. Як правило – авторський текст, причому деякі тексти написані дітьми; глибокий зміст, що висвітлює найболючіші питання сучасності; вдале поєднання естрадної хореографії та класичного балету.

Авторські сценарії команди з Нетішина, керівник Іванна Олійник, Волочиська, керівник Ірина Пастух, завжди вирізнялися оригінальністю постановки, професійністю режисури.

Звичайно, вітаються у виступах агітбригад гумористичні мініатюри, сценки. І відразу ж пригадуються життєстверджуючі, запальні, жартівливі виступи команд із Кам'янця-Подільського, керівник Світлана Байгота; Старокостянтинівська, керівники: Юлія Карпова, Олена Басун, Ліля Казакевич; Гвардійська Хмельницького району, керівники Марія Ляхова і Олена Косінська; м. Хмельницького, керівник Наталія Готко.

Не можемо не звернути увагу на використання статистичних даних у виступах агітбригад. Так, вони можуть використовуватися, але, пам'ятаймо, що мають бути посилення на вивірені джерела, і статистика щороку змінюється... І чи не краще повідомляти, скільки підлітків обрали життя без алкоголю та куріння, на скільки відсотків зменшився травматизм, скільки з'явилося спортивних майданчиків, скільки українських спортсменів стали переможцями змагань?

Звичайно, виступи команд, що супроводжуються музикою, наповнені рухом, експресією, драйвом, суттєво відрізняються від представлених сценаріїв. Інколи читаєш сценарій – нічого особливого, а виступ – яскравий, захоплюючий.

І все ж маємо надію, що ви знайдете в збірці цікаві ідеї, корисну інформацію, що досвід наших колег надихатиме вас до єднання з Міжнародним рухом «За здоровий спосіб життя».

Зародження та розвиток молодіжного руху «За здоровий спосіб життя» в Хмельницькій області

Перший обласний фестиваль «Молодь Хмельниччини за здоровий спосіб життя» був проведений Хмельницьким обласним інститутом післядипломної педагогічної освіти у 2006 році на базі Хмельницького ліцею № 17. На Фестиваль приїхали представники двадцяти районів і шести міст обласного підпорядкування. Адже розпорядження управління освіти було обов'язковим для виконання. Звичайно, рівень підготовки команд був абсолютно різний, чимало виступів не відповідали Положенню про Фестиваль. Але присутність такої кількості молодих людей, які кажуть «Так!» здоровому способу життя й закликають до цього дітей та дорослих, вражала та надихала на пошук оптимізації цього дійства. У 2008 році Фестиваль уже проходив в обласній філармонії. Учасниками дійства стали 210 учасників – представники 5 міст та 16 районів області та понад 600 глядачів – хмельничан. Ми розуміли та прагнули, щоб Фестиваль був не

стільки конкурсом, а дійством, мотивуючим до свідомого вибору здорового способу життя, об'єднуючим нашу юнь. Тому на Фестивалі, крім виступів команд-аматорів, були і виступи професіоналів: гурт спортивного танцю «Аліса» (керівник Оксана Гринів), гуртківці Подільського культурно-просвітницького центру ім. М. Реріха та інші.

З кожним роком виступи команд ставали більш професійними. Журі ставало все важче обрати команду, яка представлятиме область на Всеукраїнському етапі Фестивалю. Було прийняте рішення проводити зональні етапи Фестивалю й на обласний етап запрошувати їхніх переможців. Із вдячністю згадуємо організаторів проведення зональних етапів Фестивалю – управління/відділи освіти: м. Хмельницького, м. Старокостянтинова, м. Кам'янця-Подільського, Дунаєвецького та Красилівського районів (2011 рік); м. Славути, Волочиського, Полонського, Чемеровецького, Теофіпольського, Ярмолинецького районів (2012 рік); м. Шепетівки, Деражнянського, Городоцького, Ізяславського, Новоушицького, Старосинявського районів (2013 рік). Тим часом цифрові технології стрімко входили в освіту. І форми проведення Фестивалю теж змінювалися відповідно до вимог часу. Починаючи з 2015 року, члени журі переглядали відеовиступи команд і на обласний етап запрошували лише 10 команд-переможців заочного, так би мовити, туру. Звичайно, позитивним у такому підході є те, що зменшуються фінансові затрати. Але ж значно ускладнюється робота журі та, головне, обмежується спілкування самих учасників Фестивалю. А втім, саме такий підхід дав можливість Фестивалю вижити в складних економічних умовах, учасникам – розвивати нові навички, молодіжному руху – поширюватися: адже тепер виступи команд можна розміщувати на сайтах освітніх закладів, каналі «Ютуб».

Традиційними формами агітації за здоровий спосіб життя в рамках Фестивалю впродовж усіх років були конкурси плакатів та фотознімків. В окремі роки виставки робіт мали своє продовження у відділі мистецтв обласної дитячої бібліотеки імені Т. Г. Шевченка. Цінними досягненнями цих конкурсів є те, що їхніми учасниками були не лише члени агітбригад, а і креативні та ідейні старшокласники міст, районів, селищ, які через позитивне бачення та художні здібності демонстрували своє ставлення до активного і здорового способу життя в школі, спортзалах, на відпочинку, у родині.

Організаторами Фестивалю є: Департамент освіти і науки Хмельницької обласної державної адміністрації, управління молоді та спорту обласної державної адміністрації, Хмельницький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти, міські та районні управління/відділи освіти.

Але молодіжний рух не розвивався б, якби не було відданих, талановитих керівників агітбригад. Найперше хочемо відзначити тих, хто з року в рік готував команди, разом із дітьми створював нові сценарії і проводив систематичну роботу на місцях щодо утвердження здорового способу життя. Це такі педагоги як: **Загоруйко Оксана Іванівна**, учитель основ здоров'я Білогірського НВК, **Пастух Ірина Вікторівна**, керівник команди ЗОШ І-ІІІ ступенів № 5 Волочиського району, **Масна Марія Антонівна**, учитель основ здоров'я Городоцької гімназії, **Слюсаренко Ліана Володимирівна**, заступник директора з виховної роботи Деражнянської ЗОШ І-ІІІ ступенів № 1, **Фурман Анжела Миколаївна**, практичний психолог Вищого професійного училища № 36 села Балин Дунаєвецького району, **Байгота Світлана Віталіївна**, учитель основ здоров'я ЗОШ І-ІІІ ступенів № 12 ім. Л. Дмитерка м. Кам'янця-Подільського, **Олійник Іванна Вікторівна**, педагог-організатор Нетішинської ЗОШ І-ІІІ ступенів № 2, **Орловська Валентина Володимирівна**, педагог-організатор ЗОШ І-ІІІ ступенів № 6 м. Славути, **Карнова Юлія Борисівна**, заступник директора з виховної роботи Старокостянтинівського ліцею імені Михайла Семеновича Рудяка, **Ляхова Марія Миколаївна**, заступник директора з виховної роботи, **Косінська Олена Володимирівна**, учитель біології Гвардійського НВК «ЗОШ І-ІІІ ступенів, гімназія» Хмельницького району, **Ковальчук Лариса Ростиславівна**, практичний психолог, **Смолінська Оксана Анатоліївна**, соціальний педагог ліцею № 17 м. Хмельницького, **Готко Наталія В'ячеславівна**, педагог-організатор НВК № 7 м. Хмельницького, **Месь Оксана Василівна**, заступник директора з виховної роботи СЗОШ І-ІІІ ступенів № 2 з поглибленим вивченням основ економіки і правознавства м. Шепетівки.

Ми завжди знаходили підтримку, розуміння та допомогу методистів з основ здоров'я, виховної роботи: **Дюднєвої Надії Михайлівни**, методиста науково-методичного центру управління освіти Кам'янець-Подільської міської ради, **Щиборовської Тамари Василівни**, методиста з виховної роботи відділу освіти Красилівської райдержадміністрації, **Пацалюк Валентини Захарівни**, методиста з основ здоров'я відділу освіти Білогірської райдержадміністрації, **Калашник Валентини Василівни**, методиста з основ здоров'я відділу освіти Деражнянської райдержадміністрації, **Колобової Тетяни Володимирівни**, методиста з основ здоров'я відділу освіти Хмельницької райдержадміністрації, **Парфенюк Антоніни Василівни**, методиста з основ здоров'я інформаційно-методичного центру управління освіти Хмельницької міської ради, **Зизи Ольги Степанівни**, методиста з основ здоров'я інформаційно-методичного центру управління освіти

Славутської міської ради, **Троцик Людмили Віталіївни**, методиста управління освіти Нетішинської міської ради, **Сокальської Тетяни Петрівни**, методиста з виховної роботи інформаційно-методичного центру управління освіти Шепетівської міської ради, **Прадуна Валерія Миколайовича**, методиста з основ здоров'я інформаційно-методичного центру управління освіти Старокостянтинівської міської ради; **керівників освітніх та медичних закладів: Курманського Юрія Івановича**, директора Хмельницького ліцею II-III ступенів Хмельницької обласної ради, **Журбицької Ганни Василівни**, педагога-організатора Хмельницького ліцею II-III ступенів Хмельницької обласної ради, **Федосєєва Анатолія Івановича**, директора обласного центру фізичного виховання, **Михайлюка Василя Івановича**, директора ЗЗСО I-III ступенів № 3 м. Старокостянтинова, **Небесної Людмили Федорівни**, головного лікаря Центру здоров'я Хмельницької області, **Касяндрука Олександра Петровича**, головного лікаря обласного центру боротьби зі СНІДом; працівників відділу мистецтв обласної дитячої бібліотеки імені Т. Г. Шевченка, Хмельницької обласної ОДТРК «Поділля-Центр».

Цікавою знахідкою Фестивалю були майстер-класи фахівців: **Надії Сніховської та Володимира Мушинського**, учителів Судилківської ЗОШ I-III ступенів Шепетівського району; **Гаррія Осєдлевича**, майстра спорту Міжнародного класу, Заслуженого тренера України Хмельницької спортивної підготовчо-поліцейської школи «Самсон право»; **Ірини Мерлені**, чемпіонки Олімпійських ігор 2004 року.

Фестиваль у різні роки підтримували благодійники: депутат обласної ради **Немов Михайло Миколайович**, товариство «Епіцентр-К» Хмельницької області, обласний центр боротьби зі СНІДом, спортивно-розважальний комплекс «СВ», Національний фонд соціального захисту матерів і дітей України Хмельницької області (голова представництва – **Козловський Юрій Миколайович**).

Представляли нашу область на Всеукраїнському фестивалі «Молодь обирає здоров'я» команди:

- 2010 р. – «**Маленька перерва**» Старокостянтинівського району;
- 2011-2012 рр. – «**Енергія**» Волочиського району (2-е місце);
- 2015 р. – «**Корчагінські соколи**» м. Шепетівки (2-е місце);
- 2016 р. – «**Heat beat**» Білогірського району (2-е місце);
- 2018 р. – «**Нон-стоп**» м. Кам'янця-Подільського;
- 2019 р. – «**Fine style**» м. Старокостянтинова (3-є місце).

Та виступи, якщо навіть і на найвищому рівні, – це не головне, це лише засіб. Найважливіше наше завдання – це залучення якомога більшої кількості дітей до занять фізичною культурою, об'єднання зусиль школи, сім'ї, громадських організацій щодо створення безпечного, здорового середовища, розвиток внутрішньої мотивації до обрання здорового способу життя. Головне, щоб наш Фестиваль дійсно переріс у молодіжний рух «За здоровий спосіб життя». Адже саме Фестиваль є «ефективною моделлю активізації молодіжного руху, набуття молоддю позитивного життєвого досвіду».

*Загоруйко Оксана Іванівна,
учитель основ здоров'я
Білогірського НВК*

Агітбригада «EMOTIONS»

*Танець про дівчину, яка отримала звістку, про те, що ВІЛ-інфікована.
(Evanescence-Bring Me To Life).*

Боротися потрібно завжди!
Не опускаючи рук, не боятись біди.
І мати підтримку, ось головне,
Інакше життя марно мине...

Вас вітає команда:

Е – енергійних,
М – молодих,
О – організованих,
У – усміхнених,
Ш – швидких,
Е – емоційних,
Н – найкращих,
С – смішних.

Емоції покращують наше життя,
Дозволяють висловити свої почуття.
І пам'ятай: ЗДОРОВ'Я – МУДРИХ ГОНОРАР.
Тому ти бережеш цей Божий дар!
Ми не будем Вас повчати
І моралі Вам читати.
Ми на прикладі покажем,

Як здоровими Вам стати!
Зранку ми вмиваємось,
Завжди усміхаємось!
Маємо режим ми дня,
Цим ми і пишаємось!
Маєм хобі ми чудове,
Пробуєм щодень щось нове.
І гартуємось немало.
Кожен день проводим вдало!
Хороший настрій завжди маєм,
Його другим підіймаєм.
І харчуємось чудово,
Ось чому ми всі здорові!
Друже, ти не зволікай,
Приклад з нас ти переймай!
Ти танцюй і розважайся,
Спортом з нами позаймайся!
(Спортивний танець).
Не забудьте усміхатись!
Жартувати та сміятись.
Сміх – здоров'я складова,
Вже знайома, не нова.
Тож увазі пропонуєм
Те, як гарно ми жартуєм!
(Жарти).
Кожному найголовніше –
Це кохати найщиріше!
І усмішку дарувати
Тому, кого так хочеш ти обняти,
Без кого ти життя не бачиш,
Без кого не смієшся ти, а плачеш...
(Танець закоханих).
Життя – це блиск в очах коханої людини,
Це сміх, можливо, навіть без причини,
Це всі моменти, від яких ти хочеш усміхатись,
Це люди, із якими ти не хочеш попрощатись...
Тому живи, кохай, борися!
На перешкоди не дивися.
І будь здоровим весь життєвий путь,

І про підтримку рідних не забудь.
Невже ж не варта їх любов?!
Якщо впадеш, то підійматись знов і знов!
Відмовся від наркотиків і алкоголю,
Бо цим ти завдаєш нам всім немало болю!
І пам'ятай: ЗДОРОВ'Я – МУДРИХ ГОНОРАР,
Тому ти бережи цей Божий дар!
(Пісня BonJovi – *Its my life*).

Автор вірша – Квасюк Анастасія, учениця Білогірського НВК.

*Загоруйко Оксана Іванівна,
учитель основ здоров'я
Білогірського НВК*

Агітбригада «ГЕНЕРАЦІЯ НОВИХ УКРАЇНЦІВ»

*Танцювальний колектив виконує композицію «Народження України».
(Голос за сценою).*

Колись, дуже-дуже давно, роздавав Господь землі державам. Багато зібралось їх біля Божого порогу. І кожна держава сподівалась отримати свою, найкращу часточку на планеті. А потім усі вони, отримавши що хотіли, розходилися господарювати на своїх, Богом даних, землях.

Але до загальної черги не встигла держава Україна. Важко працювала, втомилася і, втомлена, ледве прийшла до Бога. Стала осторонь і не сміє очей підняти. Господь побачив завітчану красуню, покликав до Себе й запитав:

– Ти спізнилась, Україно, поглянь – усі розійшлися зі своїми наділами.
Де ти була?

– Працювала, – опустила очі, з яких ясно посипалися сльози-перли.
Прости мені, Господи, піду я...

Поглянув Господь на дівчину-Україну, на її спрацьовані руки, на її втомлене, але таке гарне обличчя і відповів:

– Зачекай, знаю тебе, Україно, знаю. Знаю, бо Сам створив тебе такою.
Не йди, зачекай...

– Якщо немає в Тебе, Господи, землі для мене, піду я. Не забирай ні в кого, щоб мені дати. Мені чужого не потрібно...

– Не журися, Україно. Посміхнися й радій. Є в Мене земля! Моя земля.
І сонце там особливе, і люди надзвичайні. Твої люди, Україно!

(Під читання вірша виконується танець).

Україно, моя ненько!

Роду Берегине.

Чом болить твоє серденько?

Чому цвіт твій гине?

Чому плачеш ти тихенько?

В собі біль тримаєш.

Мою землю рідну

Люди занедбали.

Мої діти на чужині

Хліб свій заробляють.

П'ють, торгують своїм тілом,

Наркотики вживають.

Силу треба,

Молодь класну,

Боже, я благаю...

Дарував мені Ти землю, море, гори,

А тепер вони в руїні,

У нас велике горе.

(Україна одягає на плечі хустку. Далеко чути постріли, звуки війни. Під звуки мелодії «Пливе качка» виходять хлопці у військовій формі, жінка-Мати кидається до них).

– Сини мої, куди ж це ви зібрались?

Ще соловей в гаю світанку не зустрів.

Та ви ж ще, хлопці, ви ще не нагались!

Хто спокій вам порушити посмів?

Син:

– Пробач, матусю, та мене чекають,

Вас боронити від непроханих.

Мати:

– Чому ж це Ви, погляньте, скільки люду,

Живуть, співають і народжують дітей.

Син:

– Якщо не я, хто боронить їх буде,

Ось тих, ще не народжених дітей.

Хто, як не я, в нерівний бій із ворогом піде.

Молись, матусю, я тоді не згину,

Молись, матусю, і біда мине.

(Пісня «Молитва матері бійця», хореографічна композиція «Прощання дівчини з хлопцем»).

Ми, генерація нових українців,
Піднімемося з колін.
Ми, генерація нових українців,
Підставимо плече один одному у біді.
Ми, генерація нових українців,
Захистимо нашу землю.
Ми, генерація нових українців,
Зробимо нашу країну найбагатшою країною світу.
А для цього нам потрібно вести
Здоровий спосіб життя.
Ми сильна нація, духом і тілом,
Станем стіною за нашу країну.
Ми – за здоров'я та мирне життя!
Ми – генерація нових українців.

(Фінальна пісня. Діти співають, виконують танець і трюки)

Список використаних джерел та літератури:

1. Легенда про Україну [Електронний ресурс]. – Режим доступу: Сайт «Дітям. Легенди про Україну». zorya.org.ua/.../dityam-legenda-pro-ukrayinu-14778.html
2. Моя рідна Україна [Електронний ресурс]. – Режим доступу: Сайт Бібліотека освітнього порталу. lib.pedpresa.ua/9315-moya-ridna-ukrayina.html

*Загоруйко Оксана Іванівна,
учитель основ здоров'я
Білогірського НВК*

Агітбригада «HEART BEAT» – переможець Всеукраїнського фестивалю «Молодь обирає здоров'я»

(Биття серця).

Кожного ранку я прокидаюся з думкою, щоб стати краще. Ми живемо лише один раз і потрібно використати той шанс, який даний нам долею. І навіть якщо в тебе є проблеми, то на кожну з них неодмінно знайдеться своє рішення, головне – не опускати руки, твоя сила у твоїй голові, ніколи не відступай від своєї мрії, навіть якщо виходу немає, не втрачай віру в себе.

Головне, вірити. І тоді ти доб'єшся всього, тоді ти здійсниш свою заповітну мрію.

Все подолає бажання жити,
Бажання мріяти й любити.
Ось приклади вам людей реальних,
Щоб не було вчинків аморальних.
2 роки Берестенко Настя
Боролася з хворобою й ненастям.
Шила серця, лейкоз поборол
І зараз щаслива і здорова.
Віка Полісюк, хмельничанка,
Прикута до ліжка, дихає через дихальний апарат.
Це все вже кілька років приносить їй багато витрат.
З такими діагнозами, кажуть лікарі, люди не живуть,
А Віка малює, пише книги,
І друзі до неї за підтримкою йдуть.
Учень нашої школи Влад Савчук
6 років боров свій недуг.
До одуження наполегливо йшов
І хворобу поборов.
Артем Харченко, наш земляк, переміг рак, волонтер,
Призер «Україна має талант».
Успішно пише пісні тепер
І прагне всім людям добро творити.
Я, Рома, раніше проблеми з серцем мав,
Та все ж – ніколи не сумував.
Спортом займатися став
І хворобу я здолав.
38 дітей України побороли рак.
Вони створили фільм
Для тих, хто хоче жити,
Щоб шкідливі звички не змогли
Його занапастити.
Ми, команда Heart beat, переможемо темний світ,
Бо ми хочемо гідно жити
І добро в житті творити.
І надія є в житті,
Ми ще ж зовсім молоді.
Хочем людям помагати,

Рук не станем опускати,
В нас панує активний рух,
Він найкращий в житті друг.
Ми розписуєм постійно режим дня,
Цим займається уся наша сім'я.
І здорове харчування в нас панує,
Бо здоров'я і життя цього вартує.

– Дівчата, пам'ятайте, що пінгвіни – це
Ластівки, які їли після шести.
– Позитивне мислення включаєм,
Песимізм умить ми забуваєм.
– Якщо у вас депресія і ви не бачите
Мети в житті, то прийміть проносне,
І мета з'явиться, і про дурне думати перестанете.

Ви мрійте і життя своє цінуйте,
Шкідливі звички від сьогодні ігноруйте.
Ми за кохання, здоров'я, життя
І за найкращі в житті почуття.
Ми віримо, що змінимо світ.
З вами сьогодні команда Heart beat!
Примружу очі не від сонця, а від болю.
І в немочі впаду я на коліна.
І під ярмом кривавим долі...
Не можу зрозуміти: в чому винна?
Ви зрозумійте, я молюся не за себе
І не за тих, хто каяття не знає.
За тих здіймаю руки я до неба,
Хто ні за що сьогодні в Україні страждає і вмирає...

За підрахунками ЮНІСЕФ 580 тисяч дітей постраждали від війни на сході, 58 з яких загинуло.

Понад 250 тисяч дітей в Україні щорічно зазнають насилля і приниження в сім'ї.

За 6 місяців 2017 року зареєстровано 25 нових випадків ВіЛ-інфекції серед дітей Хмельницької області.

Понад 10 тисяч дітей щорічно в Україні стають сиротами при живих батьках.

Щороку зростає кількість дітей-інвалідів. Сьогодні їх в Україні 165 тисяч.

На кожних 1000 пологів в Україні народжується 8 дітей із вадами серця. І тільки одна дитина з них доживає до дорослого віку.

Ці діти потребують нашої підтримки!

Ми віримо, що змінимо світ.

З вами сьогодні команда Heart beat!

Обери свій правильний шлях!

Розвивай силу волі, вір у себе,

Май власну думку й мисли креативно.

Обстоюй власні інтереси

І не піддавайся стресам.

Вчись упродовж всього життя,

Упевненим кроком йди в майбуття.

Оцінюй ситуацію реально,

Дій самостійно і відповідально.

(Виконується танець).

Учені довели, що серце кожної людини може битись 200 років,

Але ми своїми вчинками скорочуємо цей час.

То ж давайте вести здоровий спосіб життя,

Щоб ще хоча б 100 років казати одному «Добрий ранок!».

(Звучить пісня).

Палаючи вогнем в своїх серцях,

Ми маємо забути слово жах.

Тримаючи,

Тримаючи долю в своїх руках,

Ми знаємо,

Ми знаємо, чуєш, знаємо,

Що вірно, а що не так!

Приспів:

Добрий ранок, Україно!

Прокидайся, моя земля,

Приготуй собі, єдина,

Замість кави – молока.

Добрий ранок, Україно!

Все, що є в моєму житті.

Прокидайся, Україно!

На пробіжку час іти.

Ковтаючи сльози разом з дощем,

Втрачаємо зайве з кожним днем.
Ми створимо,
Збудуємо майбутнє своєю рукою,
Ми маємо, чуєш,
Маємо стати самі собою!

Приспів:

Захищати, оберігати – це означає любити.
Дарувати радість, з тобою радіти – це означає любити.
Любити – значить прощати і просто, як є, сприймати.
Здоров'я якщо будемо цінити,
То будемо щасливо ми жити!

*Довгаль Леся Анатоліївна,
педагог-організатор
Хорошівської ЗОШ І-ІІІ ступенів
Білогірського району*

Агітбригада «ЗДОРОВ'Я»

Говорять учасники агітбригади:

Якщо вам від 5 до 18...

Якщо ви вчитеся або вдаєте, що вчитеся...

Якщо вам ставлять від 1 до 12...

Якщо вас дістав дим цигарок та пусті пляшки під ногами...

Якщо у вас перед очима з'являються зелені чоловічки...

Якщо ви вагаєтеся, займатися спортом чи ні...

Якщо ви вирішили змінити своє життя...

Усі. То вам до нас – на фестиваль агітбригад

«Молодь за здоровий спосіб життя».

Вас вітає команда Хорошівської загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів

Усі. ЗДОРОВ'Я!

Наш девіз: Ми – за здоров'я, ми – за життя, ми – за мир на планеті Земля!

Слухайте всі!

Слухайте нас!

Наша розмова про тебе, Людино!

Про здоров'я твоїх нащадків!

І просто про те, як зберегти життя на Землі!
Що ж для цього потрібно?
Ми всі повинні знати, що складовими здоров'я й життя є:

Чисте довкілля

(Під мелодію пісні «Не дразните собак...» співається пародія).

Не ламайте дерев,
Не зривайте квіти –
Усім буде тоді
Здоровіше жити.
Не кидайте сміття
Прямо на дорогу.
Всі, хто може, на Землі *(двічі)*
Бережіть природу.

Помірні фізичні навантаження

(Під мелодію пісні «Разом весело нам йти» строем виходить команда, повертається до глядачів, співає й робить зарядку):

Разом дружно ми ідемо
На зарядку *(тричі)*.
І, звичайно, буде в нас
Все в порядку *(тричі)*.
Робим вправи ми фізичні із захопленням:
Раз – присіли, два – ми встали з задоволенням,
Ми – зігнулись, розігнулись – будемо пружними.
Любим спортом ми займатись – будемо дужими.
Разом дружно ми ідемо
На зарядку *(тричі)*.
І, звичайно, буде в нас
Все в порядку *(тричі)*.

Раціональне харчування

(Пісня на мелодію «Пісенька друзів»)

Якщо хочеш їсти ти *(двічі)*,
То не їж багато.
Краще з другом поділись *(двічі)*,
Особливо в свято.
Приспів:
Чипси, гумки і ситро *(двічі)*

Варто не вживати.
Там багато ГМО (двічі) –
Будеш язву мати.

Приспів:

Фрукти й овочі сирі (двічі)
Треба споживати –
Будуть люди на землі (двічі)
Здоров'ячко мати.

Особиста гігієна

(Пісня на мелодію «Посмішка»)

Від водички стане всім чистіш:
І слону, і мавпі й навіть каченятам.
В чистім тілі й духу здоровіш,
Знають добре це і хлопці, і дівчата.

Приспів:

Мило, щітка і вода
Творють справжні дива:
Вуха, шия, руки, ноги завжди чисті.
Із маленького струмка
Починається ріка.
Гігієна ж починається з водички!

Здоровий спосіб життя

Ми мали добре здоров'я,
Злітали до небес.
І думали підкорим
Собі ми світ увесь.
Спочатку закурили
І випили сто грам.
Здоров'я в нас не стало.
Тепер ми радим вам:
А ми, а ми, говорим всім:
Ви схаменіться, люди, люди, люди!
Бо як у нас, так і у вас здоров'я теж не буде, буде, буде.

Усі. Шкідливі звички:

- паління,
- алкоголізм,
- наркоманію,

– токсикоманію

Ус. Викинемо з нашого життя,

Щоб не було їм вороття! (*Лопаять кульки*).

– Дорогі друзі, на завершення ми хочемо сказати вам усім:

– Хто може чути – почуйте!

– Хто може бачити – побачте!

– Хто може думати – думайте!

– Хто здатен обирати – обирайте!

– Ми, команда «Здоров'я» Хорошівської ЗОШ І-ІІІ ступенів, зробили свій вибір.

– Ми обираємо здоров'я!

– Ми обираємо життя!

Список використаних джерел та літератури:

1. Коневич О. Виховні заходи для старшокласників та студентів. Тернопіль, 2010. С. 256.

*Гіпська Віта Миколаївна,
учитель основ здоров'я
Сушовецького ліцею
Білогірського району*

Агітбригада «ПОКОЛІННЯ Z»

(Голос за кадром).

Ця молодь не ставить зайвих запитань – вона «гуглить». Вона не запитує дорогу в перехожих – вона шукає потрібне місце за допомогою навігатора. Вона робить покупки в Інтернеті, причому не завжди в тій країні, у якій живе.

Це молодь – покоління Z!

(Під музику виходять учасники).

Ми за здоров'я!

Ми за спорт!

Ми за щастя!

Ми за веселі усмішки!

Ми за тверезий розум!

Ми за ясність думки!

Ми за дитинство та юність!

Ми за радість життя!

Усі. **Ми – молодь покоління Z!**

(Танець 1).

Слухайте ті, хто жити охочий.
Відкрийте душі, відкрийте очі!
Ми вам сьогодні покажем сюжети,
В чому здоров'я і щастя секрети!
На землю приходиш, людино, для того,
Щоб жити щасливо відміряне Богом.
Школа, навчання, робота, сім'я –
Ось перспектива, людино, твоя!
Коли молодий, не страшні перешкоди,
Ти повний енергії й сил від природи!
І хай негатив не приваблює блиском,
Повз нього пройди, не скорися під тиском!
Сьогодні в нас складна розмова,
Тож про здоров'я піде мова.

(Танець 2).

(Голос за кадром).

Сьогодні досить часто можна помітити, як замість спілкування молоді люди проводять час разом кожен у своєму телефоні. Зазвичай користувачі смартфонів починають свій день із перегляду соціальних мереж або стрічки новин та закінчують його так само. «Розумні гаджети» стали невід'ємною частиною нашого життя: люди використовують їх не лише для дзвінків або повідомлень, але і для перевірки погоди, здійснення онлайн-покупок, пошуку роботи тощо. Та науковці стверджують, що, поза нашою увагою, залежність від смартфонів радикально змінює наші життя, і це не завжди має позитивні наслідки.

Це схоже на комедію, тому що 40 % моїх однолітків будуть дуже сміятися, якщо хтось скаже, що їх ранок буде починатися так ... і дія їхньої п'єси часто починається ось так...

(На сцені 3 учні лягають на підлогу і вдають, що сплять. Учениця підходить до кожного й будить дотиком).

Ті 40 % моїх однолітків часто засиджуються перед комп'ютерами і вважають, що їхнє життя починається ввечері або вночі.

Ти *(піднімається 1 учень)* вважаєш найцікавіше нічне сидіння за комп'ютером.

Інтернет – *(піднімається 2 учень)* твій найкращий сон.

Тобі здається (*піднімається 3 учень*), що соціальні мережі мають займати твій час цілодобово.

І тобі не здається суттєвим те, що ти порушуєш природні біоритми свого організму.

(*Танець 3*).

(*На передній план виходить учень, який стоїть посередині. Після слів усі по черзі підходять до нього, утворюючи «піраміду»*).

Саме в першій половині ночі, коли ти спиш, виробляється важливий для твого життя гормон – мелатонін.

- Що захищає нас від стресів!
- Передчасного старіння!
- Алкогольних захворювань!
- Депресій! Втомленого вигляду!
- Небажання щось робити! І втрати цікавості до життя!
- Це може бути (*разом*) **твоєю перспективою!**
- Подобається? Тоді ти зробив свій вибір!

(*Після слів по черзі повертаються назад у шеренгу*).

Гадаєш, що таких звичок ти встигнеш позбутися?

Тоді до твого відома!

– Інтернет – залежність, що формується за півтора роки надмірного використання мережі.

– І якщо тебе дратує тимчасова відсутність Інтернету – ти вже зробив перший крок до неї!

– А може, не звикати?

– І тоді робота над помилками буде просто зайвою!

– Спілкуймося в реальному житті, а не в соціальних мережах!

– Милуймося просторами наших місцевостей, а не просторами Інтернету!

(*Разом*). **ЧАС ПЕРЕМАГАТИ ЗА ІНШИМИ ПОКАЗНИКАМИ!**

Наприклад, така статистика:

- 100 % українців обирають спорт та активний відпочинок.
- Це поки що з жанру фантастика.
- Але ми будемо рухатися.
- У цьому напрямі!
- І досягнемо своєї мети!

1. Майбутнє наше – то лиш наша справа,

Лиш наших рук і совісті, й ума.

Кивать на когось – ми не маєм права.

Та і кивать на кого нам – нема.

2. Тож треба взять собі до тями:
Шкідливі звички не сумісні із життям.
Усе залежить лише від нас із вами.
Цю істину гарненько ти затям.

3. В твоїм житті ще будуть негаразди.
Та вірю я, досягнеш ти мети.
Бо покоління Z долає все і завжди,
Бо покоління Z – це разом я і ти.

(Разом). Наша команда – покоління Z.

Пісня.

Бери своє і йди!
Великі кроки й великі думки.
Нікого не питай:
Тут все одно ніхто не знає, де рай.
Ти лінію гни,
Здоров'я своє бережи.
Над нами сонце завжди,
Щоб будувати розуміння мости.

Приспів:

Знайте – ми палені вогнями, шаленими вітрами.
Нас воля несе.
Давайте ніколи не питати, для чого.
І любіть нас такими, як ми є.

(Команда виконує гімнастичні композиції).

Список використаних джерел та літератури:

1. Боднарчук Г. М. Виховні години: 8 кл.: на допомогу класному керівнику / Г. М. Боднарчук, М. М. Тимочків. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2007. 80 с. (Бібліотека класного керівника). Бібліогр.: с. 79.
2. Журнал «Основи здоров'я» № 9, вересень, 2017.
3. Єжова О. О. Здоровий спосіб життя: навч. посіб.
4. Навчання, яке сприяє здоров'ю: [добірка статей] // Початкова освіта (Шкільний світ). 2008. № 36. С. 1-26. Бібліогр.: с. 7, 12, 23.
5. Інтернет-ресурси: <http://hearts.in.ua/articles/fizicheskiye-uprazhneniya-dlia-serdca-i-sport/635.php>

6. Інтернет-ресурси: (музика для пісні) <http://fonogramm.pro/antitla/28799-antitla-beri-svoje.html>

*Звезда Людмила Іванівна,
заступник директора
з навчально-виховної роботи
Петрашівського НВК
Віньковецького району*

Агітбригада «ШАНС»

МИ – ЗА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ!

(На сцену виходять учасники агітбригади з піснею на мотив української народної пісні «Їхали козаки»).

*За здоровий спосіб жити закликаєм,
Щоб були здорові ми – поради приймаєм.
Геть з дороги, алкоголь й куріння.
Боремось завзято із вашим велінням.*

Здрастуйте, шановні гості!

Зустрічайте щиро нас.

Ми агітбригада –

Разом: **«ШАНС» Петрашівської загальноосвітньої школи.**

Життя – найцінніше, що є в людини.

Життя – це те, що людина найбільше намагається зберегти, і найменше береже.

Життя – це багатство, яке дано кожному з нас лише один раз. І дуже хочеться, щоб воно було красивим і щасливим.

Це кажемо ми!

Це наша мета!

Разом. *Ми обираємо життя!*

Наш девіз: *«Твоє здоров'я – у твоїх руках, тож бережи його!».*

Щоби бути здоровими, ми маємо враховувати поради ПСИХОЛОГІВ, ФІЗОРГІВ, ДІЄТОЛОГІВ, БІОЛОГІВ, ФОЛЬКЛОРИСТІВ
(По черзі називають себе).

(Тримують пелюстки квітки, де вказані чинники здоров'я; кожен по черзі називає).

Здоров'я квітку виростити хочемо,

Для цього знаємо рецепт простий.
Ним скористається охоче кожен,
Хто хоче бути вічно молодим.
Всім відомо – це чудово,
Коли кожен з нас здоровий!
Тільки треба знати,
Як здоровим стати!
Фізкультура, вправи, спорт –
Всім болячкам засторога.
Глибше дихай! Рівно стій!
Дай усім хворобам бій!
Чинниками здоров'я є –...

(Називають чинники. Прикріплюють пелюстки на стенді).

Фольклористи

Відомо, що здоров'я – це те, без чого людина не може бути щасливою. Отже, здоров'я – це запорука успіху. Недаремно кажуть: «Буде здоров'я – буде все інше». Щоб мати омріяне щасливе майбутнє, подолати економічну кризу, ми повинні мати здорове суспільство, яке зможе реалізувати поставлену мету. А побудувати нормальне суспільство зможуть люди здорові фізично, духовно, емоційно, розумово, інтелектуально.

Один із головних складників здоров'я – це екологічне здоров'я, а досягти його можливо, якщо жити в злагоді з природою. Народна мудрість говорить: «Поміркваність – запорука здоров'я», «Хочеш бути здоровим – будь розсудливим змолоду», «Якби люди жили за вимогами природи, то їм не потрібна була б медична допомога».

Так як питання здоров'я сьогодні актуальне в усіх сферах життя, ми – фольклористи – займаємось збором висловів про здоров'я, які сьогодні принесли для Вас, шановні гості, зі своєї СКАРБНИЧКИ.

(Один читає, інший роздає кленові листки з висловами гостям).

Фізорги

*Щоб удома і у школі
Лад був повсякчас,
Треба вміти спланувати
Свій робочий і вільний час.*

Починати день необхідно з ранкової гімнастики: вона полегшує перехід від сну до робочого стану, дає змогу «зарядити» організм бадьорістю на цілий день. Ранкова гімнастика – перший обов'язковий крок на шляху до сили, спритності та сміливості. Збільшується сила м'язів, підвищується працездатність, знижується стомлюваність організму. Гімнастичні вправи

виконуються в певній послідовності: спочатку потягування, потім вправи для плечового поясу, тулуба, ніг. Зарядку потрібно робити постійно й заняття не переривати.

Пропонуємо вашій увазі поради «*Міфи і факти про заняття фізичними вправами*» (роздають присутнім «Поради»).

Щоб нічого не боліло,
Полюбити треба мило!
Часто й чисто руки мити,
Щоб ніколи не хворіти.

Загартування та дотримання особистої гігієни – обов'язковий компонент режиму дня. Зміцнюйте своє здоров'я й щоранку робіть зарядку, умивайтеся прохолодною водою, стежте за чистотою тіла! Улітку купайтеся в річці, озері, морі, вчіться плавати, ходіть у туристичні походи. Узимку катайтеся на ковзанах, лижах. Займайтеся спортом та більше бувайте на свіжому повітрі.

Психологи

Режиму дня дотримуйтесь обов'язково,
Бо як вийдуть з біоритму функції складні,
Організм не зремонтують
Ніякі майстри.

Ефективно розпоряджатися часом – дуже важлива звичка для сучасної людини. Щоб раціонально використати день, треба вміти враховувати, скільки часу піде на виконання тієї чи іншої справи, наприклад, на перегляд кінофільму, вивчення уроків, прогулянку на свіжому повітрі й таке інше. Щоб навчитися цього, треба скласти щодня список справ, які необхідно зробити. Запиши, що ти плануєш зробити за день, потім зазнач час, коли будеш займатися кожною з цих справ. Це і є *режим дня*, тобто розпорядок праці, відпочинку, харчування і сну. Режим дня допоможе тобі виховати впевненість, наполегливість, працелюбство. Дотримання режиму дня – запорука здоров'я.

Дієтологи

Харчування повноцінне,
Різноманітне, вітамінне.
Жири вживайте лиш рослинні,
Каші – смачні і поживні.
Концентрати не купуйте,
Тільки фруктами ласуйте.

Для здоров'я нам потрібна їжа з доцільною кількістю білків, жирів, вуглеводів, багата на вітаміни. Харчуватися потрібно 4-5 разів на день, в

один і той самий час. Перед їжею необхідно помити руки з милом. Після їжі – прибрати після себе посуд, помити його.

Вживайте печінку, м'ясо й рибу, олію й сир – і ваш організм отримає вітамін А. Їжте овочі: капусту, дині, томати та ін. – і вітамін Е буде завжди з вами. А з'ївши сардини, оселедці, масло, напившись молока, ви отримаєте достатню кількість вітаміну Д (*роздають поради «Варто знати...»*). (*Виступає група «біологів»*).

Біологи

Лікарські рослини – це велика група рослин, які використовують для лікування людей і тварин. Кількість лікарських рослин на земній кулі становить приблизно 10-12 тисяч видів.

Деякі рецепти здоров'я для вас:

Ромашка лікарська. Суцвіття ромашки використовують у народній медицині. Вживають відвари ромашки для лікування нежитю, при різних застудних та запальних явищах, а також для компресів і полоскань.

Липа – з лікувальною метою використовують суцвіття та квіти. Збирають сировину в липні й сушать у тіні. З давніх-давен липовий чай використовували для лікування ангіни, кашлю та простуди. Коли нестерпно болить голова, то обв'язують голову листям з липи. Крім того, липовий чай має й інші лікувальні властивості.

Чорна смородина. Чай з її листя – відомі ліки від коклюшу в дітей і нестерпного кашлю в дорослих. Відвар гілочок дають пити при діабеті та шкірному туберкульозі. Смородина – найбільш вітамінізована ягода. Свіжі ягоди корисні при підвищеному тиску, захворюванні серця та печінки, хвороб кишкового тракту.

Шановні гості, на згадку ми хочемо Вам подарувати набори лікарських рослин із нашої фітотівальні «Цілюще джерело» (*учні дарують лікарські рослини*).

Тож нехай життя квітує
Без хвороб, без болів.
Побудуємо собі
Ми найкращу долю!

Слухали, бачили, запам'ятали –
Все, що сьогодні ми вам розказали.
Дома розкажете, друзям порадите,
Проблеми усі ви тепер подолаєте.

Нам в оцім святковім світлім залі
Є про що сказати і згадати.
Хай буде щасливим кожен день,

Ми будемо радісно співати.
Дай, Боже, всім людям і родинам,
Щоб ви в здоров'ї й щасті жили.
І до останньої хвилини
Любили Вас і Ви любили!

Разом:

Будьте здоровими!
Будьте щасливими!
Будьте красивими!
І завжди добрими!

На завершення учні нашої школи виконають танцювальні композиції, щоб ще раз довести важливість здорового способу життя, адже РУХ – ЦЕ ЖИТТЯ!

(Учні виконують танцювальні композиції – танець «Ча-ча-ча», польку).

Каракацюк О. М.,
заступник директора
з виховної роботи
Дашковецького НВК
Віньковецького району,
Кохан С. В.,
педагог-організатор
Дашковецького НВК
Віньковецького району

Агітбригада «ЗД»

(Під музику на сцені по двоє заходять учні, утворюючи клин)

Слухайте ті, хто жити охочий,
Відкрийте душі, розплющуйте очі!

Ми вам сьогодні покажем сюжет,
У чому здоров'я й щастя секрет!
На землю приходиш, людино, для того,
Щоб жити щасливо відміряне Богом.

Школа, навчання, робота, сім'я –

Ось перспектива, Людино, твоя!

Коли молодий, не страшні перешкоди –
Ти повний енергії й сил від природи!

І хай негатив не приваблює блиском,
Повз нього пройди, не скорися під тиском!

Звичкам шкідливим ви не здавайтесь,
комп'ютер вивчайте, та не зазнавайтесь.

Увага! Увага! Увага всім!
Дітям, дорослим і зовсім малим!

Сьогодні вас вітає радо
школи Дашковецької агітбригада!

Усі разом. Ми команда «3D»!
До здоров'я! До життя! До щасливого майбуття!

Наш девіз: «Про звички шкідливі назавжди забути,
Здоровими, сильними, спритними бути!».

Будь здоровим, гідним, чесним, адже ти Людина!
Будь вправним, гордим і активним, адже ти Землі частина!
Наш вибір сьогодні – єднає серця, як єднає єдина всіх нас мета.
Адже ти сьогодні обираєш здоров'я «З».
Адже ти за сонце, що гартує тіло «Д».
Адже ти за рух, що дає життя «О».
Адже ти за нас, молодих 3D «Р».
За молодь, що небайдужа до життя «О».
За країну, яка поведе в щасливе майбутнє «В».
За нас, за покоління нове! «Я».

Друзі, а ви ніколи не задумувалися над тим, що нам постійно нав'язують шкідливі звички: фактично всі герої наших улюблених фільмів палять і нерідко не відмовляються перекинути скляночку-другу як на екрані, так і в реальному житті.

Безліч сучасних пісень недвозначно запрошують довірливих підлітків піддатися згубній звичці. А давайте уявимо, як було б чудово, якби зірки естради у своїх піснях, навпаки, застерігали від цього. І ось що б вийшло.

Пісня Дзідзьо «Мені повезло».

Ось тоді точно ні в кого не виникало б бажання спробувати алкоголь чи наркотики!

Чому людина не вміє вчасно й самостійно зупинитися?

Тому що на свідомий вибір впливають міфи, що блукають у суспільстві.

Давайте зважимо всі за і всі проти на уявних терезах у вигляді чорного й білого.

(Двоє учасників зображають терези, інші – подають аргументи та спростування).

Міф перший. Трохи алкоголю навіть корисно!

Після вживання 50 грамів алкоголю ймовірність автомобільної аварії збільшується в 30 разів!

Міф другий. «Мій дідусь пив горілку і прожив 100 років».

У середньому люди, які вживають алкоголь, живуть на 15 років менше! Тому твій дідусь прожив би 115 років!

Міф третій. Горілка – найліпший засіб від застуди і грипу.

Дослідження вчених показують, щоб вбити в собі вірус грипу алкоголем, потрібно померти від алкоголю.

Міф четвертий. Алкоголь знеболює й зігріває від холоду.

Алкоголь знижує больовий поріг, тому болю та холоду людина не відчуває. Найшвидше замерзають п'яні.

Міф п'ятий. П'ють усі – така в нас культурна традиція.

Українці здавна пили пиво, квас, медовуху, житнівку, але споживали вдесятеро менше ніж сьогодні!

Юний мій друже, щоб зло побороти – зважуй ретельно

РАЗОМ: ВСІ ЗА І ВСІ ПРОТИ!

Для того, щоби бути здоровим, замало не вживати шкідливих речовин. Потрібно бути спортивним та активним. Ви скажете: «Займатися спортом нецікаво»? А ми вам доведемо й покажемо протилежне.

(Танець дівчат. Флеш-моб).

Кожен із нас стоїть перед вибором:

Обери в житті правильний шлях!

Обери життя, а не смерть.

Прожив його гідно!

Ми – молоді, сповнені мрій і сподівань.
За нами майбутнє!
Ми рішучі у своїх прагненнях.
Йдемо сміливо до мети!
Рухайся з нами, танцюй з нами, співай з нами!
Твоє здоров'я у твоїх руках!
Постав перед собою мету та йди до неї!
Досягни її!
Якщо ти впав, то знайди в собі сили піднятися!
Ти – сильний!
РАЗОМ. Як жити – ВИБІР ЗА ВАМИ!

*Пастух Ірина Вікторівна,
педагог-організатор
Волочиської ЗОШ
I-III ступенів № 5*

**Агітбригада «ЕНЕРГІЯ» –
лауреат Всеукраїнського фестивалю «Молодь обирає здоров'я»**

(Звук серцебиття).

Прислухайтесь, десь б'ється серце. Це б'ється серце нашої планети.
То зовсім тихо,
То похлоливо,
А то так сильно,
Ніби хоче щось сказати.

Прислухайтесь, ці звуки – неспроста,
Планета кличе всіх на допомогу.

І прийшли: молоді, активні, енергійні, які знають, чого хочуть, знають,
що зміст життя:

- це здорова свідомість;
- це відчуття творчого польоту;
- це спортивні висоти, досягнуті кожним;
- це ясні очі, перед якими весь світ – кольорова веселка – символ
здоров'я та щастя.

Знають, що дійсно працює програма «Рівний рівному».

Ця програма навчає, про знедолених дбає, від різних бід застерігає, і в цьому нам тренер допомагає.

Пісня.

Коли вам погано і тьмяно,
На душі похмуро й пусто,
Не робіть із цього драму,
Махніть на все і приходьте до нас у програму.

Чуєте, звучать тривоги сигнали,
Часу залишилося зовсім мало.
Страшні суспільства вади наступають,
Нам шансу зовсім не лишають.
Алкоголь, наркотик, СНІД
Залишають скрізь свій слід.
Люди, благаємо, зупиніться!
Навколо себе озирніться.
Якщо не спинити біду,
Нас чекають усіх в аду.
Давайте назавжди покінчим з бідною,
Яка крокує твердою ногою.
Якщо згаяти час, ніщо не врятує вже нас.

О, милосердний Боже!
Душа моя кричить і мліє серця стук;
Як в інії – буття гілки в полоні.
Від болю вже потріскалися скроні.
В тобі лише, Всевишній, щирий звук.

– Скажіть, адже ви всі молоді та красиві, ви всі любите життя?
Тож давайте боротися за нього.
Життя заради самого життя.
Свіжий вітер!
Зоряна ніч!
Літній дощ!
Усе це життя!
Життя зі своїми перемогами та невдачами! Щастям та горем!
Не втікай від нього в наркотики, куріння та пияцтво!
Це втеча в нікуди, звідки часто не повертаються!

Вибери життя!

Уривок пісні «Життя».

– Ми повторюємо на різних мовах «Схаменіться!».

Життя в наших руках, іншого шансу не буде.

Ми повинні знати, що ВІЛ може передаватися:

– через кров;

– під час незахищених статевих стосунків;

– під час народження від ВІЛ-інфікованої матері.

Треба завжди приймати правильні рішення, які не зашкодять ні твоєму здоров'ю, ні твоєму життю.

Якщо приймаєш рішення, пам'ятай: у кожного в житті бувають різні моменти.

Від нас самих залежить шлях, яким можна подолати перепони.

Коли приймаєш рішення, пам'ятай: «Усе проходить – пройде і це».

Щоб не сталось – життя продовжується.

Щоб не сталось – пам'ятай, про тих, хто тебе любить, чекає, хоче і може допомогти.

Добро і зло, як два крила –

Без жодного летіти ти не в змозі.

Якщо впадеш – піднімешся ти сам,

Добро лише зрадіє, зло буде насторожі.

Не бійся ти злетіти в височінь

За барвами небесної блакиті

І станеш ти найкращим у житті,

І доля посміхнеться всім на світі.

– «Мамо, тато, я так і не встиг вам сказати, як люблю вас,

Мені так не вистачає вашого лагідного слова, мудрої поради...».

Твої батьки завжди поруч.

Повір у себе. Ти досягнеш успіху.

Пройде час, і вони будуть тобою гордитися.

Запис пісні «С любимыми не расставайтесь».

– Сьогодні ми звертаємося до кожного, хто нас чує. Якщо важко та сумно – знайдіть цікаву справу, і тоді з'явиться коло спілкування, у якому вас зрозуміють.

Будьте уважними до своїх друзів, щоб вчасно їм допомогти.

І тоді ніхто не зможе відібрати у вас ваше завтра.

Кожна людина – єдина та неповторна.

Можливо, є люди кращі за тебе,

Та такого, як ти, немає.

Не забирай в людей можливості спілкуватися з тобою, любити тебе.

Бути чи не бути? Жити чи не жити?

– ЖИТИ!!!

– Хлопці, а от що ви робите, щоби бути здоровими?

– Ми? Займаємось спортом.

– Ой, і за скільки ви пробіжите 100 метрів?

– Я за 5.

– А я за 10.

– А я за 50 баксів

– Єсс.

– А я, до речі, можу 50 разів віджатися.

– Давай! Давай, покажи!

– Раз-два-три.

– Андрію, так не чесно. Хто ж так віджимається, треба від підлоги.

– Та для вас, дівчатка, стоячи!

Спорт, дієта, здоров'я й сила,

Фізкультура всім нам мила.

Геть від нас хвороби світу,

Жити хочемо до віку.

Спортивне шоу.

Ми – діти України –

Прагнемо, щоб наша держава стала сильною,

Багатою,

здоровою,

красивою.

Діти – це майбутнє кожної нації.

Ми любимо нашу країну,

Ми – цінуємо життя.

Діти за майбутнє впевнені –

Усе в житті залежить тільки від нас.

Фінальна пісня

Ми майбутнє України,

Нам відкриті всі стежини.

А любов, здоров'я, сила

Нам дає чарівні крила.

Хто здоровий – той не плаче,

Жде його в житті удача.

Ми повинні працювати

Вчитися і процвітати! ;)

*Пастух Ірина Вікторівна,
педагог-організатор
Волочиської ЗОШ
I-III ступенів № 5,
Скиба Олександр Васильович,
системний адміністратор
Волочиської ЗОШ
I-III ступенів № 5*

**Агітбригада «ЕНЕРГІЯ» –
переможець Всеукраїнського фестивалю «Молодь обирає здоров'я»**

Танець- презентація.

Сьогоднішнього дня давно ми так чекали.
Зібралися разом на супер-фестивалі.
З єдиною метою ми разом всі зійшлись,
Щоб здорово жити кожен тут навчивсь.
Людей зібралося багато в цьому залі.
Всі знову виступатимуть на фестивалі.
То ж просимо ми кожного: прислухайтесь до нас,
Бути здоровими ми закликаєм вас.
– Адреналін в крові,
– відчуття польоту,
– здоров я, рух,
– змагання,
– відчуття дружби, перемоги –
усе це дарує нам «ЕНЕРГІЯ».

Танець.

Скажи, адже ти повноцінна людина,
На що ти витрачаєш свій час, можливості, здоров я?
Тільки уяви, як важко людям з інвалідністю, але вони не здаються.
Українська збірна спортсменів-параолімпійців показала унікальні
результати:

– на чемпіонаті Європи з плавання – 105 медалей, серед яких 41 –
золота, поставлено 12 світових рекордів;
– 5 медалей завоювали біатлоністи на зимових олімпійських іграх у
Ванкувері.

Діти з ураженням опорно-рухового апарату, вадами зору та слуху,
вадами інтелекту виборюють призові місця в різних видах олімпійського
спорту.

Українські спортсмени з інвалідністю долають нові рубежі, здобуваючи перемоги, гордо прославляють нашу державу.

Справжнє здоров'я – це серця краса,
Це наша совість і доброта.
Якщо комусь їх подаруєш ти,
Вони обов'язково повернуться навіть через роки.

Доброту зможе побачити навіть сліпий,
Доброту зможе почути навіть глухий.
І якщо до ближніх станеш ти добріший,
Світ навколо тебе стане світліший.

Щоб скрізь лунали здоров'я акорди,
Годі вже ставити антирекорди.
Вашій увазі декілька сторінок із книги Антигінеса.

– Учениця 10 класу на уроці фізкультури просиділа 37 лавочок і пролежала 22 мати.

– Учениця 9 класу одночасно одягнула на себе підбори 12 см, золоті сережки вагою 800 грамів, а на голову вилила пів літра лаку для волосся.
Краса – страшна сила.

– Учень 4 класу за одну маленьку перерву з'їв 2 пиріжки, 4 булочки й одну піцу з варенням.

– Учень 5 класу просидів за комп'ютерною грою 34 години 17 хвилин та 45 секунд.

Крок в майбутнє робимо ми!
Ми обираємо звички, а не вони обирають нас!
Подумай! Ти герой чи боягуз?
Ти борешся чи здаєшся?
Ти живеш чи ти помираєш?
Важко виховати особистість,
Але зовсім не важко показати позитивний приклад.

Пісня.

Зробити вибір не поспішай.
Ти можеш сумніватися, та знай:
Ти виграв зараз вчасно двобій,
Тепер про це ти не забувай.
Навіщо, ти скажи, нам цей бій,
В якому переможе лише він

Йому на радість, нам на біду?
Але в житті наш вибір тільки один.
Не зверни з шляху.
Не ведись на брехню,
Обирай собі розумну мету.
Якщо зробиш вчасно вибір ти свій,
Досягнеш тоді усіх мрій.
А що ж таке щастя?

Як відповісти на це питання, кожен вирішує сам.

Все наше життя – це маленькі шматочки щастя.

І вони, як великий пазл, складаються в окремі епізоди.

– Я народилася – і це щастя для мами й тата.

– Мій шматочок щастя – це мир на планеті.

– Мій шматочок щастя – це літо.

– Мій шматочок щастя – це мої друзі, і вони найкращі.

– Мій шматочок щастя – це моя сім'я.

– Мій шматочок щастя – це моя перша закоханість.

– У кожного в житті є своє улюблене місце. Мій шматочок щастя – це

Волочиськ: єдиний, неповторний і такий рідний.

– Щастя – це все навколо.

Ну все ж таки життя прекрасне, тому що:

Фотошоп вмiє робити дива,

Твоя мама любить тебе,

Цілуватися під дощем – це круто,

В калабанях після дощу можна побачити небо.

Якщо ти нудний, усе одно знайдуться люди, які тебе зрозуміють.

Є місце, де тебе завжди чекають та люблять, – це твій дім.

Пісня «Дикі танці».

Вітайте! На сцені

Українські патріоти.

У серцях запалим іскру, що не погасне.

Здоров'я і сила –

Все це ЕНЕРГІЯ.

Ми любимо життя.

Нас не зупинити.

Хай квітне земля

І її діти.

Молодь має право бути здоровою!

Молодь хоче бути здоровою!

Молодь вміє бути здоровою!
Молодь потрібна нашій нації здоровою!
Молодь повинна проводити свій час весело і здорово,
і бути здоровими.

Фінальна пісня.

Масна Марія Антонівна,
учитель основ здоров'я
Городоцької гімназії,
Сіра Неля Антонівна,
бібліотекар
Городоцької гімназії

Агітбригада «ЗДОРОВ'Я»

(На фоні тихої музики звучать слова).

– Люди, їх мільйони, усі вони зовсім різні й чимось неповторні. Вони, мов ті зорі на небі, що горять своєрідним світлом. А починається все світанком життя – дитинством.

(Світло вимкнене. У руках кожного учасника ліхтарі, спочатку на сцені видно тільки їхнє світло. А далі вмикається світло, і з'являються учасники, одягнені, як першокласники. Сценка. Заходить учителька. Діти сидять на стільцях, тримаючи руки, як за партою).

Учитель. Розкажу вам зараз,
Діти, дуже правила прості.
Як за партою сидіти –
Це потрібно у житті.
Як іде урок читання,
Книжку рівно покладіть,
Не сидіть, як знак питання,
Гарно плечі розведіть.
Спинку рівною тримайте,
Рук на книжку не кладіть,
Голову не нахиляйте,
Як окличний знак сидіть!
Будуть в вас здорові очі,
Швидко будете рости.
Хто здоровим бути хоче –

Вмій здоров'я берегти.
Всі ці правила прості
Знадобляться у житті.
Як за стіл сідати їсти,
Мийте руки чисто-чисто.
Щоб мікроб хвороботворний,
Злий, страшний, такий потворний,
В організм наш не проник,
Від води і мила зник.
Він для зору не доступний,
Але дуже вже підступний.
Бережіть здоров'я власне,
Поки є на це ще час.
Бо життя таке прекрасне,
І одне воно у нас.

Учасник 1. Хто здоровий, той сміється,
Все йому в житті вдається.
Він долає всі вершини –
Це чудово для людини!

Учасник 2. Хто здоровий, той не плаче,
Жде його в житті удача.
Він уміє працювати,
Вчитися й відпочивати.

Учасник 3. Хто здоровий – не сумує,
Над загадками мудрує,
Він сміливо в світ іде
Й за собою всіх веде.

Учасник 4. Бо здоров'я – це прекрасно,
Здорово, чудово, ясно!
І доступні для людини
Всі дороги і стежини.

Учасник 5. Але тільки уявіть,
Шириться луною,
Усі органи людини
Посварились між собою.

(Сценка).

Ноги сказали: – Чому саме ми повинні носити все тіло? Думаєте, нам легко й бігати, і стрибати, і ходити?

Руки сказали: – І ми не хочемо працювати для інших. Думаєте, нам легко й писати, і малювати, і ліпити, і прати, і годувати?

Рот промовив: – І я не хочу пережовувати їжу для шлунка. Хай як хоче, так і перетирає їжу.

Очі лемент учинили: – Ми не повинні дивитися на все тіло й постійно стояти на сторожі.

Учасник 1. Сперечалися, сперечалися і вирішили не слугувати більше один одному. Що ж із цього вийшло? Через те, що ноги не хотіли ходити, руки перестали працювати, рот припинив пережовувати, очі заплющилися, усе тіло залишилося без їжі та руху, почало слабнути й мало не вмерло.

Учасник 2. Усім органам стало дуже важко, і було б гірше, якби вони вчасно не отямлися й не дійшли правильного висновку.

Ноги сказали: – Ні, так жити погано.

Руки й собі: – Давайте помиримося й будемо, як колись, працювати разом.

Очі та рот промовили: – Звичайно, разом. І тоді все тіло стане здоровим і дужим.

А серце зауважило: – Але кожна людина повинна піклуватися про своє здоров'я, берегти кожен орган. Ви думаєте, мені легко безупинно працювати й забезпечувати всім органам працездатність? Бережіть нас.

Учасник 1. Кожна дитина в дитинстві, як маленьке деревце. Як садівник плекає кожну квіточку, так і батьки та вчителі піклуються про дітей, щоб вони росли дружніми та здоровими. Швидко минає дитинство, яке змінює підлітковий вік. Саме в підлітковому віці людина робить своє найважливіше відкриття – відкриває саму себе. І головне – не помилитися на власному життєвому шляху. Але, на жаль, трапляється й таке.

Учасник 2.

Дитя цигарку витягає,
Бо хочеться дорослим стать.
Та сильним, гарним він не стане,
Бо зріст сповільнюватись став.
Усе, що в світі є погане,
Хлопчина в організм запхав.
В залежності від цигарок
Сидить хлопчина, як в капкані.
Позеленів, мов огірок.
Тепер над ним цигарка – пані!

Учасник 3.

І друга погана звичка

Заходить часом, наче гість,
Бо в хаті свято. Часом сяє
Горілка в пляшці на столі.
Хлопчина деколи, буває,
Ще й вип'є чарочки малі.
Бо теж спробувати хоче,
Що татусь біленьке п'є.
А потім й сам собі захоче
Й тихцем горілочку налляє.
А та отрута все руйнує.
Найперш страждає голова.
Всі центри там паралізує.
Біда великою бува.

(Виходять учні з плакатами).

Учасник 1.Я – нервова система. Паління й алкоголь викликає моє безперервне збудження, що ослаблює гальмівний процес, а це веде до мого виснаження.

Учасник 2.Я – опорно-рухова система. Мій господар став втомлюватися під час бігу або навіть від тривалої ходьби.

Учасник 3.Я – травна система. Мій господар втратив апетит. Подивіться, як він схуд, як пожовк.

Учасник 4.Я – кровоносна система. Поки я не одержувала згубної отрути нікотину, я була здоровою – могла скорочуватись 100 тисяч разів за добу й перекачувати сто тонн крові.

Учасник 5.Я – слух. Тютюновий дим подразнює слизові оболонки ротової та носової порожнини, дихальних шляхів. Мій господар став уранці кашляти, на уроках фізкультури не може пробігти три кола.

Учасник 6.Я – зір. Нікотин пошкоджує органи чуття, знижується функція зорового нерва, порушується гострота зору, здатність розпізнавати кольори.

Пісня.

Ми сьогодні разом звертаємось до тебе:
Подивись угору, яке класне небо.
Невже це не привід радіти й сміятись
І від поганих звичок відмовлятись.

Приспів.

Будь завжди здоровим!
Будь завжди здоровим!

Друже, ти вже знаєш, що буде від паління.

Дихай свіжим вітром, а не коптінням.
Гори, море, сонце – все, що треба їм.
Сідай скоріш на ровер і гайда в Буковель!

Приспів.

Будь завжди здоровим!
Будь завжди здоровим!

Друже, пам'ятай, алкоголь – це страшно!
Забере у тебе все, що є прекрасне.
Не забудь про всі ці настанови,
І у тебе буде все завжди здорове!

Приспів.

Будь завжди здоровим!
Будь завжди здоровим!

Учасник 1. Юність – це час, коли ти формуєшся як особистість. Юнаки та дівчата, часто вважаючи себе дорослими, не задумуються, чим для них може обернутись у майбутньому шкідлива звичка.

Сценка. (З'являється учасник, який виконує роль юнака. За ним у шеренгу стоять учасники з написами. Вони виконують роль думок).

Відчай. Господи! Чому все так погано? Учора мене покинула подруга, я не вивчив уроки!

Страх. Мене запитали з усіх предметів. Три двійки – жах! Що я скажу батькам?

Відчай. Усе, треба забутись, якимось забутись, відключитись. Я бачив у когось коноплю.

Розум. Не треба! Це не допоможе. Ти вб'єш себе (*Показують табличку «SOS»*).

Іронія. А мені все по барабану! Хочу розслабитись! Де мої нові друзі?

Відчай. Це точно, мої нові друзі курять гашиш, або вживають екстазі, у них немає жодних проблем.

Розум. Не пробуй! Не вживай!

Страх. Звідти дорога лише в пекло!

Іронія. У пекло! Це так захоплююче!

Розум. Навколо так багато цікавих людей, які знають, заради чого жити. Отож, зроби правильний вибір.

Іронія. Який ще правильний вибір? Мені й так добре. Ура, свобода!

Відчай. Щодня одне й те саме! Школа – домівка – школа. Немає нічого цікавого. Набридло!

Розум. Ти живеш лише один раз. Шукай себе! Знайди собі цікаве захоплення: спорт, комп'ютер, музика. Читай – і ти будеш цікавий будь-якій людині.

Учасник 1. Життя короткочасне, як зорепад.

Учасник 2. Дуже часто ідеш невпопад,

Учасник 3. Ритм земний не зумівши відчутти,

Учасник 4. Важко й самотньо нам бути!

Учасник 5. Так, заклик Господа буде з тобою:

Учасник 6. Живи в гармонії з природою й собою.

(Тримують у руках «Путівник здоров'я»).

Учасник 1. Ти – молодий, завзятий і кмітливий, сповнений сил і енергії.

Учасник 2. Ти маєш багато мрій, бажань, задумів і планів на майбутнє.

Учасник 3. Ти хочеш усе досягнути, усе зрозуміти. Мрієш про успіх, щастя, кохання.

Учасник 4. Ти тримаєш у власних руках сьогодні своє майбутнє, і лише сам відповідальний за нього.

Учасник 5. Тому саме Ти – людина нового тисячоліття – повинен запам'ятати, що твоє здоров'я є тим чарівним ключем, який відчинить перед тобою двері всіх можливостей.

Пісня.

Твоє здоров'я – лише в одних руках.

Життя здорове – усмішка на вустах.

Повітря, сонце, небо, гори, море сили додають.

Люби природу – назустріч їй іди,

Найкраща сила для тебе в ній одній.

Поганим звичкам – сили віднайди

Сказати ні!

Приспів.

Життя одне,

Твоє життя,

Нам разом жити!

Разом із вами йти в майбуття

Здоровим!

*Демкович Ірина Володимирівна,
педагог-організатор
ЗОШ І-ІІІ ступенів № 4 м. Городка*

Агітбригада «SUPER ЗДОРОВ'Я»

– Добрий день, усім у залі!

Любов врятує світ і, звичайно, наш спосіб життя.

А він обов'язково повинен бути здоровим.

Бережіть і поважайте один одного. Життя прекрасне, друзі!

– Як ви зауважили, у нас сьогодні чудовий настрій. А знаєте чому?

Тому що в нас сьогодні агітбригада «**За здоровий спосіб життя**».

– Вас вітає команда «**Super здоров'я**» загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів № 4 м. Городка.

Вступна пісня.

Гей, хто в залі! Ви нас почуйте!

Серця до уваги свої приготуйте!

Сьогодні разом поведемо розмову

Про те, як здоров'я зробити чудовим.

Приспів.

It's my life, самі вирішаймо, як жить.

Потрібно бути здоровим завжди,

Займатись спортом в кожному вільному мить.

Ігри рухливі і харчування,

Свіже повітря й загартування.

Звички шкідливі геть ви відкиньте,

Мускулатуру свою розвинуйте.

Приспів.

It's my life, самі вирішаймо, як жить.

Потрібно бути здоровим завжди,

Займатись спортом в кожному вільному мить

Слова під мелодію.

Знає й кожне дошкільня,

Що здоров'я – це сім'я.

Як в родині повелося

З діда-прадіда та й досі.

Зуби чистить треба зранку.

З фізкультурою на ганку

Ранок радо зустрічать.
Про здоров'я треба дбать.
Руки мить перед їдою –
Не зустрінемося з бідою.
Адже сонечку радіти
Можуть лиш здорові діти.

Випадок у спортшколі

- Добрий день! Це спортшкола?
- Так.
- Дівчинку потрібно в секцію записати!
- Яка секція цікавить?
- З метання молота!
- А в дівчинки є для цього здібності?
- Ти сліпа?
- Ну добре! Чим дівчинка до цього займалася?
- Годину тому рибу зчиняла!
- Я маю на увазі, яким видом спорту?
- Гімнастикою.
- Добре.
- Тебе, конкретно, який час цікавить?
- 15 хвилин, доки паркет хвилею не пішов!
- Давайте подивимось! Нехай дівчинка поприсідає!
- Не потрібно присідати! Де ми ще штани такі знайдемо? Знову прийдеться мішки зшивати!
- Ну добре. Що дівчинка вміє робити?
- Двері!
- В смислі?
- Де йде, там і робить!
- Ну добре! Ми її беремо! Дівчинко, ідемо в спортзал!
- Ееееее..., альо. Я мати! Оленочко, крихітко іди-но сюди!
- ЦЕ НЕЙМОВІРНО!!!

Слова під мелодію.

Хто розраховує забезпечити собі здоров'я,
Перебуваючи у ліні,
Той чинить так само безглуздо,
Як і людина,
Що думає мовчанням удосконалити свій голос.

Танець.

Слова на табличках.

1. Кожна сигарета зменшує передбачувану тривалість життя на 11 хвилин.

2. Банка содової на день на 22 % збільшує шанси захворіти діабетом 2 типу.

3. Недостатня фізична активність у світі спричиняє таку ж кількість смертей, як і куріння. Тож давайте вести активний спосіб життя.

4. Сидіння більш 3-х годин може скоротити тривалість життя людини на 2 роки.

5. Відмова від тютюну та алкоголю, здорове харчування і фізична активність можуть запобігти 30 % випадків захворювань раком.

6. Важка депресія може прискорити процеси біологічного старіння в клітинах.

7. Менше 7 годин щоденного сну зменшує тривалість життя людини.

8. Регулярні вправи, наприклад, ходьба може зменшити ризик раку молочної залози на 25 %.

Реклама «Надо подкачатъся»

Слова під мелодію.

Життя – це здоров'я, скористайся ним!

Життя – це краса, милуйся нею!

Життя – це мрія, здійсни її!

Життя – це щастя, цни його!

Життя – це пісня, заспівай її!

Фінальна пісня.

Все залежить від нас самих,

Наше здоров'я від нас самих.

Нічого в світі немає такого,

Що не підвладне було б нам.

Спортom займайся, займайся собою,

Щоб лінощів сила не вела за собою

Й не стала здоров'ю твоєму на зло.

Пам'ятай, ти сильніший, сильніший, сильніший, люби.

Вибирай тільки серцем своїм.

Тут епіцентр допоможе, допоможе усім.

Без лінощів, страху зазирни ти туди,

І спорт відкриє для тебе світи.

Приспів.

Все залежить від нас самих,

Наше здоров'я від нас самих.
Нічого в світі немає такого,
Що не підвладне було б нам.

Список використаних джерел та літератури:

1. Ващенко О. М. та ін. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня молодшого школяра : навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський: Абетка, 2003. 12 с. (Серія «Здоров'ячко»).
2. Формування навичок здорового способу життя в дітей та підлітків : навч. посіб. за ред. В. Г. Панка. К.: Ніка-Центр, 2002.

*Івашко Галина Степанівна,
учитель основ здоров'я
Лісоводської ЗОШ І-ІІІ ступенів
Городоцького району,
Нікітішена Тетяна Миколаївна,
учитель музичного мистецтва
Лісоводської ЗОШ І-ІІІ ступенів
Городоцького району*

Агітбригада «СМАЙЛИК»

ЗДОРОВ'Я – МУДРИХ ГОНОРАР

(На мотив пісні «Я, ти, він, вона»).

Ми вас вітаєм в затишній цій залі!
Збережемо планету від тенет тих звичок,
Що руйнують мозок, заважають жити.

Ми – Смайлики здоров'я, разом усе здолаєм.
До нас всіх закликаєм – у гарне майбуття.

Знову зала ця стрічає нас
Привітно і ласкаво.
Минулий рік тут линув сміх,
І всім було цікаво

Бажаєм учням і гостям,
Щоб ви жили чудово

І щоб ішли по цій Землі
Розумні і здорові!

Медсестра. Стоп! Стоп! Стоп! Зачекайте! Чи всі ви здорові?

Разом. Здорові!

Медсестра. До виступу готові?

Разом. Готові!

Медсестра. Зараз я переконаюсь...

Усі дихайте... Не дихайте...

Усе в порядку, відпочиньте...

Дружно руки підіймайте...

Усе прекрасно! Опускайте...

Нахиліться, розігніться...

Станьте прямо... Посміхніться...

Бачу, всі веселі і здорові,

До дебатів всі готові.

– Життя – це багатство, яке дано кожному з нас лише раз – один раз.

Дуже хочеться, щоб воно було красивим і щасливим.

Щоби бути здоровим, потрібно берегти здоров'я щохвилини, щодня.

Разом. Це кажемо ми!

Це наша мета!

Смайлик – обирає здорове життя!

Наш девіз: «Смайлик – це світло,

Смайлик – це тепло,

Смайлик – це всього життя джерело».

Хай спокій буде і квітне калина,

І серця забринить нехай струна.

Хай нас почує молодь України,

Що вибір наш – щасливе майбуття.

Ми творимо своє життя.

І в нас єдина мета –

Це зоровий спосіб життя.

РУХАНКА

Хочеш бути гарним?

Хочеш сильним бути?

Треба щодня вранці
Ось що не забути.

Спорт – краса, здоров'я – сила.
Фізкультура теж нам мила.
Геть від нас, хвороби віку,
Жити хочемо без ліку!
Людство прагне всесвіт осягнути
І себе у ньому зрозуміть.
А тривожне «бути чи не бути»
Страшно над планетою висить.
На землі, у домі вселюдському,
Протиріч і негараздів тьма.
Будьмо, друзі, обережні в ньому –
Іншого життя у нас нема!

Тож ми сьогодні закликаємо все молоде покоління:

- 1-й. Завжди
- 2-й. Дбайливо
- 3-й. Оберігай
- 4-й. Розвивай
- 5-й. Особисте
- 6-й. Власне
- 7-й. Я!

Разом. Здоров'я!

Наше здоров'я у наших руках!
Ми заявляєм сміливо:
Хто вибирає правильний шлях –
Житиме добре й щасливо.

Ми, дівчата, молодці!
Сила в кожній є руці.
Бо ми – це світло! Бо ми – це тепло,
Бо ми – це усього життя джерело!
Що треба для повного щастя людині?
Свобода і мир, і ранкова роса.
А ще небеса, мирні й сині,
І неповторна, безмежна краса.
А ще треба радість і сонце в zenіті,

Здоров'я і сила, багато тепла,
Ще тато і мама, найкращі у світі,
І пісня чарівна щоб завжди була.

Хочемо ми усі сказати,
Що здоров'я краще мати,
Аніж хворому ходити
Й світ чарівний не любити.

Бо любов, здоров'я, сила
Нам дають чарівні крила.
Ще дають саме життя
І несуть у майбуття.

Ми – майбутнє України!
Щоб рости і гартуватись,
Бережіть своє здоров'я!
Ми вас агітуємо
І ключі від нього ми вам презентуємо.

1-й ключ. Хворобам цивілізації – ні!
2-й ключ. Шкідливим звичкам – ні!
3-й ключ. Здоров'ю так!

Список використаних джерел та літератури:

1. Гвоздик І. О. Молодь за здоровий спосіб життя! [Текст] / І. О. Гвоздик // Виховна робота в школі. 2014. № 9. С. 50-54.
2. Гиренко Т. Л. У здоровому тілі – здоровий дух [Текст] / Т. Л. Гиренко // Виховна робота в школі. 2014. № 5. С. 32-37.
3. Іванова О. М. Згубним звичкам скажемо: «Ні!» [Текст] / О. М. Іванова // Позакласний час. 2015. № 1. С. 64-65.
4. Ловигіна Л. І. Що я маю знати, аби зберегти своє здоров'я [Текст] / Л. І. Ловигіна // Розкажіть онуку. 2017. № 3. С. 26-27.
5. Михайлик Т. В. Крок до здоров'я [Текст] / Т. В. Михайлик // Виховна робота в школі. 2013. № 10. С. 21-23.
6. Морозова А. В. Я обираю здоровий спосіб життя [Текст] / А. В. Морозова // Виховна робота в школі. 2011. № 3. С. 26-33.
7. Мурич В. За здоровий спосіб життя [Текст] / В. Мурич // Позакласний час. 2016. № 3. С. 47-48.
8. Навчальне видання «Здоров'я дітей – багатство нації» [Текст] / Яценко Л. В. Х.: Вид. група «Основа», 2015. 126, [2] с. (Б-ка журн. «Початкове навчання та виховання»; Вип. 1 (133)).

9. Юні обирають здоров'я! [Текст] // Позакласний час. 2017. № 5. С. 130-131.
10. Яковлева М. М. Експедиція до країни здоров'я [Текст] / М. М. Яковлева // Позакласний час. 2016. № 11. С. 40-41.
11. Сайт «Клуб life». <http://health.emmanuil.tv>
12. Сайт «M-UKRAINE». <https://m-ukraine.com/>

Сіра Н. А.,
*заступник директора з виховної
роботи Городоцького ліцею № 1
Городоцької міської ради,*
Бас Л. П.,
*педагог-організатор
Городоцького ліцею № 1
Городоцької міської ради*

Агітбригада «АГЕНТИ ЗМІН»

ЗДОРОВ'Я – ЦЕ МАЙБУТНЄ, МИ ПОТРЕБУЄМ ЗМІН

Голос за кулісами.

Вони багато років впливають на ваші рішення. Вони працюють, не шкодуючи зусиль. Шкідливі звички – загроза майбутнього! Сучасна молодь потерпає від нікотину, алкоголю, наркотиків. Це відзивається болем. Вони псують здоров'я повсякчас. Але й ми за це відповідальні.

На сторожі нашого життя стоять ті, які пропагують здоровий спосіб життя, обирають заняття спортом, формують навички безпечної поведінки – це агенти змін. Саме вони з'являються й оголошують війну шкідливим звичкам.

Вихід учасників (співають пісню на мелодію «Зацепила» А. Піроожкова).

Хто здоров'я не цінує,
В того вибору нема:
Бо своє життя він марнує.
Ну, а хто здоров'ям важить,
До краплинки зберіга,
Той радістю усім покаже нам.
Своє здоров'я всім потрібно берегти,
Не можна просто так ним нехтувати.
Сьогодні правила усі розкажем вам,
Щоб краще було у цім світі жити нам.

Життєвий спосіб здоровим має бути,
Усі ці правила не можна нам забути.
Тільки чую гасло: «Здоровим треба бути!».

Вас вітає команда «Агенти Змін».
Наш девіз: «Ми, молодь, – нації надія.
Одна на всіх у нас є мрія:
Щоб здоров'я зберегти,
Шкідливим звичкам скажем – Ні!!!».

(Заставка – звук годинника, на фоні звуку говорять діти. Ксеня крутить годинникову стрілку на циферблаті).

Рената. Життя людини неповторне. Кожна його мить, кожна година, кожен день.

Час минулий – це те, що тобі дала природа, і те, що ти вже зробив або не зробив.

Даша. Сьогодні – це той спосіб життя, який ти вже обрав або не обрав для себе.

Марта. Майбутнє – це те, що тобі невідомо, але визначається твоїм сьогодні.

Ксеня. Час не чекає.

Надя. Час вимагає дій. Сьогодні й зараз.

Усі. Отож, час діяти.

(Танець із чорними парасольками, на яких написано: наркотики, алкоголь, тютюн. Під час танцю дівчата говорять слова).

– Життя наше залежить лише від нас, шкідливих звичок наслідки летальні. Не пробував курити – не кури.

– Хай алкоголь, наркотики щезають, а тим, хто себе травить, говори, рішуче «Ні!». Нехай вони кидають.

– Ти краще людям цим допоможи. Надай підтримку й гарну пораду. Шлях виходу з проблем оцих скажи.

– Ведуть шкідливі звички до розпаду. Розпаду особистості, сім'ї, життя втрачає позитивні барви. Тому скажи шкідливим звичкам «Ні!».

Музична заставка.

Ми вміємо радіти життю!

Та настав час діяти.

Ми кидаємо виклик шкідливим звичкам!

Досить! Треба змінювати тенденцію.

Здоровий спосіб життя – ось, що потрібно всім нам.

Якщо людина хоче займатися спортом,
Малювати,
Танцювати,
Співати...

Вона повинна отримати підтримку.

Якщо людина хоче деградувати, то має бути жорстокий СТОП!

Даша. Свобода вдосконалюватись – це...

Усі. Свобода.

Свобода деградувати – це знищення народу.

Українці вже стали на шлях змін, та треба не звертати з нього.

(Пісня на мотив «Мы маленькие дети»).

Ми молоді й активні, нам хочеться все знать.

І як все передбачить, ми будем вас навчатъ,

Ти, друже, будь уважним і завжди пам'ятай:

Життя – найбільша цінність, про це не забувай.

Будь пильним, обережним, повсюди і завжди,

Будь чемним і уважним, уникнеш ти біди.

Ну а команда наша розкаже вам усім...

Здоров'я – це майбутнє, ми потребуєм змін.

Час змінюватися.

Час діяти і розпочинати свій кожен день із самого ранку, із ранкової пробіжки, гімнастики, зарядки чи з їзди на велосипеді.

Саме сьогодні, саме зараз.

(Заставка «Ранкова гімнастика». Діти танцюють танок із подушками, після чого імітують їзду на велосипеді.

Музична заставка «Я український полісмен». На сцені на самокаті з'являються двоє дівчат у формі поліцейських, лунає свисток).

– Добрий день! Змушені перервати ваш виступ!

– Поліція охорони здоров'я!

– Ну дуууууже молодший лейтенант Моцна!

– І ще молодший лейтенант Бас!

– Під час проведення рейду «Не стань хворим – будь здоровим» у цьому залі знайдені порушники здорового способу життя.

– Шановна... Ви звинувачуетесь у невиконанні ранкової зарядки, тому отримуєте припис на позиттєве заняття спортом!

– А вас, шановна пані, було піймано за надмірним перепрацюванням, тому у вашому протоколі буде внесено лише один запис... терміновий ВИХІДНИЙ для поповнення життєвих сил!

– Для всіх інших порушників припис оголосить команда «Агенти змін» (поліцейські піднімаються на сцену).

– Ви зобов'язуєтесь дотримуватись отриманих знань та жити повним життям!

Звертається до голови журі:

– Пані головнокомандуюча! Рейд із пошуку та нейтралізації порушників виконано!

– Дозвольте продовжувати місію з пропагування здорового способу життя!

І завжди пам'ятайте: за вами стежать поліцаї....

Виходять під час музичної заставки «MOZGI» – «Поліцаї».

Усі разом співають пісню на мотив «Время и стекло» – «Не троль».

Руки без мобільних,
Гарна постава, струнке тіло,
Більше вітамінів, лише корисне, і будеш мила.
Присідай, ти присідай і про пробіжку не забувай.
Підіймай торс, підіймай, м'язам силу нову надай.

Приспів.

Ти сьогодні ж у спортзал піди
І тренуватись нарешті почни.
Про харчування не забувай,
Собі років життя додай.

Учасники одягають таблички «Stop bullying».

– Складовими здорового життя є не тільки фізичне здоров'я, а ще й психологічне.

– Булінг – це тиша, яку ми маємо почути!

– За даними ЮНІСЕФ 67 % школярів стикаються зі знущаннями в освітніх закладах. Жахливим є той факт, що майже половина з них не розповідали про знущання.

– Немає жодної причини, через що одна дитина насміхається над іншою.

– Майже у 60 % випадків булінгу знущання припиняється, коли втручається одноліток. Ти можеш втрутитись, захистити учня, якого задирають!

– Привчіть себе до того, що ніхто не має права порушувати ваш особистий простір, ображати або висміювати.

– Ми всі – учасники булінгу, чи як агресор, чи як жертва, чи як спостерігач.

- Ми маємо про це говорити, маємо діяти!
- Зупинімо «дикого звіра» під назвою булінг.

Усі разом. Досить боятися, треба це припинити!

Співають пісню «Усе, що тебе не вбиває» (Pianoboy).

Усе, що тебе не вбиває, робить тебе сильнішим.
Ти ніби ще дихаєш, раптом ледь не вмираєш.
Життя дає тобі здачі, планета з-під ніг тікає.
Усе, що тебе не вбиває, нехай тебе не лякає.

Звучить фінальна пісня «Хто, якщо не ми?» на мотив «Гімну молоді».

Нам будувати майбутнє країни
Без горя, без сліз, без хвороб і біди.
Віримо, збудуться всі наші мрії –
Жити у щасті, добрі і красі.
Сильні ми розумом,
Духом не зломлені,
Йдемо вперед до своєї мети.
Віримо, знаємо, що переможемо,
Що буде взавтра, знаємо ми!

Приспів.

Хто якщо не ми?
Сила покоління!
Хто якщо не ми?
Сердець наших горіння!
Хто якщо не ми?
Прорив десятиліття!
Хто якщо не ми?
На роки, на століття!
Хто якщо не ми?
Згуртована команда!
Хто якщо не ми?
Здоров'ю пропаганда!
Хто якщо не ми?
Знаємо, що сильні!
Хто якщо не ми?
Молодь України!
– Вас вітала команда

Усі разом. «Агенти змін»!

Обирай здоров'я, змінюй світ на краще!

Список використаних джерел та літератури:

1. Доманська С. Не будь собі ворогом [Текст]: здоровий спосіб життя : виховна година / С. Доманська // Шк. світ. 2009. № 8 (лют.). С. 8-9.
2. Іванова О. Дужими зростаємо, про здоров'я дбаємо [Текст]: сценарії / О. Іванова // Шкільна бібліотека. 2003. № 11. С. 73-76.
3. Ієвлева В. За здоровий спосіб життя [Текст]: Ток-шоу для уч. 9-11 кл. / В. Ієвлева // Шк. світ. 2009. № 6 (лют.). С. 14-15.
4. Кончиц І. Мандрівка островами [Текст]: пізнавальна гра для підлітків: здоровий спосіб життя / І. Кончиц // Шк. світ. 2008. № 40 (жовт.). С. 12-18.
5. Мій вибір – здоровий спосіб життя [Текст]: спецвипуск // Психолог. 2009. № 6 (лют.). С. 3-31.
6. Час обирати здоров'я [Текст]: сценарії // Шк. світ. 2009. № 5 (лют.). С. 3-18.
7. Човбан В. За здоровий спосіб життя [Текст]: метод. розробка / В. Човбан // Шк. світ. 2009. № 45 (груд.). С. 3-40.
8. Шматько О. Ми обираємо здоров'я [Текст]: година спілкування: здоровий спосіб життя / О. Шматько // Виховна робота в шк. 2010. № 2 (лют.). С. 37-41.

Косевич Оксана Михайлівна,
учитель основ здоров'я
Деражнянської
ЗОШ I-III ступенів № 1,
Слюсаренко Ліана
Володимирівна,
заступник директора
з виховної роботи,
учитель основ здоров'я
Деражнянської
ЗОШ I-III ступенів № 1

Агітбригада «ШАНС»

Танець «Кармен» (крок уперед, руки на плечі).

– Стій, зупинись, не дій наосліп!

Повір у себе!

Завжди є шанс змінити життя.

Будь упевненим!

Чи згодний ти проміняти життя на шкідливі звички?

Ні! *(зриває пов'язку).*

Чи хочеш ти бути хворим, нещасним, обездоленим?

Ні! *(зриває пов'язку)*.

Чи хочеш ти повторити долю сотні тисяч залежних від алкоголю, наркотиків?

Ні! *(зриває пов'язку)*.

Чи хочеш ти втратити можливість мати щасливу сім'ю?

Ні! *(зриває пов'язку)*.

Життя дається один раз, і я не збираюся змарнувати його.

Я мрію здобути професію, створити сім'ю, і ніщо не завадить моїм мріям.

Я знаю, що поруч зі мною завжди є люди, які підтримають та допоможуть.

Майбутнє – це здоров'я,

І ми обираєм його.

(Пісня про здоров'я на мотив «Зорі на небі яскраво горять»).

Рухова активність

Навіть 30 хвилин щоденної фізичної активності підвищують життєздатність,

Підсилюють витривалість організму,

Збільшують його захисні сили.

Раціональне харчування

Щоб мати здоров'я, треба правильно їсти,

Вживати поживне і тільки корисне.

Не їсти надміру, не шкодити тілу

І пам'ятати про вітаміни.

Повноцінне сімейне життя

Духовна близькість,

Почуття любові,

Спільність інтересів,

Піклування одне про одного –

Ось запорака щасливої сім'ї.

Психологічна рівновага

Пізнавай себе та пізнавай інших.

Стався до людей так, як бажаєш того собі.

Поважай себе, люби себе, цілуй себе,

Тоді ти будеш знати, які відносини треба будувати,

Як всі конфлікти можна обійти
І душевну рівновагу зберегти.

Активна творча праця

Співай, танцюй, читай, малюй,
Плавай, грай, слухай музику.
Просто живи!

(Звучить тривожна мелодія, діти стають у коло).

Клич Землі, як дзвін тривожний, лине над Землею.

І гуде тривожно майбуття:

Люди світу, будьте небайдужі,
Збережіть життя!

Усі. Збережіть життя!

Ми переступили поріг ХХІ ст.

Чим зустріло воно нас?

СНІД!

На жаль, людство ще не винайшло ліків проти СНІДу.

Щохвилини у світі шестеро осіб заражається ВІЛ.

Але невиявлених набагато більше.

Паління!

Букет квітів у задимленій кімнаті зів'яне через кілька годин.

Куріння негативно впливає на нирки, серце, легені.

А в дітей слабне пам'ять, зір.

Алкоголь!

Алкоголь – страшна зброя. Він «б'є» не тільки того, що сам п'є, але й людей, оточуючих його.

Алкоголь – це нещасні випадки, аварії, пожежі.

Алкоголь – це нещасні діти, позбавлені батьківської любові, розбиті сім'ї.

Наркоманія!

Наркоманія – це пусті очі, черстві душі, єдиним сенсом життя яких є пошук «отрути», загублені таланти, зламані долі.

Хто винен?

Усі. Ми самі! Люди!

(Танець, символічна боротьба).

Людство з давніх-давен шанувало здоров'я та здоровий спосіб життя, стверджуючи:

Не лікуй хвороби, лікуй своє життя.
Зі здоров'ям не жартують – у нього немає почуття гумору.
Головне для нашого здоров'я: щоб серед його ворогів не опинилися ми самі.

Здоров'я – це скарб, який можна відібрати, та не можна привласнити.
І як каже моя бабуся: «Немає щастя без здоров'я».

Гумор

- Привіт!
- Привіт!
- Що робиш?
- Прес качаю.
- А що це?
- Корисно для здоров'я і для фігури.
- Дай посилання, я також скачаю.

Є три основних правила для здоров'я ваших зубів:

1. Чистіть їх двічі на день.
2. Відвідуйте стоматолога не рідше двох разів на рік.
3. А головне, не суньте ніс не у свої справи.

Прийшла молода дівчина до лікаря:

- Випишіть мені, прошу, якісь ліки для схуднення!
- Вам допоможе звичайна картопля!
- У мундирах?
- У мішках! Розсипати, перебрати, скопати, піддобрити, посадити, прополоти, посапати, підгорнути.

Бути здоровим – це модно!

Бути здоровим – це здорово!

Бути здоровим – це економічно вигідно!

Люди з обмеженими можливостями можуть і мають жити повноцінним життям.

Залежні від вживання наркотиків мають шанс змінити своє життя.

ВІЛ-інфіковані особи та хворі на СНІД потребують соціального захисту, милосердя і співчуття, шанобливого ставлення до людської гідності, толерантного відношення кожного із нас.

Пісня фінальна. Представлення команди.

Вас вітали: палкі прихильники здорового способу життя,

- Президент учнівського парламенту, чемпіонка України з волейболу.
- Призер обласних олімпіад та конкурсів МАН.
- Чемпіонка світу з військово-спортивного багатоборства.
- Віцеміс Деражня – 2013.
- Учасники хореографічного колективу «Радість».
- Учасники зразкового хореографічного колективу «Заграва».
- Агітбригада «Шанс» Деражнянської загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів № 1.

Список використаних джерел та літератури:

1. Літературний конкурс «Ми за тверезе життя!» / Збірник кращих конкурсних робіт 2014 року // Ред. Почекета О. А. Київ, 2014. 192 с.
2. Моральне та громадянське виховання. Х.: Вид. група «Основа», 2006. 256 с.
3. Позакласний час. 2006. № 1. С. 41-46.

***Слюсаренко Ліана
Володимирівна,
заступник директора
з виховної роботи,
учитель основ здоров'я
Деражнянської
ЗОШ І-ІІІ ступенів № 1***

Агітбригада «ШАНС»

(Звучить музика, танець).

- Ми – позитивні!
- Ми – активні!
- Ми – креативні!
- Ми – спортивні!

Разом. Ми – команда «Шанс» загальноосвітньої школи № 1 м. Деражні.

Ми вам сьогодні покажем сюжети,
В чому здоров'я і щастя секрети!

Разом. Вирушаймо в країну ЗДОРОВ'Я! *(Танець).*

В нас одна є мета
І мрія в нас усіх єдина,
Аби здоровою була
Українська кожна дитина.

Виходить із календарем.

- Скільки всяких проблем по світу ходить!!!
- Ось календар гортаєм..., читаєм... Що за дати?
- **1 грудня** – День боротьби зі СНІДом.
- **19 листопада** – Міжнародний день боротьби з палінням.
- **26 червня** – Міжнародний день боротьби зі зловживанням наркотичними засобами.
- **31 травня** – Міжнародний день боротьби з тютюнопалінням.
- **24 березня** – Всесвітній день боротьби з туберкульозом.
- **4 лютого** – День боротьби з раком.
- **11 лютого** – Міжнародний день хворого!!!

Разом. Прокинься, Україно! Ти в небезпеці!
В Україні – біда! І потрібно міняти наше життя.
І еру здоров'я почнемо ми дружньо!
Без звичок шкідливих!
Це шкодить здоров'ю, приносить нам біди!
Якщо ти, тільки відкривши очі,
Починаєш оновлювати сторінку новин,
Фотографувати свій сніданок,
Ставити лайки на записи своїх друзів,
То ти – кіберзалежна людина.
І ворог твій лютий – сидячий синдром!

Інтернет (виходить із плакатом).

- Зустрічайтеся з друзями,
- Відпочивайте на природі,
- Ходіть у кіно,
- Читайте книги, паперові, а не в Інтернеті,
- Допомагайте батькам,
- Подорожуйте, отримуйте тільки позитивні емоції.

Разом. Пам'ятайте, Інтернет – це гарно, корисно, але тільки в міру.
Булінг – це тиша, яку ми маємо почути!
Школярі стикаються зі знущаннями в школах.
Немає жодної причини, через що одна дитина може насміхатися над іншою.

(Сценка з телефоном, де дівчина впала).

- Ми всі – учасники булінгу, чи як агресор, чи як жертва, чи як спостерігач.
- Ми маємо про це говорити, маємо діяти!

Разом. Зупинімо «дикого звіра» під назвою «булінг» разом.

Діти утворюють фігуру «серце».

– Кожна дитина має право жити в мирі, у злагоді, у любові, у сім'ї, у родині, у мирній країні.

– Здоров'я – це життя, життя – це рух.

– Просимо всіх встати і повторювати рухи за нами.

Руханка

– Складовими здоров'я є відпочинок та заняття спортом.

Діти утворюють фігури.

Знайдіть час для ранкової гімнастики (гантелі).

Знайдіть час для спорту (велосипед).

Знайдіть час для тренування (човен).

Знайдіть час для захоплення та загартовування (вода).

На світ ми з'являємось сонцю радіти –

творити добро! Пам'ятайте це, люди!

Не треба здоров'я вже зараз губити!

Ми обираємо здорову націю!

Ми обираємо (*усі разом*) здорову Україну!

Разом. Ми – за життя!

Нам залишилось усім побажати –

Проблем зі здоров'ям нікому не мати!

Хай Україна береже усіх, як мати.

А календар наш має лише здорові дати:

– **7 квітня** – Всесвітній день здоров'я.

– **24 червня** – День молоді.

– **20 березня** – День щастя.

– **2 жовтня** – День смайлика.

– **12 серпня** – Міжнародний день молоді.

– **10 листопада** – Всесвітній день молоді.

– **21 січня** – день обіймів.

Щоб були ми з вами веселі та здорові! (Фінальна пісня).

Аксьонова Галина Миколаївна,
учитель основ здоров'я
Деражнянської
ЗОШ I-III ступенів № 3

Агітбригада «ВИБІР»

ВИБИРАЙ ЗДОРОВ'Я

Вихід під ритмічну музику.

Зібралися сьогодні на фестивалі ми,
Щоб про здоров'я заклик поширить між людьми.
І добре всі ми знаєм – здоров'я – це клас,
тому усі сьогодні приєднуйтеся до нас!
Як ми усі вибираєм майбутнє в наших руках,
і ми напевно знаєм – воно залежить від нас.

Вас вітає агітбригада Деражнянського НВК № 3 «Вибір».

Наш девіз: «Ми за здорове, ритмічне життя, сміливо всі ми йдемо в майбуття!».

Адже ми, молодь, повинні самі вибирати свій шлях та зробити правильний вибір.

Пісня.

Щоразу, коли ти обираєш свій шлях,
намагайся не схибити аж ніяк – ти обираєш, я знаю.
Занять так багато на світі є,
Але ти обери тільки своє, давай же, будь активним.
Футбол, волейбол і баскетбол –
Все це ми любимо.
Ось-ось-ось-ось – ці заняття,
Які цікавлять всю молодь.
Так-так-так-так – це є вибір,
І розум, знання і вміння,
Тобі в цьому допоможуть.
Так-так-так-так – це є вибір.

У кожного з нас є вибір,
Який залежить тільки від нас.
Обери в житті правильний шлях!
Роби з нами, роби, як ми, роби краще нас!
Рухайся з нами, танцюй з нами, співай з нами!
Постав перед собою мету та йди до неї!
Якщо ти впав, то знайди в собі сили піднятися!
Як жити – ВИБІР ЗА ВАМИ!

Здоровим хочеш бути – у хаті не сиди. Повітрям свіжим дихай,
подорожуй завжди!

Вода твоя подруга, а плавання – твій друг! Комп'ютер – то злий ворог,
ти озирнись навкруг!

Здоровим хочеш бути – цукерки не купляй. Вживати фрукти й овочі
щодня не забувай.

А чипси і сухарики – ти ворогам віддай. І про своє здоров'ячко ти
кожен день подбай.

Так, про здоров'я потрібно дбати,
адже на 20 % воно залежить від спадковості,
на 20 % – від навколишнього середовища,
на 10 % – від медичного обслуговування
і на 50 % від...

УСІ. Від здорового способу життя.

Тому ми живемо за правилами:

ПРАВИЛО 1 – кожен день починати з посмішки;

ПРАВИЛО 2 – ранкова зарядка.

1, 2, 3, 4 – легко це робить в квартирі.

5, 6 – на природі

Класно вправи в нас виходять,

7, 8 – обливаюсь,

В річці до зими купаюсь.

9, 10 – пробіжися,

Сили на день запасися.

ПРАВИЛО 3 – особиста гігієна.

Мило, щітка і рушник,

Знають всі давно про них.

Все це є у мене!

Все це є у тебе!

ПРАВИЛО 4 – здорове харчування.

Мається на увазі не ЗДО+РО+ВЕ (*показує розмір*),

а корисне.

Тобто сухарикам – ні! Чіпсам – ні!

Овочам – так! Фруктам – так! М'ясу, рибі – так! Так!

Замість газованої водиці краще воду взять з криниці!

ПРАВИЛО 5 – корисним звичкам – ТАК!

У нашому житті є місце для

Занять спортом.

Для допомоги рідним і близьким!
Для спілкування і відпочинку з друзями!
Для подорожей і екскурсій!
Для і співу і танців!

Танець.

Бути здоровим чи ні – твій вибір.
Зроби його.
Обери життя, а не смерть.

(Звучить музика).

Давайте будем жити, жити, жить!!!
Чому люди стали такими байдужими?!
Чому так швидко поспішають у небуття?!
Чому не зберігаєте своє здоров'я?!
Чому?!

Куріння, алкоголь, наркотики – то тільки для слабких.

Для того, щоби бути красивим, успішним, вам потрібно дотримуватися
здорового способу життя!

Ми – молоді, сповнені мрій і сподівань.
Ми – майбутнє країн, її надія.
Ми рішучі у своїх прагненнях.
Ми впевнені у своїх силах і у своєму успіху.

УСІ. Здоровий спосіб життя – це наш вибір.

Фінальна пісня.

Ти знай, ми не єдині у світі цьому.
Обирай здоровий спосіб так, як і ми.
І здоровими будем у світле йти майбуття.
А давайте ми покинем думки оті,
А давайте ми забудем свої страхи.
І покажем, як нам жити кожного дня,
Щоб бути щасливими.
А ми бажаєм здоров'я вам.
Ти бережи його змолоду.
Ти обирай баскетбол, футбол
Чи вокал, фітнес, танці.
А ми бажаєм здоров'я вам,
Здоровий спосіб потрібен нам.
Танцюй, співай, посміхайся всім.
В цілому світі ти не один, здоров'я потрібно всім!

Список використаних джерел та літератури:

1. Березюк Н. Ми за здоровий спосіб життя: агітбригада / Н. Березюк // Шк. світ. 2012. № 20. С. 18-19.
2. Виховна робота в школі. 2013. № 5. С. 37-42.
3. Зінорук Т. В. Шкідливі звички – шлях у безодню: [Усний журнал] / Т. В. Зінорук // Шк. б-ка. 2008. № 10. С. 106-107.
4. Сайт «Дитячий літературний сайт» – <http://skarb-papcha.ru/ru/chitalnyj-zal/biblioteka/stikhi/4073-za-zdorovij-sposib-zhittya.html>

*Фурман Анжела Миколаївна,
практичний психолог Вищого
професійного училища № 36
с. Балин Дунаєвецького району*

Агітбригада «КЛАС»

Звучить фонова музика, на сцену виходить агітбригада, виконує ритмічний танець.

По черзі виходять учасники і виголошують:

- Ми, молодь, за здоров'я зібралися сьогодні
- Разом пропагувати, як жити нам усім.
- Всім хворим помагати, із жалем співчувати,
- Ти знай, що це не жарти, а це життя твоє!
- Ми бадьорі,
- Енергійні,
- Молоді,
- Здорові
- Учасники фестивалю «Молодь обирає здоров'я».
- Розповімо, як вміємо,
- Застережемо, як вміємо,
- Від біди, яка чатує на нас в житті:
- куріння,
- алкоголь,
- наркоманія,
- ВІЛ, СНІД.
- Ми за утвердження здорового способу життя.
- «За спосіб здоровий усі голосуємо.
- І вас, любі друзі, також агітуємо.
- Вас вітає команда «КЛАС!»

Наш девіз:

*(разом). В здоровому тілі – здоровий дух.
За спосіб здоровий усі голосуємо.
І вас, любі друзі, усіх агітуємо.*

Учасники агітбригади по черзі:

- Вітає вас училище, де квіти
- І зорі малюють кохання мости,
- Де люди радіють здоров'ю і дітям.

Разом. Ми з Балина – це ми!

Звучить мелодія (реп).

Ми рушійні сили маємо, всі негоди подолаємо.
Без цигарки і вина проживемо ще літ до ста.
З Балина ми завітали, щоб на область розказали,
Як зі спортом дружимо всі – і дорослі, і малі.
Ми є молодь зі здоров'ям,
Тож за радісне життя всі крокуємо в майбуття.

Учасники агітбригади по черзі:

- Здоров'я людини залежить від багатьох чинників.
- Здоров'я на 10 відсотків залежить від медичної допомоги,
- на 20 відсотків – від спадковості,
- на 70 відсотків – від способу життя.

Звучить пісня на мелодію «Смуглянка», автор муз. А. Новіков.

Якось раз у весняний ранок подивився навкруги,
Там дівчата-українки вишивають рушники.
І прийшло мені на думку, що здоров'я у сім'ї –
Радісній й веселій училищній рідні!
Ой, дівчата і хлоп'ята ми – міцні!
Разом будем планувати на селі,
Щоб в здоров'ї життя прожити
Й сім'ю міцну створити!

Приспів.

Спорт – це сила, запорука добрих днів,
Ми займаємось також ним і надворі!
Та й сніданок ще й на заказ,
Для здоров'я – просто клас!!!

Учасники агітбригади по черзі:

- Здоров'я – це ранок зі свіжим повітрям.
- Це сонце, що гріє ласкаво й привітно.
- Здоров'я – це смак свіжих ягід дозрілих,
- Це спорт, що дає нам наснагу і силу.
- Це сон, що на крилах нам зорі несе.
- Бери це сміливо, мій друже, у путь!
- Та тільки на цьому шляху пам'ятай:
- Цурайся цигарки, від чарки тікай!
- І знай, любий друже, у цьому житті,
- Чи бути здоровим...

(разом) вирішуєш ти!

(Звучить тривожна музика, на сцені з'являються троє учасників у чорних балахонах, під якими сховані таблички-картинки).

По черзі:

- Вирішують люди...
- Аякже!
- Та ми вже багато років впливаємо на ці рішення...
- Ми працюємо, не шкодуючи зусиль...
- Тепер у тінейджерів замість імен – ніки.

(Показує картинку, потім іде до глядачів і прикріплює її на одного з них).

– Замість емоцій – смайли *(показує картинку, йде до глядачів і прикріплює її).*

- Замість облич – аватари *(показує, йде, прикріплює).*
- Ми мисливці на молоді душі...
- Ми чатуємо на вас...
- І наші тенета завжди напоготові...

(Ідуть до глядачів у зал, намагаються їх обійняти, лякаючи. На зміну виходять учасники агітбригади з іншими табличками-картинками).

- Отямтесь! Прокиньтесь! Не спіть на ходу!
- Боріться, відвертайте цю нову біду.
- Ех, давайте, частівок заспіваємо!!
- Та ще й затанцюємо!!!

Частівки.

Вже весна прийшла в оселі,
Розквіта рясний садок.
Все співає, веселиться,

Нас на співи потягло.

Всім, кому до серця спорт,
Волейбол чи баскетбол,
Ця співанка нелукава,
Вам і шана, ще й привіт!

Той, хто в чарку заглядає,
З того – лиш на гріш пуття.
Хай для себе не планує
Спокійнісіньке життя!!!

А чому б нам не співати,
Люди добрі, ще і нам...
Коли наш народ – багатий
І на волю, й на пісні?!

Звучить повільна мелодія, учасники агітбригади по черзі:

– Для того, щоб дотримуватися здорового способу життя, потрібно правила виконувати. Які?!

Правило перше.

Не треба жити навмання,
Виконуй розпорядок дня!
Чергуй і працю, й відпочинок –
Усе устигнеш таким чином! (*Будильник*).

Правило друге.

Щоб нічого не боліло,
Треба полюбити мило!
Часто чисто руки мити
Та охайному ходити! (*Мило, зубна щітка*).

Правило третє.

Фрукти й овочі важливі,
А солодке – все шкідливе.
Здоров'я чи хвороб питання –
Раціональне харчування! (*Фрукти й овочі*).

Правило четверте.

Хочеш бути силачем –
Подружись зі спортом:
Ковзанами і м'ячем,
Стадіоном, кортом! (М'яч).

Правила ці, любий друже,
Допоможуть тобі дуже,
Нехай не слабне твоя воля –

Разом. В твоїх руках майбутня доля!!!

- Люди загрузли в пороках, загрузли в гріху.
- Сигарети, вино – щоденний набір.
- Злість, війни трясуть щогодини наш світ.
- І в результаті ми всі перетворюємося в тир,
- Де ми самі – мішень, під прицілом живемо.
- Але повірте, ми не впадемо!
- Буде важко – ти кріпись,
- Буде вітер – ти не гнись,
- Якщо грози – ти іди,
- Якщо сльози – ти зітри,
- Якщо страшно – ти тримайся,
- Пам'ятай – життя прекрасне!

Разом. Бережи життя!

Звучить фінальна пісня на мелодію «Бережи життя».

Ти маєш право обирати шлях,
Та вороття назад уже нема.
Зійди з сумнівної стежки,
Збережи життя і здоров'я збережи.
Ти молодий і повен нових сил,
І маєш все, чого ти сам просив.
Залиш ці звички назавжди,
Разом збережи Україну від біди!!!

Приспів.

Бережи життя, бережи свій дім,
Знай і пам'ятай.
Ми народилися здоровими дітьми!
Бережи свій дім від усього зла,
Бо це все ближче, аніж нам здавалося.

Список використаних джерел та літератури:

1. Гавриляк М. Щоб міцне здоров'я мати / М. Гавриляк, М. Бельмега // Початкова освіта. 2017. № 9. С. 33-38.
2. Гайдай Л. М. Будьте здорові // Шкільний бібліотекар. 2017. № 3. С. 15-17.
3. Гвоздик І. О. Молодь за здоровий спосіб життя / І. О. Гвоздик // Виховна робота в школі. 2014. № 9. С. 50-54.
4. Гиренко Т. Л. У здоровому тілі – здоровий дух / Т. Л. Гиренко // Виховна робота в школі. 2014. № 5. С. 32-37.
5. Доскалова О. С. Засідання круглого стола / О. С. Доскалова // Позакласний час. 2016. № 11. С. 38-39.
6. Загоруйко Н. О. Будьмо здоровими / Н. О. Загоруйко // Розкажіть онуку. 2014. № 10. С. 57-59.
7. Іванова О. М. Згубним звичкам скажемо: «Ні!» / О. М. Іванова // Позакласний час. 2015. № 1. С. 64-65.
8. Ловигіна Л. І. Що я маю знати, аби зберегти своє здоров'я / Л. І. Ловигіна // Розкажіть онуку. 2017. № 3. С. 26-27.
9. Михайлик Т. В. Крок до здоров'я / Т. В. Михайлик // Виховна робота в школі. 2013. № 10. С. 21-23.

Кушнір О. М.,
практичний психолог
Великожванчицької ЗОШ І-
ІІІ ступенів Дунаєвецького району,
Овчарук Н. В.,
педагог-організатор
Великожванчицької ЗОШ І-
ІІІ ступенів Дунаєвецького району

Агітбригада «АНТИТІЛА»

(Під музику на сцену виходять учасники агітбригади з танцем).

Разом. Усім привіт!

1-й учень. Ми дівчата сміливі, веселі, привітні.

2-й учень. Настрій у нас – чудовий!

3-й учень. До виступу ми готові.

Разом. Ми – разом. Ми – єдина команда.

4-й учень. Агітбригада Великожванчицької ЗОШ І-ІІІ ступенів

Разом. Вас вітає, всім здоров'я бажає.

5-й учень. **Наш девіз:**

Разом. Зупинімось! Озернімось! Діймо!

6-й учень. Бо здоров'я – найцінніше, що є!

1-й учень. Будь уважним, як на варті, правила виконуй своєчасно і будеш жити ти сучасно!

(Учасники агітбригади виконують ритмічну зарядку під музику).

2-й учень. Ти – молодий, енергійний і кмітливий?

3-й учень. Ти – повний сил і енергії?

4-й учень. У тебе є мрії, бажання, думки і плани на майбутнє?

5-й учень. Ти щодня пізнаєш життя, відкриваєш для себе світ?

6-й учень. Ти хочеш все спробувати, все осягнути?

1-й учень. Ти мрієш про успіх, любов і щастя?

2-й учень. Тільки ти тримаєш в руках своє майбутнє!

3-й учень. Зроби правильний вибір!

Разом. Здоровий спосіб життя!

(Учасники агітбригади виконують ритмічну зарядку під музику).

4-й учень. Ми проти шкідливої їжі!

5-й учень. Ми обираємо правильне харчування!

(Учасники агітбригади виконують ритмічну зарядку під музику).

6-й учень. Ми проти шкідливих звичок *(учасники агітбригади рухаються по коло під музику).*

1-й учень. Тож усім звичкам шкідливим ми скажемо: «НІ!». Нехай згинуть із кулі земної вони.

2-й учень. Кожна людина приймає рішення самостійно.

3-й учень. Треба задуматися над тим, чи варто розмінювати своє здоров'я на цигарки, пляшку, шприц, лікарняне ліжко.

4-й учень. Не шукай допомоги в енергетиків.

5-й учень. Бери енергію з життя!

6-й учень. Бери енергію в почуття!

1-й учень. Рухайся!

2-й учень. Посміхайся!

3-й учень. Займайся спортом!

Разом. Фізкультура і спорт хай ввійдуть у життя. І буде світлим твоє майбуття!

4-й учень. Не зупиняйся, іди до мети.

5-й учень. Тому що здоров'я – найвище благо, дароване людині природою.

6-й учень. Без нього не можна зробити життя повноцінним і щасливим.

1-й учень. Втратити здоров'я легко, а ось повернути його дуже важко.

Разом. Пам'ятайте! Здоров'я – це життя, а життя прекрасне!

Пісня з репертуару гурту «Струни серця» – «Молодь змінює світ».

Разом. Ми обираємо здоровий спосіб життя!!!

Степанова Т. Б.,
педагог-організатор Маківського
НВК «ЗОШ I-II ступенів,
колегіум» Маківської ОТГ
Дунаєвецького району,
Зверєва Р. А.,
практичний психолог Маківського
НВК «ЗОШ I-II ступенів,
колегіум» Маківської ОТГ
Дунаєвецького району

Агітбригада «ДОРΟΣЛІ ДІТИ»

Звучить тривожна музика. Слова за кадром:

– Час, коли землю полонив морок тютюнового диму, коли пияцтво стало причиною смерті мільйонів людей, коли залежність жорстоко вбиває, коли надій майже не залишилося... Раптом з'являються вони і оголошують війну шкідливим звичкам, щоби подарувати світу здорове майбутнє.

Танець (fall out boy my songs know what you did in the dark lyrics).

1. Ми – промені сонця – ласкаві й веселі!
2. Здоров'я і щастя усім несемо.
3. Ми промені сонячні з вами на святі,
4. Щоб серце раділо й здоров'я цвіло.
5. Сьогодні в нас складна розмова.
Тож про здоров'я піде мова.
До всіх наш заклик і порада,

Разом. Бо ми – шкільна агітбригада!

Звучить спокійна музика.

6. Усіх нас об'єднує одна ідея:
7. Ми – знайомимо з умовами збереження здоров'я.
1. Ми – сприяємо надходженню інформації до однолітків.
2. Ми – закликаємо до здорового способу життя.

Пісня Світлани Лободи «Революція».

Наркоманія, СНІД, дим сигарет –
Це жахіття страшне, а ще вірная смерть.
Це прокляття страшне, та у тебе завжди буде вибір.
Повітря чисте вдихни, відчуй, який ти щасливий.

На шляху до здоров'я ти не один.
Кинь палити, стань на лижі, в майбутнє дивись.
Залишивши хвороби і горе, знайдеш ти спасіння.
На повні груди вдихни і в серці відчуєш горіння.

Приспів.

Ми – революція, і якщо не ми, то тоді ніхто.
Наше життя одне, ти цінуй його, бережи його (*двічі*).

Звучить тривожна музика.

3. На життєвому шляху нас чекає багато спокус.

4. Спокуса – першої цигарки.

5. Спокуса – випитої чарки.

6. Спокуса – кайфу від наркотиків.

7. Спокуса – безтурботного життя.

1. Та пам'ятаймо! Що за цими спокусами приходять хвороби тіла і душі.

Підступність ВІЛу, СНІДу, розчарування і невдачі, депресії і змарноване життя.

2. Моїх друзів спіткала нова біда. Забули вони про живе спілкування.
Сидять усі в Інтернеті.

(*Музика з кінофільму «Пригоди Шурика»*).

3. Зайшов у Фейсбук усього на хвилинку. Дивлюсь на годинник – пройшло дві години. Хочеться музику кльову на завтра скачати, проглянути фотки, новини, погоду. І ще непокоїть, що зараз у моді. Від праці такої печуть мене очі, хоч я вже втомився та спати не хочу.

4. Я зрозуміла, що роблю в житті щось не так: засмучуюся через дрібниці.

5. Не можу стримати емоції.

6. Мої батьки мене не розуміють.

7. У мене тільки віртуальні друзі.

1. У мене немає чітких принципів.

2. Я витрачаю дарма багато часу.

3. Я – несерйозна людина.

4. Сьогодні ми стурбовані тим, що здоров'ю наших однолітків загрожує ще один вірус – комп'ютерний.

Разом. Скажи маніпуляціям – ні!

(*«Пісня про ведмедів» із кінофільму «Кавказька полонянка»*).

Вранці прокинься вчасно, вікна відчини.

Замість ютуб-програми зарядку розпочни.

В школі і на роботі ти часу не марнуй,

Працю і відпочинок правильно чергуй.

(Беруть таблички з буквами ЗДОРОВ'Я, звучить музика).

З – загартовуйся і займайся спортом.

Д – дотримуйся завжди режиму дня.

О – остерегайся і бережись негативу.

Р – розумним і кмітливим будь.

О – оберігай навколишню природу.

В – вживай побільше овочів і фруктів.

Я – яскравим будь.

Разом. Тоді здоров'я довгим буде і міцним.

1. Здоров'я, фізичне й духовне,
Нехай струменить, як фонтан,
Життя нехай буде змістовним,
Позитивний радує стан.

2. В своїх кольорових надіях,
Мрійливих, як диво, думках,
В щоденних життєвих надіях
Ми знаємо – все в наших руках!

3. Життя прекрасне, життя чудове,
Коли ти юний, коли здоровий,
Коли сміливо йдеш ти до мети
І поруч друзі: він, я і ти.

4. Юність – це найкраща епоха людського життя.

Юність – саме на цьому етапі все здається можливим. Усе можна змінити і всього досягнути.

Пісня Янголята «Вибір є!».

Ми колись у світ приходим, маємо колись піти,
а між тим життя – пригоди, шлях нелегкий до мети.

Ми повинні відповісти на запитання буття
і вписати в аркуш чистий вірші нашого життя.

Приспів.

Вибір є у кожній долі.
Хочеш радощів – плати,
Хочеш бути вітром в полі,
Про чужі не мрій світи.

Щоб не жити пустоцвітом,
Про усе забудь – цвіти.
Покохаєш – вмій любити,
Станеш зіркою – світи.

5. Пройдуть роки. Ми станемо дорослими. У кожного буде своя дорога в життя. Хочеться вірити, що ми оберемо правильний шлях і пройдемо його достойно, щоби пишалася нами школа, пишалися батьки та наша рідна Батьківщина.

Гімн молоді «Хто, якщо не ми...»

Нам будувати майбутнє країни
Без горя, без сліз, без хвороб та біди.
Віримо, збудуться всі наші мрії –
Жити у щасті, добрі і красі.
Сильні ми розумом, духом не зломлені,
Йдемо вперед до своєї мети.
Віримо, знаємо, що переможемо,
Що буде завтра, знаємо ми.

Приспів.

Хто, якщо не ми – сила покоління,
Хто, якщо не ми – серцець наших горіння.
Хто, якщо не ми – прорив десятиліття.
Хто, якщо не ми – на роки і століття.
Хто, якщо не ми – з Макова команда.
Хто, якщо не ми – здоров'я пропаганда.
Хто, якщо не ми – знаємо, що сильні.
Хто, якщо не ми – молодь України!

6. Ми за здоров'я – а ти???

Вас вітала агітбригада «Дорослі діти» Маківського НВК «ЗОШ І-ІІ ступенів, колегіум».

Список використаних джерел та літератури:

1. Сирота І. С. Ми – промені сонця [Електронний ресурс]. – <http://lvivedu.com/uk/article/molod-obirae-zdorovya-2.html>ителя
2. Блог учителя фізичної культури Зінченко Лариси [Електронний ресурс]. – <http://larisazincenco.blogspot.com>
3. Марченко А. А. Молодь обирає здоров'я [Електронний ресурс]. – <http://klasnaocinka.com.ua/uk/article/molod-obirae-zdorovya-4.html>
4. <https://vseosvita.ua/library/scenarij-vistupu-komandi-garmonia-molod-obirae-zdorova-8600.html>

*Притульська Наталія Василівна,
педагог-організатор Ізяславської
ЗОШ I-III ступенів № 1*

Агітбригада «ВІТАМІН»

(Вихід, танець, фігура).

1. Якщо спорт – це частина твого життя.
2. Якщо твій ранок починається зі склянки свіжовижатого соку.
3. Якщо тобі яблуко смачніше за чипси.
4. Якщо світанок із зарядкою – це краще, ніж гра за комп'ютером.
5. Якщо твої друзі реальні, а не віртуальні.
6. Якщо волейбол, футбол та теніс цікавіші, ніж перегляд інстаграм.
7. Тоді тобі...

(разом) до нас!

**Вольових,
Імпульсивних,
Талановитих,
Активних,
Мрійливих
І
Невгамовних
У команду**

(разом) ВІТАМІН!

(Під музику будують стрічку, присідають, встають).

1. Людське життя – безцінне!
 2. Але люди часто забувають про це!
 3. Сьогодні ми хочемо нагадати вам про неповторність життя!
 4. Дивись!
 5. Слухай!
 6. Аналізуй!
 7. Запам'ятай сам і передай іншим!
1. Бути здоровим! *(Розходяться в сторони, руки на пояс).*
 2. Модно!
 3. Стильно!
 4. Красиво!
 5. Займайся спортом!
 6. Грай.
 7. Співай.

1. Танцюй.

Разом. **Як ми!** (*Усі: руки від себе і на груди*).

(*Пісня «Танці»*).

2. Щоб здоров'я було в порядку,

Починай день із зарядки.

Весело дивись у світ

І живи багато літ.

Вставай і повторюй за нами!

(*Зарядка під музику. Фігура*).

1. Ми звертаємось до вас!

2. Ми на захисті здоров'я нації!

3. Ми в боротьбі зі шкідливими звичками!

4. Ми розкажемо!

5. Ми покажемо!

6. Ми застережемо!

7. Будьте здоровими!

6. Будьте красивими!

4. Будьте веселими!

5. Будьте щасливими!

(*Танець із кульками*).

6. Якщо смачніший бургер і хот-дог.

5. Мівіна вранці до смаку.

2. Й до ранку граєш ти у гру.

3. Хвороби атакують організм.

1. Подумай, усе це – не для тебе!

Разом. Схаменись!

2. Не забувай про своє здоров'я!

3. Подбай про майбутнє!

1. Минулим пишайся!

Разом. Сьогодні – живи!

4. Борись із шкідливим!

5. Часу не втрачай!

6. Наркотики, алкоголь, цигарки не вживай!

1. Вибір за тобою!

2. Гарна нагода подбати про власне здоров'я!

Разом. Та про майбутнє народу! (*Залишаються 5 і 6, усі йдуть*).

(*Музика*).

6. Весь світ заповонила реклама!

– Рекламують усе. Починаючи з туалетного паперу, закінчуючи заводами і фабриками, навіть країнами.

5. Чому ж немає реклами здоров'ю, яка б щогодини нагадувала.

Разом. Найважливіше для нашої країни – це здоров'я кожної людини!
(*Інсценізація рухів під музику*).

6. Ти придбав новий телефон.

5. Новий планшет.

6. Новий ноутбук.

5. Разом із ними

6. Сколеоз,

5. Окуляри для зору,

6. Тунельний синдром зап'ястя,

5. Синдром болючого ліктя,

6. Остеохондроз,

5. Стрес,

6. Алергію.

Разом. І як результат – безсоння.

5. Тепер твоє завдання – змінити все це!

6. І рішення є!

Разом. Обирай здорове життя!

(*Музика*).

3. Дідусю, дідусю, а скільки тобі років?

1. 80.

3. А як ти з бабусею познайомився?

1. Ох, ця молодь, слухай!

(*Сценка*).

3. Ось така весела історія, яка об'єднала серця.

Завдяки здоровому способу життя, посмішці та справжнім почуттям!

(*Пісня. Рухи з віялами*).

3. Бруднити не спіши свого життя,

Бо згубні звички міцно обіймають.

Ти краще мрій про інше майбуття,

Погані приклади не обирають.

В житті, повірте, є на що рівнятись,

Чому радіти і до чого йти.

Тому приєднуйся до нас

Разом. Так, як і ми, здоровий спосіб обери!

2. З вами була команда Ізяславської загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів № 1 – команда «Вітамін»

Список використаних джерел та літератури:

1. <http://referat.co/ref/125557/read>
2. <http://nauch.com.ua/psihologiya/35592/index.html>
3. <http://www.minus.lviv.ua/>

*Грубіян Людмила Олександрівна,
педагог-організатор
Ізяславського НВК № 2*

Агітбригада «МОЛОДЬ ONLINE»

Фонограма.

1. Тисячу літ іде ця війна,
Між злом і добром є стіна!
2. Кожен може спіткнутись чи встати й піти,
Людина сама себе може спасти!
3. В нас життя як дорога, безліч зустрічей є,
4. Але той, хто спіткнувся, сам на ноги встає.
5. І зробивши свій вибір, гордо далі іде.
6. Бо в житті своїм вірний шлях віднайде!
7. Серед тисячі доріг вибирай лиш одну,
Тільки ту, що плекає життя.
1. Серед тисячі доріг вибирай тільки ту,
Що веде у твоє майбуття.

Пісня «Казка».

Запам'ятай, що життя в тебе одне,
Здоров'я ти бережи – це головне!
Навчай усіх: дорослих і малих.
Та знай: життя – не гра,
Менше слів, більше діла.
Врятуєм світ наших мрій.
Все розцвіте. Майбутнє Є.
Кожен робить Своє.
Вперед іди Сміливо Ти До Мети.
Та знай: Менше слів, Більше діла.
Шкідливим звичкам – СТОП!
Ти спорт лиш обирай.

Засяє день
Яскравими фарбами.
Усім допомагай,
Молодших научай.
Уроки твої будуть не марними.
1. Ми – за здоров'я!
2. Ми – за майбуття!
3. За щастя!
4. За юність!
5. За радість життя!
6. Шкідливим звичкам до нас не дістатися,
Бо у вільний час нам є чим зайнятися!
7. Ми не кажем зайвих слів,
Як про здоров'я дбати.
А запрошуємо всіх – з нами танцювати!

Танок.

1. Сміх людський – чудесна штука, він у житті і для життя.
2. Добрий сміх не б'є, не мучить, він на світі жити учить.
3. Сміх – найкращі ліки від хвороб. Кажуть, він подовжує життя.
4. Може замінити навіть бутерброд. Це вже наше власне відкриття.
5. На перервах не пустуєм, а з друзями жартуєм.
6. Як виходить це у нас? Подивіться,
УСІ просимо вас!

Фонограма.

- Ти так схудла! Це нова дієта?
- Так, морква, буряк і картопля.
- А що робила, варила або смажила?
- Копала!

Фонограма.

- Уявляєш, а я два тижні на дієті сиділа!
- І скільки втратила?
- Скільки втратила?! 2 тижні втратила!

Сценка «Хвороби».

А щоб хвороби не завітали до вашої хати,
Хочем ми в Ізяславі басейн побудувати.

Сценка «Басейн».

Послухайте, друзі, наш новий мотив –
Навчіться в усьому знайти позитив.
І у нас – батл.

Батл (народні українські пісні).

1. По школі я гуляю, спину виправляю.
Через ті уроки сколіоза маю!
2. На уроці сиди рівно і роби зарядку.
Тоді буде в тебе спина й голова в порядку.
3. Бігли, бігли до буфету, аж лоби упріли.
З'їли булку, з'їли чипси, животи боліли.
4. А не треба до буфету вам щодня ходити.
У їдальні – перше й друге, ще й компот попиту.
5. Ви казали фізкультура
Зробить нам мускулатуру.
Чом її іще нема? Підманула, підвела!
1. Пройдуть роки – ми станемо дорослими.
2. У кожного буде своя дорога в житті.
3. Але хочеться думати, що ми не зійдемо з обраного шляху.
4. І пройдемо його достойно.
5. Щоби пишалися нами наші батьки, школа і рідна Батьківщина.

Ганок.

Список використаних джерел та літератури:

1. сайт ВСЕОСВІТА – <https://vseosvita.ua/library>

*Мельник Наталія Дмитрівна,
заступник директора
з виховної роботи
ЗОШ I-III ступенів № 7
м. Кам'янець-Подільського*

Агітбригада «СВІЖИЙ ВІТЕР»

«ПОДОРОЖ У КРАЇНУ «ЕМОЦІЯ»

Вихід команди (пісня на мелодію «It s tu life»).

- Єднає всіх нас спільна й добра мрія:
Здорова молодь – нації надія.
В твоїх лише руках здоров'я і життя.
То ж бережи для себе це прекрасне майбуття.

Приспів.

It s my life!

Зараз чи ніколи

Ти обираєш свою долю.

Живи прекрасно, бо життя одне.

It s my life!

Ми дбаєм про здоров'я,

Шкідливі звички оминаєм.

Цвіте життя – радіє вся земля – радіє вся земля.

It s my life!

– На фестивалі здоров'я команда (усі) «Свіжий вітер».

– Правда, не в повному складі.

– Як?

(Здвигаяють плечима, переглядаються здивовано).

– А де Андрій?

– У нього поганий настрій, і він відмовився виступати!

– А що ж робити?

– Міняти план виступу?!

– Кажете поганий настрій...

(Музика – та-да-да-да...).

– Похмуро на душі?

– Часто ображаєшся?!

– Тобі важко стримати негативні емоції! Зараз будемо з цим розбиратись!

(Розбігаються всі і беруть за кулісами атрибути).

(Заходить дівчинка в окулярах і указкою).

– Запрошуємо всіх в країну «Емоція»!

– Емоційне здоров'я – це частина загального благополуччя людини.

– Емоції бувають різні:

– Радість,

– Здивування,

– Гнів,

– Страх,

– Сум,

– Захоплення.

– Позитивні емоції приносять користь нашому організму, а от негативні – перетворюють нас на песимістів, а це дуже небезпечно.

(Музика, фон).

– Ви коли-небудь бачили, як спілкуються діти? Вони знайомляться, ніби знають один одного давно, і прощаються, ніби не побачаться ніколи. Нам є, чому в них повчитися.

(Музика, сміх).

– Моя бабуся вирішила відкладати гроші на старість. Не вийшло, прийшлося відкласти старість! Справжня оптимістка!

(Музика, сміх).

– Хворий песиміст запитує в зозулі, скільки йому залишилось жити, а оптиміст – у дятла!!

(Музика, сміх).

– Справжня оптимістка на останні гроші купить гаманець!

(Музика).

– Статистика: у всіх оптимістів збуваються мрії, а в песимістів – кошмари!

Пісня (Макс Корж «Время»)

Ти не падай духом, руки не опускай

І не злися – все пройде.

Не буває гладко все, ти це пам'ятай.

Знай, що кращий час прийде.

Ти усміхнися і не згадуй

Більше про минуле,

Бо головне, щоб твої рідні завжди були,

Щоб всі проблеми і негоди

У житті минули,

Щоб справжні друзі тебе не забули.

Приспів. Повір у мрію свою

І не вішай носа,

Бо життя дається одне,

Не сумуй, згадуй лиш хороше,

І живи яскраво.

Будь позитивним завжди,

Не сумуй даремно більше.

Посміхайся і до мети своєї йди,

Перешкод не лякайся, не лякайся...

– Отож, як позбутись негативних емоцій:

1) З «ракетками» і в кепці – на заваді поганого настрою стануть свіже повітря, сонячні промені (робить рух «ракеткою»);

2) З музичним інструментом – хороша музика розвіє смуток.

(Прикладає навушник до вуха, слухає, пританцьовуючи).

– А якщо все це не допоможе...

3) З цукеркою – поганому настрою можуть зарадити солодощі – з'їжте цукерку, тільки не захоплюйтесь, бо солодке псує дітям зуби, а дівчатам – фігуру! (*Водночас пригощає цукерками*).

4) Ні, ні, найкращий лікар від поганого настрою – весела історія! (*Розповідає*).

Напосіли на студента лихо та біда:

Неборак англійську мову втретє вже склада.

То хіхікне, то всміхнеться – не допоможе ж плач.

– Посміхаєтесь, – говорить сумно викладач. –

Ну, якщо на сміх вас тягне, то скажіть мені,

Як «сміятись» по-англійськи? Знаєте чи ні? –

А студент повісив носа, сумно так зітха.

– Як сміятись по-англійськи? Просто: ха-ха-ха...

(*Виходить на сцену Андрій*).

Андрій. Тільки від нас самих залежить наш емоційний стан! Не старайтесь змінити Всесвіт, міняйте себе, свій світ, свою реальність! І тоді ви будете щасливими, а значить здоровими!

Пісня (на мелодію «Ветер перемен»)

Прекрасний світ – у ньому повно див,

Щоб ти в нім жив та щоб добро творив.

Господь подарував нам це життя – одне життя.

І вибір в кожного із нас ще є –

Цінуй чи нехтуй ти життя своє.

Здоров'я своє бережи щодня –

Такий девіз твого життя!

Приспів.

Кожен мріє про щасливе майбуття

Й жити довго літ.

Тільки ти є скульптором свого життя –

Тож люби цей світ.

І наостанок – рецепт оптимізму. Усього 9 інгредієнтів:

(*Говорять по черзі*).

– Відмовся від ролі критика.

– Шукай завжди позитив.

– Повір у себе.

– Навчись мріяти.

– Згадуй тільки хороше.

– Активно рухайся.

- Полюби себе.
- Оточи себе оптимістами.
- Помічай гармонію.

(Фінальні акорди, поклон).

*Коротенко Галина Вікторівна,
керівник гуртка сучасної драми
«Тандем» центру дитячої та
юнацької творчості
м. Кам'яця-Подільського*

ТОК-ШОУ «ВІКНА»

Звучить музика ток-шоу «Вікна». Виходить ведучий.

ВЕДУЧИЙ. Добрий день, вітаю всіх присутніх. Сьогодні у «Вікнах» ми будемо розглядати дуже цікаву і актуальну тему: «Здоровий спосіб життя». Що це – просто голосні слова чи вибір, який людина робить на все життя? Сьогодні ми зустрінемося з різними людьми і почуємо багато думок. Отож, запрошуємо нашого першого героя – це проста українська студентка, яка опинилася перед вибором. Ми разом із нашими гостями спробуємо допомогти їй.

СТУДЕНТКА. Добрий день, я студентка I курсу, після закінчення школи я вступила до вишу в іншому місті. У мене є багато друзів із різними поглядами на життя. Одні добре вчаться, другі багато займаються спортом, інші не слідкують за своїм здоров'ям. Вони впевнені, що це нудно і переконують мене, що в житті все треба спробувати. Допоможіть мені зробити правильний вибір.

ВЕДУЧИЙ. Ну що ж, для цього ми тут і зібрались. Давайте вислухаємо наших гостей і зробимо правильні висновки. Поговоримо з друзями нашої героїні. Зустрічайте – Оля і Гуля.

ОЛЬГА. Я ось не розумію таких, як ти, Светка, ти ж і так краще за всіх вчишся? Ну чого тобі не вистачає?

СВІТЛАНА. А ти ніколи не думала, що мені подобається вчитися? До того ж без науки зараз нікуди. А щоби була наука, потрібні й учені.

ОЛЬГА. Вченою пані хочеш стати?

СВІТЛАНА. А чому б і ні? Я з дитинства вчитися хотіла. Мені подобається взнавати що-небудь нове. Звичайно, інститут багато всього дає, і

може не все згодитись, але це та база, яка дозволить мені вирости як ученому.

До розмови долучається спортивна Гуля.

ГУЛЯ. Света, та ти ж із гуртожитку не вилазиш. Цитати з підручників вже на лобі віддрукувалися. Ну гаразд, ти кар'єру вченого зробити хочеш, але в тебе ж нічого, окрім книжок твоїх, у житті немає.

СВІТЛАНА. А в книгах все краще, ніж у житті. Я, може, і дуже копітко до своєї мети добираюся, зате і не стрибаю через сходинки, як деякі.

ОЛЬГА. Так це хто через сходинки стрибає?!

СВІТЛАНА. Гаразд, Олю, не починай. Усі ми знаємо, як ти сюди поступила і як ти іспити складаєш.

ОЛЬГА. Та чи багато ти знаєш? У тебе більше ста доларів у руках ніколи і не було! А якщо і були, то фальшиві.

ГУЛЯ. Олю, не гарячися.

ОЛЬГА. Що, не гарячися?! Гулю, ти помовч зараз. Ми подруги, звичайно, але не лізь зараз! А то тут всякі понури очкасті учити мене надумали.

СВІТЛАНА. Більше половини населення Землі має ослаблений зір.

ОЛЬГА. Ти не ухиляйся від розмови. Ну і що твої підручники тобі дали? Ти поглянь на себе. На кого ти схожа? У чому ходиш?

Смикає Світлану за светр.

СВІТЛАНА. Звичайно, у тебе і парубки, у тебе і машина, і телефон на лекціях бринькає постійно. А зате я сплю спокійно. І впевнена, що не прокинуся одного дня з діркою в голові.

ГУЛЯ. Ось тут вона тебе вірно дістала.

ОЛЬГА. Та вже краще з кулею в голові, чим із підручником серед пробірок.

ГУЛЯ. Теж вірно... Не знаю, дівчата, якщо вже зайшла мова... Особисто я думаю, що здоров'я найважливіше. Коли ви обидві ще спите: одна після вечірки, інша – після зубріння, я вже встаю раненько, роблю пробіжку.

Знаєте, як уранці добре? Ех! Усі сплять, ну, окрім таких же, як я ентузіастів, двірники домітають вулиці, а ти біжиш мимо цієї вранішньої краси...

ОЛЬГА. У мене вдома тренажер є, так що і я бігаю.

ГУЛЯ. Але двірників – то в тебе вдома немає. Хоча, звичайно, за містом взагалі краса. Давайте в похід улітку сходимо всі разом? А, дівчата? У наметі, серед природи... Ми і ліс!

ОЛЬГА. І мухи, і корови, і зручності у дворі.

СВІТЛАНА. Та вже, надихнула.

ГУЛЯ. А що? Знаєш, як здорово? Здоровий спосіб життя – ось найголовніше. У здоровому тілі що? Здоровий дух. У будь-якому випадку загартований організм і в старості не підведе.

ВЕДУЧИЙ. Запрошуємо ще одну вашу подругу – Олену.

Підходить Олена (клубна). На ній плеср. Олена троху підтанцює, жує жувальну гумку. Олена знімає навушники.

ОЛЕНА. Про що розмова?

ГУЛЯ. Та ні про що.

ОЛЕНА. А що, мені, може, теж є що сказати.

СВІТЛАНА. Ну і?

ОЛЕНА. Секс, наркотики, дискотеки.

СВІТЛАНА. Раніше там рок-н-рол говорили, замість дискотеки.

ОЛЕНА. Часи міняються, Светуля.

СВІТЛАНА. Ну і що там на дискотеках цих хорошого?

ОЛЕНА. А «ковбасишся» до ранку – ось що хорошого. Музон хороший, хлопчиків повно, а якщо ще і діджей талановитий – тоді повний відліт.

СВІТЛАНА. І від чого більше відлітаєш: від коліс чи від музики?

ОЛЕНА. Без коліс яка ж музика? Це ж рейвах! Весь драйв у цьому.

ГУЛЯ. Дивись, як би від цих коліс у тебе мізки не відсохли.

ОЛЕНА. А, що з вами говорити... (йде).

ОЛЬГА. Я, звичайно, люблю клуби, але ця на них зовсім повернена.

Коли вона лише спить?

СВІТЛАНА. Та вона весь час спить. У неї і очі якісь... Наркота ходяча.

ОЛЬГА. Бувають і гірші типи.

ГУЛЯ. Ти про кого?

ОЛЬГА. Про Діанку.

СВІТЛАНА. Мене від неї верне просто.

ОЛЬГА. Мене теж. Тут ми з тобою солідарні...

ВЕДУЧИЙ. Ваша знайома Діана теж тут.

ОЛЬГА. Ну ось, легка на помині.

З'являється Діана (розбещена).

ДІАНА. Дівчатка!

Кидається до них із поцілунками. Усі інші відразу стали фальшиво радісними.

ОЛЬГА. Діана, скільки літ, скільки зим! Де пропадала?!

СВІТЛАНА. Ти вже стільки лекцій пропустила.

ДІАНА. Ой, дівчатка, у мене такий роман був. Як у кіно. Він ревнує, вона ревнує, і все це на альпійському курорті – краса!

СВІТЛАНА. Діано, котишся ти по похилій площині.

ДІАНА. Светка, опритомній! На порозі рік номер дві тисячі 15! Як звучить. Сексуальна революція ще в шістдесяті сталася

СВІТЛАНА. У нашій країні пізніше.

ДІАНА. Светка, тобі б окуляри зняти та ще зняти...

СВІТЛАНА. Не продовжуй, Діано, по-хорошому говорю. У тебе своя дорога, у мене своя.

ДІАНА. Гаразд, дівчатка, я побігла. У мене побачення через півгодини. «Преподу» скажіть, що хворію я. *(Діана виходить. Світлана навмисне плюється).*

СВІТЛАНА. Тьху, чому саме вона цілуватися лізе завжди? Ще гидоту яку підхопиш від неї.

ОЛЬГА. Свето, навіщо ти так?

СВІТЛАНА. Як навіщо? Мені ці проблеми не потрібні.

ВЕДУЧИЙ. Ну що ж, дякую, ми зрозуміли, що кожен йде своєю дорогою, яку ми обираємо собі самі. Щоб вам було легше зробити вибір, ми запросили сюди кваліфікованого спеціаліста.

ЛІКАР. Усі ми живемо в ритмі нашого часу. А сьогоднішній час – відбудова молодії України. Час боротьби за тверезий і здоровий спосіб життя та побут. Є страшні пороки, що руйнують наше здоров'я, – це алкоголізм, наркоманія, токсикоманія, куріння.

– При постійному вживанні наркотичних засобів з'являється психічна і фізична залежність організму людини від наркотиків.

– Шановні мої колеги, не будьте метеликами в коханні, бо шприцева наркоманія, проституція, безладне статеве життя – це ті чинники, які в багато разів збільшують ризик захворювання на СНІД.

Роздає всім по чистому аркушу паперу.

– Ось візьміть цей аркуш, подивіться, який він чистий, гарний, гладенький, тепер зімніть його. Зім'яли? Тепер розрівняйте його. Ось бачите, його тепер неможливо повністю вирівняти. Так і наше життя: не робіть дурниці, не калічте ваше життя, тому що повернути все і почати спочатку ви вже не зможете. Будьте обережні! Ваше життя і здоров'я у ваших руках.

ВЕДУЧИЙ. Дякуєм вам за вичерпну інформацію. Я думаю, ми вже всі зрозуміли, що ЗДОРОВ'Я не купити ні за які гроші, так каже народна мудрість. Так воно і є. Бо що варте життя без найціннішого – здоров'я? Нас оточує така краса, такий простір, стільки радості і щастя! Як же важливо все це зберегти таким, як воно є. Не знищити, не зруйнувати, а залишити землю

такою чудовою для інших людей. А ще дуже важливо – зберегти своє життя і здоров'я, щоб насолоджуватися красою навколишнього світу. А все великою мірою залежить від нас самих, як ми будемо поводити себе, як виконуватимемо правила особистої гігієни, як ми будемо любити і берегти навколишній світ – такий крихкий і неповторний, дзвінкий і радісний. А ще давайте будемо допомагати робити правильний вибір тим, хто потребує нашої допомоги.

Фінальна пісня («Обернись...» із репертуару гурту «Океан Ельзи»).

Байгота Світлана Віталіївна,
учитель основ здоров'я
ЗОШ I-III ступенів № 12
ім. Л. Дмитерка
м. Кам'янець-Подільського

Агітбригада «АКВАВІТА»

Мінівистава «УСЕ БУДЕ ДОБРЕ»

Вихід команди під музику.

Я – Аліна, люблю співати.

Я – Костя, займаюсь мотоболом.

Я – Вікторія, люблю танцювати.

Я – Ольга, член збірної команди міста з волейболу.

Я – Валерія, люблю читати.

Я – Олена, граю на гітарі.

Я – Максим, президент школи.

А разом ми

(усі): АКВАВІТА.

Усі. І ми обираємо здоровий спосіб життя.

1-й. Тому що бути здоровим – бути щасливим.

2-й. Бути здоровим – бути перспективним.

3-й. Бути здоровим – це бути впевненим у собі.

4-й. Бути здоровим – це економічно вигідно.

5-й. Бути здоровим – це позитивне світосприйняття.

6-й. Бути здоровим – це класно.

7-й. Бути здоровим – це сучасно.

Голос за сценою. Темі здоров'я присвячено багато програм. Одна з них «Усе буде добре».

(Заставка програми «Усе буде добре»).

– Зустрічайте, наша неповторна ведуча Надія Матвеева.

Ведуча. Добрий день, мої дорогі. Рада, що ви знову прийшли до нас. Сьогодні ми поговоримо про здоровий спосіб життя.

– Зараз до нас приєднається моя подруга, чудовий сімейний психолог Наталія Холоденко. Зустрічайте!

Психолог. Добрий день!

Ведуча. До нас звернулася сім'я Іваненків. Вони не можуть знайти спільної мови зі своїм сином-підлітком.

Психолог. Підлітковий вік – важливий етап духовного розвитку. Час формування життєвих цінностей.

Ведуча. Так, цінності впливають на нас, нашу поведінку.

Психолог. Якщо не докладати зусиль, то система цінностей сформується під впливом обставин і оточення: батьків, друзів, телебачення.

Ведуча. Сім'я Іваненків. Проходьте...

(Син грає в гру, що в телефоні; голосно ввімкнений звук).

Мама. Тихіше...

Син. Угу. Виключаю. ВЖЖЖЖЖЖЖЖЖЖЖЖЖ...

Мама. Можна, я з вами сфоткаюсь. Зараз в Instagram закину.

Батько. Пише. Я на програмі «Усе буде добре».

Син. Папа, тихо. ВЖЖЖЖЖЖЖ...

Мама. Ой, а що у вас немає Wi-Fi?

(Усі виходять, танцюють із телефонами, планшетами під пісню «Нет вай-фая»).

Ведуча. Які поради у вас є для цієї сім'ї?

Психолог. Вони перебувають під впливом реклами. Тільки послухайте пісні, що звучать: «Все в сети», «3G». Далі буде пісня, напевно, про флешку.

Ведуча. А на яких сайтах ви буваєте?

Мама. Однокласники, Контакт, Фейсбук, Майл ру, «В кругу друзей», «Мир – это я», «Страна мам», «Соседи».

Батько. Твітер, Профessionалы.

Син. И привет!

Психолог. З такою сім'єю мені самій потрібно до свого психолога!

Ведуча. Дякую, що прийшли.

(Заставка програми «Усе буде добре»).

Ведуча. Здоровий спосіб життя – це ще раціональне харчування. Секрети приготування весняного салату розкриє вам відомий шеф-кухар Ектор Хіменос Браво. Зустрічайте!

(З'являється жінка Х. Браво).

Люся Браво. Пробачте, але Хіменос Браво, мій чоловік, зараз на зйомках «Україна має талант» і не зміг приїхати. Але він усе мені записав. Ось. *(Показує планшет).*

Ведуча. Ну, що ж, головне, щоб смачно.
(Люся Браво готує салат).

Люся Браво. Нам потрібна тертка. Зізнаюсь, я готую вперше в житті. У нас удома – це обов'язок Ектора.

Ведуча. Вам пощастило.

Л.Б. Беремо тертку, натираємо моркву. *(Бере планшет, трясє).*

– Що у вас з Wi-Fi? Я ж далі не пам'ятаю. Здається, потрібно додати щось на м... Що у вас є? О, мило... підійде.

Ведуча. Незвичайний салат виходить, із секретом.

Л.Б. *(Пробує).* Що це? Ой, лишенько! Я з маскою для обличчя переплутала.

Ведуча. Буває.
(Заставка програми «Усе буде добре»).

Ведуча. Активність – головний атрибут здорової людини. Не має можливості займатися спортом – більше ходіть пішки, гуляйте в парках, будьте рухливими. А я запрошую чарівну Аніту Луценко.

Аніта. Ви запитаете, як стати сильним, спритним, витривалим? А ще струнким, гарним, сміливим, упевненим у собі?

– Відповідь проста: треба робити фізичні вправи, адже «У здоровому тілі – здоровий дух».

Ведуча. Беріть енергію в життя!

Аніта. Рухайтесь, посміхайтесь!

(Фітнес).

1-й. Ми з гумором відобразили наш стиль життя, але з сумом думаємо про тих, хто марнує своє життя.

2-й. Світ Інтернету. Ми потрапляємо в його павутину. Живемо віртуальним життям. Перестаємо наживо спілкуватись зі своїми друзями.

3-й. Якщо один із моїх друзів почне заплутуватись у павутині нету, я зможу йому допомогти!

Усі. І ти зможеш!

4-й. Твій друг став замкнутий, невеселий? Він змінився? Допоможи йому. Можливо, цим ти врятуєш йому життя! І ти зможеш! Разом ми зможемо!

5-й. Ми закликаємо до здорового способу життя.

6-й. Ми бажаємо вам прокидатися кожен день із радістю.

7-й. Кожен день проводити змістовно!

Ведуча. І все буде добре...

(Виконують пісню «І все буде добре»).

Список використаних джерел та літератури:

1. Основи здоров'я: підручник для 7 класу загальноосвітніх навчальних закладів. / Т. В. Воронова, В. С. Пономаренко. К.: «Алатон», 2007.
2. <http://dobre.stb.ua/>
3. <http://zv.fm/>

Байгота Світлана Віталіївна,
учитель основ здоров'я
ЗОШ I-III ступенів № 12
ім Л. Дмитерка
м. Кам'янець-Подільського

Агітбригада «АКВАВІТА»

Мінівистава «КОЛИ МИ ВДОМА»

Вихід команди під музику.

1-й. Усім привіт!

На фестивалі вас вітає

Команда АКВАВІТА.

(Усі співають пісню «Привіт! Прокидайся, світ»).

Привіт!

Прокидайся, світ.

І визирай в своє вікно –

Життя крутіше, ніж кіно.

О-о-о.

Із скрині мрії діставай,

У небо синє відпускай,

Веселись давай!

Серце ти відкрий своє усім,

*Збери веселих друзів повний дім –
І стане світліше навколо.*

*Настроєм із другом поділись,
Усьому світу щиро посміхнись,
Життя таке чудове довкола.*

2-й. Життя – це безцінний дар.

3-й. А здоров'я – необхідна умова повноцінного життя.

4-й. Доведено, що наше здоров'я насамперед залежить від способу життя, який ми обираємо.

Усі. Ми обираємо здоровий спосіб життя.

5-й. Здоровий спосіб життя – це завжди хороше самопочуття,

6-й. гарний настрій

7-й. і заряд сил на цілий день.

1-й. Якщо твій розум на місці, ти зобов'язаний бути здоровим.

2-й. Але ж усі знають, що бути здоровим класно, сучасно.

3-й. То чому ж не дбають про своє здоров'я?

4-й. Знати про здоровий спосіб життя – це одне, а вести його – зовсім інше.

5-й. Пропонуємо ваші увазі серіал «Коли ми вдома».

(4 ведучі співають саундтрек «Коли ми вдома»).

1-й. Отже, епізод перший – *«Життя починається вранці»*.

2-й. Ранок *(дзвінок будильника)*.

3-й. Дзвінок будильника.

4-й. Це трагедія.

1-й. Ніяких трагедій.

Усі. Ранкова гімнастика.

(Усі учасники виконують під музику ранкову гімнастику).

2-й. А це вже схоже на комедію, тому що 40 % підлітків мого віку будуть лише сміятися, якщо хтось скаже, що їхній ранок починається саме так.

3-й. І їхній ранок часто виглядає ось так.

(3 дівчинки лягають спати, прокидаються, беруть у руки смартфони, дивляться, встають і йдуть із подушками зі сцени).

4-й. Епізод другий – *«Спілкування»*. *(Музична заставка «Коли ми вдома»).*

(Тато грає гру на планшеті. Дочка у ВК у смартфоні, мама фотографується на смартфон).

Дочка. Мам, я їсти хочу!

Мама. Там, у холодильнику, молоко є.

Дочка. Та не хочу я того молока!

Мама. Тоді «Мівіну» собі запар, я ще не всі селфі зробила, а мені їх ще обробляти цілу ніч.

Дочка. Тату, а що корисного в тому молоці?

Тато. Чому ти в мене запитуєш, у корови спитай!

Мама. Ну, бутерброд з'їж!

Дочка. Який бутерброд, я ж на дієті!

Мама. А фотошоп для чого?

(Приходить у ВК лист).

Дочка. Усе, більше розмовляти не можу, мені прийшов лист.

Мама. Доню, я хвилююсь, у тебе, напевне, Інтернет-залежність.

Дочка 2. Мама, у мене новий рюкзачок.

Мама. Давай селфі.

Дочка 2. Що це? Нема Інтернета?

Тато. Пам'ятаю: тижень назад відключили Інтернет.

Усі. І як?

Тато. Подивився «Останнього москаля», надивився реклам.

Усі. І як?

Тато. Нерви здали, пів на десяту ліг спати.

Усі. І як?

Тато. Виспався!

(Музична заставка «Коли ми вдома»).

1-й. Епізод третій – *«Похід у кафе».*

(Юнак чекає на дівчину, подивляється на годинник).

Він. Ну ти скоро, любя? *(Виходить дівчина).*

Вона. Та все-все, готова.

Він. Ми запізнюємось.

Вона. Ну як тобі?

Він. Чудово, пішли.

Вона. Давай присядемо на доріжку.

Він. Тільки швидко.

(Сідають на стільці, звук «тканини, що рветься», вона починає сильно плакати).

Він. Щось сталося?

Вона. У мене сукня репнула. Я товста.

Він. Надінь щось інше.

Вона. Тобто ти не заперечуєш, що я товста???

Він. Так, ану зберись. У тебе повна шафа речей.

Вона. Яких речей? Ось це, чи що?

Він. Ну, одягни костюм!

Вона. Який костюм, я що тобі депутат?

Він. Спідницю?!

Вона. Яка спідниця? Це не спідниця, це шапка.

Він. Та одягни хоча б шапку!!!

Вона. Мені нема що одягти – усе мале!!!

Він. Так чому ж ти замовляєш речі на два розміри менші?

Вона. Щоб не думали, що я товста!!!

Він. Тоді фітнесом займись!

Вона. А це ідея.

(Усі виконують вправи фітнесу).

(Музична заставка «Коли ми вдома»).

2-й. Епізод четвертий – *«Самооборона»*.

Катя. Піражуня, а я на боротьбу записалась.

Він. І навіщо це тобі?

Катя. А якщо якийсь маньяк?

Він. Я тебе захищу. За мною, як за кам'яною стіною.

Катя. Стань ось там.

(Виконує прийом).

Він. Так, тепер я за тобою, як за кам'яною стіною.

(Музична заставка «Коли ми вдома»).

1-й. Ми з гумором відобразили наш стиль життя, але із сумом думаємо про тих, хто марнує своє життя.

2-й. Щоби перейти до здорового способу життя, потрібно позбутися шкідливих звичок і завести інші, корисні звички.

3-й. Більше рухатися, займатися фізкультурою і спортом.

4-й. Відповідально ставитися до свого харчування.

5-й. Вірте в себе.

6-й. А якщо хвороба завадить планам на майбутнє?

7-й. Будь-яка хвороба – це випробування і біль.

1-й. І тільки віра, надія, любов перемагає страх.

2-й. У твоїх руках здоров'я і життя.

3-й. Ніколи не пізно внести зміни у своє життя.

4-й. Пам'ятай: твоє життя – твій вибір.

5-й. Завжди є завтра.

6-й. Останнє слово за тобою!

(Усі співають пісню «Надія є»).

Список використаних джерел та літератури:

1. Основи здоров'я: підручник для 7 класу загальноосвітніх навчальних закладів / І. Д. Бех, Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, С. В. Страшко. К.: «Алатон», 2015. 200 с.
2. Воронова Т. В., Пономаренко В. С. Основи здоров'я: підручник для 8 класу загальноосвітніх навчальних закладів. К.: «Алатон», 2008. 160 с.
3. Воронова Т. В., Пономаренко В. С. Основи здоров'я: підручник для 9 класу загальноосвітніх навчальних закладів. К.: «Алатон», 2009.
4. <http://get-tune.xn--glax.net/>
5. <http://fitness-doma.com/>
6. <http://x-minus.org/>
7. <http://mp3malovato.net/>

Байгота Світлана Віталіївна,
*учитель основ здоров'я ЗОШ І-
ІІІ ступенів № 12 ім. Л. Дмитерка
м. Кам'яниця-Подільського*

**Агітбригада «NON-STOP» –
лауреат Всеукраїнського фестивалю «Молодь обирає здоров'я»**

Мінівистава «ФОРМУЛА ЗДОРОВ'Я»

Вихід команди («Світ чекає»).

- Світ чекає, коли ми нарешті будемо людьми.
- Коли ми будемо думати про своє здоров'я.
- Дбати про своє здоров'я і здоров'я нашої планети.
- У кожної людини повинна бути своя стратегія здоров'я.
- Для цього необхідно вивести формулу здоров'я!
- Формулу? Буде вам формула!
- Розглянемо все детально. *(Одягають окуляри).*
- А що? Може, я романтик.
- Вас вітає неймовірна, позитивна, спортивна, креативна, романтична команда Non-stop!
- І ми за здоровий спосіб життя!
- Здоровий спосіб життя може продовжити наше життя на десятиліття, зробить нас щасливими, успішними, дасть можливість кожен день зустрічати з посмішкою, жити насичено та яскраво!
- У наш час, коли Інтернет і різні гаджети стали обов'язковим атрибутом дозвілля, гіподинамія (знижена рухова активність) може стати реальною загрозою для здоров'я.

– Як багато причин ми знаходимо, щоб не займатися собою.

– Сьогодні в мене багато справ, я почну нове життя із завтрашнього дня, з понеділка буду робити зарядку, з наступного місяця запишусь на плавання.

– А можна просто знайти декілька хвилин кожного дня для себе.

– До прикладу – це ранкові пробіжки, які подарують вам не тільки відмінну фізичну форму, а й чудовий настрій.

– Це стрибки зі скакалкою.

(Вправи із скакалкою).

– Фізична активність робить нас сильними, наповнює енергією, зменшує ризик виникнення захворювань, поліпшує фігуру. А ще під час фізичних вправ виробляються ендорфіни – «гормони щастя».

– Якщо ви хочете бути в тонусі, мати гарне тіло, бути здоровими, просто танцюйте.

(Танець «Просто танцюй»).

– Танці – це чудове кардіотренування, вони знижують рівень стресу, тренують пам'ять і покращують здатність приймати рішення!

– Рухова активність потребує енергії, і наш організм отримує її в процесі харчування.

– Здорове харчування – це спосіб залишатися здоровим і красивим без спеціальних дієт.

(Танець з підносами).

– Правильне харчування – це баланс білків, жирів і вуглеводів.

– Здорова їжа повинна бути різноманітною і корисною.

– Щодня випивайте півтора, два літри чистої води і будьте фізично активними.

– Це що, чипси?

– Це – фріпси, фруктові чипси. Завжди можна знайти заміну!

(Телефонний дзвінок).

– Мама!!! Мама, я на сцені, ми виступаємо! Так, я шапку одягнула, поїла. Ми агітуємо за здоровий спосіб життя. Як поприбирати? Уявляєте, вона сказала прибирати вдома! Це ж нудно!

– Нудно? А ти добав позитиву!

– І до того ж чистота – запорука здоров'я!

(Танець із швабрами, ганчірками).

– Здорове навколишнє середовище є необхідним для здоров'я людей.

– Забруднене довкілля руйнує наше здоров'я!

– Відходи, які ми щодня викидаємо, стають отрутою для Землі.

– Спалювання, розкладання сміття також сприяють появі парникових газів, що збільшують парниковий ефект.

– Парниковий ефект може зробити життя нестерпним.

– Уже зараз парникові гази вбивають 2,5 мільйони людей на рік.

– Навіть невеличкі зміни в наших повсякденних звичках можуть багато чого змінити в цьому світі.

– Роздільне викидання сміття – це крок у боротьбі з парниковим ефектом.

(Винести 5 кольорових пакетів: жовтий, зелений, коричневий, синій, чорний).

– Жовтий – металеві відходи та пластик.

– Зелений – скло.

– Коричневий – біовідходи.

– Синій – папір.

– Чорний – інше.

(Дівчинка хоче кинути ганчірки не в той пакет).

Усі. Віка!

– А-а-а! Тепер я знаю! *(Викидає в чорний пакет).*

– Важливо, щоби було чисто не тільки навколо нас, а й чистими були серця.

– Чисте серце – милосердне серце.

– Наша школа з інклюзивною формою навчання. Це рівний доступ до якісної освіти для дітей з особливими освітніми потребами.

– Нам потрібно навчитися чути і розуміти кожного.

– Не той глухонімий, кого безжальна доля

жорстоко обійшла і прирекла на сум,

А той, хто до людей не йшов з добром ніколи,

Хто серцем є глухий до твоїх страждань і дум.

Ти, друже, мов орган, і почуттями повен.

Для тебе світ встає у звабі і в красі.

Та був і він глухонімий – Бетховен,

А чув в житті, чого не чули всі.

У пантомімі рук і захист, і бажання,

І музика, і крик нестерпної душі –

Я чую вас усіх, все мовить про кохання.

Я бачу їх у сні.

Глухонімі не ми,

Нам завтра день стрічати, леліяти малят,

Творити майбуття.

І серцем до людей, до сонця промовляти,

І слухати дзвінку симфонію життя.

– У світі багато людей, які не вірять в себе, у своє майбутнє. Вони будуть і тебе відмовляти рухатись вперед. Але знай, що ти стоїш на шляху розвитку.

– Кожна мить, кожна твоя дія, кожне твоє слово визначає, що буде з тобою завтра. Ніхто і ніколи не зробить те, що повинен зробити саме ти, ніхто і ніколи не буде рости замість тебе, вчитися за тебе, виховувати в собі лідера.

– У цьому світі є тільки одна людина, яка може змусити тебе добитися видатних успіхів. І ця людина – ти! Тільки ти можеш повірити в себе, тільки ти можеш вирішити, ким тобі бути. Майбутнє визначаєш ти.

– Труднощі роблять тебе тільки сильнішим, і тепер ти не відступиш від своєї мрії.

– Почни зараз!

– З вами була команда NON-STOP.

– А формула?

– Ловіть лайфхак ФОРМУЛИ ЗДОРОВ'Я: «Захищаю своє здоров'я та життя.

Захищаю твоє здоров'я та життя.

Захищаю здоров'я та життя завжди та скрізь».

– Апчхи!!!

– Будь здорова.

– І ви будьте здорові!

(Фінальний танець «Почуй мене»).

Список використаних джерел та літератури:

1. Основи здоров'я: підручник для 9 класу загальноосвітніх навчальних закладів / І. Д. Бех, Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, С. В. Страшко. К.: «Алатон», 2017. 224 с.

2. Воронова Т. В., Пономаренко В. С. Основи здоров'я: підручник для 8 класу загальноосвітніх навчальних закладів. К.: «Алатон», 2016. 184 с.

3. Воронова Т. В., Пономаренко В. С. Основи здоров'я: підручник для 7 класу загальноосвітніх навчальних закладів. К.: «Алатон», 2015. 200 с.

4. <https://www.epochtimes.com.ua/zdorovyi-sposib-zhyttya/>

5. <https://moyezdorovya.com.ua/4-prychyny-nikoly-ne-prypnyaty-tantsyuvat/>

6. <http://www.poznavayka.org/uk/nauka-i-svit/parnikoviy-efekt-atmosferi-prichini-ta-naslidki/>

7. Посилання на відео: <https://youtu.be/yn4mg0CwNlk>

Савель Ірина Сергіївна,
практичний психолог НВК № 17
м. Кам'яця-Подільського,
Мисько Тетяна Орестівна,
учитель основ здоров'я НВК № 17
м. Кам'яця-Подільського

Агітбригада «ПОЗИТИВ»

Театрально-музична мінівистава «СОРОЧИНСЬКИЙ ЯРМАРОК»

Голос з-за куліс:

– На Сорочинський ярмарок потрапили сучасні підлітки... Ой, що ж то було, якого переполоху натворили, але ви краще дивіться і самі все зрозумієте та, надіємось, зробите правильні висновки!

Звучить етномузика. На сцену виходять дівчата в українських костюмах, виносять пожитки на продаж, співають пісню:

Ой, у літній гожий час прийшов ярмарок до нас з неба на руках:

Сало, м'ясо, галушки, молоко і пиріжки – це є ріка життя.

То козацький хлібний квас дасть наснаги вам ураз, втому забере,

а городина своя, натуральна, поживна, силу поверне.

(Композиція з мюзикла «Сорочинський ярмарок» Олега Скрипки).

– Здоровенькі були, кумонько!

– І вам доброго здоров'я, голубонько!

Вибігають діти:

– Здрастуйте, тітоньки, а чи буде сьогодні ярмарок?

– Та як є товар, то чому ж не розпочати!

– Ярмарок, ярмарок!

Звучить сучасна музика, заходять підлітки, вигукуючи «Hello everybody! How are you?». Маленька дівчинка повчає їх:

– Що то ви таке кажете?

– Як що? Вітаємось!

– Це неправильно, адже з давніх-давен наш народ найбільшою цінністю в житті вважав здоров'я. І, вітаючись чи прощаючись, люди бажали здоров'я один одному. Тому кажіть: «Здрастуйте!», «Здоровенькі були!», «Дай Боже здоров'я!».

Стали до прилавків, починається ярмарок.

– А що то за гості заморські до нас приїхали, одежина така в них дивна, товари невідані?

– Здалеку ми приїхали, з Хмельницької товкучки, на вас подивитись, себе показати, ну і, звісно, товар запропонувати! Спробуйте, будь ласка!

На мотив пісні Володимира Преснякова «Бублики».

День наближається, усі збираються,
і на полицях вже увесь товар.
Ми всі сучасні, торговці часні,
прийшли на ярмарок пропонувать:
купить сухарики і ще кальмарики,
запийте колою – все з ГМО.
Воно не страшное, і безопасное,
На світі кращого ніде нема!

Усі зацікавлено підходять, куштують.

До підлітка-торгівця підходить дівчинка і питає:

– Дядьку, чого від вас так тхне?

– Ай, відчепись від мене!

– Якийсь ти грубий. От Остап, що за млином живе, – от то хлопець!

Високий, посмішка сяє на все село, а в тебе такі зуби жовті... Як ти будеш дівчину цілувати?

– Одчепись, злидня!

– То що, цигарки?!

– А ти звідки дізналась?

– А в мене брат старший також надумав дорослим стати! А як був дитиною, так і залишився, тільки набрався хвороб! Та то ненадовго, його як бабуня здибали за клунюю, то гналися за ним з прутом через усе село, ото сорому набрався! Уже й ніколи до рота не візьме тої цигарки!

Підходить хлопчик до дівчини-підлітка, що продає з іншого боку:

– Та чого забажаєш, тільки чому ти такий сумний?

– Як мені все надоїло!

І кому яке з них діло,

Що Стецько робить повинен

І не пити, й не палити, з спортом щоб у дружбі жити.

Хай собі говорять люди –

Я ж робить цього не буду.

– Ну то роби, як хочеш. У нас узагалі свобода вибору – що хочемо, те й робимо! І пусте, що батько забороняє, ми вже дорослі, самі собі хазяї!

– Це як так може бути? Адже слово батька – закон! Я ще ого-го як отримаю, як із вами зв'яжусь! Йду я від вас, а то як батько прийде, то дасть на горіхи!

Поруч проходить бабуся і жаліється:

– Ай, Божечко, шо ж то має бути, картофлі не підгорнені, морква не полена, роботи купа, ціплятка за ногами бігають, їсти просят, не вспієш

повернутися – і день пройшов, нічого не зробила, нічого не встигла. Старість прийшла, усе стала повільно робити...

– Бабусю, то я вам поможу, не бідкайтесь! Випийте ось – втому як рукою зніме, цілу ніч зможете на городі поратись. Не хвилюйтесь, я вам дурного не пораджу, сам таке п'ю – і нічого, живий-здоровий перед вами стою! А те що очі червоні, не звертайте уваги, то у вас сонце так сліпить.

– А дайте скуштувати мені ще оцього жовтенського, хвилястого! Шо там пише? З куркою... О-о-о я таке люблю!

– На здоров'ячко, бабусю!

– Торгівля у вас іде гарно, але ж ярмарок однією торгівлею не обмежується. Що ще зможете показати, яку забаву запропонуєте?

– Ну давай, Ань, покажемо їм, як ми у вільний час розважаємось.

(Танцюють, мов на дискотеці).

– Це що, танці? Ось танці!

(Фрагмент українського танцю).

Раптом одній жінці стало погано:

– Ой, що ж то робиться, помирає жінка, хфельшера сюди!

– Та якого вельшера, знахарку сюди!

Жінка приходить до тям:

– Та не треба мені нікого, ви краще от цих бісів тримайте, то вони мене отравили... Гляньте, що вони мені дали! Агій на ваші голови. Дали вони мені свого пійла... Як випила його, того яду, серце з грудей вискакує, світ ся крутить, дід не знає, що ся робит, сусідку вже привів... вроки знімати, яйці викачувати.... Лець Богу душу не віддала!

Ще одна жінка виходить:

– Так-так, не пускайте, я теж від них постраждала!

– Параско, де то ви пропадали?

– Ой, не питай мене, біс попутав. Ціво вурвители, шо попрійжджали до нас Бозна-звідки, показали якусь дурну машину: ну, знаєш, такий *(опис ноутбука)*... А там!... Йой, картинок, пісеньок, мужчин таких гарних бачила, навіть гусей і корів можна розводити. Як зайшла туди, так і щезла. Вернувся мій Степан із норми, ой бідна я була, бідна... Корова не доїна, свині не годовані, кури поклювали яйці, бо не зібрала, городина заросла й пов'яла... Клякнула перед іконами на коліна, біла поклони чолом, шо більше таке не буду робити!

Повчальний монолог дівчинки:

– Бачите, що натворили тим непотребом, що привезли з собою! Півсела лець не покалічили, а нам ще жити і жити, неньку Україну прославляти!

– Виженіть їх звідси геть, щоб і духу не було!

– Ні, то не діло, краще заберіть у них те все і не віддавайте! А ви, жіночки, візьміть їх до себе та навчіть традицій наших, їжею людською нагодуйте! А ви щоби потім гарно подякували!

– Так-так, знаємо! Дякуємо; дай, Боже, здоров'я!

Фінальна пісня.

Ще не пізно все помінати, ще не пізно час догнати,
Ще не пізно сум забути і піти вперед.
Давай не будем себе зневажати, про щасливе життя будемо дбати,
Став подалі комп'ютер і чипси та ходи до нас!

Приспів.

Ти намалюєш небо, ми намалюємо сонце тобі,
і ми з весняним вітром підемо назустріч здійсненню мрій.

(Композиція QUEST PISTOLS «Волшебные краски»).

– У ХХІ столітті в моду повертається етностиль в одязі, музиці, традиціях, а бути здоровим – з моди ніколи не виходило! Тому тобі обирати, чи бути і модним, і здоровим, і щасливим.

Музика, танець і поклон.

*Рудніцька Наталія Павлівна,
педагог-організатор, учитель
зарубіжної літератури НВК № 17
м. Кам'яця-Подільського,
Мисько Тетяна Орестівна,
учитель основ здоров'я НВК № 17
м. Кам'яця-Подільського*

Агітбригада «ПОЗИТИВ»

«УСЕ ЗАЛЕЖИТЬ ВІД НАС САМИХ»

I. Літературний монтаж.

1. Світ розділило зло і добро,
Як розібратись?... Потрібно давно.
2. І в цьому світі важко, повір,
Власне життя сам собі ти довір!
3. Бути господарем свого життя
чи з течією пливати в майбуття?
4. Долю свою ти вирішуєш сам,

Не піддавайся шкідливим казкам!

5. Молодь нашої країни,
за здоров'я всі єдині!

6. Позитивні гарні діти,
Легко ми живем у світі!

7. Совість нашої країни –
Ми у прагненні єдині.

8. (*Усі разом*):

Дух, здоров'я і актив,
Наше кредо – ПОЗИТИВ!

II. Пісня (на мелодію композиції «Милый друг, не скучай», з репертуару Валерія Леонтьєва) з елементами танцювальної композиції:

Я скажу усім привіт!
Добрі друзі разом знову,
Я скажу усім привіт!
Танець й пісня за основу.
Хочеш я тобі скажу,
Як щасливо в світі жити?
Не виходьте за межу,
Нам добру треба служити.

Приспів.

Юний друже, пам'ятай:
Нас стрічає фестиваль.
Найважливіший для тебе
Цей Здоров'я Фестиваль.
Бо сьогодні й повсякчас
Майбуття турбує нас!
Ми зібралися для того,
Щоб повчати влучно вас.
Ти успішним мрієш бути
І любов знайти єдину,
Хочеш щастя досягнути,
Віднайти в собі людину!
Хочеш я тобі скажу,
Як щасливо в світі жити:
Не виходьте за межу,
Нам добру треба служити

III. Літературний монтаж.

1. Фестиваль «Молодь обирає здоров'я» – це ще один шанс створити щось надзвичайне!

2. Навчити людей швидко забувати погане!

3. Не зациклюватись на неприємностях!

4. Не жити образами!

5. Не дратуватися через дрібниці!

6. Не таїти злість!

7. Не заповнювати непотребом свою душу!

– А як оце все зробити? Що означає берегти свою душу? І як не загубитися в спокусах сучасного світу?!

– Корисні поради вам дасть Команда ПОЗИТИВ!

– Адже ми команда райдужного оптимізму!

– Надзвичайної бадьорості!

– Та здорового гумору!

IV. Пісня (на мелодію з композиції «Метелики-бабочки», з репертуару Ольги Цибульської) з елементами танцювальної композиції:

Як пізнати світ в веселці?

Позитиву відкрий серце,

Не тримай ти страхи, як метелика!

Бо в здоров'ї твої крила,

У фізкультурі й спорті сила!

У любові до життя немає берега!

Приспів.

Хай мрії збуваються,

Життя починається,

Веселкою грає світ,

Як повна ріка!

Активним і сильним будь,

В гармонії правди суть,

У русі люби життя,

Твори своє майбуття!

Сміливіш танцюй під сонцем,

Позитив пусти в віконце!

Світить, бо завжди всім усміхається!

Ми у мріях розвивались,

Ми в здоров'я закохались!

У любові до життя немає берега!

Приспів.

V. Літературний монтаж.

1. Коли ми мріємо наодинці, це лише тільки мрія. Коли мрії багатьох розумних, здорових молодих людей об'єднуються, розпочинається нова реальність! Давайте мріяти разом:

- про зникнення тютюну і алкоголю;
- про винайдення ефективних ліків проти СНІДу;
- про знищення наркотиків.

2. Давайте творити мрію:

- про зелені сади і барвисті квіти;
- про чисте повітря і повноводні ріки;
- про здорову і сильну націю українців;
- про мир і спокій в усьому світі!

3. Давайте разом творити майбутнє, яке ми тримаємо у власних руках!

VI. Пісня (на мелодію з композиції «Всё зависит от нас самих», з репертуару співачки Йолки) з елементами танцювальної композиції:

Приспів.

Все залежить від нас самих,
все залежить від нас самих!
І немає у світі того, що не скорилося б нам!
Все залежить від нас самих,
все залежить від нас самих!
І немає у світі того, що не скорилося б нам!
Ти твори, і дивуй, і дивуйся, й люби,
Всі проблеми свої поклади на диби,
Сенс життя віднайди, сумніви полиши,
Пам'ятай: ти сильніший, сильніший, сильніший, люби!
Обирай світ ти серцем своїм,
Розмальовуй веселкою й щастям свій дім,
Без страху проти течії сміло пливи,
Спробуй нове і світле і знай, що завжди...

Приспів.

Йди вперед, не здавайсь, не спинися нічим,
Бо для цього в нас є сотні тисяч причин:
Так гори, як провідная зірка вночі!
Головне, свою мрію в життя запиши:
Обирай, довіряй тільки справам своїм,
Залишайся собою, не зраджуй душі!
Друг покличе на поміч, ти знов поможи,
Якщо сили забракне, згадай, що завжди...
Все залежить від нас самих,

все залежить від нас самих!

І немає у світі того, що не скорилося б нам!

Все залежить від нас самих,

все залежить від нас самих!

І немає у світі того, що не скорилося б нам!

VII. Літературний монтаж.

– Ми – молоде покоління українців!

– Ми прагнемо самі творити своє життя.

– Наше життя – це безмежність, яку ми наповнюватимемо своїми
улюбленими неповторними і яскравими барвами!

– Це втілення нашої життєвої позиції!

(Художньо-естетичне дійство «Кольористика здорового способу життя»).

– Я наповнюю своє життя червоним кольором – кольором любові!

– А я додам помаранчевий колір – колір молодості та життєвої енергії!

– Мій колір – жовтий, колір активності, упевненості, перемоги!

– Я додам зеленого кольору – кольору любові і життя!

– Від мене: багато блакитного кольору! Кольору успіху!

– Я дарую всім своїм друзям синій колір – колір спорту!

– А від мене всім молодим, здоровим, талановитим – фіолетовий колір
– колір упевненості в нашому майбутньому!

– *Усі разом.* Хай завжди панує життєдайна веселка МИРУ!

*VIII. Пісня (на мелодію з композиції «Ми молодь України», з репертуару
групи Dekadens) з елементами танцювальної композиції:*

Все, що було, – згоріло...

Сонце зайшло – стемніло,

Розум людей затьмило,

Серце з біди закрило!

Люди, неначе звірі:

Знищують, що під силу!

Зникнуть вода і вітер,

І почорніють квіти

Приспів.

Ми змінимо світ, зітрем стереотипи!

Ми молодь України, її шалені діти!

Ми змінимо світ, зітрем стереотипи.

Ми молодь України, її шалені діти.

Змінимо світ, зітрем стереотипи.

Ми молодь України, її шалені діти.

Ми змінимо світ, ми можемо це зробити...

Ми збережемо – напевно!
Весь ваш сарказм – даремно!
Спорт в нас в пріоритеті,
На негатив в нас вето!
Хай ясне сонце гріє,
Хай чиста річка мріє.
Правду свою вам в очі,
Ми розказати хочем!

Приспів.

IX. Спортивно-гімнастична композиція «ПОЗИТИВ».

Список використаних джерел та літератури:

1. Молодь обирає здоров'я: розробка сценарію виступу агітбригади учасника Всеукраїнського конкурсу загальноосвітніх навчальних закладів по роботі з обдарованими дітьми «Школа-джерело талантів» (2014-2015 рр.) Козівська державна українська гімназія ім. В. Герети: сайт «ОСТРІВ Знань» // джерело доступу: <http://shkola.ostriv.in.ua/publication/code-6AA0B168622FD/list-AAB774EB26>
2. Сценарій агітбригади «Молодь за здоровий спосіб життя»: сайт Лютинського НВК // джерело доступу: http://lutinsk.at.ua/publ/vikhovna_robota/scenarij_agitbrigadi_molod_za_zdorovij_sposib_zhittja/9-1-0-51
3. Чиж Катерина Юріївна: Агітаційна бригада «Молодь обирає здоров'я» / Учительський журнал online // джерело доступу: <http://teacherjournal.in.ua/fakhovnapryami/vospitatelnaya-rabota/2037-ahitatsiina-bryhada-molod-obyraie-zdorovia>

*Любарець Аліна Віталіївна,
педагог-організатор Красилівської
ЗОШ I-III ступенів № 1*

Агітбригада «HEALTH – LIFE»

I. Привітання. *(Звучить музика, учасники роблять арку із зірок).*

Голос із-за куліс: «Парамаунт пікчерс» представляє фестиваль «Молодь Хмельниччини обирає здоров'я» або нові пригоди команди «Health – life».

1. Привіт усім, добридень, хай!
Ми раді з вами зустрічатись.
Послухайте кожен поспішай,
Бо ми прийшли поспілкуватись.

2. Хто ми? Спитаєте завзято.
Ми – друзі! Нас таких багато.
Що ж, друже, швидше зустрічай
Команду з назвою «Health – life».

Ми (*учасники команди по черзі називають свої імена*) хочемо радіти,
Хочемо відпочивати,
Хочемо співати,
Хочемо танцювати,
Хочемо веселитись,
Хочемо дружити,
(*Разом*) І у здоров'ї жити!

(Учасники заходять за куліси. Звучить фоновий запис дитячого сміху. Ведучі виносять ширму, на якій намальований хлопчик).

Ведуча.

Це прийшла у світ людина,
На ніжки встала та й пішла.
Із сонцем, вітром подружилась
І здоровою росла (*на малюнку домальовують сонце*).

Рано-вранці на зарядку поспішає залюбки,
Обливається водою,
бігає, стрибає та на телевизор
вільний час не гає.
Щоб придбати сили,
м'яч в дворі ганяє (*домальовують м'яч*).

Чорний хліб їсть та ще й кашу,
рибу, м'ясо, молоко.
Тож рожеві щічки має,
міцні зуби, гарний чуб.
Жуйок, чіпсів, сухариків в меню його не було (*домальовують рум'янець, чуб*).

Спати ляже завжди вчасно
Та швидесенько засне.
Із задоволенням йде в школу –
Відмінні там знання знайде (*на руці домальовують 12*).

Підріс хлопчина
Вийшов в світ широкий... *(із-за ширми виходить хлопець)*.

Хлопець.

Куди податись?
Шлях який обрать?
Продовжувать в здоров'ї жить? А може,
Палити або пити розпочать?

II. Основна частина.

(Голос з-за куліс).

– Кожна людина в певному віці опиняється перед вибором: обрати здоровий спосіб життя або згубний шлях шкідливих звичок.

Хлопець. Що ж обрати? Яким шляхом піти?

(Виходить Здоров'я, у руках тримає кульки з написами: здоров'я, алкоголь, паління, наркотики).

Здоров'я. Я покажу тобі два шляхи: здоровий і шлях шкідливих звичок, але вибір ти маєш зробити сам.

(Здоров'я приводить Хлопця до кімнати здорового способу життя).

Танець.

(Під час танцю музика переривається 4 рази і звучать вірші).

1. Хто здоровий, той сміється,

Все йому в житті вдається.

Він долає всі вершини,

Це ж чудово для людини!

2. Хто здоровий, той не плаче,

Жде його в житті удача.

Він уміє працювати,

Вчитись і відпочивати.

3. Хто здоровий – не сумує,

Над загадками мудрує.

Він сміливо в світ іде

Й за собою всіх веде.

4. Бо здоров'я – це прекрасно,

Здорово, чудово, ясно!

І доступні для людини

Всі дороги і стежини!

(Танець закінчується, учасники стають у шеренгу і по черзі розповідають).

Здоров'я. Відомі люди, які обрали здоровий спосіб життя:

Руслан Пономарьов – чемпіон світу із шахів.

Леонід Каденюк із дитинства мріяв стати космонавтом, і в 1997 році ця мрія збулась. Ми запам'ятаємо Леоніда Каденюка як першого українського космонавта.

Брати Клички – чемпіони світу з боксу.

Василь Вірастюк – найсильніша людина планети.

Руслана Лижичко – переможниця «Євробачення» та багато інших.

Здоров'я. Вони досягли поставленої мети.

Здоров'я. Вони – гордість нашого суспільства.

(Здоров'я веде хлопця до кімнати шкідливих звичок. Учасники стають у колону один за одним і по черзі розповідають).

Здоров'я. Сумна правда про шкідливі звички...

1. Найрозповсюдженіший депресант – алкоголь. Хронічний алкоголізм пов'язаний із багатьма захворюваннями, у тому числі цирозом печінки, панкреатитом, імунодефіцитом, а також раком ротової порожнини, язика, стравоходу і печінки. У стані алкогольного сп'яніння може трапитись таке, про що потім дуже пошкодуєш, але буде вже запізно.

2. Цигарки – це сива смерть. В Англії, де курило майже 75 % чоловіків, рак легенів зареєстровано навіть у собак, господарі яких не розлучалися з сигаретами. Це доводить, що від паління страждають не тільки активні курці, але й ті, хто їх оточує. Давайте подумаємо: чи важливіший огидний дим за наше життя і життя рідних і близьких?

3. Понад 80 % наркозалежних в Україні – люди віком до 30 років, при цьому щорічно в країні помирає від наркотиків 120 тис. чоловік. Проблема наркоманії тісно пов'язана із проблемою СНІДу.

4. Ми вперше дізналися про нього лише в 1981 році. За короткий час ВІЛ поширився по всьому світі, уразив понад 60 млн осіб. Це більше, ніж населення всієї України. Третина з них уже померли, залишивши сиротами 13 млн дітей, яких тепер називають сиротами ВІЛ/СНІДу. Нині у світі живуть понад 40 млн ВІЛ-інфікованих, приблизно половина з них – молодь до 25 років. Майже 60 тисяч ВІЛ-інфікованих і 3 тисячі померлих зареєстровано в Україні.

(Хлопець бере кульки зі шкідливими звичками).

Хлопець. Я кажу Ні – палінню! *(Пробиває одну кульку).*

Я кажу Ні – алкоголю! *(Пробиває другу кульку).*

Я кажу Ні – наркотикам! *(Пробиває третю кульку).*

(Разом). Ми кажемо Ні – шкідливим звичкам!

Хлопець. Я обираю здоров'я! *(Бере кульки здоров'я і кидає в зал).*

Здоров'я. Тому що життя – то найцінніший дар,
Дається Богом раз людині.

Здоров'я – то життя нектар.

І як його зміцнити нині,

Як не підставить під удар,

Ми вам покажем в цій стежині.

(Учасники розгортають стежину здоров'я і після кожного вірша ставлять позначку (слід). Таким чином створюється шлях до здорового способу життя).

1. Зранку встав – зроби зарядку,

Це здоров'я запорука.

Робити все за розпорядком –

Не така й складна наука. *(РЕЖИМ ДНЯ).*

2. Якщо зі спортом дружиш ти,

Купатись любиш, засмагати,

Тоді застуда, грип, бронхіт

Тобі не будуть дошкуляти. *(СПОРТ, ЗАГАРТУВАННЯ).*

3. Не пхай у себе все підряд,

Слідкуй за харчуванням.

Що справжня їжа, а що – яд,

Важливе для життя питання. *(ПРАВИЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ).*

4. Свіже повітря, чиста вода,

Сонце яскраве, зоряне небо,

Вітер, дерева, зелена трава –

Нам від природи більше не треба. *(ЗДОРОВИЙ ВІДПОЧИНОК).*

5. Гарний настрій завжди мати,

Творити для людей добро,

Гніву волі не давати,

Без стресів щоб життя було. *(ПОЗИТИВНІ ЕМОЦІЇ).*

Хлопець. Крок вліво, крок вправо –

Загроза здоров'ю,

Тому завжди до себе

Ти стався із любов'ю.

Здоров'я. Ми вам показали стежину,

Якою повинні усі йти.

І пам'ятайте: здорова людина

Завжди досягає мети!

III. Підсумок.

1. І ми хочемо досягти своєї мети, адже я мрію відкрити власний центр «Здоров'я».

2. А я хочу стати мікробіологом і віднайти ліки проти раку та ВІЛ/СНІДу.

3. А я мрію про це розповісти всьому світу, ставши журналістом.

4. І я хочу...

5. І я прагну...

1. А я просто хочу стати гарною матір'ю – народити здорову дитину та навчити її цінувати і берегти здоров'я.

(Разом). Ми віримо:

2. Що мріється – те здійсниться.

3. Що хочеться – те справдиться.

4. Що прагнеться – те досягнеться.

Капітан. Адже ми обираємо...

Разом. Здоровий спосіб життя!

Фінальна пісня.

Ми у здоров'ї жити всім

Бажаємо завжди.

І дуже хочемо людей

Від шкоди вберегти.

Здоров'я – найцінніший дар,

Дає для нас життя.

Будемо разом крокувати

В щасливе майбуття!

Ми прийшли з добром до Вас

Та прощатися вже час.

Буть здоровим – справжній кайф.

Все, до зустрічі – «Health – life».

*Шутюк Наталія Леонідівна,
педагог-організатор
Митинецької ЗОШ І-
ІІІ ступенів
Красилівського району*

Агітбригада «ВАЛЕОВІТА»

Учень 1. Виступ агітбригади Митинецької ЗОШ І-ІІІ ступенів «ВАЛЕОВІТА».

Учень 2. 30-те листопада, село Митинці.

Учень 1. От халепа!.. Що ж робити? Кому писати, кому дзвонити?

– Завтра вже їхати на районний фестиваль «Молодь обирає здоров'я», а я ж, голова центру «Дозвілля та здорового способу життя», ще досі не зібрав команди!

Учень 2. Привіт, друже! Ти чому такий переляканий?

Учень 1. Хлопці, виручайте, гайда зі мною на конкурс «Молодь обирає здоров'я», бо не бачити нам вечору відпочинку, як своїх вух.

Учень 3. А чом би й не поїхати, ми саме з тренування, уже готові!

Учень 2. Бігом на шкільне подвір'я, зараз швидко зберемо команду!

(Учні виконують фізичні вправи).

Учень 2. *(Дивиться на учня, який тренується з гантелями).* – О, непогана кандидатура!

Учень 3. Артеме! Бери свої гантелі і гайда з нами!

Учень 2. Гарні та спортивні дівчата нам теж не завадять!

Учень 3. Хлопці, а давайте нашого лижника Андрія візьмемо, скажемо, нехай усі свої нагороди візьме, приємно вразить усіх членів журі.

– Андрій! Ми в місто учасників фестивалю дивувати, поїхали з нами!

Учень 4. Залюбки!

(Команда стає в центрі сцени, учні виконують пісню «Ялта», Дзідзьо).

– Альо, привіт, присутні, до вас ми завітали

На конкурс цей чудовий про здоров'я розказать.

Біцухи підкачали і лижі навіть взяли,

Шкідливим звичкам тепер нас ніколи не догнать.

Ми кожному в цім залі лиш хочемо сказати –

Ти про майбутнє своє щодня старанно дбай,

Аби щасливо жити й з роками не старіти –

Здоровий спосіб, друже, життя ти обирай!

Приспів.

Оу-я, о-я-яй, правильний шлях ти обирай,

До мети своєї йди

І здоров'я збережи!

Молодь за здоров'я, молодь за здоров'я!

Гайда з нами!

Молодь за здоров'я, молодь за здоров'я!

Учень 1. Митинецька школа вас вітає,

Доброго здоров'я всім бажає!

Учень 2. Наша команда – Валеовіта,

Шле всім учасникам щирі привіти!

Відкриті,

Активні,

Люб'язні,

Енергійні,

Охайні,

Веселі,

Індивідуальні,

Талановиті,

Амбітні.

Ми – за здорове життя на цім світі!

– Володя дуже любить настільний теніс та футбол. Удень м'яча набиває, а ввечері за «Динамо» вболіває!

Учень 2. Коли Аліні не сидиться вдома, вона бере гітару і їде в музичну школу.

Учень 3. Сергій не може спокійно спати, коли в холодильнику мерзне здорова їжа, а ще дуже любить волейбол і веселі танці!

Учень 4. Катя в нас красуня симпатична, робить вдома вправи гімнастичні.

Учень 5. Даша прокинулася вранці і подумала, що гори зверне, а потім зручніше вмостила та й вирішила: «Ай, нехай стоять, навіщо природі шкодити?».

Учень 6. Артем – майбутній богатир, у своєму класі командир, а ще й актор майбутній, бо в ляльковому театрі грає путньо!

Учень 7. Ліза зі спортом в нас на «ти», прес качає хоч куди, рекорд школи побила – аж 700 разів зробила!

Учень 8. Толік – на перервах завжди він зникає, бо у волейбол завзято грає!

Учень 9. Настя – наш президент школи, конкурсів, олімпіад і МАН не пропуска ніколи! А ще гарно співає і всім допомагає!

Учень 10. Андрій – парубок моторний, він і до дівчат проворний, і на лижах ще змалку катається, чемпіоном України вся школа пишається!

Учень 4. Ми навчаємося в Школі індивідуальних досягнень.

Учень 5. І розуміємо, що успіх кожного з нас залежить від стану власного здоров'я.

Разом. А наше здоров'я – у наших руках.

Учень 6. Самі робимо, вас закликаємо –

Дбати про природу,
Допомагати близьким,
Підтримувати нужденних,
Активно проводити час із друзями,
Правильно харчуватись,
Займатись спортом,
Духовно розвиватись.

Разом. Тоді ніякі негаразди не зможуть змусити вас піддатися згубному впливу!

Учень 5. Учні нашої школи не на словах, а власними досягненнями доводять, що обирають здорове та успішне майбутнє.

Учень 6. Ми активно займаємось різними видами спорту, займаємо призові місця в конкурсах, ставимо власні рекорди і навіть маємо чемпіона України з лижних гонок!

Учень 7. Саме про цей вид спорту ми хочемо вам розказати. Отже, до вашої уваги заснована на реальних подіях сценка «Перше заняття з лижних гонок».

Автор. Колись, дуже давно, люди зіп'ялися на дві ноги (задні), що було справжнім подвигом для первісних пращурів. З того часу людина мов знавісніла – їй треба все більшого і більшого... Вона намагається щосили ускладнити собі ходіння. Хтось ковзається на ковзанах по слизькому, ще хтось мчить на серф-борді по мокрому, а дехто катається по слизькому, мокрому і холодному на лижах.

Тренер. Отже, шановні початківці, лижі бувають бігові та гірські. На бігових, природно, бігають, тяжко сопучи і махаючи палицями; на гірських – із задоволенням катаються або ж без задоволення, розбиваються.

– Власне, найбільша проблема для початківця, котрий уперше став на лижі, полягає в тому, що: а) лижі є дві; б) вони їдуть. Те, що їх дві, означає, що запросто можна розчохнутися. Те, що вони їдуть, – ще гірше ніж розчохнутися...

– Та куди там їхати, навіть стояти на лижах – заняття не з легких. Якщо лижі (навіть стоячі) спрямовані донизу – вони поїдуть... Якщо вони направлені вверх – усе одно поїдуть. Та ще й задом!!! А якщо ВОНИ поїдуть, ВИ не доїдете... Тому лижі треба ставити впоперек.

– Якщо вам усе ж вдалося навчитися стояти на лижах, не радійте. Рано чи пізно вам доведеться таки їхати на них, попри велике бажання просто простояти весь день, або ж узагалі зняти їх і тихцем-нишком покрокувати вниз... Їхати на лижах ще складніше аніж стояти. Бо лижами треба керувати. Інакше вони керуватимуть вами. Власне, спочатку саме так воно і буває...

Варто чесно визнати – характер у некерованих лиж справді некерованийий. Це фанатики, смертники, камікадзе. Якщо дати їм волю – ви дасте дуба. У прямому значенні – у старого, товстого, твердого, дуба!

Лижник 1. Скажіть, будь ласка, а як керувати лижами?

Тренер. На усні, письмові вимоги і навіть відчайдушні благання вони не піддаються. Слухайтеся моїх вказівок, а головне, не думайте так: «А що там керувати? Стаєш на лижі і їдеш!».

Лижник 2. А як зупинити лижі?

Тренер. Хороше питання. Якщо теоретично, колись зупиняться самі. З часом. Не скоро. Але ви цього вже не побачите... А взагалі, попри видатні досягнення людства, навіть у XXI столітті люди так і не навчилися гальмувати гірські лижі інакше, як шляхом різкого повороту. Але той поворот ще треба вміти зробити! Якщо послухати мене, то поворот робиться дуже просто: «Тиснеш на ліву ногу – повертаєш направо, тиснеш на праву ногу – повертаєш наліво... Усе це, звичайно, звучить красиво, професійно і переконливо. На практиці ж, коли початківця шалено несуть його ж лижі, у нього з розпачу виникають справедливі питання: а що, власне, означає оте «натиснути на ліву ногу»; чим тиснути – рукою, ногою, лижною палкою чи, може, десь є ота кнопка, на яку треба тиснути.

– Тому єдиний і справді надійний спосіб зупинки для вас – це впасти. Але впасти треба так, щоб зупинитися, і так, щоби після цього встати... Тому падати потрібно виключно на бік.

– Наступне. Треба навчитися, власне, їздити. Дехто з початківців легковажно гадає: а чого вчитися – спрямував лижі вниз і поїхав... Можна спробувати. Але другої спроби може не бути... Якщо ви без підготовки пуститеся з вершини гори по прямій траєкторії, то траєкторія вашого життя закінчиться в дуслі он тієї грубезної смереки, зате траєкторія вздовж вашого маршруту буде якісно прочищена від багаторічних лісових насаджень... На такій шаленій швидкості може не врятувати навіть уміння гальмувати – вирушивши з цього світу, з розгону можна запросто загальмувати вже на тім... Тому для початківців краще їздити по діагоналі, роблячи якомога більше поворотів і збиваючи якомога менше людей.

– Словом, катання на лижах – задоволення неоднозначне та небезпечне. Зате якщо ви хоч раз міцно стали ногами на лижі і відчули справжнє задоволення від катання, то більше ви лижі з ніг не знімете. Принаймні самі (їх важко знімати самотужки). Тож, шановні присутні – дівчата й хлопці, старші й молодші! Гайда всі на лижі, як це роблять учні нашої школи! Лижі – це задоволення, це здоров'я! Був би сніг. І запасні ноги!

(Танець).

Учень 1. Життя прекрасне, життя чудове,
Учень 2. Коли ти юний, коли здоровий,
Учень 3. Якщо сміливо йдеш до мети,
Учень 4. А поруч друзі – він, я і ти!
Учень 5. Ми – енергійні, бо хочемо досягнути успіху в житті і бути щасливими.

Учень 6. Бути щасливими на своїй рідній землі,
Учень 7. Бути щасливими під мирним небом.
Учень 8. Пам'ятай, що Україна – це ти,
Учень 9. Пам'ятай, що Україна – це я,
Учень 10. Пам'ятай, що Україна – це ми!
Учень 4. Хай всяка болячка тікає далеко,
Учень 5. Хай діток здорових приносить лелека.
Учень 6. Тож будьте здорові, турбуйтеся про себе.
Учень 7. І буде усе в вас в житті так, як треба!
Разом. Будьте здорові! Дякуємо за увагу!

***Біжюра Інна Валентинівна,**
учитель Лeticівського навчально-
виховного комплексу № 1
«ЗОШ I-III ступенів – ліцей»*

Агітбригада «АГЕНТИ БАНЦ»

Вихід команди.

Звучить мелодія «Місія неможлива». З 0:25 с стихуємо музику.

Іванка. Агенти, провести перкличку!

Андрій. Агент 001 Валерій. Агент 002 Аня. Агент 003 Віка. Агент 004.

Валерія. Агент 005 Настя. Агент 006 Іванка. Агент 007.

Іванка. Розрахунок закінчено. Ми, агенти БАНЦ (без алкоголю, наркотиків, цигарок). Зібрались, щоб обговорити такі питання, а точніше одне – боротьба зі шкідливими звичками. Агенти, підготувати звіт!

Андрій. Провів роз'яснювальні роботи.

Віка. Підготувала агітаційні документи.

Настя. Відучила курити 40 людей.

Аня. Пояснила шкідливість алкоголю для учнів 10-х класів.

Іванка. Молодці!

Валерій. Погляньте, там хтось курить!

Іванка. А-а-а-а-а! Там хтось курить!

(Постріл 2 с).

Настя. Відучила курити 41 людину.

Іванка. Отож, ми розпочинаємо.

(Звучить мелодія пісні «Ти найкращий». Звук літака. Стишити з 0:06 с).

Іванка. Вітаємо вас на борту нашого літака і пропонуємо ознайомитись із правилами перебування на борту:

1. Щодня вставай в один і той же час, роби зарядку *(Валерій робить зарядку)*.

2. Щоранку вмивайся і чисти зуби *(Андрій чистить зуби)*.

3. Не забувай мити руки *(Аня миє руки)*.

3. Якщо чхаєш, пам'ятай про носову хустинку *(Віка чхає)*.

4. Волосся має бути завжди зачесане *(Настя гладить волосся)*.

5. Стеж за чистотою одягу *(Валерія обтріпує одяг)*.

Валерія. Ми прийшли не агітувати за здоровий спосіб життя.

Іванка. А сказати, що здоровим бути круто.

Андрій. Займайся спортом, будь сильним!

Валерій. Виступай на сцені, будь веселим!

Аня. У світі є люди, які потребують твоєї допомоги.

Настя. Радій життю, випромінюй щастя!

Валерія. Показуй позитивний приклад оточуючим, як це роблять зірки естради.

Іванка. А саме Тіна Кароль.

(Тіна Кароль «Пупсик»).

Любий, кидай ти пити,

Кидай палити

І побіжим.

Хлопче, я не жартую,

Я знаю варто тобі...

Приспів.

Да-да-да, врятуй життя.

Да-да-да, здоровим будь!

Да-да-да, врятуй себе,

Шкідливі звички ти забудь!

Іванка. Сьогодні нашим ровесникам загрожує ще два віруси – мобільний та комп'ютерний.

(Звучить пісня «Інтернет» Постскрипtum до 0:53 с. Далі зразу ж «Маріо»).

Іванка. *(Вибігає на сцену).* Здавалось, зайшов в Інтернет на хвилинку і сам не помітив, як застряг на годинку. За нею і друга, а там уже й третя. А я все сиджу і сиджу в Інтернеті, і так кожен день. І не зчувся, як маю з власним здоров'ям проблем я чимало: і спина болить, і очі не бачать, затерпло все тіло, і дихати важко *(Валера демонструє).*

Валерій. До лікаря треба, бо зовсім уже тяжко...

Виходить лікар, розгортає великий згорток.

Валерій. Лікарю, це що – лікарняний?

Андрій. Ні, це список ліків, які тобі необхідно купити.

(Усі імітують запаморочення).

Іванка. Щоби бути здоровим, не потрібно наслідувати вчинки інших.

Андрій. Навпаки, сьогодні в моді здоровий спосіб життя.

Аня. Неправда, що без цигарок, алкоголю і наркотиків тебе не поважатимуть.

Віка. Знай собі ціну, і тебе цінуватимуть інші люди.

Валерія. Думай про себе, а не про те, що подумають про тебе.

Настя. Живи своїм, здоровим життям, адже в тебе так багато можливостей.

Іванка. Розвивай власний авторитет. Будь здоровим!

Іванка. Майбутнє за тобою, якщо ти смілива людина і сміливо робиш крок уперед.

(Звук сирени).

Іванка. Увага, нас викликають. Агенти, розійтись на завдання!

(Фінальна пісня «Ми прагнемо змін» з 15 с). Співати з 0:33 с.

Ти сам обрав кращий свій шлях,

Здоровим будь завжди!

Все, що в нас є, нам дороге.

Наша віра веде нас в майбуття.

В країні нове життя.

Україно, у тебе нове – покоління.

Приспів.

Ми прагнемо змін! Змін потребують серця!

В наших душах здорова нація, щаслива сім'я!

Агенти Банц – на сторожі стоять!

Україно, ми твоє майбуття!

*Демків Ольга Юріївна,
педагог-організатор
Летичівського навчально-
виховного комплексу № 2
«ЗОШ I-III ступенів – гімназія»*

Агітбригада «МАЙБУТТЯ»

Вихід (танець) Dan Balan – Numa Numa 2 (feat. Marley Waters).

Представлення.

Фон. «Друга Ріка» – Назавжди / На На Ма На.

Синявська Анна. Вас вітає агітбригада Летичівського НВК № 2 «Майбуття»!

Наш девіз:

Разом.

Впевнено ідемо в майбуття,
Ми за здоровий спосіб життя!

Фон. Joakim Karud-Dreams.

Кліманський Денис. Щоб здоров'я гарне мати,

Горбатюк Оксана. Щодня потрібно про нього дбати.

Шпитецька Софія. І сьогодні ми зустрілись, щоби про це всім нагадати.

Кондратюк Юля. Ти зі спортом в ногу йди, тільки так дійдеш мети!

Кармазіна Яна. Тільки правильно харчуйся і про себе ти піклуйся!

Мінус пісні Allstars MOZGI Ent. – Промінь.

Танець.

Кожен день по розпорядку

Маємо робить зарядку.

Для здоров'я вона – плюс,

Намотай собі на вус.

Бо здоров'я – це прекрасно,

Здорово, чудесно, ясно.

Як тобі це пояснити?

HealthyStyle!

Хто до спортзалу ходить, той і не сумує.

Усмішка з його вуст не сходить,

Щось в наушниках римує.

Здоров'я – це є щастя, і його ти сам не купиш.

Тому ми посилаєм від команди вам свій промінь!

Приспів.

Здоров'я вбережи –
Це головне в житті.
Зі спортом прямою завжди,
Будеш красивим ти.
Здоров'я вбережи –
Це головне в житті.
Зі спортом прямою завжди!
Будеш завжди красивим ти!

Статистика (діти утворюють квітку з різнокольорової тканини).

Фон. Lauv – The Story Never Ends.

Шпитецька Софія. За даними статистики, у нашій країні 9 мільйонів активних курців.

Разом. Скажемо НІ курінню!!! (*Показати «КУРІННЮ – НІ»*).

ОБЕРЕМО СПОРТ!

Фон. Queen – We Are The Champions.

Шпитецька Софія. 40 % дітей в Україні вживають алкоголь.

Разом. Скажемо НІ алкоголю!!! (*Показати «АЛКОГОЛЮ – НІ»*).

ОБЕРЕМО ТАНЦІ.

Фон. Заставка танців із зірками.

Шпитецька Софія. Приблизно 182 млн людей на планеті мають інтернет-залежність.

Разом. Скажемо НІ інтернет-залежності!!! (*Показати «НІ ІНТЕРНЕТУ»*).

ОБЕРЕМО КНИГИ.

Фон. Hedwig's theme – Harry Potter.

Фон. The Score – Unstoppable.

Кондратюк Юля. Найбільше багатство – здоров'я людини.

Горбатюк Оксана. А люди здорові – багатство країни.

Кармазіна Яна. А будуть здоровими діти рости,

Редколіс Марина. То буде країна багатством цвісти!

Тарілка здорового харчування.

Синявська Анна. Поговоримо про шкідливі продукти харчування і чудову альтернативу їм – смачну та корисну їжу.

Шпитецька Софі. В усьому світі вже 387 мільйонів осіб живуть із хворобою цукрового діабету.

Разом. Скажемо НІ фастфудам!!! (*Обертаємо фото – зернові продукти*).

Кліманський Денис. Виявляється, що у світі приблизно 640 мільйонів людей мають надмірну вагу.

Разом. Скажемо НІ солодошам та газованим напоям!!! (*Обертаємо фото – фрукти та овочі*).

Кармазіна Яна. Україна на другому місці в Європі за темпами поширення раку. Учені довели, що однією з причин виникнення раку є генетично модифікована їжа.

Разом. Скажемо НІ ГМО!!! (*Обертаємо фото – білки, риба, м'ясо*).

Горбатюк Оксана. Дотримуйся здорового харчування.

Разом. Харчуйся правильно!

Мінус пісні Imagine Dragons – Believer.

Танець.

Сонце, вода, повітря тебе від хвороби вбережуть.

Не забувай обливатися водою, в цьому сенс.

В цьому є великий сенс.

Довго у ліжку не лежи, на пробіжку ти біжи.

І уранці зарядку не забудь та зроби.

В цьому є великий сенс.

Бо здоров'я – це багатство, його треба берегти,

Щоб життя прожити довге. Час до розуму прийти.

Бо здоров'я не придбаєш ти за гроші, пам'ятай!

Бо від Бога його маєш, ти про це не забувай!

Приспів.

Здоров'я оберемо і станемо сильні, ми сильні!

І у 90 будем ми спортивні, активні.

Ми розкажемо, як зберегти здоров'я вам.

Бо хто тоді, якщо не ми.

Здоров'я оберемо і станемо сильні, ми сильні!

Фон Axwell & Ingrosso – More Than You Know.

Куб-пазл.

Кліманський Денис. Наша школа є активним учасником Всеукраїнського проєкту (*разом*) Healthy school. Тому ми за правильний режим праці і відпочинку!

Кармазіна Яна. Ми за здоровий спосіб життя!

Кліманський Денис. Ми за правильне харчування!

Кармазіна Яна. Ми за активний відпочинок!

Кліманський Денис. Ми за спорт!

Разом. Упевнено йдемо в майбуття – ми за здоровий спосіб життя!

Кліманський Денис. Ми закликаємо вас бути сильними, активними та позитивними.

Флешмоб «Хто найкраща молодь у світі».

Синявська Анна. Нам є з чого вибирати.
Шпитецька Софія. Нам є де застосовувати свою молодість і талант.
Кліманський Денис. Ми обираємо спорт!
Горбатюк Оксана. Ми обираємо музику!
Кармазіна Яна. Ми обираємо танці!
Редколіс Марина. Ми обираємо життя!
Синявська Анна. Бережіть здоров'я, зміцнюйте і примножуйте його.
Разом. З вами була команда «Майбуття». До нових зустрічей!

Список використаних джерел та літератури:

1. STOPMUSIC [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://stopmusic.net/>
2. Інформаційне агентство УНІАН [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.unian.ua/society/719422-tsukroviy-diabet-virok-dlya-gromadyan-bidnih-krajn.html>
3. УКРАЇНСЬКА ПРАВДА – новини онлайн про Україну [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://life.pravda.com.ua/society/2016/04/1/210419/>
4. ЖУРНАЛІСТИ ПРОТИ КОРУПЦІЇ – Всеукраїнське об'єднання. НАЦІОНАЛЬНИЙ РУХ ЗА СПРАВЕДЛИВІСТЬ [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://pero.org.ua/zdorovja-ta-krasa/ukrayina-na-drugomu-mistsi-v-sviti-pislya-chili/>
5. Вікіпедія. Вільна енциклопедія [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://uk.wikipedia.org/wiki/Алкоголізм_в_Україні
6. Еспресо TV – Український погляд на світ! Новини України і світу [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://espresso.tv/news/2014/12/22/blyzko_182 mln_lyudey_na_planeti_mayut_internet_zalezhnist_doslidzhennya

*Олійник Іванна Вікторівна,
педагог-організатор Нетішинської
ЗОШ I-III ступенів № 2*

Агітбригада «АНТИВІРУС»

Мінівистава «МИ ОБИРАЄМО ЗДОРОВ'Я!»

*Звучить фонограма пісні «Усе пучком» Потапа і Насті Каменських.
На сцену вибігають усі учні-учасники агітбригади (4 дівчини і 3 хлопці).
Учасники співають.*

Учениця 1 (капітан). Мене звати Віка. Знайомтесь, панове:

Стоїть перед вами команда чудова!
Сюди принесло нас новими вітрами!

Анумо, співайте із нами!

Усі разом. Все пучком! А у нас все пучком!

Якщо прямо не пролізем – ми пройдем бочком!

Все пучком! А у нас все пучком!

Якщо нас не підвезуть – підемо пі-ше-чком!!!

Учні пританцьовують. Учениці 1, 4 та учень 3 вибігають за куліси.

Музика затихає.

Учениця 2 продовжує танцювати.

Учень 1. Яся! Досить! Ти чого розходилася?! Ми прийшли сюди про здоров'я людям розказувати, а ти скачеш, як коза!

Учень 2. Ага. І, взагалі, чому це ти така весела?! Мабуть, через 12-ку з фізики?

Учениця 2. *(Дістає з кишені шоколадку, розгортає, відкушує).* А от і не вгадав: я просто систематично поповнюю запас гормону щастя... шоколадом... *(Жує).*

Учениця 3. *(Ображено).* Яся, а як же діста?! Ми ж з тобою домовилися їсти одні овочі! *(Дістає з кишені морквину, відкушує).*

Учениця 2. А я так і роблю. От дивіться: шоколад роблять із какао-бобів, а боби – це овочі; цукор роблять із цукрових буряків, а буряки – це також овочі... Виходить, шоколадка – це теж овоч! Отже, вона корисна для здоров'я і зовсім не шкодить фігурі!

Учень 1. О, Владе, ти питає, що таке жіноча логіка? Дивись: оце вона і є...

Звучить музична заставка («Тема долі» Бетховена).

На сцену виходять учениці 1, 4 та учень 3 з плакатами (аркуші паперу А-4, на одній стороні яких надруковані великі літери З, Д, О, Р, О, В', Я, на іншій – малюнки-символи).

Музика затихає.

Учень 3. *(Обурено).* Народ, ми ж мали почати із серйозного... Ви що, виступ вирішили зірвати?!

Учениця 4. *(Обурено).* А я вам казала, що не потрібно їх залишати. А ви: плакати забули, плакати забули!

Учениця 1. *(Строго).* Так, «Антивірус», слухай мою команду! Плакати розібрати! Слова пригадати! Агітацію розпочати!!!

Звучить музика.

Учні розбирають плакати з літерами.

Шукуються. Говорять, показуючи плакати з відповідними літерами.

Учениця 2. Зважено зараз я заявляю:

Здоров'я – це золото, запам'ятай!

Учень 1. Добре з дитинства із днини у днину

Про нього, мій друже, ти думай і дбай!

Учениця 3. Очі відкрий і відкинь всі образи,

Оптимістично навкруг озирнись.

Учень 2. Рухайсь рішуче і розвивайся,

Радістю й розумом завжди ділись.

Учениця 4. Обов'язково будь обережним,

Бо обережність потрібна завжди.

Учень 3. Вибери власний правильний вектор.

Правильну дорогу собі віднайди.

Учениця 1. Ясно як день, що життя яскравіше,

Якщо здоров'я у тебе міцніше!

Звучить музика.

Учні роблять поворот на 360°, говорять та по черзі повертають плакати іншою стороною (малюнки-символи).

Учениця 1. Пропонуємо вашій увазі 7 правил здорового способу життя!

Перед кожним правилом звучить музичний акцент.

Учениця 2. Правило № 1. Правильне здорове харчування! Як говорив давньогрецький лікар Гіппократ: «Їжа повинна бути нашими ліками, а не ліки їжею». (На плакаті – яблуко).

Учень 1. Правило № 2. Активність, активність і ще раз активність! Пам'ятаймо крилатий вислів Михайла Мамчича: «У природі ледарів немає, Земля – і та крутиться!». (М'яч).

Учениця 3. Правило № 3. Ні – шкідливим звичкам! Китайський філософ Конфуцій сказав: «Здолати шкідливі звички можна тільки сьогодні, завтра – буде пізно». (Знак «STOP»).

Учень 2. Правило № 4. Повноцінний сон! Відомий американець Бенджамін Франклін стверджував: «Нічого зайвого. Рано лягати і рано вставати – ось що робить людину здоровою, багатою і розумною». (Годинник-будильник).

Учениця 4. Правило № 5. Особиста гігієна та дбайливе ставлення до себе! Польський поет Станіслав Єжи Лец і в прямому, і в переносному сенсі заявляв: «Усе в руках людини! Тому мийте їх частіше». (Мило).

Учень 3. Правило № 6. Позитивний настрій та оптимізм! Слова американської письменниці Гаррієт Бічер переконують: «Гарний настрій робить терпимими всі речі». (Смайлик).

Учениця 1. Правило № 7. Моральне здоров'я! Зверніть увагу на вислів французького письменника Блеза Паскаля: «Про моральні якості людини

треба судити не за окремими її зусиллями, а за її повсякденним життям». (*Серце*).

Учень 1. Ну а з твердженням німецького філософа Артура Шопенгауера неможливо не погодитися: «Дев'ять десятих нашого щастя залежать від...

Усі разом. Здоров'я!!!». (*Одночасно повернувши плакати іншою стороною*).

Звучить музика.

Хлопці забирають плакати і вибігають за куліси.

На сцені залишаються дівчата.

Учениця 4. Ой, дівчата... Я тут недавно трохи прихворіла. А одужавши, зробила феноменальний висновок: це ж скільки, виявляється, потрібно втратити здоров'я, щоб отримати довідку, що ти здорова!!!

Учениця 2. До речі, ви знаєте, що в нашій дитячій поліклініці останнім часом учням ставлять нові, дуже цікаві діагнози?

Учениця 1. Ну і які це?!

Учениця 2. А ось такі: вірусний сачконіт та хронічний брехніт!

Учениця 3. Ага, а ще – гостре двостороннє запалення хитрості!

Учениця 1. Точно, у наших хлопців це частенько... (*Помічає хлопців, які виходять на сцену*). О, дивіться, ідуть. Зараз усі симптоми будуть, як то кажуть, на обличчя!

На сцену виходять хлопці.

Учень 1. Дівчата, а ми тут цікаву інформацію розкопали!

Учениця 1. (*Із сарказмом*). Ага, цікаво де копали?!

Учень 2. В Інтернеті! Ми просто, на відміну від деяких, з технікою дружимо... (*Вихваляючись, показує айфон*). От послушайте!

Хлопці роблять вигляд, що читають із телефонів.

Дівчата слухають із недовірою.

Учень 3. З біблійних переказів відомо, що перші люди жили до 700 років!

Учень 1. Учені розраховали, що життєвий потенціал людини розрахований на 400 років!

Учень 2. Науковці довели, що нормальна тривалість життя людини – 150 років!

Учень 3. Відомо, що багато видатних людей минулого творили в поважному віці 90 і більше років!

Учень 1. На сьогодні середня тривалість життя європейців – 82 роки.

Учень 2. А середня тривалість життя українців – лише 57 років... Така ось правда...

Учениця 4. Дівчата, а хлопці таки не обманюють. На жаль, сучасні українці міцним здоров'ям та довголіттям похвалитися не можуть...

Учениця 1. Проте ще не все втрачено! Ми, молодь, знаємо, що наше здоров'я залежить від таких основних чинників:

Учениця 2. Від спадковості – на 20 %!

Учениця 3. Від рівня медицини – на 10 %!

Учениця 4. Від екології – на 20 %!

Учениця 1. Ну а від способу життя – аж на 50 %!

Учень 1. Тому ми закликаємо всіх і кожного:

Усі разом. Здоров'я – це скарб! Тож його зберігайте!

Правильний спосіб життя обирайте!

Учениця 1. А ще пам'ятайте слова Василя Симоненка: «Ти на землі –

Усі разом. Людина!

Учениця 1. І хочеш того, чи ні:

Усмішка твоя –

Усі разом. Єдина!

Учениця 1. Мука твоя –

Усі разом. Єдина!

Учениця 1. Очі твої –

Усі разом. Одні!!!».

Звучить фонограма пісні гурту Mad Heads XL «Надія є».

Хлопці виходять за куліси. Дівчата співають.

Надія є

Слова та музика Вадима Красноокого

1. Коли опустилися руки,

Коли потемніло в очах,

Не знаєш ти, як далі бути,

На що сподіватись хоча б.

Не можеш, не віриш, не знаєш,

Не маєш куди утекти.

Хай кажуть – чудес не буває,

Та мусиш для себе знайти!

Приспів. Допоки сонце сяє, поки вода тече.

О-о-о-о! Надія є.

Лиха біда минає, просто повір у це.

О-о-о-о! Надія є.

2. Тобі вже нічого не треба,
Бо ти вже нічого не встиг.
Здається, що всі проти тебе,
А, може, то ти проти всіх?
Не можеш позбутися болю,
Не знаєш, чи прийде весна.
Ти можеш не вірити в долю,
Але в тебе вірить вона!

Перед останнім приспівом на сцену виходять хлопці з державними прапорами; розмахують прапорами в такт музики.

Музика затихає.

Учениця 1. З вами була агітбригада...

Разом. «Антивірус»! Ми обираємо здоров'я!!!

Звучить музика.

Учні вклоняються та виходять за куліси.

Список використаних джерел та літератури:

1. Артур Шопенгауер [Електронний ресурс]. Режим доступу: Сайт «Будьмо здорові». <http://healthy.pp.ua/tsytaty-vidomyh-lyudej-pro-zdorovyj-sposib-zhyttya/>
2. Бенджамін Франклін [Електронний ресурс]. Режим доступу: Сайт «Українською». <http://tsytaty.ukrayinskoyu.pro/zdorovya-2.html>
3. Блез Паскаль [Електронний ресурс]. Режим доступу: Сайт «Журнал «Отрок. ua»». http://otrok-ua.ru/ua/sections/art/show/blez_paskal-1.html
4. Гаррієт Бічер Стоу [Електронний ресурс]. Режим доступу: Сайт «Цитати і афоризми». <http://tsitaty.blogspot.com/2011/08/tsytaty-pro-harnyy-nastriy.html>
5. Гіппократ [Електронний ресурс]. Режим доступу: Сайт «Академія здоров'я». http://www.zid.com.ua/ukr_creativework/tsilyuscha-ekzotyka
6. Конфуцій [Електронний ресурс]. Режим доступу: Сайт «Афоризми». <http://aphorism.org.ua/search.php?keyword=%CA%CE%CD%D4%D3%D6%B2%C9>
7. Красноокий Вадим. Надія є [Електронний ресурс]. Режим доступу: Сайт «Наше. Тексти пісень». <http://nashe.com.ua/song/1111/album/105/>
8. Мамчич Михайло [Електронний ресурс]. Режим доступу: Сайт «Афоризми». <http://www.aphorism.ru/authors/mikhail-mamchich.html>

*Олійник Іванна Вікторівна,
педагог-організатор Нетішинської
ЗОШ I-III ступенів № 2*

Агітбригада «АНТИВІРУС»

Мінівистава «У ЗДОРОВОМУ ТІЛІ – ЗДОРОВИЙ ДУХ!»

Перед початком виступу на сцену гордовито виходить учень 3 з відром. Мовчки ставить його збоку сцени і виходить за куліси.

Звучить музика.

На сцену по черзі виходять троє хлопців та троє дівчат (крім учениці 4).

Музика затихає.

Усі разом. Привіт усім!

Учениця 1. Ми – агітбригада

Усі разом. «Антивірус»!!!

Учень 1. Наш девіз:

Усі разом. «Наше здоров'я – у наших руках!».

З-за куліс виходить учениця 4, переодягнена лікаркою.

Лікарка (строго). Та-а-ак! Я не зрозуміла, а ви руки мили, перш ніж здоров'я брати?!

Усі (перелякано). Мили! Мили! (Показують руки).

Лікарка. От і добре. Бо здоров'я – річ цінна, а іноді – ще й дуже непередбачувана!

До лікарки підходить учень 1. Інші непомітно йдуть за куліси.

Учень 1 (улесливо). Непередбачувана, кажете... А це як?

Лікарка. Як, як? Дуже просто! От уяви ситуацію: завтра в тебе контрольна з математики, а ти – ну ні в зуб ногою. Цілий вечір ти мрієш захворіти, мокнеш під дощем, об'їдаєшся морозивом... Але, як на зло, з цього нічого не виходить. І в результаті – 2 бали за контрольну.

Учень 1. Ну? І що далі?

Лікарка. Як що? У п'ятницю в школі дискотека! А твоє бажання раптом здійснюється. Усі танцюють, веселяться, а ти – вдома з температурою 39! Ну, і який висновок ти зробиш?

Учень 1 (обурено). Який, який... Якби не та клята математика – танцював би і я на дискотеці!!!

Музика.

Учениця 4 та учень 1 ідуть за куліси. На сцену виходять усі інші учні.

Учениця 1. Жарти – жартами, а якщо серйозно, то в сучасному світі людині як ніколи потрібно дбати про своє здоров'я.

Учениця 2. Адже здоров'я наше – скарб безцінний,
Оберігати треба його сумлінно!

Учениця 3. Здорову їжу треба споживати,
І про шкідливі звички забувати!

Учень 2. Фізичні вправи, біг, стрибки на місці
З палінням, я скажу вам, не сумісні!
Учень 3. Футбол, хокей, спортивні тренування
Не мають з алкоголем поєднання!
Усі разом. Ну, а наркотики – табу і заборона
Для тих, хто дорожить своїм здоров'ям!

Музика.

Четверо учнів ідуть за куліси. Залишається учениця 3.

Учениця 3. А в нас – життєва ситуація. Зранку після зустрічі Нового року чоловік телефонує у «Швидку».

Учениця 3 йде за куліси. На сцену виходять чоловік (учень 1) та лікарка (учениця 4). Чоловік знервовано набирає номер на телефоні. Чути телефонний дзвінок.

Чоловік. Алло! Алло!!!

Лікарка. Слухаю.

Чоловік. Це «Швидка»?!

Лікарка. «Швидка».

Чоловік. Приїжджайте швидше!!!

Лікарка. Що у вас сталося?

Чоловік. Моїй дружині дуже погано! У неї приступ!!!

Лікарка. А які симптоми?

Чоловік. Ой, симптоми дуже серйозні! Уявляєте – у нас на кухні стоїть білий кінь, а вона його не бачить!!!

Музика.

Чоловік та лікарка йдуть за куліси. Виходять усі інші учні.

Учениця 1. На жаль, подібних «горе-чоловіків» у нашій країні дуже багато. А виною цьому найчастіше є алкоголь.

Учениця 2. За статистикою 10-15 % працездатного населення України страждає на алкоголізм.

Учениця 3. Щороку понад 40 тисяч людей різного віку помирають від хвороб та нещасних випадків, спричинених уживанням алкоголю.

Учень 2. Страшна статистика в Україні і щодо наркотиків. За різними даними наркотичні речовини вживають від 1 до 1,5 мільйона осіб.

Учень 3. Від передозування наркотиками і хвороб, пов'язаних з їх уживанням, в Україні щороку помирає понад 100 тисяч людей.

Учениця 1. Паління не відстає в цій сумній статистиці від алкоголю та наркотиків.

Учениця 2. Усього в Україні нараховується приблизно 9 мільйонів тютюнозалежних людей.

Учениця 3. Щорічно в Україні від хвороб, спричинених палінням, помирає майже 120 тисяч осіб.

Учень 2. Шокуючі цифри, чи не так? Але все це – реальні факти. І над ними варто задуматися.

Учень 3. А щоб уберегтися від таких страшних наслідків, потрібно витратити свій час, енергію та кошти лише на корисні та правильні речі!

Звучить фонограма.

Хлопці вибігають за куліси. До дівчат приєднується учениця 4 та учень 3. Дівчата одягають українські віночки. Учень 3 разом із дівчатами співають під мелодію пісні «Орися» гурту «Мандри».

1. Ой не пали-пали, Орисю, цигарки із фільтром.

Ой не пали-пали, Орисю, а грай на сопілці.

Ой-гой, дриці, дриці, ой-гой, дриці, дриці.

Не пали-пали, Орисю, а грай на сопілці. *Двічі.*

2. Ой не пий, не пий, Орисю, спиртнії напої,

Ой не пий, не пий, Орисю, а співай у хорі.

Ой-гой, дриці, дриці, ой-гой, дриці, дриці.

Ой не пий, не пий, Орисю, а співай у хорі. *Двічі.*

3. Ой не вживай-вживай, Орисю, зілля наркотичне.

Ой не вживай-вживай, Орисю, – розвивайсь фізично.

Ой-гой, дриці, дриці, ой-гой, дриці, дриці.

Не вживай, Орисю, зілля, – розвивайсь фізично. *Двічі.*

4. Про усі шкідливі звички треба забувати,

Щоб здоровим і щасливим себе почувати.

Ой-гой, дриці, дриці, ой-гой, дриці, дриці.

Бо здоров'я – головне, всім треба пам'ятати! *Двічі.*

Музика.

Дівчата знімають віночки. На сцену виходять хлопці з плакатами в руках. Роздають їх дівчатам. На кожне слово ТАК та НІ учні піднімають відповідні плакати.

Учень 1. Ми цигаркам сьогодні кажем

Усі разом. Ні!

Учень 2. І алкоголю також кажем

Усі разом. Ні!

Учень 3. Наркотикам ми твердо кажем

Усі разом. Ні!

Усі разом. Усім шкідливим звичкам – дружнє НІ!

Учень 1. Хокею і футболу кажем

Усі разом. Так!

Учень 2. Й, звичайно, баскетболу тільки

Усі разом. Так!

Учень 1. Гімнастиці і боксу наше

Усі разом. Так!

Усі разом. Всім іншим видам спорту – дружнє ТАК!

Учні кладуть плакати та віночки на підлогу.

Учениця 1. Наше здоров'я – у наших руках!

Ми заявляємо сміливо!

Учениця 2. Хто вибирає правильний шлях –

Житиме довго й щасливо!

Учениця 3. Звички шкідливі ведуть до біди –

Запам'ятайте, будь ласка!

Учениця 4. Про власне здоров'я дбайте завжди –

І буде життя, мов казка!!!

Звучить фонограма.

Фінальна пісня (на мелодію пісні «Adventure of a lifetime» групи «Coldplay»).

Щасливий, що живу!

1. А життя іде. Воно складне,

І у вир його несе мене.

Та прагну я кожен день

Не здаватись.

2. А життя іде. Воно одне.

І ти, мій друг, почуй мене.

Ти подивись – навкруги

Мов діаманти.

Приспів. Я чую, як серце б'ється.

Я чую його незмінний ритм.

Я чую, як серце б'ється.

Я вдячний за це.

А життя – воно одне.

Не помітиш, як мине.

А життя, неначе мить.

Научись його любити.

І у сні, і наяву

Я щасливий, що живу!

Живу! 12 разів.

Музика.

Учасники агітбригади беруться за руки, вклоняються і виходять за куліси.

Раптово зупиняються.

Усі разом (до учня 3). А відро?!
Учень 3 повертається. Бере відро.
Учень 3 (розчаровано). Ех... Не знадобилося!!!
Музика.
Виходить за куліси. Слідом за ним – усі учасники команди.

Олійник Іванна Вікторівна,
педагог-організатор Нетішинської
ЗОШ I-III ступенів № 2

Агітбригада «АНТИВІРУС»

Звучить музика. На сцену виходять усі учасники команди: з однієї сторони – троє, з іншої – четверо учнів. Дівчата бадьорі, веселі. Хлопці сонні, похмурі. Музика затихає.

Учениця 1. Усім привіт! Ми – агітбригада...

Усі разом (дівчата весело і голосно, хлопці мляво і тихо). «Антивірус»!

Учениця 1. Наш девіз:

Усі разом (дівчата весело і голосно, хлопці мляво і тихо). Ми за здоровий спосіб життя!!!

Учениця 1 (Обурено). Так, хлопці, я не зрозуміла, що з вами?!

Учень 1. Та ми це... як його... слова забули...

Учениця 2. Ну ось. Усе як завжди. Я так і знала...

Учениця 3. Ох, і навіщо ти, Олю, хлопців у команду запросила?

Учениця 4. Ага, точно! От була б у нас суто дівчача команда – ото була б фішка!

Учениця 5. Дівчата, та не чіпляйтеся ви до хлопців! Що не бачите. вони гуляли допізна, не виспалися...

Учениця 2. А от і даремно. Міцний сон, між іншим, невід'ємна складова міцного здоров'я!

Учениця 3. А ще – бадьорого самопочуття!

Учениця 4. І, звичайно, – гарного настрою!

Учень 2 (іронічно). А ви, дівчата, можна подумати, виспалися...

Учениця 1. Звичайно, виспалися! Вчасно лягли, легко встали, от і бадьорі!

Учень 1. Ой-ой-ой! Бадьорі! Це ще треба довести!

Дівчата разом. Залюбки! Друзі, танцюймо всі разом!!!

Звучить музика. Хлопці йдуть за куліси.

Танцювальний флешмоб. Дівчата танцюють разом із глядачами в залі.

Під кінець танцю до дівчат приєднуються хлопці.

Учениця 2. О, дивіться, дівчата, наші хлопці прокинулися!

Учениця 3. Ще б пак, від такої музички і вся зала прокинулася!

Учениця 4. Так, але нам цього недостатньо. Треба ще зібратися і не тупити!

Учениця 5. Ну, хлопці, то що ви скажете?!

Учень 1. Що, що? Сон здоровий для людини
Необхідним є щоднини!

Учень 2. Щоб бадьорим вранці встати,
Треба вчасно спать лягати!

Учениця 1. Нам усім тепер наука:

Сон міцний –

Усі разом. Важлива штука!

Музика.

Хлопці вибігають за куліси.

Учениця 2 (до учениці 1). Олю, слухай, а ти що знову на дієту сіла?!

Учениця 1. Так, а що?

Учениця 2. Та нічого... Просто я тобі на день народження хотіла отакенний букет із повітряних кульок подарувати. Але, мабуть, краще не треба...

Учениця 1. Але чому?!

Учениця 2. Ага! А я тебе де потім ловити буду?!

Звучить запис сміху.

Учениця 3. Щоб на дієти вам не сідати,
Правил потрібно лиш декілька знати.

Учениця 4. Овочі, фрукти, їжа здорова –
Ось харчування надійна основа!

Учениця 5. Гарний сніданок, поживний обід
Вам допоможуть навчатись як слід.

Учениця 1. А їжі, що шкодить тобі і мені,
Впевнено й дружно ми скажемо

Разом. Ні!!!

Музика.

На сцену виходять хлопці: один у боксерських рукавицях, у ластах і окулярах для пірнання, другий – з фехтувальною рапірою, у захисному шоломі і на лижах.

Учениця 1. О, Боже! Дівчата, погляньте! По ходу, це вже ми спимо...

Учениця 2. Ага, і нам що кошмари сняться?!

Учениця 3. Та ні. Мабуть, комедія!

Учениця 4. Ну, хлопці, ви не перестаєте нас дивувати! Що це за безглузда імпровізація?!

Учень 1. Дівчата, що таке?! У сценарії написано «Рекламна пауза». От ми і рекламуємо наші улюблені види спорту. Я – бокс та дайвінг!

Учень 2. А я... Ці, як їх? А, фехтування та біатлон!

Учениця 1. Так, ну все, хлопці, ви мене таки дістали! Взяли і зірвали нам виступ! Дійсно, і навіщо я вас у команду покликала!!!

Учениця 2. Олю, спокійно. Не нервуйся! Це шкідливо!

Учениця 3. Точно-точно. Адже, як відомо, на нервовому підґрунті розвивається 45 % усіх хвороб...

Учениця 5. Так, хлопці! Не нервуйте нам капітана! І, взагалі, збили нас із сценарію, то беріть і викручуйтеся!

Музика.

Дівчата ображено відвертаються. Хлопці розчаровано знімають із себе та кладуть на підлогу весь спортивний інвентар.

Учень 2. Ех, Владе, бачиш, імпровізація – це, звісно, непогано, але слова вчити таки треба було... То як викручуватися будемо, друже?

Учень 1. Як, як? Логічно! Я ось послухав сьогодні дівчат і дійшов висновку. Виходить, якщо я вчасно лягатиму спати, відмовлюся від чіпсів і не буду нервуватися через якусь там двійку з математики – я буду абсолютно здоровим!!!

Учень 2. Ну, не знаю, мабуть, не зовсім...

Учень 1. Але чому?!

Учень 2. Тому що також обов'язково потрібно вести активний спосіб життя, по можливості займатися спортом та однозначно не мати шкідливих звичок!

Учень 1. Правда, дівчата?!

Дівчата разом (повертаючись до хлопців). Правда, правда!!!

Музика.

Учениця 1. О, хлопці, це вже інша справа! Що ж, давайте підсумуємо!

Учениця 2. Ми цигаркам сьогодні кажем

Усі. Ні!

Учениця 3. І алкоголю також кажем

Усі. Ні!

Учениця 4. Наркотикам ми твердо кажем

Усі. Ні!

Учениця 5. Страшним хворобам – наше дружнє...

Усі. Ні!

Учень 1. Ми боксу й біатлону кажем

Усі. Так!

Учень 2. І дайвінгу сьогодні кажем

Усі. Так!

Учень 1. Звичайно, фехтуванню кажем

Усі. Так!

Учень 2. Всім іншим видам спорту – дружнє...

Усі. Так!

Учениця 1. Ну що ж, непогано! А зараз давайте пригадаємо всі основні складові здорового способу життя.

Учениця 2. Повноцінний сон та відпочинок!

Учениця 3. Корисна їжа та правильне харчування!

Учениця 4. Спорт та активний спосіб життя!

Учениця 5. Відсутність шкідливих звичок!

Учень 2. Спокій та душевна рівновага!

Учень 1. Ну і, звичайно,...

Усі разом. Гарний настрій та оптимізм!!!

Звучить фонограма пісні «Лови момент» із репертуару гурту «Антитіла».

Учасники команди співають фінальну пісню.

Заглядай у очі, лови на телефон

Ці миті, коли нам добре.

Чудово, що сьогодні зібралися разом

Сказати слово про здоров'я.

Зніми цю мить, на ній ми такі класні.

Життя летить, екрани старі гаснуть.

Лови момент, ці кадри такі шалені.

Це наше місце, тут на цій сцені!

Малюй собі, малюй собі мрії,

Малюй собі без ламаних ліній.

Хай гасло це, хай гасло це лине. *4 рази.*

Все буде так, як треба нам,

Кожен атом має план.

Учениця 1. З вами була агітбригада...

Усі. «Антивірус»!

Ми за здоровий спосіб життя!!!

Музика.

Учасники агітбригади беруться за руки, вклоняються і вибігають за куліси.

*Павлик Віра Миколаївна,
педагог-організатор
Струзької ЗОШ І-ІІІ ступенів
Новоушицького району*

Агітбригада «СЛУХАЙ СЕРЦЕ!»

Під супровід пісні «Прогноз погоди» групи «Дискотека Аварія» та Крістіни Орбакайте учасники виконують танець. На фоні музики звучать слова:

1. Усім добридень! В ефірі передача «Життєвий прогноз». Сьогодні ми поговоримо про життєво-погодні умови. Адже природа і людина – це єдине ціле. Саме їй ми зобов'язані своїм існуванням. Господь подарував нам красу життя. Та не всі змогли оцінити такий дорогоцінний подарунок. Тому життєво-погодні умови не радують.

2. На території України переважає не зовсім втішна погода. Небо затягують хмари байдужості. Холодні вітри наркоманії пронизують Україну з усіх сторін.

3. Температурно-життєві показники ідуть на зниження. Зменшується народжуваність. Зростає смертність.

4. Сонячні промені є в кожному регіоні. Але їм доводиться пробиватися крізь їдкий туман куріння та долати шквали алкоголізму.

5. Та не втрачайте надії, адже за вікном – весна. А, отже, сонячна погода незабаром пануватиме на всій території України. Про це запевняють вас учасники нашої команди «Слухай серце».

1. Майбутнє світле – то лиш наша справа,
Лиш наших рук і совісті, й ума.

Кивать на когось ми не маєм права,
Та і кивать на кого нам нема.

2. На світі можна жить без еталонів,
По-різному дивитися на світ:

Широкими очима, з-під долоні,
Крізь пальці, у квартиру, з-за воріт.

3. Від цього світ не зміниться нітрохи,
А все залежить від людських зіниць –
В широких відіб'ється вся епоха.

У звужених – збіговисько дрібниць.

4. Послухай серце – серце не обмане.

Воно лиш скаже: «Я люблю життя.

Без різних проявів страшеного дурману,

З якого вже немає вороття».

5. Нехай же сонечко вам світить довгожданне,
Хай лиш щасливим буде завжди майбуття.

Послухай серце – серце не обмане.

Воно говорить: «Я люблю життя!».

1. Сьогоднішнє життя розпутнє – то важка проблема.

Для молодих – завжди в житті дилема.

Літ сто тому зовсім не так жилось.

Ми ж класиків перефразуєм й ось:

«Дівиця, всім давно відома Проня,

Вже дуже знудилась сердешна в пансіоні.

Щось цікавіше їй хотілось пошукати,

Тому манірно стала так зітхати.

(Під музику з кінофільму «За двома зайцями» з'являється Проня Проконівна).

Проня. Ой, що робить? Який то жах!

І сповиває душу страх.

А серце тьохкає, шкварчить,

Де б папіроску підкурить?

Як вже набрид той пансіон,

Французька, гами знов і знов.

Де ж мій цирульник гарний, бравий?

Лиш він полегшить кепські справи.

(Звучить пісня з кінофільму «Весілля в Малинівці». З'являється Попандопуло).

Попандопуло. Честь маю отрекомендоватись: вірний коврик пана отамана Гриціана Тавричеського к вашим і нашим услугам!

Проня. Це що за щиголь-вискочка?

Десь тут валялась трісочка.

Ось зараз знайду й буде вам

І отаман, і Гриціан.

Попандопуло. Та не волнуйтесь ви, мадам.

Я предложити хочу вам

Щось інтересней, чим конфетка

Чи просто дамська сигаретка.

Розгарячити зможе кров

Вино, коньяк. Тоді любов

Проникне прямо в вашу душу.

Ще й травки предложити можу.

Проня. Чи я корова, щоб траву жувати?

А як тоді себе я буду почувати?
Я лиш прошу звичайну сигаретку.
Я ж не якась там фіфа-профурсетка!
Попандопуло. Не знав, мадам, що ви така вразлива.
Якась оса вас прямо укусила.
Життя щоб на землі казалось раєм,
Я лучший сорт вам травки пропоную.
Проня. Яку траву мені ти пропонуєш?
Ти нею сам частесенько смакуєш?
Тобі, я бачу, клепки не хватає.
Мені він, бачиш, баки забиває.
Де ж мій коханий, мій цирульник любий?
Він порятує від цієї згуби.
Тобі гаплик, задрипанцю облізлий!
Хай ця отрава тобі боком лізе.

(Під музику з кінофільму «За двома зайцями» виходить із приятелями Голохвастов).

Голохвастов. Кохана Проню, до вас чимдуж спішу я,
Від лиха всякого вас, люба, порятую.

(Звертається до Попандопула).

Ти хто такий? Що в тебе тут за справи?
Не белькочи, розкажуй людям прямо.
Попандопуло. А що? Я що? Мадам просили закурити.
Я ж папіроску мав їй пропонувати.
Голохвастов. Палити кинуть, Проню, раджу вам давно.
З цигаркою – то зараз модно лиш в кіно.
Я ж свіжий подих ваших губ люблю.
Для вашого здоров'я все зроблю».

1. Ми мікс із фільмів зараз показали,
Щоби усі сьогодні пам'ятали:
Як жити далі – обираєш ти.
Чи в прірву падати, чи до здоров'я йти.

2. Друзі, гляньте, за вікном – весна!
Ми даруєм вам чудову квітку –
Квітку-семицвітку. Ось вона –
Символ щастя і здоров'я світу.

3. Кожна її пелюстка символізує одну з умов здорового життя. Перша –
«Режим». Дуже важливо привчити свій організм до чіткого розпорядку.

4. Наступна пелюстка – «Спорт». Щоби бути здоровим – потрібні сила, спритність, витривалість.

1. А ось пелюстка – «Харчування». Молодому організму – здорова, збалансована, корисна їжа.

2. Яскрава пелюстка – «Без куріння». Звичка виробляється дуже швидко, а позбутися її не всім під силу.

3. Немаловажлива умова здоров'я – «Відмова від алкоголю». Це наступна пелюстка. Назавжди запам'ятай правило: «Вживаєш алкоголь – забудь про розум!».

4. Ще одна пелюстка – «Ні – наркотикам!». Наркотичний дурман – шлях до бездонної прірви.

5. І остання пелюстка – пелюстка ніжного, щирого, вірного і чистого кохання, яке зігріває серце кожної людини.

6. Саме з приходом весни прокидається природа, а разом із нею і наші серця. Весна – це не лише пора року. Весна – це віра, енергія, сила, надія, акумулятор здорового життя.

(Звучить пісня Потапа і Насті Каменських «Весна»).

7. Весна – це молодість.

Весна – це надія.

Весна – це здоров'я

І світла мрія!

1. Мрія всіх людей про щасливе життя. Життя без наркотиків, алкоголю, тютюну, без жахливих хвороб та байдужості.

2. Ми – за здоров'я. І це не просто гасло.

3. Це – потреба життя. І це – вибір нашого серця.

4. Нехай же сонечко вам світить довгожданне,

Хай лиш щасливим буде завжди майбуття.

Послухай серце – серце не обмане.

Воно говорить: «Я люблю життя!».

(Учасники команди виконують пісню на музику Наталії Май «Бажаю добра»):

Одна земля – єдина мрія,

І молодість на всіх одна.

Вона так щиро у нас вірить,

На нас надії поклада.

І буде знов весна на світі

Надію людям дарувать,

І будем ми на світі жити

І про здоров'я своє дбать.

А ми бажаєм вам добра,
А ми бажаєм вам тепла,
здоров'я завтра і сьогодні.
А ми бажаєм вам добра,
Щоб, наче сад, душа цвіла,
Щоб зорі падали в долоні.

*Підгайна Наталія Сергіївна,
педагог-організатор
Полонської ЗОШ І-ІІІ ступенів № 3*

Агітбригада «HEALTHSHAKE»

Уривок пісні гурту «Антитіла» «Там, де ми є».

Тихо, тихо, стоп марафон,
ми всі прокинулись – це не сон.
Здоров'я – життя важливий жетон,
слухай нас, рухайся прямо – камон.
Хто захистить здоров'я від біди?
Хто вам покаже, де його знайти?
Кожна людина має власний шанс,
Діяти потрібно і не гаяти час!
У-у-у – часом виє вітер, і нам наснаги всім додає.
У-у-у – нічого не бійся, чекає нас один happy end.
Разом ми є (*4 рази*).

1 учень. Вас вітає активна команда Полонської загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів № 3 «HEALTHSHAKE».

Усі. Здоровим будеш – усе здобудеш!

2 учень. Людство, знаючи, що кожному з нас даровано прожити лише одне життя на планеті Земля, здавна розв'язує проблему: як найкращим чином прожити його.

3 учень. Одні роблять відкриття, другі співають пісні, кожен щасливий по-своєму... поки здорові.

4 учень. Здоровий спосіб життя – це словосполучення в останній час ми чуємо досить часто.

5 учень. Людина народжується, щоб творити, діяти, розвиватись, удосконалюватись і щоб залишити в житті добрий слід.

6 учень. А для чого народився ти? Кожен шукає свою відповідь.

7 учень. Людина – це ж частина природи. У житті її є підйоми та падіння.

1 учень. Проблема нашого часу в тому, як зберегти людину на Землі.

2 учень. Ми діти 21 століття закликаємо всіх:

Усі. Шкідливим звичкам дружно скажем Ні!

3 учень. Природа створила людину здорову та сильну.

4 учень. Своє здоров'я спортом загартуй.

5 учень. Ходи в походи і катайся на лижах.

6 учень. Секрети успіху в житті ти твердо знай:

7 учень. Твоє здоров'я – це найвища цінність.

Усі. Запам'ятай це назавжди і другу передай!

Уривок пісні з репертуару Христини Соловій «Тримай».

Тримай мене міцно своїми руками,

своїми шляхами мене загартуй.

Щоб наша держава, як мак, розквітала.

Моя Україно, щаслива, здорова, цвіти!

Команда **Healthshake** презентує 10 фактів здоров'я:

№ 1. Недостатня фізична активність людини викликає погане самопочуття.

№ 2. Сидіння понад три години на день може скоротити життя людини на два роки.

№ 3. Люди, які регулярно вечеряють або снідають у кафе, подвоюють ризик ожиріння.

№ 4. Кожна сигарета зменшує передбачену тривалість життя на 11 хвилин.

№ 5. Важка депресія може прискорити процеси біологічного старіння в клітинах.

Усі. Запам'ятай! Найбільше багатство – це здоров'я!

Уривок із пісні П. Мірзаки «Прекрасная маркіза».

Пауліна. Алло, алло, boys, які новини? Давно я в школі не була. П'ятнадцять днів хворіла я вдома, то як там у школі йдуть діла?

Руслан. Усе чудово, Пауліно, у нашій школі все гаразд. Не трапилось ніяких там сюрпризів, за винятком малих дрібниць.

Володя. Так, дурниці, з'їв чипси Діма й знудило його. А решта, леді Пауліно, усе дуже добре, усе гаразд.

Пауліна. Алло, алло, boys, яке нещастя – тошнило Діму цілий день. Скажіть мені, boys, чи тільки чипси наш Діма з'їв того дня?

Руслан. Усе гаразд, прекрасна Пауліно, усе чудово, усе окей. Він з'їв аж два чи три пакети чіпсів і кока-колою запив.

Володя. А так усе добре, у класі тихо, приходь до школи вже скоріш. І врешті-решт, прекрасна Пауліно, усе чудово, усе окау.

Пауліна. Алло, алло, boys, яке нещастя, який нечуваний скандал. Скажіть мені ви, навіщо ж колу він пив, коли живіт його болів?

Руслан. Усе гаразд, прекрасна Пауліно, не дуже той живіт болів. Він попросив у Дани заварного і все те печиво він з'їв.

Володя. Швидка приїхала миттєво, забрали Діму лікарі.

А в остальному, леді, усе в порядку, усе дуже добре, усе окау.

На сцену вибігають усі учасники агітбригади. Звучить лірична музика. Відбувається інсценізація легенди «Життя – це вічність».

Інсценізація легенди

Ніщо не є вічним, навіть те, що ми звемо вічністю... І аж ніяк не знаємо, що нескінченне, а що зникне через мільйони років, а може, й зараз...

Колись у Всесвіті 9 сестер танцювали навколо полум'я, сподобались бажали Царю небесному. Та він вибрав лише одну. Запросив до багаття, не надто близько, подалі від іскор, де ніжне полум'я. Вона зігрілась та спасибі сказати швидко розучилась. Душа і тіло її змінилися. Перестала вона дбати про своє здоров'я, вигадала шкідливі залежності, які приносили миттєве задоволення, а потім гірко розплачувалась за них страшними хворобами.

Невже таку долю дарував Царь небесний, невже таким має бути людське життя? Що ж буде з нашим майбутнім, яке здоров'я матимуть наші діти?

Люди схаменіться, досить губити себе! Життя прекрасне, у ньому скільки радості та світла! Треба самим світ крутити, а не крутитися. Зігрівати тих, хто поряд. Не мріяти, а діяти. Жити, а не наживатися і вірити своєму серцю. Може, це і є наша вічність. Ми хочемо нашу вічність у цю мить.

Усі. Життя – це рух, рухайся з нами, рухайся, як ми, рухайся краще нас.

1 учень. Останніми днями по всьому світу танцюють так званий «трикутний танець». Запам'ятовуйте рухи, Полонська загальноосвітня школа оголошує Milkshake Challenge!

Діти танцюють «трикутний танець».

2 учень. Зумій земні спокуси побороти, які презирства і зневаги варті.

3 учень. З вами була команда «Healthshake» – «Коктейль здоров'я».

До нових зустрічей!

Список використаних джерел та літератури:

1. Сайт «Твоє здоров'я у твоїх руках». [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.slideshare.net/School-10/ss-88059970>
2. Ткаченко О. Залишаймось людьми // Порадниця. 2015. № 24. С. 3.
3. Сайт «На Урок» «Життя – це дар, бережи цінуй його!».

Орловська Валентина Володимирівна,
педагог-організатор
ЗОШ I-III ступенів № 6 м. Славути

Агітбригада «БЕМС»

1 уч. Вас вітає агітбригада БЕМС:

- бадьорі,
- енергійні,
- молоді,
- сильні.

2 уч. Волю нашу не здолати,
В нас в серцях вогонь горить.

Ми прийшли перемагати,
Нас не в силах зупинить.

3 уч. Із Славути патріоти
Йдуть вперед за кроком крок.

Всі ми знаєм – ця спільнота
Не допустить помилок.

4 уч. Сьогодні ми готові говорити знову,
Що жарти зі здоров'ям доводять до біди.

5 уч. І всім нам зрозуміло,
Що жити треба вміло,
Аби своє здоров'я навіки зберегти.

(Пісня на мелодію «Дует» Алсу).

Пісня

У кожного своя мета
У світі цім – себе знайти.
Життєву мудрість осягнуть,
Секрети щастя віднайти.

І прагне кожен досягти

Вершин найвищих у житті.
Та лиш здоровим можеш ти
Творити! Вершити!

Приспів.

Ніщо не може бути краще,
Як гарний настрій,
Пісня, що звучить в віках.
Я хочу вірити, хочу знати,
Усе в моїх руках.

(Мелодія «У гостях у казки»).

6 уч. Розповімо вам казку,
А може, і не казку,
Страшенну бувальщину
Вам хочем розказать.
Про те, як зло страшенне,
Недобре, здоровенне,
Розумом і мудрістю
Вдалося нам прогнать!

(Відкривається завіса: на червоному тлі напис «Країна АРТЕРІЯ», у вогнях червоних ламп на сцені бігають у різні боки кругленькі червоні ЕРИТРОЦИТИ і жовтенькі ЛЕЙКОЦИТИ. Водять хоровод та співають на мотив пісні «У лісі народилась ялинка»).

Пісня-хоровод

В артеріях і венах живемо день за днем,
Роботу свою робимо й співаємо пісень.
Здорові та щасливі приносим користь вам,
Розносим харчування і прибираєм хлам.

Ведучий. Упізнали? Це людська КРОВ, а маленький народ – це клітини крові – еритроцити і лейкоцити!

– Весело і безтурботно жив «кров'яний народ» багато років, аж раптом...

(На сцені: грім, миготіння світла, «еритроцити» і «лейкоцити» падають від несподіванки. На сцену вривається, одягнений у біле, з білим шлейфом позаду «Наркотик». Він оббігає кров'яні тільця і присипляє їх).

Ведучий. Ой біда! Наркотик вдерся в країну АРТЕРІЮ! І запанувало в ній сонне царство.

Наркотик *(Виходить на край сцени і співає пісню на мотив «Нареченої» Мумія Тролля).*

Як же нам всім пощастило:
Тепер ми разом.
Одурманю розум й будете співати
Мої пісні одразу – усі разом!
Ха-Ха-Ха!

Лейкоцити і еритроцити (піднімаються, покійно йдуть за Наркотиком і співають).

Як же нам всім пощастило:
Тепер ми разом.
Одурманив нас і тепер співаємо
Його пісні – усі разом!

Зненацька з-під накидки Наркотика виривається чорний вірус ВІЛ і, підкрадаючись до Лейкоцитів, промовляє під музику в стилі реп:

Я підступний, я жахливий,
Я смертельний вірус ВІЛ.
Не боюся я нікого,
З'їм усіх вас до одного!
Не намагайтесь, не старайтесь
Лікуватися від мене:
Я безсмертний, я могутній,
Я страшніший за усе!

Пошепки:

Але в мене таємниця є,
Бережу її я над усе.
Хто секрет мій розгадає,
Переможе той мене!

Відходить у бік, причаївся за скупченням лейкоцитів.

Ведучий. Як же бути, що робити:
Хоче вірус кров убити –
Лейкоцити загубити!

Лейкоцити (підбігають до краю сцени і звертаються до залу).

Любі друзі, хто б нам міг допомогти
Віруса-лиходія перемогти?

(З'являється лікар Айболить).

Лікар (під мелодію «Червоної Шапочки» співає пісню).

Пісня

Якщо хочеш, хочеш, хочеш,
Хочеш бути ти здоровим

І красивим, і бадьорим,
І завжди вперед іти,
То можливо, то можливо,
Неодмінно, необхідно,
То, напевно, треба вміти
Нам здоров'я зберегти!

Усі. Так – спорту, купанню в холодній воді!
Так – загартуванню в фізичнім труді!
Так – вітаміни привітаймо!
Так – про режим не забуваймо!
Ні – і спиртному, й наркоті!
Так – більше шансів у житті!

Щоб довго і щасливо прожити все життя,
Три правила гарнесенько запам'ятай, дитя!

1. Шприц та голку як знайдеш –

Усі. Не чіпай!

2. Наркотик, якщо пропонують, –

Усі. Не вживай!

3. Здоров'я своє

Усі. Не марнуй, зберігай!

1 уч. Здоров'я – це великий скарб,

Який дарує нам природа.

Нема здоров'я без природи,

Як нема добра без доброти.

Немає більше насолоди,

Аніж здоров'я зберегти.

2 уч. Я вірю, що в юнацтва шанс ще є!

1 уч. Багато згубних є спокус у світі,

Протистояти їм завжди зумій,

Бо вартий той лише життя і волі,

Хто кожен день за них іде на бій.

2 уч. Борися за життя своє щасливе,

Витримуй впевнено проблем усіх тягар.

Про тебе скажуть:

Ось іде мужчина, а не тупий, безмозкий нечупар!

3 уч. Ми – молодь ХХІ століття!

4 уч. Ми – майбутнє країни, її надія!

5 уч. Ми – сповнені мрій і сподівань!

6 уч. Ми – рішучі у своїх прагненнях.

7 уч. Попереду у нас все життя

1 уч. Здоровий спосіб життя –

Усі. – Це наш вибір!

(Ритм речу).

1 уч. Азбуку здоров'я я вивчаю

І тому я скрізь завжди встигаю:

І навчатись, і співати,

І трудитись, й малювати.

Усі. Будьмо всі здорові! *(Двічі).*

2 уч. Я про себе так скажу:

З фізкультурою дружу,

Такі заняття до снаги,

Не маю й грама зайвої ваги!

Усі. Будьмо всі здорові! *(Двічі).*

3 уч. Овочі і фрукти –

Улюблені продукти.

Я здоров'я не гублю

І «Мівіну» не люблю.

Звичок шкідливих я не маю,

Вас усіх до цього закликаю.

Усі. Будьмо всі здорові! *(Двічі).*

4 уч. Бути здоровим – це наука.

Гарний настрій – запорука.

Хто хоче жити в здоров'ї і красі?!

Хто зі мною?!

Усі. Всі ми! Всі!!!

Пісня (мелодія Алсу «Дует»).

Сильним будь!

Мудрим будь!

Не забудь мрії.

Друзям ти,

Рідним ти –

Віра і надія.

Приспів.

Ніщо не може бути краще,

Як гарний настрій,

Пісня, що звучить в віках.

Я хочу вірити, хочу знати,
Усе в моїх руках.

*Мельничук Світлана Василівна,
учитель початкових класів
Іршиківського НВК
Старокостянтинівського району*

Музично-літературна композиція «МОЛОДЬ ОБИРАЄ ЗДОРОВ'Я»

(Стиха лине мелодія. Звучить голос дівчини).

Дівчина.

Вечір тихо опустив куліси,
По землі іде чарівна ніч.
А я стою на цій землі
і завмираю в звуках і красі.
Вже й Сонце сідає,
Немов жар-птиця.
Я в ріднім краї?
Чи тільки сниться?
Ні, це не марево, й не сон.
Ось верби і тополі,
і тихії села, розкішні міста.
Куди не глянь, кругом краса.
Але чому ж до серця молодого підкрадається п'ятьма?
Та спокою немає в нім.

Юнак.

Ми так розкошуємо, а втіхи немає,
Не раді багатством своїм.
Наша мораль – то гроші,
Гроші тепер наш бог.

Дівчина.

Тиша смерті натягнулась, як колючий дріт,
Любов десь поділась,
Прийшла пустота,
замість емоцій – байдужість одна.

Юнак.

Шкода, я не провидець і не пророк.
І не дістав я вищих снів від Бога.
І по чудному рухові зірок
Не визначу, куди веде дорога?
Куди цей світ прямує?
І хто його врятує?

Дівчина.

В думках я кожен день, і ніч не сплю,
Страх прийдешнього мене тривожить...
О доле, з лелечого наче крила,
Але чому й ти самотня і похмура така,
Немов заблукала, в задумі стоїш?
О, доле людська, чого ж ти мовчиш?
У яких живеш ти світах?
Чи потрапила, може, в неволю,
Мов поранений той птах?
Чи десь збилася в дорозі
І піддалася журбі?
Чи зневірилась у Бозі?
Чи не зрадила собі?
Доле моя, повертайся,
Шлях до мене відшукай.
Ти журбі не піддавайся
І зневіру проганяй.
Повертай до мого дому,
Доле моя, повертай,
Бо без тебе щастя в ньому
Я не матиму, і край.

Доля.

Я тут. Я поруч з вами.
Іду тернистими шляхами.
Давно чекала на зустріч-розмову таку непросту.
Хоч морок повиває мені душу,
та голову я не схиляю, ні,
я в парі йду з життям.
Людино покірна, собі це затям.
Хоч правду-істину не просто зрозуміти.
Господь навчив мої глаголоти уста,
щоб я могла із вами говорити і дарувати добрії слова.

(Звучить мелодія. Доля співає пісню на мелодію «Ностальгія»).

1. Чому це люди піддалися спокусі,
Поринули у море бід і зла?
До них я повертаю своє серце,
Бо в світі втрати більшої нема.
2. Чому в житті, чому в житті так вийшло?
Чому життя втрачають молоді?
Є дім, є сад і зацвітають вишні,
А в серці – лід, і на душі – зима.
3. Біда єдина хай усіх єднає,
Тож схаменіться, люди ви.
І голос мій усіх вас закликає:
Лиш молодим змінити світ.
4. Хай спокій буде і цвіте калина.
І серця забринить нехай струна.
Хай вас почує молодь України,
Що вибір ваш – щасливе майбуття!

Доля.

Поки молодість ваша цвіте, як сад,
Не допустіть до серця яд.
Рятуйте тих, хто душу спокусі продав.
Оберігайте молодість, красу душі.
Повірте в себе, і ваша тривога
розвіється, як марево, сама.
Я поруч з вами.
На вас надію покладаю.

Юнак.

Тобі ми вдячні, доленько,
За те, що об'єднала нас, вселила віру і бажання.

(Юнак і Доля йдуть зі сцени. Із-за куліс лунає голос, благає про допомогу).

Голос. Допоможіть!... Допоможіть...

Допоможіть тенета смерті розірвати.

Дівчина.

Ти чуєш, Ромо, голос вдалині.

Голос. Допоможіть..., допоможіть вернутись до життя.

Юнак. Що ж, треба рятувати майбуття.

Разом. Ми – нового покликання діти.

Ми – діти Сонця.

І настав час діяти. Заповнити планету променями здорового мислення, теплотою сердець і чистотою думок. А все погане витіснити із планети.

Слуги спокуси.

– Ні! Ми в цьому світі володарі і знищити нас неможливо.

– Неможливо! Неможливо! Неможливо!..

(Під музичні звуки на сцені з'являється Віра і Надія).

Віра. Усе можливо, коли віра в тобі є,

Коли надія в серці оживає,

Тоді й любов в душі твоїй зросте,

І доля в щастя двері відкриває.

Хай в серці жевріє надія,

Жертовне серце хай болить –

Вогонь Небесний обігріє,

Вогонь Небесний роз'ятрить.

Він спалить слабкості коросту,

Кошмарів розжене імлу

І сили для життя і зросту

Він безкорисно дасть всьому.

Надія. Лиш ви повірте у майбутнє,

В його прийдешність.

Хай буде всім у добрий час дорога,

Як перший крок з молитвою надії.

Благословення вам від долі і від Бога,

І Віри і Надії.

(Звучить пісня на мелодію «Зіронька надії»).

Зіронько надії, засвітісь.

Поведи стежиною добра.

Хоч у світі важко віднайти

Стежку, що зігріє нас теплом.

Приспів.

Тільки ти повір в своє життя.

І на серці забринить струна,

Забринить, немов чиясь сльоза.

Тільки ти повір в своє життя.

Пам'ятай, що ти творець життя.

(На сцену виходять усі учасники).

Юнак. Так, ми творимо своє життя самі.

Дівчина. І в нас єдина мета:

Разом. Це – здоровий спосіб життя.

Дівчина. Ми крокуєм лише до добра.

І вибір наш – життя.

Юнак. Життя без наркотиків, алкоголю, тютюну, життя без байдужості, життя, без жахливих хвороб.

Дівчина. Молодь України, ви з нами? Разом ми – молодь за здоров'я.

Це не просто гасло. Це потреба життя. Про це вам говорить команда

«ВЕСНА»!

Ми за оновлення, за життя, за довголіття, здорове України буття.

Про це і співають наші серця.

(Звучить пісня на мелодію «Ми бажаєм вам добра»).

Одна земля, єдина мрія.

І молодість у нас одна.

Вона так щедро у нас вірить,

На нас надії поклада.

Приспів.

І буде знов весна на світі

Надію людям дарувать.

І будем ми на світі жити

І про здоров'я своє дбать.

А ми бажаєм вам добра,

А ми бажаєм вам тепла,

Здоров'я завтра і сьогодні.

А ми бажаєм вам добра,

Щоб наче сад душа цвіла,

Щоб зорі падали в долоні.

Коли біда простягне руки,

Прийдуть печалі і жалі,

Не залишаймося байдужі

Рятуймо разом майбуття.

Приспів.

Ми – молоді, сповнені мрій і сподівань!

Ми – майбутнє країни, її надія!

Ми рішучі у своїх прагненнях!

Ми впевнені у своїх силах і у своєму успіху!

*Притуляк О. І.,
педагог-організатор*

Пашковецького НВК
Старокостянтинівського району,
Побережняк І. М.,
заступник директора з виховної
роботи Пашковецького НВК
Старокостянтинівського району

Агітбригада «СУПЕРПРОФІ» (сценарій)

Голос з-за куліс. У країні У сталося лихо. Уся молодь попала під згубний вплив Дракона шкідливих звичок.

1. Мініатюра «Дракон шкідливих звичок». (На сцені зв'язана полонянка намагається вирватися з мотузок. На сцені з'являється Дракон та силоміць витягує дівчину за куліси. По завершенню повз сцену на «коні» з мечем скаче Лицар в обладунках).

Голос з-за куліс. Давайте поглянемо, як почувають себе жителі країни У.

2. Мініатюра «Вплив шкідливих звичок на здоров'я людини». (Під уривки з пісень виходять учасники).

Голос з-за куліс. Нікотин призводить до захворювання легенів, яке супроводжується сухим кашлем і задишкою...

Голос з-за куліс. Наркотичні речовини викликають галюцинації та втрату реального сприйняття світу...

Голос з-за куліс. Алкоголь порушує діяльність нервової системи та руйнує печінку... Коли вам пропонують вживати алкогольні напої, слухайте свій внутрішній голос, який вас застерігає.

Голос з-за куліс. Надмірне користування Інтернетом та мобільним зв'язком викликає залежність та тривогу, що призводить до деградації особистості.

Голос з-за куліс. Надмірне захоплення дієтами призводить до серйозних захворювань.

3. Мініатюра «Як перемогти шкідливі звички». (Під музику на сцені з'являється Лицар).

Лицар. Я прибув до вас з тридев'ятого царства, щоб врятувати вас та побороти Дракона шкідливих звичок! Ну що, мої побратими, вирушаємо в путь? (Учасники починають кашляти, хапатися за голову і та ін.).

Лицар. Ага, усе з вами зрозуміло. Починати боротьбу потрібно з вас...

1) Для початку приймемо вітамінчики. («Вітаміни». Лицар підходить до кожного учасника та дає вітаміни).

2) На зарядку вставай! («Зарядка». Учасники вишиковуються і повторюють рухи за Лицарем. Під час зарядки один учасник починає кашляти).

Лицар. Що, ще й палите? («Паління»).

Лицар. Так, скоро літо! Гайда загартовуватись на річку! (Усі дістають та одягають шапочки. «Плавання». Далі звучить фраза «Хорошо плывут, вон та группа в полосатых купальниках», усі знімають шапочки).

Лицар. Пам'ятайте! Усе в житті треба робити з гарним настроєм, ось так. («Посмішка»).

Лицар. А тепер активно відпочинемо! Усі на дискотеку! («Дискотека»).

Лицар. За мною, побратими! Уперед до перемоги Дракона! («Заставка»).

Голос з-за куліс. А для того, щоби перемогти Дракона, нашим героям потрібно підкріпитися.

4. Мініатюра «Здорове харчування». (Фон «Шум їдальні», на сцені з'являється учасник, одягнений у фартух та шапочку. Вибігають усі інші учасники та стають у чергу).

Дівчина. Дайте що-небудь поїсти...

Повар. Що-небудь?

Дівчина. Що-небудь.

Дівчина 2. Як можна так казати?

Хлопець. Поїсти...

Хлопець 2. Що-небудь!

Усі разом. Це всі повинні знати...

(Розпочинається танцювальна композиція під мотив пісні «Веселые девчата», яку виконують солісти. Наприкінці пісні всі знову вишиковуються в чергу. Звучить заставка і всі розбігаються за куліси).

Полонянка. Вітайте переможців, які здолали Дракона! Звільнили від шкідливих звичок себе та жителів країни У. (Під музику «Вихід переможців» на сцену виходять усі учасники. Лицар тримає в руках палку з «головою» Дракона).

Учасник 1. Ми – молоді!

Учасник 2. Ми – активні!

Учасник 3. Ми – кажемо «Ні!» шкідливим звичкам!

Учасник 4. Ми – за здоровий спосіб життя!

Учасник 5. Ми – переможці!

Учасник 6. Нас багато!

Учасник 1. Приєднуйся! Бути здоровим це – сучасно!

Учасник 2. З вами була команда *(разом)* «Суперпрофі»!

Карпова Юлія Борисівна,
заступник директора
з виховної роботи
Старокостянтинівського ліцею
імені Михайла Семеновича Рудяка

Агітбригада «ГАРМОНІЯ»

Фанфари.

Виходять спочатку 2 учасники, співають під мотив пісні «Все бегут, бегут, бегут». До них приєднуються інші, танцюють.

Яке ж прекрасне наше життя,
Коли всі рідні поряд,
Коли у ньому немає хвороб,
Болю немає і горя.
Як нам здоров'я усім зберегти?
Це вже загадка природи.
Знаєш, залежить воно від людей,
Від нас, а не від погоди.

Хуліган. Ой, ой! Скажете таке: щастя – здоров'я. А мені здається, що щастя – це бути успішним, багатим, відомим. Мати класну дачку, круту тачку. А то завелися! Здоров'я – діло наживне.

– І ви в це вірити, що кажете?

Усі. Так!

– Ще мудрий Сократ сказав: «Здоров'я – це ще не все, проте все без здоров'я – нічого».

Хуліган. Хто ви такі, щоби переконувати?

– Вас вітає агітбригада Старокостянтинівського ліцею «Гармонія»:

Г – граційні,

А – азартні,

Р – розумні,

М – молоді,

О – оригінальні,

Н – неповторні,

І – інтелігентні,
Я – яскраві.
Хуліган. Ви такі одні?
Ні! Нас багато.
Я, ти, він, вона.
Разом ми – одна сім'я.
В слові ми – сто тисяч я.

Хуліган знімає кепку, виходить на середину залу.

Один у полі не воїн.
Та якщо ти поряд, якщо ми разом,
Тоді ми – сила.
Тоді ми можемо багато,
Навіть переконати.

(Музика).

– Ми, учні ліцею, переконані думкою цією, що здоров'я – найвища цінність.

Здоров'я – молодість,
Здоров'я – краса,
Здоров'я – успіх.
– Тільки здорова людина може бути цілком щасливою.
– Що ж таке здоров'я, від чого воно залежить?
– Щоби бути здоровим необхідно:
– Духовне!
– Фізичне!
– Психічне!
– Емоційне!
– Соціальне!
– Здоров'я!

Звучить фонограма, розігрується сценка.

Давным-давно в океанском тепле
Жизнь зародилась на нашей Земле.
Она разделилась на тех, кто кусает,
На тех, кто ласкает, на тех, кто бодает.
Но человек, в отличие от зверей,
Был сильный, был храбрый.
Заботился он о здоровье своём,
Заботился ночью меньше, чем днём.
И выжил этот удивительный вид.

Тебе это тоже не повредит.

Виходять 2 учасники з табличками.

– Медики стверджують: здоров'я людини на 10 % залежить від спадковості, на 5 % – від медицини, 85 % – у руках самої людини.

Виходять 6 учасників, шикуються в колону.

– Друже! У людини так багато ворогів – страшних спокус, за якими втрата здоров'я і навіть смерть.

Показують таблички з написами.

– Паління.

– Пияцтво.

– Наркотики.

– Проституція.

– Небезпечний секс.

– Я можу сказати – НІ!

Я обираю здоровий спосіб життя.

А що обираєш ти?

Вертушка з парасолькою, музика.

– Я обираю – не палити, тому що хочу займатися спортом.

– Мати гарну стильну зовнішність.

– Я обираю не вживати наркотики, багато зробити в житті, а не втрачати його.

– Я обираю не пити, тому що по-справжньому хочу насолоджуватися життям.

– Я обираю чисте кохання і гарні стосунки.

– Я хочу мати щасливу родину, здорових дітей.

– Ми прагнемо досягти успіху.

– А ти?

Усі. Твоє життя – твій вибір.

Зроби його правильно.

Сценка «Телевізор»

Музична заставка «Новини»

– Доброго вечора! В ефірі «Новини» і я, їх ведуча, Анна.

– СНІД – небезпечна хвороба. Перед нею всі рівні: дорослі і діти, чоловіки і жінки. Захворювання продовжує поширюватись. 1 грудня оголошено Всесвітнім днем боротьби зі СНІДом. Саме цій темі присвячені всі передачі на нашому каналі.

– Далі в ефірі прогноз погоди. З вами була Анна. До нових зустрічей!

Музична заставка «Погода»

– Доброго вечора! У віртуально-спідантичній обсерваторії каналу з вами Катерина. За даними, отриманими з центру «АнтіСНІД», у країні склалася небезпечна ситуація. В Україні лише зареєстрованих 400 тис. ВІЛ-інфікованих. Бережіть себе!

Виходить ведуча, потім інші учасники з табличками «Так», «Ні» та шикуються в 2 колони.

– Одним із діючих засобів інформації, агітації та вибору є тренінг за програмою «Рівний-рівному».

– Наступна наша вправа «Так – Ні».

– Як може людина інфікуватися вірусом ВІЛ?

«ТАК»:

– через молоко матері,

– через кров,

– через незахищений секс;

«НІ»:

– через рукостискання,

– через повітря,

– у басейні.

– Молодці! То ви за здоровий спосіб життя? Ні?

Усі. Так!

Виходить один учасник, потім – інші учасники агітбригади з великим голубом та кульками-сердечками.

– Проте поряд із нами живуть ВІЛ-позитивні люди.

– Як же бути нам?

– Вони ж такі, як ми, тільки з болючими проблемами, які ми маємо розв'язати разом.

– Я прошу вас! Будьте толерантними! Підтримайте, не відверніться, не відштовхніть!

– Спілкуйся!

– Товаришуй!

– Підходь!

– Знайомся!

– Доторкнись!

– Обіймайся!

– В цьому і є наша людяність.

Люди, будьте людьми!

Друже! Ровеснику! Почуй нас!

Приєднуйся до нас...

І нехай завжди буде квітучою і здоровою планета,
Здоровою і щасливою кожна людина!
Хай завжди буде сонце!
Хай завжди буде небо!
Здоровими будьте, люди!
Щастя і миру усім!

*Співають під мотив пісні «Как здорово, что все мы здесь сегодня
собрались».*

Сьогодні ми готові підняти проблему знову.
Тож про здоров'я треба говорить завжди.
І ми це знаєм точно, що тут не випадково.
Як здорово, що всі ми є, і тут зібрались ми!

*Карпова Юлія Борисівна,
заступник директора
з виховної роботи
Старокостянтинівського ліцею
імені Михайла Семеновича Рудяка*

Агітбригада «ГАРМОНІЯ»

– Фестиваль «Молодь обирає здоров'я» вітає команда Старокостянтинівського ліцею, яка погоджується з мудрим Сократом, що здоров'я – це ще не все, проте все без здоров'я – нічого.

– Яка щиро переконана в тому, що лише гармонійна людина творить гармонійний світ.

Команда «Гармонія».
Ми обираємо радість.
Ми обираємо здоров'я.
Ми обираємо успіх.
Для мене, для тебе, для всіх.
Здоровою будь, Україно!
Щасливою будь, Україно!
І завжди нехай і повсюди
Лунає дитячий сміх.
Ми обираєм здоровий спосіб життя!
Ми обираєм здоров'я!
І тому!

Будьте здоровими,
Будьте щасливими,
Будьте веселими,
Завжди красивими.
Тілом і душею,
Гармонії в усьому.
Сонця й здоров'я
Вашому дому.

Співають під мотив пісні «Мы сделали это».

Наш девіз – будь здоровим завжди!

Досягнемо вершин,

Здійснемо нашу мрію.

Наш девіз – завжди будь молодим,

Будь щасливим у житті,

Віру май і надію.

Обери лиш здорове життя.

Спокусам легким

Ти не піддавайся.

Друже, знай – найцінніше – життя.

Ти за нього борись.

І не здавайся.

– Та що ви весь час: здоров'я, здоров'я, ніби це найголовніше у житті!

– І що воно, взагалі таке!?! Те здоров'я?

– А ти дивись і слухай.

Вертушка по 2 особи:

Здоров'я – це здорове тіло.

Здоров'я – здоровий дух.

Здоров'я – це природа, друже.

Здоров'я – це кохання, мрії.

Родина, успіх, майбуття.

– Я зрозумів: «Здоров'я, друзі, здоров'я – це життя».

Стук серця. Учні тримають у руках довгу червону стрічку, виконують рухи почергово вгору-вниз, імітуючи кардіограму.

Ти чуєш – це музика твого серця.

Воно любить, страждає, сумує, мріє, кохає.

Воно – живе!

Проте його так легко зупинити.

Просто. Бездумно.

Звук зупинки серця. Стрічка вирівнюється в одну лінію.

Тому зроби правильний вибір!

Умій протистояти.

Умій сказати – ні!

Усьому, що знищує твоє здоров'я:

наркотикам,

алкоголю.

Обери життя! (*Виносять серце*).

– Життя з любов'ю, радістю, зі здоров'ям, які живуть у твоєму серці.

(*Рухи із стрічкою продовжуються*).

Вертушка, на очах темні пов'язки.

– Думаєте, легко бути молодим, розумним, гарним, здоровим?

Думаєте, легко відмовитися від принад і спокус?

Повірте, у наші 14 дуже важко вибирати між добром і злом.

Ще важче встояти, утриматися у своєму виборі.

Коли все навколо притягує, вабить, пропонує.

– Проте, друже, ровеснику, подивися на життя широко відкритими очима (*скидають пов'язки*), будь сильним, ми віримо в тебе!

Якщо біда,

Якщо тенета зла

Засновують життя і не знайти дорогу,

Прийди до нас,

Поклич на допомогу.

Прийдем, підтримаєм,

Відвернемо біду.

Підкажемо,

Життя твоє врятуєм.

Крик серця твого ми усі почуєм.

На допомогу рівний-рівному прийде.

Ти – молодий!

Ти – сучасний!

Ти мрієш про завтра,

Про сонячні дні.

Дай свою руку,

Крокуй з нами поряд.

І знай, нас багато.

Ми не одні.

Пісня

Будь здоровим,

Щасливим, успішним!

Вір у майбутнє,

У завтрашній день.

Мрій, твоя мрія реальністю стане.

Щастя у серце твоє принесе.

– А знаєте, є ще одна складова здоров'я, без якої не можна обійтися.

– Яка?

Звучить сміх.

Анекдоти

– Лікарю, коли я роблю так, то мені болить.

– То не робіть так.

– З його квартири повтікали навіть таргани.

– Чому?

– Бояться за своє здоров'я.

– А ти вранці бігаєш?

– Ага, по дому з криками: «О Боже, я знову проспав!».

– Якщо не бігаєш, поки здоровий, доведеться побігати, коли захворієш.

Птаха любові, щастя і миру
Ми відпускаєм у сонця блакить.

В мирі і злагоді,

Щасті й здоров'ї

Всім на планеті прекрасній нам жить.

Співають на мотив пісні І. Алегрової «З днем народження».

Ми бажаєм вам

Сонця, радості, здоров'я всім!

Неба мирного і чистого

І високої мети.

Щоб усі ми йшли

По землі шляхами світлими,

У серцях своїх добро несли

І птаха щастя щоб знайшли.

*Басун Олена Василівна,
заступник директора з виховної*

**Агітбригада «FINE STYLE» –
переможець Всеукраїнського фестивалю «Молодь обирає здоров'я»**

Сценарій виступу «За здоровий спосіб життя!»

Healthy school («Школа Здоров'я»)

Сергій (вищує). Атас!

Під пісню Maruv Sirin song виходять підтанцювуючи 6 членів команди. Кожний робить селфі.

Виходить сміхотерапевт (командир), проходить повз команду. На нього ніхто не звертає увагу. Командир падає на підлогу, соває ногою. Нарешті його помічають і фотографують. Сміхотерапевт нервує.

Ярослав. Команда, рівняйся! Струнко! (*звертається до поважного малого*). Товаришу сміхотерапевт, команда «Файнстайл» до огляду агітбригад готова.

Сміхотерапевт. Що? Це хіба агітбригада? Хто, ну хто так стоїть? Ось ти, наприклад (*звертається до дівчини*), вийди зі строю. Ти хоч знаєш, що таке пряма постава, агітбригадна стійка?

Юра. Знаю. Голова прямо, плечі розведені, груди злегка вперед, живіт втягнутий, ноги прямі (*демонструє*). Мобільний вимкнено.

Сміхотерапевт. Уже краще. А виконавча дисципліна? От в іншій команді звучить команда «Ап» – і всі наліво, потім «Ап» – і всі руки догори. А ви? А ну гарно, чітко. Хто такі?

Усі. Команда «Файнстайл» (*вищують по черзі*):

1. Феєричні!
2. Артистичні!
3. Інтелектуальні!
4. Незалежні!
5. Стильні!
6. Талановиті!
7. Актуальні! **Й...**

Усі. Лідери!

Сміхотерапевт. Наш девіз.

Усі. Ми не зрадімо свій стиль –

Гумор, танці, позитив.

Ми не будемо «Ні!» кричати.

Будемо вас розважати.

Фрагмент пісні Андріани «Ой, мамо, не лайте».

Дочка в мережі «Інтернет». Мама прибирає і дорікає дочці. Та відмахується. Заходять (під музику «Танець маленьких лебедят») Короткозорість, Сколіоз, Психоз. Дарують дочці окуляри, горб і психічний розлад. Тоді донька викидає мобільний телефон.

Обігрується пісня «Смуглянка» (перероблена) (учасники по черзі складають вітамінну корзину, у пакеті з чіпсами знаходять дохлого щура).

Вітамінів, фітонцидів, їх так хоче організм,
Обирай продукти, де їх є достатній вміст.

Приспів.

Капустина і цибулька, часничок,
Чорна редька, хрін, петрушка, огірок,
Помідорка, яйце і морква,
Вишня й диня, сирок!
«Флінту» й чіпсам місце саме у смітті,
Від них дохнуть ненажерливі щурі.
Так спортзалам і першим стравам.
І будь здоровим завжди!

Приспів.

Це Сергій наш – знатний він баскетболіст,
Це Каріна – добрий наш волейболіст,
Всюди грають і все встигають,
І кожен з них ще й артист.
Яр й Артемко – гарні хлопці, хоч куди.
Ну а Юрчик футбол грає залюбки,
Настя класно на біс співає,
А Ігор смішить завжди.

Ігор. Так, про фізичну зарядку говорили, про здорову їжу розповіли, у спортивні гуртки агітували, членів зі своєї команди в приклад ставили. Про що ще говорити?

Сергій. Про цигарки, пиво та наркотики.

Артем. Ти що! Та що там говорити – не вживаємо і вам не радимо.

Каріна. Не модно!

Настя. Головне в іміджі – здоров'я.

Ярослав. У наш час пора вже здоров'ю пам'ятник поставити.

Юра. Було б доречно, якби ми поставили його біля нашої третьої школи.

Артем. «Школи сприяння здоров'ю».

Юра. О! А в мене є ідея!

– Давайте фундамент зробимо з легкоатлетів, бо без них у спартакіаді ні туди і ні сюди.

– А наверх закинемо тенісистів, вони в нас завжди передовики.

Ігор. І шахи!

Артем. Теж мені спорт!

Ігор. Ти що? В Інтернеті писали, що шахи – найнебезпечніший вид спорту, бо там є така фігура, ферзь називається, так от як заснеш і впадеш, то око можна виколоти.

Учні утворюють піраміду № 1.

Артем. Тю! Якась дурня. Ні-ні! Давайте по-іншому. А можна і отак! Головне в наш час – це вміння досягти нірвани.

Сергій. Йога – страшна сила.

Учні утворюють піраміду № 2.

Учасники шикуються в одну лінію, танцюють та вигукують слова переробленої пісні Psy «Gangnam style».

Настя. Ми школу любимо за те, що можна тут зібратись,

Сергій. Сміятись, жарти роздавать,

Юра. Веселі ігри грати.

Артем. Ну що ж знайомитись пора:

Усі ми дуже різні.

Ярослав. Та об'єднала школа нас,

Ігор. Про неї наша пісня.

Усі. This is healthy school.... The healthy school.

Вставка.

Члени команди представляють свої види спорту, вигукуючи слова «Healthy School» («Школа здоров'я»): баскетбол, волейбол, спортивні та бальні танці, тхеквондо, бокс, футбол, бойовий гопак, черлідінг.

Усі. Обіцяємо:

Ярослав. Усі свої сили скерувати на боротьбу з лінощами та неорганізованістю.

Артем. Не ловити гав, не рахувати мух, не блукати без потреби в Інтернеті.

Сергій. Не пити, не палити, не булити! (*подивилися всі на Сергія*).

Ігор. Не тягнути дівчат за коси. Це несолідно.

Артем. Не виявляти почуттів до осіб протилежної статі (*подивилися всі на Артема*)... на уроках.

Каріна. Не збожеволіти від Instagram.
Юра. Не втопитися в потоці інформації.
Сергій. Витерпіти натиск батьків і вчителів.
Настя. Вчити, слухати, розповідати, писати і творити.
Усі. Обіцяємо!
Ігор. А вам бажаємо:
Артем. Взяти з собою в майбутнє свої таланти,
Ярослав. Додати працю і наполегливість.
Настя. Нехай кожен досягне своєї вершини.
Каріна. Займайтеся спортом
Усі. І будьте здорові!

*Під пісню Psy «Gangnam style» учасники, трічі змінюючи позицію, співають
«Нумо «лайкніть» нас! «Лайкніть» нас! «Лайкніть» нас!»*

Посилання на відео <https://youtu.be/KTbJajjeFE8>

***Ляхова Марія Миколаївна,**
заступник директора
з виховної роботи Гвардійського
НВК «ЗОШ I-III ступенів,
гімназія» Хмельницького району,
Косінська Олена Володимирівна,
учитель біології Гвардійського
НВК «ЗОШ I-III ступенів,
гімназія» Хмельницького району*

Агітбригада «ПРОПАГАНДИСТ»

Виходить один заєць і співає під мелодію «В тёмно-синем лесу».

І не в лісі у тім,
А у нас у цій залі
Ми зібрались усі про здоров'я подбать.
На поляну «здоров'я» зайці вас запросили,
Будуть радо для всіх поради давати.
Нам не все одно, нам не все одно,
Що шкідливі звички мають дітлахи.
Ми порадим вам, доведемо вам,
Що здоров'я всім треба берегти.

На сцені виставляють квіти і букви «з, д, о, р, о, в', я».

1-й заєць. Усі звикли до того, що ми боягузи,
Що від страху у нас завжди клацають зуби.
Але ми об'єднались у команду за здоров'я борців,
Переможемо й здолаємо всіх запеклих курців.

2-й заєць. Ми спритні і сильні – бо із спортом ми дружим.
Ми гарний всім приклад показуємо, друже.
Девіз свого щасливого життя –
Ми бачимо здорове усіх майбуття.

Грає мелодія пісні «Розкажи Снегурочка». Виходить вовк і співає:

Розкажіть-но, зайчики, про діла.
Розкажіть-но, братики, про життя.
Як же далі хворому в світі жити,
Від шкідливих звичок мене збережіть.
А нумо, даваймо,
Ти, вовче, сюди.
Ні зайченя, ні зайченя, ні зайченя
Ти підожди.

Вовк кашляє.

- Ви хворі?
- У вас бронхіт. Ми вам можемо дати рецепт.
- Який рецепт? Я лікувався народними методами.
- Калину вживали?
- Так.
- А мед?
- Так.
- А молоко з маслом?
- Так.
- А редьку чорну?
- Угу.
- І що, нічого не допомагає?
- Ні, нічого не допомагає.

Зайці радяться між собою.

- Усі.** А ви курити кинули?
- А що допомагає?
 - Аякже. Ось ми не куримо і не кашляємо.
 - Ну-ну, почніть ще мені тут лекцію читати про шкідливість куріння.
 - Ну і почнемо!
 - Ну і почніть. Слухаю уважно.

– Якщо уважно, то слухай.

1-й. Систематичне куріння, особливо в підлітковому віці, дуже шкідливо впливає на розвиток організму.

2-й. Уповільнюється ріст, погіршується розвиток грудної клітки, м'язів, шкіра втрачає свою еластичність, з'являються зморшки.

3-й. Виникають хвороби серця, шлунку, печінки.

4-й. Підлітки, які курять, частіше страждають на простудні захворювання. Виникає так званий бронхіт курця.

5-й. Через куріння постійно болить голова, погіршується пам'ять, знижується концентрація уваги, порушується сон, апетит.

1-й. Ви повинні вибрати: курити чи жити!

2-й. І не просто жити самому нормально, повноцінно, а й давати жити іншим, тим, хто не курить.

Вовк. Ну, братці кролики! Ну почекайте!

– Ми то почекаємо. А от твоє здоров'я – у твоїх руках.

– І поки не пізно, схаменіться.

Маску зайців одягли ми для приколу –

Щоб не забули ви загін волонтерів

Гвардійської школи.

Команда наша «Пропагандист»

Усіх научати має хист.

Постривай!!!

В нас одна є мета і мрія в нас єдина,

Аби здоровою була українська кожна дитина.

Ми віримо у розум і добро,

Ми з цим девізом у життя йдемо.

Щоб в світі творчості й краси,

Олімпіад, турнірів і змагання,

Щоб забули назавжди

Шкідливі звички і вагання.

«Синя птиця»

Ми такі вам давали поради,

Що лиш користь усім принесуть.

Ми хотіли усім показати,

В чому радість життя і суть.

Ми в воді крижаній не тонем,

У вогні ми не горимо,

Ми мисливці усі за щастям...

Ну а щастя – це є здоров'я й добро.
Вам бажаємо щиро, друзі,
Щоб лунав ваш веселий сміх,
Щоби сильним і здоровим
Кожен з вас прожити зміг.

Щоби кожної днини й години
Про здоров'я ви дбали своє.
Пили, їли ви вітаміни,
Цінували життя своє.

*Гвардійський навчально-
виховний комплекс
«ЗОШ І-ІІІ ступенів, гімназія»
Гвардійської сільської ради (ОТГ)
Хмельницького району*

Агітбригада «МУЛЬТИВІТАМІНКИ»

І сцена.

*Стоїть стіл. На столі «Геркулес», баночка «Мед», баночка «Йогурт»,
фрукти-муляжі.*

*Звучить музика № 1, ведмідь робить зарядку, приймає душ, далі готує
сніданок.*

*Вбігає Маша і починає бігати кругом столу. Ведмідь її ловить, садить за
стіл і пропонує свій сніданок.*

Маша. Не хочу!

Ведмідь пропонує іншу страву.

Маша. Не буду!

Ведмідь пропонує ще іншу страву.

Маша. Несмачно! Хочу, хочу, хочу, хочу чипси!

Ведмідь. У-у-у!

Маша. Хочу, хочу сухарики!

Ведмідь. У-у-у!

Маша. Хочу цукерки!

Ведмідь. У-у-у!

Маша *(бере ложку і стукає по столі).* Цу-кер-ки, Цу-керки!

Ведмідь несе цукерницю і пропонує одну цукерку. Маша вириває цукерницю. Звучить музика № 2, Маша їсть цукерки; сидить задоволена, але раптом її починає боліти зуб. Маша співає.

Бджілка наїлася і полетіла, щастям ділитися не захотіла.

Мій маленький зубчик заболів.

Сумно, невесело бреду до хати, уже стоматолога пора шукати.

Де ж узяти в лісі лікарів?

Уже не хочеться грати у дворі, уже не радує сонечко вгорі!

Де ж ці лікарі? Де ви лікарі?

Ведмідь намагається допомогти і веде Машу до стоматолога.

II сцена.

Звучить музика (про варення) № 3.

Прибігає заєць, висмикує з грядки моркву, буряк, капусту і їсть усе брудне.

Заєць. Ну і дарма, що неміті, зате свіжі і соковиті!

Із-за кущів виглядає вовк, стежить за зайцем, наближається до нього, починає кашляти.

Заєць (не озируючись). О, привіт, Вовчику!

Вовк. А ти звідки здогадався, що це я?

Заєць. Вовчику, та ти що, запах твоїх «Бонду» та «Вінстону» тебе випереджає.

Вовк. Так, Зайчику, де це в природі бачено, щоб Заєць Вовка не боявся? От зараз я тобі!

Звучить музика № 4, вовк наздоганяє зайця (пробігають декілька кіл).

Вовк присідає і починає кашляти, заєць із нього сміється.

Вовк. Ой, оце дожився, оце санітар лісу, навіть зайця вже наздогнати не можу. Мабуть, справді пора кидати палити та йти до спортзалу.

Заєць (сміється і стрибає біля нього). Давно пора, Вовчику! Може, тоді і підростеш трішки, біцепси підкачаєш. Ось поглянь на мене і бери приклад!

Заєць. Ой, ой-йой-йой! (хапається за живіт).

Вовк. Ось тобі і суперзаєць. А це все твоя звичка: усе, що брудне і немите, до рота тягнути. Тепер у нас із тобою одна дорога – дорога до лікаря.

Музика № 5; Вовк і Заєць сходять зі сцени (8-9 с).

III сцена.

Музика № 6; свиня йде в навушниках, в окулярах, з планшетом. Назустріч стрибає білочка; вітається з нею, та не чує.

Білка. Привіт, Свинко! Куди прямуєш? Свинко! Свинко! Ти що, не помічаєш мене? Зупинись!

Свинка. Яка я тобі свинка? Я давно вже геймер-пепа!

Білка. Зовсім уже ти у своєму віртуальному світі загубилась. Навіть жолуді та шишки через OLX замовляєш.

Свинка. Нічого ти в цьому не розумієш.

Музика № 7. Свинка співає.

Я геймер-пепа, гей, гей, гей!
Була я зовсім не окей!
На OLX знайшла спасіння –
Відпадне кедрове насіння.
Продам на OLX дві плати,
Комп'ютер і старий планшет.
Куплю собі такий прикольний,
Майже не юзаний гаджет.

Свинка. Правда, останнім часом щось мій віндос глючить, у вебкамерах фокус збився та й динаміки мої фонять.

Білка. Що? Що? А українською мовою?

Свинка. Та я ж кажу: безсоння замучило і голова весь час паморочиться, очі болять та щось і чути стала погано.

Білка. Ой, я знаю, хто тобі точно допоможе. Ходімо до лікаря Айболита.

Музика № 8.

Сцена IV.

Музика № 9. Звірі сидять на лавці, виходить Айболит.

Айболит. Я – найкращий у світі лікар і відразу бачу, що дехто не береже своє здоров'я. Та спочатку я повинен вас оглянути. Прошу виконувати мої команди.

Всі дихайте... Не дихайте...
Все в порядку, відпочивайте.
Руки дружно піднімайте.
Все прекрасно... опускайте.
Нахиліться, розігніться,
Станьте прямо, усміхніться.
Так-так, що ж я скажу. Проблеми очевидні.
По-перше!
Про вплив солодкого на зуби
Повинні знати усі люди.
Цукерки й печиво, на жаль,
Руйнують нам зубну емаль.
Почистить зуби не забудь,
Щоб карієсу не здобуть.

Їж тільки корисні продукти,
Побільше овочів і фрукти.
По-друге!
Від паління ми псуєм наше довкілля.
А легені як страждають, димлять, душаться, згорають.
Куріння – шкідливе, курець – це не жарти,
Тож краще курити не починайте!
По-третє!
Всі істоти на землі: чи великі, чи малі
Знають правила прості – жити треба в чистоті!
Щоб мікроб хвороботворний, злий, страшний, такий потворний,
В організм ваш не проник, від води і мила зник!
Наступне!
Комп'ютер не дає вам спати,
Користування ним треба дозувати.
Інакше здобудете море хвороб,
Здолає вас швидко підступний мікроб.
Вай-фай опроміненням шкоди завдасть,
Нервовій системі спокою не дасть.
А ще гучна музика, очі в екран
Погіршать вже точно фізичний ваш стан.
Білка. У кожній казці є мораль,
Про це ти завжди пам'ятай!

Усі герої виходять на центр сцени.

Агітка

Музика № 10.

Ми такі вам давали поради,
Що лиш користь усім принесуть.
Ми хотіли усім показати,
В чому радість життя і суть.
Як здоровими всім нам бути
І пройти цю щасливу путь,
Не хворіти, рости, радіти
І щасливими завжди бути.
Вам бажаємо щиро, друзі,
Щоб лунав ваш веселий сміх,
Щоби сильним, бадьорим, здоровим
Кожен з вас тут прожити зміг!

Щоби кожної днини й години
Про здоров'я ви дбали своє,
Споживали лиш вітаміни і
Цінували життя своє!

Музика № 11. Пісня «Здоров'я обираємо», танець.

Веселі, бадьорі,
Легкі, як пір'їнки!
Команда із Гвардійська,
Ми – Мультивітамінки!

*Степанишина Ольга
Станіславівна,
педагог-організатор
Іванковецького НВК
Хмельницького району*

Агітбригада «СПАЛАХ»

Пісня на мотив «Здрастуй, школо!» Н. Май.

Сонце з неба усміхнулось
Лагідно до нас
І цілує в щічки ніжно –
Вже вставати час.
Ми здорові, ми щасливі,
Йдемо у новий день,
Разом будемо співати
Радісних пісень.

Приспів.

Будьте завжди ви здорові,
Старші і малі!
Залишайтеся в гарній формі,
Киньте звички злі.

– Вас вітає агітбригада Іванковецького НВК «Спалах».

Наш девіз. Майбутнє України в руках здорової дитини.

Ми хочемо звернутися до вашої совісті.

Відкрийте очі!
Відкрийте вуха!
Відкрийте серце!
Відкрийте душу!
Не будьте байдужими!
Оберіть здоров'я та життя!
МИ –
Ті, хто за здоровий спосіб життя.
Ті, хто сміливо крокує без обтяжень.
Ті, що цінують працю.
МИ –
Ті, що обирають волю,
Силу! Наснагу! Здоровий глузд!
МИ
Сьогодні вам розкажемо,
Покажемо, доведемо,
Що основна цінність людини – це здоров'я.
МИ
Закликаємо до здорового способу життя.
МИ, молодь, – нації надія.
Одна на всіх у нас є мрія:
Щоб результату досягти,
Шкідливим звичкам скажем: «НІ!».

Музична заставка.

Сценка № 1.

– Пропонуємо вашій увазі передачу «За здоров'я». Першими гостями в нашій студії є народна медсестра Болячка. Вітаємо її!

Болячка сидить за столом, підпилює нігті, фарбує губи, жує жуйку.

Болячка. Привіт, народ! Сьогодні на прийомі в нас улюблені болячки.
Заходить карієс, у якого перев'язані хусткою зуби.

Карієс. Люба Болячко, допоможи, врятуй! Немає мені життя в школі. Як добре було раніше – з'їдять учні чипси, шоколадні батончики, а я тут як тут, сиджу на їхніх зубах. А зараз ой, виганяють мене, врятуй, допоможи!

Болячка. Та не скигли ти! Допоможу я тобі. Що ж придумати?
Вибігає замотана в простираadlo лупа.

Болячка. Ой, хто це? Ти хто? (*Виходить крутелик, лисий, у панчосі*).

Крутелик. Це моя колишня лупа (*проводить по голові*).

Лупа. Люба Болячко, допоможи! Пантін і Хел енд Шолдерс замучили. Життя від них не стало. Останній дим (*показує на голову крутелика*) забрали.

Крутелік відштовхує її від себе. Лупа повертається до Болячки.

Лупа. Слухай, Болячко, а ти яким шампунем користуєшся (*йде до неї*)?

Болячка. Шампунь на основі екстракту коноплі – тепер моє волосся не тільки рідке, а ще й веселе.

Болячка. Хто наступний?

Заходять Перелом і Вивих.

Болячка. Що за мумії єгипетські?

Перелом. Я перелом, а це моя молодша сестра Вивих!

Болячка. Чого ви сюди привалили? Вам що кісток і суглобів замало (*дістає кістки*)?

Перелом. Де поділися зі школи м'ячі й скакалки?

Двоє. Вимагаємо викинути комп'ютери. Діти перестали бігати, лазити по деревах, (*плачуть*) ми залишилися без роботи.

Болячка (*підходить, обнімає*). Ну, ну, не плачте (*ідуть шкутильгаючи*).

Музична заставка.

Сценка № 2.

Дві подружки на сцені.

1. Ти бачиш, як мене обкидало?

2. (*Дивиться*). Який жах, аж три прищики!

1. Піду сьогодні в СПА-салон, може, там мені допоможуть.

2. А ти знаєш, мені здається, що я старію – щось робиться з моєю шкірою. Якісь зморшки з'явилися.

1. (*Дивиться*). Та ти так не хвилюйся, це не зморшки, а прищі, три разом.

2. З цим (*показує на своє і подруги лице*) треба щось терміново робити.

З'являється третя дівчина.

3. Привіт, дівчата! Чому такі засмучені?

1. Ой, тобі нас не зрозуміти.

2. У тебе і шкіра нормальна, і прищів немає.

1. Ти в який салон ходиш?

3. Що ви, який салон!? Я просто веду здоровий спосіб життя. Яка ваша улюблена їжа та напої?

2. Кока-кола, фанга, смажене м'ясо, піца, суші, гамбургери.

3. Щоби бути здоровою, треба правильно харчуватися, не вживати алкогольні напої.

1. А сигарети?

3. Від них узагалі руйнуються всі здорові клітини вашого тіла. Звідси і прищі, і зморшки.

2. Може, й справді потрібно переглянути свій раціон.

1. Ходімо спробуємо!

Музична заставка.

Хто зарядку вранці робить,
З тим здоров'я дружбу водить!
Модно фітнесом займатись.
І на лижах покататись.
Волейбол і баскетбол,
І футбол, хокей, танцпол.
Треба рухатись спортивно
І красиво, і активно!
Пам'ятайте, друзі всі, –
Треба рухатись завжди!

Комплекс ранкової гімнастики.

Що таке здоров'я?
Здоров'я – це вже щастя.
Щастя, до якого прагне кожен,
Щастя, що наповнює тебе найголовнішим:
Розумом, метою та любов'ю!
Обери здоров'я,
Обери успіх!
Ми обираємо здоровий спосіб життя!

Танець, поступово беручись за руки, у колі.

Ти молодий, завзятий, кмітливий?
Ти сповнений сил та енергії?
Маєш багато мрій, бажань, задумів?
Ти хочеш осягнути все і все зрозуміти?
Ти мрієш про успіх?
Мрієш про кохання і щастя?
Ти людина нового тисячоліття?
Тобі подобається бути здоровим?
Ти переможець!
Тоді приєднуйся – нас багато.
Ми за здоровий спосіб життя!

Пісня на мелодію «Лабутени».

1. Як до ста літ прожити,
Ми зможем вас навчити.
Вам треба не палити,
І пийте краще квас.

Ви спорту віддавайтесь,
Зі старшими не лайтесь
І танцями займайтесь,
Послухай краще нас.

Приспів.

Команда – просто клас!
Здоровий спосіб – це про нас!
Всі любим фрукти враз,
Здоровий спосіб – це для нас!
Не ходим на пивас –
Здоровий спосіб – це для нас!
Ідуть курити – ми пас.
Здоровий спосіб – це про нас!

2. Корисне все вживати,
Ми будем малювати,
Пісні круті складати
Й, звичайно, їх співати.
В театрах виступати,
Чудово танцювати,
Вірші гарно читать
Й плоди праці збирать.

Приспів.

Команда – просто клас!
Здоровий спосіб – це про нас!
Всі любим фрукти враз,
Здоровий спосіб – це для нас!
Не ходим на пивас –
Здоровий спосіб – це для нас!
Ідуть курити – ми пас.
Здоровий спосіб – це про нас!

Ковальчук Лариса Ростиславівна,
практичний психолог
лицею № 17 м. Хмельницького,
Смолінська Оксана Анатоліївна,
соціальний педагог

Агітбригада «ВИЩИЙ КЛАС!»

Танцювальна композиція у виконанні дівчат. Наприкінці композиції виходять хлопці.

Учасник 1. Здоровими бути, щасливими жити!

Учасник 2. Життя своє кожен день творити!

Учасник 3. Мислити, діяти, вчитися, вчити!

Учасник 4. Націю здорових українців віродити!

Учасник 5. Вас вітає команда «Вищий клас» Хмельницького ліцею № 17.

Учасник 6. Наше життєве кредо – «Бути здоровими!».

Учасник 7. Життя прекрасне, життя чудове,
Коли ти юний, коли здоровий!

Учасник 1. Якщо сміливо йдеш до мети,
То поруч друзі: він, я і ти.

Учасник 2. Життя – це казка, життя – це диво!
Коли здоровий – тоді щасливий!

Учасник 3. Коли здоровий – тоді багатий,
Звичайні будні тоді як свято!

Усі разом. Ми обираємо здоров'я!

Музично-хореографічна композиція в стилі реп.

Учасник 1. Сьогодні ми стурбовані тим, що здоров'ю наших ровесників загрожує ще один новий вірус – комп'ютерний. І про це ми хочемо вам розказати.

Учасник 2. Десь у центрі світу...

У місті Хмельницькому, на вулиці Проскурівського підпілля, 89...

Жили-були собі ... Та навчалися ліцеїсти.

Учасник 1. Цигарки, пиво, наркотики – моїх друзів це не захоплює. Їх спіткала нова біда. Забули вони про журнали, газети – сидять поголовно всі в інтернеті.

Учасник 2. Зайшов у контакти всього на хвилину,
Дивлюсь на годинник – минуло вже три години.

А хочеться ігри нові ще пограти

І музику кльову на завтра скачати,

Переглянути фотки, новини, погоду

І що де купують, і що зараз в моді.

Від праці такої печуть в мене очі,

Хоч я вже втомився, та спати не хочу.

І так кожен день.

Учасник 1. Нарешті втомився, над клавіатурою схилився і заснув.

– І сниться Юркові дивний і страшний сон. З підсвідомості випливають, вискакують химери, як реклами в інтернеті, вибирай, яку хочеш.
Виходять 4 дівчат в образі «комп'ютерних химер».

Учасник 3. Я – комп'ютерний азарт!

Ти мерщій сідай на старт,
Кнопки тисни чим скоріш
І не пий ти, і не їж.
Очі втуплюй в монітор
І працею немов мотор.

Учасник 4. Тут бацили і мікроби

Принесли різні хвороби.
Брудні руки, нечистоти –
Ось причини для сухоти,
Для болячок і лікарні.
Ой, які вони негарні!

Учасник 5. Подивись, як алкоголь

Зруйнував печінку,
А в легенях від куріння
Утворилась дірка.

Учасник 6. В тебе зайві кілограми?

Подивись – скільки дієт!
Ми рецепт тобі підкажем –
Миттю втрапиш апетит.

Учасник 1. Від побаченого жаху Юрко пробудився.

Учасник 2. Невже це може трапитись зі мною?

Невже у мене зайві кілограми?
Невже такі страшні хвороби,
Мене щодня підстерігають?
Невже у світі стільки негативу,
Невже усе так безнадійно?
Мені від цього дуже-дуже страшно –
Мені здається, що від цього я старію.

Учасник 1. Заспокойся, друже, якщо ти будеш вести здоровий спосіб життя і менше часу сидітимеш вдома за комп'ютером, то ніяке лихо тобі не загрожує! Обери здоровий спосіб життя!

Учасники – «комп'ютерні химери» скидають чорні накідки.

Учасник 3. Нам є, із чого обирати.

Нам є, де застосувати свою молодість і талант.

Учасник 4. Ми обираємо спорт!

Учасник 5. Ми обираємо музику!

Учасник 6. Ми обираємо танці!

Учасник 3. Ми обираємо життя!

Учасник 4. Ми обираємо прогулянки з друзями!

Інсценування гуморески «У кафе».

Учасник 2. Довго гуляв на святі я містом,

І захотілося смачно поїсти.

От і кафе, кличу офіціантку.

Офіціантка!

Під танцювальну музику заходять учасники-«офіціанти».

Учасник 2. Борщ український, будь ласка, подайте. Склянку узвару, вареники з м'ясом.

Учасник 3. Пане, ну що ви?! Кафе в нас сучасне. Ось вам стейк, гамбургер, чизбургер, піца...

Учасник 2. Що вона каже і як воно їсться?!

Учасник 4. «Фанта», «Мерінда», є «Спрайт», «Кока-кола», а ще «Пепсі-кола».

Учасник 5. Є ще солодощі – тільки для вас: «Орбіт», «Пікнік», свіжі «Снікерс» і «Марс»...

Учасник 2. Це вона лається?

Учасник 6. Прошу, сідайте!

Учасник 2. Ой, щось погано, водички подайте!

Учасник 2. Перестаньте їсти чипси,

Пити пепсі-колу,

Бо не буде кому в місті

Ходити до школи.

Контролюйте масу тіла,

Не переїдайте.

Козакам майбутнім гени

Добрі передайте.

Учасник 3. Ми все зрозуміли. У нас нове меню: наваристий борщ, пампушки, вареники, голубці, пиріжки, узвар.

Усі учасники виходять на сцену.

Учасник 1. Ти молодий, енергійний, кмітливий?

Учасник 2. Ти повний сил та енергії?

Учасник 3. У тебе є мрії, бажання, думки й плани на майбутнє?

Учасник 4. Щодня ти пізнаєш життя?

Учасник 5. Відкриваєш для себе світ і розкриваєш світові себе?

Учасник 6. Ти хочеш все досягнути, усе зрозуміти?

Учасник 7. Обери здоров'я, обери щасливе життя!

Виконують пісню «А ми бажаєм вам добра».

Список використаних джерел та літератури:

1. Савич Ж. В., Сивогракова З. А., Петрик О. М. Вирішувати нам – відповідати нам / Методичні рекомендації з проведення тренінгу-курсу підлітками-інструкторами. К.: Навчальна книга, 2002.

2. Зимівець Н. В., Лещук Н. О. Методика освіти «Рівний-рівному». К.: Навчальна книга, 2002.

3. Методичні рекомендації по проведенню тренінгу-курсу для підлітків з питань просвітницької роботи щодо здорового способу життя. К.: Навчальна книга, 2002.

4. Молодь у суспільстві, що змінюється. ЮНІСЕФ, 2000.

5. Голоцван О. А., Лещук Н. О. Я – моє здоров'я – моє життя. К.: ПРООН, 2004.

*Готко Наталія В'ячеславівна,
педагог-організатор НВК № 7
м. Хмельницького*

Агітбригада «ЕКСТРИМ»

АГЕНТИ ПО БОРОТЬБІ ЗІ ШКІДЛИВИМИ ЗВИЧКАМИ

Діти по черзі, один навпроти одного виходять на сцену під музику з кінофільму «Агент 007».

– Агенти, провести перекличку!

– Агент 001,..... агент 007, розрахунок закінчено!

– Ми агенти по боротьбі зі шкідливими звичками. Зібралися, щоб обговорити такі питання, а, точніше, одне – боротьба зі шкідливими звичками.

– Підготувати звіт!

1. Провів роз'яснювальну роботу.

2. Підготувала агітаційні матеріали.

3. Відучила курити 40 людей.

4. Розповіла про шкідливість алкоголю в 15 класах.

– Молодці!

– Ой, погляньте, хтось курить!

– А-а, хтось курить!

– *(Постріл)*. Відучила курити 41 людину.

- Отож, ми розпочинаємо! 3, 2, 1...*(Музика)*.
- Вас вітає команда НВК № 7 «Екстрим»!
- Сьогодні в нас складна розмова, адже мова піде про ваше здоров'я.

Усі йдуть зі сцени, лише один учасник залишається.

(Звучить запис). Людина, напевно, – найзагадковіша істота в природі. Коли вона народжується, то схожа на ненадуту повітряну кульку. І ось, поступово, вдихаючи в неї доброту, повагу, співчуття, любов і відповідальність, ми перетворюємо її на прекрасну особистість *(учасник команди надуває червону кульку)*.

І, немов магніт, вона притягує до себе інших людей *(виходять усі інші члени команди з кульками в обох руках)*. Тільки разом з іншими, не дивлячись ні на що, вона творить, створює, втілює свої найсміливіші ідеї в реальність.

- Вона любить щирою і справжньою любов'ю *(утворюють серце)*.



- Вона знає, що робити, як робити і навіть *(утворюють знак оклику)*.



- Вона дивиться лише вперед, не дивлячись ні на які труднощі, і реалізує свої таланти *(утворюють стрілку вгору)*.



– Людина неймовірна, непередбачувана... вона справжня!

Діти по черзі промовляють.

- Від того, яким ти будеш, залежить те, яким ти станеш!
- Життя нам дається лише один раз, тож проживи його гідно!
- Збережи своє здоров'я, щоби прожити життя яскраво!
- Будь здоровим і втілюй свої мрії!
- Катайся на велосипеді, вирушай у різні країни!
- Створи велику і дружню родину!
- Малою, читай, бігай, стрибай!
- Цінуй це все, цінуй кожний день свого життя!
- Не витрачай його на дрібниці!
- Щоб завтра ти зміг згадати кожен його мить!
- Адже життя складається не з прожитих днів –

Усі. А з тих, які запам'яталися!!!

– Тому ми хочемо, щоб ви запам'ятали цей день і наш виступ! Адже разом з нами прийшли відомі артисти.

Зустрічайте, Леді Гага!

О-о-о-о-о здоров'я бережи!

Кинь ти цю цигарку і не пий ти пива,

Бо здоров'я дане, щоб його берегли ми.

Тіна Кароль!

Любий, кидай ти пити,

кидай палити й побіжимо.

Хлопче, я не жартую,



хочу сказати тобі, що...

Да-да-да, врятуй життя!

Да-да-да, здоровим будь!

Да-да-да, врятуй себе!

Шкідливі звички ти забудь!

Ренер Лізер!

Пачка цигарок в твоїй кишені

подарує тільки рак легенів.

Не згадаєш ти миті життя веселі,
бо будеш сумувати без наших пісень.

Пляшка вина не подарує радість,
натомість в тебе з'явиться друг цироз.

Зате здорові не знають, що таке слабкість,
вони радіють світу без шкідливих доз.

Олег Винник!

Ніно, ти не пий вино,

Вибирай кіно, співи, танці, доміно.

Ніно, знаю вже давно, що наркотики й вино

Можуть затягти в багно.

І наша пісня!

(Ніколаєнко Л. В.)

Твоє здоров'я – лише в твоїх руках,

Життя здорове – усмішка на вустах.

Повітря, сонце, небо, гори, море силу додають.

Люби природу, назустріч їй іди.

Найкраща сила для тебе в ній одній.

Вона незвична, сили віднайди сказати просто «ні»!

Життя одне – твоє життя, нам разом з вами жити,

Разом з вами поруч йти у майбуття... здоровими.

– Агенти, розбіглися! *(Вибігають на поклон по черзі).*

– З вами була команда НВК № 7 «Екстрим»! До нових зустрічей і
будьте здорові!

Кучер Лілія Валентинівна,
заступник директора
з виховної роботи
Чемеровецького НВК № 1

Агітбригада «ЕНЕРГІЯ»

Вихід команди.

– Добрий день! Вас вітає команда Чемеровецького НВК № 1 в рамках фестивалю «Молодь обирає здоров'я!».

– Усім привіт! Вас вітає команда «Енергія»!

– Наш девіз: «Ми молоді, енергійні, завзяті, зможемо труднощі всі подолати»!

– Ми обираємо здоров'я, а здоров'я – це життя!

– А для життя, навчання, праці, творчості та сміливих прагнень нам потрібна енергія!

– Енергія спорту, енергія танцю, енергія руху, гімнастики вранці!

– Енергія сонця, енергія тіла, енергія розуму, думки та тіла!

Танець під супровід пісні «Недетское время».

– Ми – енергійні, бо хочемо бути щасливими, й тому ми обираємо здоров'я!

– Життя – це казка, життя – це диво, коли здоровий, тоді щасливий, коли здоровий, тоді – багатий, звичайні будні тоді, як свято!

Кавер на пісню «PSY – qanda style».

Прокинувшись зранку,

Не берись до чашки кави.

Дивись на нас,

Тягнись до сонця разом з нами.

Скажи «ні!» цигаркам, поганим звичка і фастфуду.

Ми здорові діти, ми усюди.

Алкоголю – НІ!

Візьми стакан компоту у столовій.

Хот-догу – НІ!

Візьмемо борщ і будемо здорові.

Здоровий стиль життя.

Не лілуйся, давай тренуйся.

Спорту – ТАК, і тільки ТАК!

Не здавайся, піднімайся ти до життя!

Здоровий стиль життя!

– Кожен обирає собі сам: алкоголь, тютюн чи може працю, міру радості, ціну розплати кожен обирає собі сам.

– Ми обираємо спорт!

- Ми обираємо музику!
- Ми обираємо танці!
- Ми обираємо життя!
- Бути здоровим чи ні – твій вибір, зроби його!
- Обери життя, а не смерть!
- Ми – молоді, сповнені мрій та сподівань, ми – майбутнє країни!
- Надія України (*усі разом*)!

Сценка із шоу «Україна має талант».

Ведучий 1. Вітаємо вас на шоу «Україна має талант»!

Ведучий 2. Хто ви й звідки до нас приїхали?

– Я тютюнова залежність.

– А я – алкогольна залежність.

– А я – комп'ютерна залежність. Ми приїхали до вас з країни шкідливих звичок. А привіт можна передати? Хочу передати привіт нашій подрузі на ім'я Лінь. Вона дуже хотіла сюди приїхати, але не змогла.

Ведучий 1. А чому вона не змогла приїхати?

– Бо їй лінь (*комп'ютерна залежність*).

Ведучий 2. А які у вас є таланти?

– Я можу зіпсувати ваші зуби та легені (*тютюнова залежність*).

– А я можу зіпсувати ваше серце, печінку і ваше життя (*алкогольна залежність*).

– Я можу зіпсувати ваш зір, занурити вас у віртуальний світ і ви вмиль забудете не лише про уроки, ви забудете, як вас звати (*комп'ютерна залежність*).

Ведучий 1. Ну, це зрозуміло, але в нас шоу талантів, що ви маєте у творчому плані? Ось ви, тютюнова залежносте, умієте співати?

– Так, звісно (*виконує декілька рядків із пісні «Горіла сосна, палала», закашлюється*).

Ведучий 2. Так, тут усе зрозуміло. А як у вас із танцями? Ось ви, алкогольна залежносте, умієте танцювати?

Алкогольна залежність виконує танець.

Ведучий 1. Ну, може хоча б ви, комп'ютерна залежносте, умієте щонебудь: вірші декламувати, рахувати навпаки чи говорити різними мовами?

– Га? Шо? Які вірші, які мови? Я вже до 23 рівня в грі підходжу! Ось там я супергерой!

Ведучий 2. То чому ви сюди прийшли, якщо не маєте талантів?

– Як не маємо? (*Усі разом*).

– Ми можемо зіпсувати ваше життя. (*Тютюнова залежність*).

– Хіба цього мало? (*Алкогольна залежність*).

Завершення сценки.

– Ні тютюну, ні алкоголю!
Вбити здоров'я я не дозволю!
Покличу я здорове харчування,
Сон повноцінний з вечора й до рання,
Покличу свою подругу – зарядку.
Тоді зі мною буде все в порядку.
У силі й міцності талант мій, добрі люди,
Хто береже мене – той переможцем буде!
– Ми кажемо здоров'ю – «Так!».

Танець під супровід пісні «Сонце нам сяє».

*Тютюник Надія Володимирівна,
учитель основ здоров'я
Більської ЗОШ I-III ступенів
імені К. І. Геренчука
Чемеровецької селищної ради*

Агітбригада «NEW LIFE»

Сценарій літературно-музично-спортивної мінікомпозиції

– Вас вітає агітбригада «NEW LIFE» Більської ЗОШ I-III ступенів імені Геренчука.

Наш девіз. «Здоровими бути – це щастя велике!»

– Ми обираємо – здоровими жити.

Ми закликаємо до здорового способу життя!

Ми – майбутнє України!

Ми живемо у XXI столітті. А воно нас як зустріло?

- Гіподинамія.
- Комп'ютерна залежність.
- Алергія.
- СНІД.
- Паління.
- Алкоголь.
- Наркоманія.

– Ми, молодь, – нації надія.

Одна на всіх у нас є мрія:

Щоб результату досягти,
Шкідливим звичкам скажем: «НІ!».

Танець «Скібіді».

– Бережіть себе, радійте життю!

Набувайте хороших звичок.

Ведіть активний спосіб життя.

Будьте розумними і мудрими.

Обирайте тільки правильні стежини.

Крокуйте до «Країни Міцного Здоров'я».

Пам'ятайте, що ваше здоров'я – у ваших руках.

– Щодня вставай о сьомій годині ранку, провітрюй кімнату та роби зарядку.

– Щоранку вмивайся та чисть зуби.

– Не забувай мити руки впродовж дня.

– Якщо чхаєш чи кашляєш, не забувай про носову хустинку.

– Пам'ятай, що волосся завжди повинно бути зачесане.

– Стеж за чистотою свого одягу.

Здоров'я – розкіш для людини,

Найбільша цінність у житті.

Як є здоров'я день при днині,

Можливість є йти до мети.

Тоді є радість, щастя, диво,

Краса у крапельці роси.

Тоді людина йде щасливо

Серед безмежної краси

Й чарівність світу відчуває,

Для неї в хмурі – дні ясні.

Вона всі труднощі долає

Й співає радісні пісні.

Вона – здорова! Це чудово,

Бо їй нічого не болить.

Вона добро творить готова.

І це прекрасно! Можна жити!

Пісня на мелодію «Бременські музиканти».

1. Кращого нема нічого в світі,

Як здоровим будь сьогодні, діти!

Нам, здоровим, не страшні тривоги –

Подолаєм будь-які дороги! *(Двічі).*

2. Ні цигарок, ні спиртних напоїв

Не вживайте ви в житті ніколи.
Ви з дороги власної не збийтесь,
Зі здоров'ям у єдине злийтесь. (Дівчі).

СЦЕНКА

Виходить похнюплена дівчинка, до неї підходить учениця.

Доля. Чому ти сумуєш, дівчинко?

Дівчинка. У мене зовсім немає друзів, Доле...

Доля. Що ж, я дам тобі друзів. Проте врахуй: я посилятиму тобі різних людей, і лише ти сама вирішуватимеш, кого з них обрати за друга.

Дівчинка (радісно). Добре, добре! Я неодмінно оберу собі найкращих друзів!

Слідом за нею заходять троє учнів (Здоров'я, Мрія, Майбутнє).

Здоров'я. Привіт! Ми хочемо з тобою дружити. Мене звуть Здоров'я.

Мрія. Я – Мрія.

Майбутнє. А я Майбутнє.

Дівчинка. Ну, не знаю... А що з вами цікавого?

Здоров'я. Зі мною ти займатимешся спортом. Ми будемо робити зарядку, їсти лише корисну їжу і загартовуватися.

Мрія. А ми будемо створювати цілі та впевнено до них іти, долаючи всі перешкоди.

Майбутнє. А я постійно вчитиму тебе, як краще вчинити, щоб твоє «завтра» було чудовим.

Дівчинка. Та ну вас, з вами треба багато працювати, не хочу я таких друзів!

На сцену виходять дві дівчинки, одягнені в чорні футболки (Цигарка, Алкоголь).

Цигарка. І правильно, не слухай ти цих невдах, дружи краще з нами.

Алкоголь. Музика, легкість у голові, жодних проблем.

Цигарка. Ти хочеш у нашу банду?

Дівчинка. Так, так, я хочу до вас!

Цигарка і Алкоголь одягають дівчинку в чорну футболку і сміючись тікають.

Дівчинка залишається сама, розгублена і неохайна. Оглядає себе з жахом.

Дівчинка. О ні, що це зі мною?.. (Підбігає по черзі до трьох позитивних героїв, вигукуючи).

Дівчинка. Моє Здоров'я! Майбутнє! Мріє! Поверніться! Прокиньтесь! Я хочу дружити з вами! З вами!

Мрія. Пам'ятай! Обираючи алкоголь, нікотин і наркотики, ти відмовляєш собі в мрії та здоров'ї.

Здоров'я. Не піддавайся спокусі мимовільної радості! Обирай для себе найкраще!

Майбутнє. Обирай щастя і майбутнє!

З дівчинки знімають футболку.

Усі разом. ОБИРАЙ ЖИТТЯ!

Пісня на мотив «Время и стекло» – «НЕ троль».

Руки без мобільних,

Гарна постава, струнке тіло.

Більше вітамінів, лише корисне – і будеш мила.

Присідай, ти присідай і про пробіжку не забувай.

Підіймай торс, підіймай, м'язам силу нову надай.

Приспів.

Ти ж сьогодні у спортзал піди

І тренуватись нарешті почни.

Про харчування не забувай,

Собі роки життя додавай.

Ти хочеш насолоджуватися життям?

Крокувати в ногу з часом?

Нарешті, не відставати від моди?!

Мода – це більше, ніж музика, зачіска і модний «прикид».

Мода – це стиль, це – спосіб життя.

Бадьорість,

Радість,

Енергійність,

Наполегливість,

Дотепність.

Це наш БРЕНД!

Танець у стилі хіп-хоп.

Життя – це здоров'я, скористайся ним.

Життя – це краса, милуйся нею.

Життя – це мрія, здійсни її.

Життя – це щастя, цінуй його.

Життя – це скарб, бережи його.

Життя – це пісня, доспівай її.

Життя – це диво, не загуби його!

Фінальна пісня «Бережи любов» (Фабрика зірок).

Ти маєш право обирати шлях,

Та вороття назад уже нема.

Іди, із мрією дружи,

Збережи життя і здоров'я збережи.
Ти молодий і повен нових сил,
І маєш все, чого ти сам просив.
Залиш ці звички назавжди,
Разом збережи Україну від біди!

Приспів.

Бережи життя, бережи свій дім!
Знай і пам'ятай,
Ми народилися здоровими дітьми.
Бережи свій дім від усього зла,
Бо це все ближче аніж нам здавалося.

ВАС ВІТАЛА КОМАНДА «NEW LIFE»!

Список використаних джерел та літератури:

1. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: Сайт «Вірші про спорт та здоровий спосіб життя». <https://pustunchik.ua> ›
2. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: Сайт «Вірші про здоровий спосіб життя». <https://dovidka.biz.ua/virshi-pro-zdoroviy-sposib-zhittya/>
3. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: Сайт «Молодь обирає здоров'я». vasyscheve.edu.kh.ua ›
4. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: Сайт «Молодь обирає здоров'я». <http://referat.co/ref/125557/read>
5. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: Сайт «Молодь обирає здоров'я». <https://naurok.com.ua> ›
6. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: Сайт «Молодь обирає здоров'я». <https://dovidka.biz.ua/virshi-pro-yizhu-dlya-ditey/>

***Кучерук Ірина Василівна,**
педагог-організатор Шепетівської
СЗОШ I-III ступенів № 2
з поглибленим вивченням основ
економіки і правознавства*

Агітбригада «ЖИТТЯ БЕЗ КОНТРОЛЮ»

- Ми, молоді та енергійні!
- Ті, хто за здоровий спосіб життя!
- Ми ті, хто сміливо крокує без обмежень!
- Ми ті, хто обирають волю, наснагу, здоровий глузд!

– Вас вітає агітбригада «Життя без контролю!»!

– Ми добре знаємо ціну життю і здоров'ю.

– **Наш девіз:**

Бережи здоров'я змалку,
Бо хазяїн йому – ти!
Щоб життя прожити довге –
Себе треба берегти!

– Сьогодні ми розповімо, чому шкідливо пити і палити.

– Як оминати це хандро і що майбутнє – це здорові діти!

– Наведемо вам факти й аргументи,

Доповімо про основні моменти.

– Спробуємо достукатись до вас,

Але вибір робить кожен з нас!

– Масове паління знищує середню тривалість людського життя.

– Нікотин – отрута, що повільно вбиває ваші таланти, красу, працездатність.

– У результаті одного сп'яніння гине до 20-ти тисяч клітин головного мозку. Крім того, погіршується пам'ять, відбувається деградація особистості.

– В Україні зареєстровано понад 156 тисяч споживачів наркотиків, а реально – ця цифра в 10-15 разів більша.

– За офіційними даними, лише в Україні на сьогодні понад 146 тисяч людей, які живуть з ВІЛ.

– Ось так щоденно і невпинно

Втрачають здоров'я. А ми?

Ми можемо стиль життя змінити,

Здоровими рости людьми!

– Шкідливі звички – вороги!

Своє здоров'я бережи!

– Шкідливим звичкам ми скажемо «НІ!»,

Тому що ми всі – духом міцні.

– Раціональне харчування!

– Заняття спортом та правильний режим дня!

– Ми – за здоровий спосіб життя!

– А ось наші дівчата найздоровіші та найкращі, тому що займаються спортом та фітнес-зарядкою.

– Здоров'я – найцінніший скарб!

Всі люди про це знають.

Його як можуть бережуть,

Про нього завжди дбають.

- А від чого залежить наше здоров'я?
 - Від спадковості залежить 20 % здоров'я.
 - Від медицини – 10 %.
 - Від екології – 20 %.
 - Від способу життя – 50 %.
 - Який спосіб життя вважається здоровим?
 - Який зберігає і зміцнює здоров'я – фізичне й моральне.
 - Особливими чарами впливу на людину володіє мистецтво. Воно змінює свідомість людини, характер її вчинків.
 - Ось, наприклад, музика. Незмінна супутниця різних видів лікувальної фізкультури.
 - Активні рухи дуже важливі для здорового розвитку організму.
 - Це посилює обмін речовин, надає силу м'язам і гнучкість суглобам.
 - Тому, рухайтесь із нами!
 - Рухайтесь як ми і будете завжди активними людьми!
 - Здорова сім'я – це найкраще в житті!
- Пам'ятайте про це, дорослі й малі.
- Радість – це щасливе життя,
Але без здоров'я сім'ї нема майбуття!
- Якщо ти патріот, співчутлива, безкорислива людина, прагнеш до взаємодопомоги та взаємопідтримки – приєднуйся до щорічної 7-ї благодійної акції фонду «Серце до серця».
 - Саме під таким гаслом проходить щорічна акція з 16 квітня по 6 травня 2012 року. Її мета – збір коштів для закупівлі медичного обладнання в лікарні, його безкоштовного використання.
 - Збір коштів буде проводитися волонтерами, які матимуть спеціально виготовлені й пронумеровані скриньки.
 - На зібрані кошти цього року вирішено закупити інсулінові помпи – пристрої для введення інсуліну при лікуванні цукрового діабету.
 - Діяльність фонду показує, що відкриті і щирі наміри спонукають молодь до добродійної діяльності.
 - Запрошуємо всіх учасників фестивалю до активної участі в акції.
 - Пам'ятаймо, що великі справи починаються з малого!
 - Багато дітей, не знаходячи порозуміння з батьками, йдуть на вулицю, де на них чекають тютюнова, наркотична та алкогольна залежність.
 - Батьки, зверніть увагу на своїх дітей! Скільки разів на день ви посміхаєтесь їм, говорите їм лагідні слова, притискаєте до люблячого серця.
 - Більшість дітей витрачають свій час на інтернет-пустощі та шкідливі звички, не використовуючи свої природні здібності; вони їх втрачають.

- Батьки, чи завжди ви знаєте, де саме знаходиться ваша дитина? Скільки часу вона приділяє спорту та своїм улюбленим заняттям???
- Сім'я – це те місце, де вас повинні любити за те, що ви просто є!
- Коли ми спілкуємося, ми діємо.
- Кожну хвилину ми робимо свій вибір.
- Ми турбуємося за себе та своїх близьких.
- А увага – це основа нашої поведінки.
- Ми – діти 21 століття.
- Нам підкоряються високі технології.
- Ми можемо жити зі штучними серцями.
- Нам легко побачитися з людиною за тисячу кілометрів.
- Не виходячи з дому, можемо отримати будь-яку інформацію, підкоривши Інтернет.
- Тому давайте візьмемося за руки, друзі!
- Нам є заради чого об'єднати свої зусилля.
- Заради життя на землі!
- Заради майбутніх поколінь збережемо код свого життя.
- Тому що здоров'я – це найбільша цінність.
- І нехай ваше життя сяє усіма кольорами яскравої райдуги!

***Месь Оксана Василівна,**
заступник директора з виховної
роботи СЗОШ I-III ступенів № 2
з поглибленим вивченням основ
економіки і правознавства
м. Шепетівки*

**Агітбригада «КОРЧАГІНСЬКІ СОКОЛИ» –
переможець Всеукраїнського фестивалю «Молодь обирає здоров'я»**

*Переможці Всеукраїнського фестивалю-конкурсу «Молодь обирає здоров'я»,
2 місце, 2012 рік.*

- Ми – команда «Корчагінські соколи»!
- Команда друзів, однокласників і однодумців.
- Команда небайдужих до власного здоров'я.
- Команда небайдужих до майбутнього власних дітей.
- І до майбутнього країни.
- Оголошуємо війну!

- Оголошуємо війну шкідливим звичкам, екологічному забрудненню.
- Неправильному харчуванню.
- Залежності від віртуального світу.
- Недбалості до власного здоров'я.
- Усі, хто виступає за здоровий спосіб життя, – приєднуйтеся!

Спортивний виступ команди в стилі street workout.

- Ну що, вам сподобалось?
- Якщо так, підніміть угору праву руку!
- Якщо ви також обираєте спорт, а не шкідливі звички, підніміть угору ліву руку.

– Якщо ви впевнені, що здоров'я треба берегти заради свого майбутнього – помахайте нам руками.

- Подивіться, скільки нас!
- Тож у цій війні зі шкідливими звичками ми будемо переможцями.
- У війні то переможемо, а в цьому конкурсі – точно ні.
- Чому?
- Співати ви не вмієте, танцювати так собі, а з гумором...
- Якщо треба, я можу заспівати.
- Ой, ні, ні...
- Тоді, може, я свіженький анекдот розповім?
- Спробуй.
- З якою дівчиною я вчора познайомився: очі, як зелені виноградини, щічки рожеві, як стиглі яблучка, губи червоні, як стиглі вишеньки... Хлопці, це кохання?!
- Ні, Сергію, це – авітаміноз...
- Тааак, це нам точно не допоможе.
- А я думаю, що нам тоді допоможуть три правила нашої команди.

Усі нахилиють голову на знак згоди.

- Правило перше – найкраща агітація – власний приклад.
- Можна говорити правильні слова, але думати і робити по-іншому.
- Правило друге – умієш сам – навчи ще когось.
- Наша команда постійно виступає перед однолітками, ми брали участь у молодіжних акціях у Шепетівці, Волочиську, Хмельницькому, Львові...
- Улітку побували навіть у Польщі на фестивалі «Профілактики і ти».
- Ми ще раз переконались, що боротьба за здоров'я – справа всенародна.
- І, нарешті, правило третє.
- Для нас, простих хлопців із невеликого містечка, здоровий спосіб життя – не лише гарні слова.

- Це наш стиль!
- Це наші переконання!
- Це наша філософія!
- Це наша мода!
- Це наші друзі!
- Це наше майбутнє!
- Робіть із нами!
- Робіть як ми!
- Робіть краще нас!
- Приєднуйтеся!

*Івасюк Ніонела Геннадіївна,
учитель Шепетівського НВК № 1
ім. Героя України М. Дзявкульського*

Агітбригада «ПРОФЕСІОНАЛИ»

Мюзикл «Молодь обирає здоров'я»

Зміст	Коментар
Вихід. Запрошуємо на сцену учнів Шепетівського НВК № 1 «Професіонали».	<i>Учасники вибігають під музику з фільму «Таксі».</i>
Картинка 1 (тренувальний майданчик). Під музику учні виконують фізичні вправи (йога, спортивно-танцювальна підтримка, вправи з гантелями, гирею, ракеткою для настільного тенісу).	<i>Вносять вивіски: «Тренувальний майданчик»; команда «Професіонали».</i> <i>Звук сигналу про завершення тренування, усі стають у шеренгу.</i>
Картинка 2 (ідея команди). <ul style="list-style-type: none"> • Здорове майбутнє підрастаючого покоління закладається вже сьогодні. • Прямо зараз. • Ким спитаєте? Разом. Звісно ж, нами!	<i>Учні висловлюють.</i>
Картинка 3 (візитка команди).	

<p>• Вас вітає команда Шепетівського НВК № 1.</p> <p>Разом. «Професіонали».</p> <ul style="list-style-type: none"> • Формула нашого життя: • Жити весело. • Жити здорово. • Жити правильно. • Організовано. • Енергійно. • Помірковано. • Позитивно. <p>Разом. Умотивовано.</p>	<p><i>По черзі емоційно проговорюють слова.</i></p> <p><i>Перешиковуються для наступного номера.</i></p>
<p>Картинка 4 (пріоритети команди).</p> <p>М'яч, гантелі, ролики, скакалка – Зі спортом на «ти» ми ще змалку. Морква, капуста, яблуко, буряк – Корисним продуктам кажемо «Так!».</p> <p>Природу поважаємо і книжки читаємо, Про користь відпочинку ми не забуваємо. Сонцю посміхаємось і дощу радієм, Позитив в усьому відшукати вмієм.</p> <p>Правила життя навчилися поважати, Закликаєм всіх їх не зневажати. Алкоголь, наркотики ми не вживаєм, Про їхню шкідливість усім розповідаєм.</p> <p>Ми любимо танцювати і ходити в кедах, Бігати, стрибати аж до самого неба. Всі кажуть, що здоров'я не буває мало. Погоджуємось з цим – «Професіонали».</p>	<p><i>Танець у стилі реп.</i></p> <p><i>Залишаються на своїх місцях.</i></p>
<p>Картинка 5 (сумна статистика).</p> <p>Але найчастіше буває так...</p> <p>Ми живемо в Інтернеті всі... Не ходимо, а їздим на таксі... І стороною ми обходимо парк – Це давно уже відомий факт.</p>	<p><i>Учасник із сумом констатує факт.</i> <i>Учні вдають залежних від негативних звичок людей.</i></p>

<p>Без... допінгу ми злі... І...нертні й мовчазні... Дай...те закурити... – ми ж такі круті!</p>	<p><i>Звучить дзвін. Усі затихають на місцях.</i></p>
<p>Картинка 6 (перезавантаження свідомості).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Так..., картинка... не дуже... • Мутна якась. • Тут потрібне повне перезавантаження. 	<p><i>Звучить енергійна музика, учасники виконують стійку на руках, шпагат, колесо, оберт на місці.</i></p>
<p>Картинка 7 (переосмислення).</p> <p>Здоров'я – це безцінний скарб. І це усім відомий факт. Його потрібно берегти, А формулу свою знайти.</p> <p>Мо-лодь – не курить, Мо-лодь – не п'є. Мо-лодь здорова В май-бутнє йде.</p> <p>Мо-лодь активна, Зі спортом – на «ти». Ду-же активна... і... ти...</p> <p>Не сиди: вставай, вставай! Руки вгору піднімай! Не соромся, зроби крок, Зніми з себе зайвий блок. І лети..., і стрибай..., пам'ятай..., що...</p> <p>Здоров'я – це безцінний скарб. І це усім відомий факт. Його потрібно берегти, А формулу свою знайти.</p>	<p><i>Енергійний танець + пісня.</i></p> <p><i>Стають у колону.</i></p>
<p>Картинка 8 (формула здоров'я).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Фізичні навантаження 	<p><i>Учасники говорять слова по черзі, показують</i></p>

<ul style="list-style-type: none"> • За смаком. • Корисна їжа • За вподобаннями. • Позитивні емоції – • Постійно • Дорівнює • Здоров'я. 	<p><i>тематичні картинки і стають у шеренгу.</i></p>
<p>Картинка 9 (констатація).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Перезавантаження свідомості • Має початися вже • І зараз. • І починатися має з того, що найбільше впливає на свідомість, – • З реклами. 	<p><i>Усі розходяться в сторони, у центрі залишається один учасник.</i></p>
<p>Картинка 10 (реклама).</p> <p style="text-align: center;">Монолог</p> <p>Я спробував це ще в дитинстві. Деякі роблять це для крутості, я – ні. Хоча визнаю... зловживаю цим. Інколи навіть занадто. Часто не вистачає на це сил, але... я мушу, Бо це мене тримає в тонусі, розслабляє, настрій піднімає. Так, це вже можна назвати залежністю. Кидати?.. Ні, не збираюся, і вам не раджу. Чому? Це ж так класно... Бо спорт – це сила! А ви про що подумали?!</p>	<p><i>Учасник говорить про своє захоплення, вводячи усіх в оману.</i></p> <p><i>Здивовано.</i></p>
<p>Картинка 11 (підсумки).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Про те, що • Майбутнє починається сьогодні, • А ми – частина цього майбутнього. • Яким воно буде..., • Залежить тільки від людей, • Від нас... 	<p><i>Говорять слова по черзі.</i></p> <p><i>Перешиковуються для</i></p>

	<i>танцю.</i>
<p>Картинка 12 (мотиватор). Люди – частина урбанізації. Здоров'я – ознака цивілізації. Пити, курити зараз не модно. Здорова людина – звучить дуже гордо.</p> <p>Корисні продукти – не панацея, Кожен коваль долі своєї. Спортom займатись не забувай, Цим ти врятуєш життя – так і знай.</p> <p>Ролики, скейт, велосипеди, Прогулянки – нам це все дуже треба. Кожен собі обирає своє, Життя дуже цінне – моє і твоє.</p>	<p><i>Пісня під музику ТНМК. Спортивно-танцювальна підтримка.</i></p> <p><i>Шикуються в шеренгу.</i></p>
<p>Картинка 13 (фінал).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вибір завжди робити не просто, • Але життєво необхідно. • Ми зробили свій вибір – • Ми за здоровий спосіб життя. • А що обираєш ти? <p>• З вами була команда Разом. «Професіонали».</p>	<p><i>Говорять слова по черзі.</i></p> <p><i>Поклін, усі йдуть, один учасник залишається.</i></p>
<p>Картинка 14 (сюрприз).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мало не забули – • Нам є ще чим вас здивувати. 	<p><i>Двоє учасників говорять, решта роблять акробатичну фігуру.</i></p>

Колесник Юлія Миколаївна,
педагог-організатор
Судилківської ЗОШ I-III ступенів
Судилківської сільської ради (ОТГ)
Шепетівського району

Агітбригада «НОВА ГЕНЕРАЦІЯ»

(Вихід агітбригади під музику «HEALTHY SCHOOLS», виконує
Гончаровська А.)

«HEALTHY SCHOOLS»

(Переклад Лукащук О. В. (учителя музики)
на мотив пісні «Спорт» Т. Пархоменко)

Спортивна ми команда, крокуєм – раз, два, три.
На молодих спортсменів поглянь – це я і ти.
Не знаємо ми ліні і маєм сильний дух,
До всього ще й завзяті. Життя – це завжди рух.

Приспів.

HEALTHY SCHOOLS – це дорога в майбуття.
HEALTHY SCHOOLS. Будь здоровим ти і я.

Ми будемо, спортсмени, іти лише вперед,
Усміхнені, щасливі – і це насамперед.
Ми плакати не будем, зіжмемо ціль в кулак,
Бо спорт це сила й воля.

Ми спорту скажем «Так!».

– Добридень, пані та панове!

– Леді та джентльмени!

– Слухайте! І не говоріть, що не чули!

– Дивіться! І не говоріть, що не бачили!

– Вас вітає агітбригада Судилківської школи *(разом)* «Нова генерація»!

– Наш девіз:

– «Ми, молодь, – нації надія.

Одна на всіх у нас є мрія:

Щоб здоров'я зберегти,

Шкідливим звичкам скажем: Ні!».

– Дорослим і юним, і зовсім малим

– Ми сьогодні покажем сюжети,

– В чому здоровця і щастя секрет!

– Школа, навчання, робота, сім'я –

– Ось перспектива, людино, твоя!

– І якщо ви молоді та енергійні,

– Активні і небайдужі,

– Якщо ви думаєте про своє майбутнє

– І бажаєте змінити світ навколо себе,

- Тоді ми думаємо однаково,
- І шлях наш єдиний – до здорового способу життя.
- Давайте разом поміркуємо про те, про що мріє сучасна молодь.
- Про айпад.
- Фотоапарат.
- А якщо серйозно?
- Про якісне навчання.
- Ріст у кар'єрі.
- Чисте кохання.
- Досягнення мети та успіхів.
- Але розпочати потрібно зі здоров'я!
- Адже ще Сократ наголошував, що здоров'я – це все, бо все без здоров'я – ніщо.
- Розуміючи це, сучасна молодь обирає здоров'я.
- Ми – за здоров'я,
- Ми – за щастя,
- Ми – проти болю і нещастя!
- За тверезий розум,
- За ясність думки,
- За дитинство і юність,
- За радість життя!
- Життя – воно неповторне і прекрасне!
- Воно – як вимите росою ранок!
- Ніжне та тремтливе як світанок!
- Життя вирує як весна бурхлива.
- Але в житті лише одне важливо:
- Здоров'я наше – найцінніший дар природи!
- Ти бережи його, не відставай від моди.
- Сім'я, здоров'я, спорт, природа, кохання, мрії –
- Все це здоровий спосіб життя!
- Бери все це сміливо, друже, і в путь по життю сміливо іди!
- Та тільки на цьому шляху пам'ятай:
- Цурайся цигарки, від чарки тікай!
- І знай, любий друже, у цьому житті,
- Чи бути здоровим, ВИРІШУЄШ ТИ!

*Гонтар Ірина Антонівна,
учитель біології, хімії та екології*

Агітбригада «ПРОМІНЬ НАДІЇ»

Ведучий:

– Добрий день! Сьогодні ми з'ясуємо: чи реально в наш час дотримуватися здорового способу життя, що ми можемо зробити, щоб змінити своє життя на краще; звернемо увагу на найбільш хвилюючі питання – аспекти здорового способу і спробуємо з'ясувати, чи здорово бути здоровим.

– До вашої уваги пропонуємо переглянути відеоролик «Здоровий спосіб життя».

(Перегляд відеоролику).

– Цей відеоролик презентує нам нашу одвічну дилему: бути чи не бути, спробувати чи ні, пан або пропав. Звісно, кожен має обирати самостійно.

Добрий день! Ми вас вітаємо!

Виступ свій розпочинаємо.

Ми – команда «Промінь надії».

Наш девіз: «Завжди вперед і ні кроку назад!».

Сміливі, активні, веселі, відважні,

Непереможні і недосяжні.

Дружно разом ідемо до мрії,

А звемося ми «Промінь надії».

Ми сьогодні тут зібрались з гарною метою,

Щоб знаннями поділитись з родиною шкільною –

Тим, що усім потрібно вміти й знати.

Люди, треба нам усім здоров'я обирати.

Ти палиш, то значить ти губиш себе,

Руйнуєш здоров'я, скорочуєш вік.

Ми дим той вдихаєм! Благаєм тебе,

Будь мужнім, покинь, ти ж чоловік.

А якщо палить жінка, то зовсім біда –

Майбутніх дітей нам дуже шкода.

На здорових дітей не сподівайся,

Облиш цигарки, з майбутнім не грайся.

Пісня «Будьте здорові» (Катя Бужинська «Україна-вишиванка»).

Промінь сонця золотавий,

Голос пісні солов'я

Будить вранці всіх до справи,
Прокидається земля.
Тож берись і ти до діла,
Марно часу ти не гай,
Загартовуй дух і тіло,
Про здоров'я, друже, дбай. (*Двічі*).

Приспів.

Будьте красиві, будьте здорові,
Білі, русяві і чорноброві!
Будьте веселі, будьте багаті
В кожній оселі і в кожній хаті!

(*Флешмоб «Танець життя»*).

(*Виходять усі*).

Ми – «Промінь надії» і так воно є,
Бо ми, Україно, майбутнє твоє.
Ідемо в майбутнє й нема вороття.
Ми – за здоровий спосіб життя!
Ми любимо спорт, цікаве дозвілля,
А також туризм і чисте довкілля.
Робим зарядку, алкоголь не вживаєм,
Психотропні речовини не споживаєм.
Правильно харчуюсь, не зловживаю,
Про відпочинок не забуваю.
Фізично працюю, роблю фізкультуру,
Дбаю про гігієну і власну культуру.
Ми всі не палим і бажання не маєм,
І до цього всього ми вас закликаєм.

(*Спортивний танець*).

Ведуча 1.

З давніх-давен усі покоління захоплюються чарівним світом казок. Саме через них малеча дізнавалася про правду й кривду, добро і зло, любов і ненависть і хотіла бути схожою на улюблених героїв.

Минув час... І ми вже починаємо дивитися на світ казки іншими очима. Слухайте, дивіться і вчіться.

Пісня «Чарівний вагон».

1. Чарівний вагон біжить, хитається,
Швидкий потяг набирає хід.
Подорож вже наша починається,

Раді ми зустріти тут усіх.

Приспів.

Стрічкою, стрічкою наша путь стелиться.
Бути здоровими хочемо завжди.
Кожному, кожному в кращеє віриться.
Про здоров'я дбатимеш і не матимеш біди.

2. Щоб міцним здоров'я зберегти своє,
Чистоти дотримуватися слід.
Сонце і повітря, і водичка є.
Загартовуватися ти звик.

Приспів.

Ведуча 1. А зараз ми помандруємо з вами у світ повчальної казки. До вашої уваги казка «Маша і ведмідь» на новий лад.

– Ведмідь спить у барлозі. Надворі зима. Виходить Машка в короткій спідничині, на високих підборах. Макіяж і одяг у неї дуже яскраві.

На мелодію пісні з репертуару Верки Сердючки «А я иду такая вся...» співає:

Я іду така уся в Дольче-Габана,

Я іду така уся – на серці рана.

Я кохання загубила і в кишені пусто,

Але й друзів, вам зізнаюсь, також не густо.

Натрапляє на барліг Ведмедя.

– О, Мішка! Мій найкращий друг! Мішка, ти спиш? (*Повторює тричі, щоразу підвищуючи голос*).

Нарешті Ведмідь прокидається:

– Хто, де, що? Машка, це ти? (*Невдоволеним голосом*).

Машка *підлесливо:*

– Мішка, скільки можна спати? Дивись, який у мене чудовий прикид! Йдемо, погуляємо по лісі: я хочу, щоб мене побачили всі!

Ведмідь нарешті помічає, як одягнена Машка, і аж сідає на стілець від несподіванки.

Роздратовано:

– Машка! Ти маєш голову на плечах? Як ти одяглася? Ти знаєш, скільки в лісі вовків? Вони тебе враз розірвуть! Дивно, як ти взагалі жива-здорова до мене прийшла!

Машка, *кокетуючи:*

– А я бачила, що за мною вовки із-за дерев спостерігають. Напевно, я їм сподобалася!

Ведмідь:

– Зовсім дівка з глузду з’їхала! Так, Машка, нікуди я з тобою не піду, поки ти не виглядатимеш належно. А то звірі від твого прикиду свідомість втрачають.

Машка, махнувши рукою:

– Мішка, ти нічого не розумієш!

Співають реп під музику пісні у виконанні Потана і Насті «У нас на районі».

Машка.

У нас на районі пацани і дівки
Ходять на тусовки,
П’ють вино і бренді,
Курять папіроси, мають круті «тачки»,
«Бабок» не шкодують...

Ведмідь.

То пусті балачки!
Жити треба чесно, гарно працювати,
Спорт любити треба, друзів поважати –
І тоді здоров’я і веселий настрій
Будуть завжди поряд...
Зрозуміла, Машка?

Ведмідь, наполегливо:

– Машка, йди переодягнися, щоб ти виглядала скромніше!

Машка виходить переодягатися, а Мішка сидить і невдоволено бурмоче:

– Зима ще не закінчилася, я спати хочу, а те капосне дівчисько мене розбудило. З’їм я її коли-небудь! По лісу гуляти їй хочеться! Розмалювалася, як прожектор і чекає, щоб на неї вовки напали. Коли вона вже буде думати головою?! Та які там думки! У неї голова тільки для того, щоб зачіски робити та кепки носити.

Чути голос Машки:

– Мішка, я вже йду! *(Виходить Машка, одягнена в джинси, скромну кофтину, на голові кепка).*

Мішка:

– О, з’явилася! А помаду хто витирати буде? *(Подає серветку і Машка витирає губи).*

Мішка, бурмочучи, уже моститься спати.

Машка стурбовано:

– Мішка, а Мішка! Чому в тебе такий поганий настрій? Чому ти такий сонний? Я тебе вилікую. *(Виймає із сумочки муляж мухомора).* Ось візьми,

з'їж мухомор і ти станеш веселим та щасливим! Усі твої проблеми враз зникнуть!

Мішка різко встає і говорить роздратовано:

– Машка, ти знову за своє? І без мухоморів можна бути веселим і щасливим.

Машка весело:

– О, я знаю, що потрібно зробити! Я хочу потрапити в інші країни, щоби подивитися, як місцеві жителі піднімають собі настрій і турбуються про своє здоров'я. Де твоя машина подорожей?

Мішка стурбовано:

– Машка, не зачіпай! Я не хочу подорожувати! Зараз зима!

Машка хапає «машину подорожей» (мобільний телефон) і натискає кнопку. Вони обоє крутяться навколо своєї осі і «потрапляють» в Африку.

Мішка в Африці (захоплено):

– Ах, як тут тепло і красиво! А скільки фруктів! Вони, напевно, дуже смачні і корисні!

Звучить музика з пісні «Чунга-Чанга». Вибігають «аборигени», вони танцюють і співають, попереду них вождь:

Чунга-Чанга – в Африці живем,

Чунга-Чанга – фініки жуєм.

А банани, ківі й ананас –

Фрукти дуже корисні для нас.

Приспів.

Вітаміни, вітаміни – весь алфавіт, як це мило,

Тут і А, і Б, і Ц, Є – вітаміни.

Плюс повітря, сонце, море,

Гарний настрій, пляж і гори.

Для здоров'я – це чудова панацея.

Потанцювавши, «аборигени» ховаються в «джунглях» (за кулісами).

Мішка:

– Ось бачиш, Машка, і без мухоморів можна почуватися здоровим і щасливим.

«Аборигени» вже зникли за «деревами». Але, почувши голоси, вождь повертається і підкрадається до Машки і Ведмеда.

Машка невдоволено і перелякано:

– Мішка! Я боюся! Аборигени можуть нас з'їсти, щоб збагатитися новими вітамінами. Тікаймо! Машина подорожей, допомагай!

Машка бере мобілку, натискає кнопку.

Мішка кричить:

– Машка, подожди! Я хочу скуштувати екзотичні фрукти!

Машка:

– Усе, Мішка, ти запізнився! *(Крутяться навколо своєї осі).*

Мішка:

– Ох, капосне дівчисько!

Мішка в Антарктиді (здивовано):

– Куди ми попали? *(Озираючись навколо).* Це ж Антарктида! Тут так холодно! Але чисте повітря та прозора вода – найкращий засіб для загартування та укріплення здоров'я!

Машка:

– Ой, хто це? Ховаймося!

Вибігають «пінгвіни» і починають танцювати (рухи і музика довільні). Потанцювавши, ховаються за крижану скелю.

Мішка:

– От які тут здорові і веселі жителі!

Машка:

– Я замерзла! Хочу додому! *(Бере в руки мобільний телефон – «машину подорожей», натискає кнопку).* Додому! Додому! *(Машка і Мішка крутяться навколо своєї осі).*

Удома, у своєму лісі.

Машка і Мішка повертаються у свій ліс.

Машка:

– Поки ми подорожували, до нас прийшло літо.

Мішка:

– Я, напевне, застудився: болить голова і горло, температура, мабуть, у мене.

Машка впевнено:

– Я тебе вилікую! Ось тобі ліки! *(Виймає із сумочки ліки і подає ведмедю).*

Мішка:

– Ні, Машка, найкращий лікар – це природа. Ось я поїм меду *(бере маленьку дерев'яну бочечку і «їсть» дерев'яною ложкою),* вип'ю чаю із суницями *(п'є з великої чашки),* і застуда піде геть. Ось так! Я вже здоровий! Дякую природі!

До лісу несподівано приїжджають гості – «аборигени» з Африки та «пінгвіни» з Антарктиди.

«Аборигени»:

– Ми привезли з Африки банани, апельсини, ананаси, щоб ви збагачувалися вітамінами і ніколи не хворіли! (*Вождь вручає Маші кошик із фруктами*).

«Пінгвіни»:

– З Антарктиди ми привезли рибу, щоб ведмідь добре харчувався і набирився сил (*вручають Мішці муляж риби*).

Разом:

– А також ми привезли вам у подарунок почуття дружби і веселий настрій.

(*Співають усі разом на мелодію пісні «Если с другом вышел в путь»*).

Якщо друзі в тебе є, (*двічі*).

Веселіш живеться.

Ні спиртне і ні наркотик (*двічі*).

В нас не приживеться.

Приспів.

Слово друга і увага,

Допомога і порада

В дружбі поряд ходять.

І ні сніг, і ні спека

Не страшні нам, допоки

Друзі нас знаходять.

Учасники дійства вклоняються і виходять за куліси.

Ведучий:

– Друзі, бережіть здоров'я, зміцнюйте та примножуйте його! Не витрачайте даремно цей безцінний скарб, дарований нам Богом та природою. І пам'ятайте: усе у ваших руках!

(*Учасники розкривають долоні з метеликами*).

1-й. Бути здоровим чи ні – твій вибір!

2-й. Зроби його!

3-й. Обери життя, а не смерть!

4-й. Ми – молоді, сповнені мрій і сподівань!

5-й. Ми – майбутнє країни, її надія!

6-й. Ми рішучі у своїх прагненнях!

7-й. Ми впевнені у своїх силах і у своєму успіхові!

8-й. Здоровий спосіб життя – це наш вибір!

Усі. Українці повинні жити 150 років!

Фінальна пісня Фабрики зірок «Береги любовь». Перегляд слайд-шоу.

Список використаних джерел та літератури:

1. Виховні години для сучасних дітей: 7-8 кл. // Шкільний світ, № 6, червень 2008.
2. Класному керівнику все для роботи // Науково-методичний журнал, № 5, травень 2009 р.
3. Безпека життєдіяльності // Всеукраїнський науково-популярний журнал, № 7, липень 2011.
4. Бойченко Т. Є. Основи здоров'я: підруч. для 9 кл. загальноосвіт. навч. закл. / Т. Є. Бойченко, І. П. Василяшко, Н. С. Коваль. К.: Генеза, 2000.

*Пічкун Людмила Петрівна,
педагог-організатор
Правдівської ЗОШ І-ІІІ ступенів
ім. Лохвицького П. Т.
Ярмолинецького району*

Агітбригада «РЯТІВНИКИ ЖИТТЯ»

Команда виходить під музику, її учасники стають у колону.

Увага, дорогенькі!

Великі і маленькі!

Вельмишановне панство

Та інший контингент!

– Вас вітає команда сміливих, відважних, талановитих, ініціативних, мудрих, кмітливих, дотепних...

Усі разом. Рятівників життя.

Учасники стають у шеренгу і виконують пісню про рятівників на мотив «Барви».

Юні ми рятівники щоранкової пори

Попередимо людей ми

Від хвороб і від біди.

Ми – команда молода, працьовита та швидка,

Кожен чітко знає справу, бо здоров'я – не забава!

Усі разом.

Зустрічайте команду рятівників

Правдівської загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів!

Пропагуємо ми всюди

Ціну життя, щоб знали люди,

Про здоров'я пам'ятали

І в біду не потрапляли.

Здоров'я ми всі обираємо.
Усі разом. До того і вас закликаємо.
Є така професія – здоров'я охороняти.

Загадки

1. Головні лікарі на світі
Всі застуди людям лікують.
З горлом коли неполадки,
Мені допоможуть?
Усі разом. Педіатри.

2. Коли мої очі втомилися,
Погано щось бачити стали,
Мутно, ніби погляд нечистий,
Мені допоможуть?
Усі разом. Окулісти.

3. Серцевий ритм неспокійний,
Та й вік вже гідний.
Шлях по сходах такий довгий.
Бабці потрібен?
Усі разом. Кардіолог.

Будні працівників здоров'я

1. Рятуйте, лікарю, бо ніц не бачу!
– А що сталося?
– Дивилася через шпарку в паркані, що там сусіди роблять, а мені в око пальцем тицьнули!

– А з другим оком що?
– Ну мусила ж я глянути, хто тицьнув!

(Музичний перехід).

2. На першому курсі медичного вишу студента запитує сусід по парті:
– А як правильно писати – «одужила» чи «одужела»?
– Пиши «ще жива».
– У вас є медична освіта?
– Так, 5 сезонів «Доктора Хауса».

(Музичний перехід).

3. На обході в лікарні:
– Пані, а що це ви похнюпилися, без настрою, де ваш оптимізм? Я зробив призначення, хворобу здолаємо, ви в мене ще поживете!
– Ура, я буду жити в лікаря!

(Музичний перехід).

4. Приходить старенька до лікаря:

– На що скаржитесь? Що турбує? Що болить? – запитує лікар.

– Ой, милок, ноги не ходять, руки ломить, спина не розгинається, голова розколюється.

– Ну що ж, так і запишемо: «Забій усієї бабки».

(Музичний перехід).

5. Молодий батько – педіатру:

– Лікарю, дружина залишила на мене наше немовлятко і поїхала у відпустку. А маля втрачає у вазі. Я і на прогулянки його воджу, і масаж роблю, і кварцові ванни, і гімнастику...

– А чим ви його годуєте?

– Тьху, так і знав, що що-небудь забуду!

(Музичний перехід).

6. Лікар:

– Прочитайте нижній рядок...

Чоловік:

– Не можу!

Лікар:

– Е, батечку, та у вас короткозорість...

Чоловік:

– Оце так! Усе життя був неписьменний, а тепер ще й короткозорість.

(Музичний перехід).

7. Жінка в дієтолога:

– Лікарю, мені здається, у мене зайва вага.

– Чому Ви так вирішили?

– Так от, купила сьогодні «розмовляючі» терези, зважилась на них.

– І що ж вони Вам сказали?

– Вони сказали: «По одному, будь ласка».

(Музичний перехід).

8. Автовідповідач у психлікарні:

– Якщо у Вас нав'язливо-конвульсивний психоз, натискайте клавішу 1 до появи спазму.

– Якщо у Вас роздвоєння особи, натискайте одночасно клавіші 2 і 3.

– Якщо у Вас манія переслідування, то ми вже знаємо хто Ви, чим займаєтеся в житті і чого хочете, тому залишайтеся на лінії, поки ми не встановимо, звідки Ви телефонуєте.

– Якщо Ви страждаєте галюцинаціями, натискайте клавішу 4 і Ви (і лише Ви) побачите праворуч від Вас помаранчевого крокодила. Якщо Ви шизофренік, попросіть уявного друга натиснути для Вас клавішу 5.

– Якщо у Вас патологічна жадібність, то негайно покладіть слухавку, бо це платний дзвінок.

(Музичний перехід).

9. Прейскурант приватної клініки:

- консультація лікаря – 100 грн;
- консультація зі співчуттям – 150 грн;
- відповідь на запитання – 50 грн;
- ввічлива відповідь на запитання – 75 грн;
- відповідь на дурне запитання – 100 грн;
- порада лікаря – 75 грн;
- слухна порада лікаря – 100 грн;
- порада лікаря, якою справді можна скористатися – 200 грн.

(Музичний перехід).

10. Лікування різних хвороб ЛАЗАРОМ! Тел.097-34-67-12. Запитати Лазара Соломоновича.

(Музичний перехід).

11. Якщо лікар виписав Вам рецепт розбірливим почерком, будьте обережні: можливо, це не лікар.

(Музичний перехід).

12. Дівчата сідають на стільці.

1. Прокидаюся – ти за комп'ютером, повертаюся додому – ти за комп'ютером, лягаю спати – ти за комп'ютером. Може, ти флешка?

2. Ой, щось у тебе очі почервонілі, опухлі. Скарги на різь є? Може, кон'юнктивіт?

1. Та ні, безлімітний Інтернет.

1. А як твоя дієта?

2. Учора спалила 800 кілокалорій!

1. Як тобі це вдалося?

2. Легко: забула в духовці піцу!

Добре здоров'я допоможе прожити цікаве життя.

Будьте здорові, не треба хворіти,

Час витратити не треба на ліки.

Як про здоров'я ти думати будеш,

Ніколи здоров'я ти не загубиш.

Плавати треба і бігати вранці,

Ще й не забути нарешті про танці.
Дихати свіжим повітрям і спати
Так, як годиться, а не дрімати.
Краще співати і спортом займатись,
І веселитися, і працювати.
Швидко спливають хвилини –
От і прощатись пора.
І на прощання вам зичимо
Щастя, здоров'я, добра!

Пісня «100 відсотків щастя».

Разом. Здоров'я – це сила! Здоров'я – це клас! Хай буде здоров'я у вас і у нас!

Список використаних джерел та літератури:

1. Будцева О. Б. Розваги здоровійок // Розкажіть онуку. 2017. Т. 1. С. 39.
2. Гвоздик І. О. Молодь за здоровий спосіб життя! // Виховна робота в школі. 2014. № 9. С. 50-54.
3. Яковлева М. М. Експедиція до країни здоров'я // Позакласний час. 2016. № 11. С. 40-41.
4. Юні обирають здоров'я! // Позакласний час. 2017. № 5. С. 130-131.
5. Шатило І. А. Найбільше щастя в житті – здоров'я / Усе для вчителя. 2017. № 6. С. 57-61.