**Министерство здравоохранения Тульской области**

Государственное профессиональное образовательное учреждение

«Тульский областной медицинский колледж»

**Цикловая комиссия «Неотложная помощь, реанимация и реабилитация»**

Методическая разработка

внеаудиторного мероприятия

по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»

**Агитбригада «Мы за ЗОЖ!»**

**Преподаватель ОБЖ** Паршутина Марина Алексеевна

**Тула, 2016**

**Пояснительная записка**

Данная методическая разработка предназначена для преподавателей дисциплин ОБЖ и БЖ и рассчитана на образное и визуальное восприятие студентов любой возрастной группы.

**Цель мероприятия:**

Пропаганда здорового образа жизни

**Задачи:**

- формирование мотивации к здоровому образу жизни, сознательному отказу от вредных привычек и зависимостей, способствующих развитию различных соматических и психических заболеваний;

- систематизация и обобщение знаний студентов о здоровом образе жизни;

- формирование активной жизненной позиции.

**Время:** 45 мин.

**Место проведения:** актовый зал колледжа.

**Оснащение:** презентация, социальные видеоролики, музыкальное сопровождение, листовки о ЗОЖ, плакаты, ноутбук, проектор, микрофоны.

**Сценарий агитбригады «Мы за здоровый образ жизни!»**

**При входе в актовый зал зрителям раздаются листовки с надписью «Здоровье и счастье каждого – в его собственных руках!»**

**На стенах актового зала тематические плакаты**

**На экране заставка «Мы за здоровый образ жизни!»**

**Звучит музыка**

**Появляются участники и исполняют танец – Флешмоб «Вставай!» (группа ЛТ 9-I)**

**Затем музыка меняется, и участники читают стихи, на каждый стих соответствующий слайд**

**Первый:**

Граждане, товарищи,

Будущее поколение!

Смотрите и слушайте

Агитбригады выступление!

Здоровье нации в XXI веке…

Наш разговор пойдет о человеке.

**Второй:**

О человеке? Об этом,

Смрадно дымящем?

Он не думает о будущем,

Да и о настоящем…

**Третий:**

Смотрите, а эти,

Кайфующие убого.

Через два года

Ищите их в царстве у Бога.

**Четвертый:**

Что же нам делать

В сложном XXI веке?

Кого позовем с собой?

Человека!**(*все вместе)***

**Пятый:**

На пороге тысячелетия

Наступает момент, когда

Мы за все бываем в ответе,

Перелистывая года.

**Шестой:**

Человек, покоривший небо,

Чудо техники изобретая,

Приобщаясь к дурным привычкам,

О здоровье своем забывает.

**Участники расступаются**

**Трансляция видеоролика о вредных привычках**

**Звучит музыка**

**Выходят ведущие**

**Ведущий 1:**

По данным исследований Всемирной организации здравоохранения, здоровье человека на 25 % зависит от состояния окружающей среды, на 15 % - от наследственной программы, на 10 % - от возможностей медицины. Но не стоит забывать самого главного, что 50 % этого списка составляет наш с вами образ жизни.

**Ведущий 2:**

Вредные привычки молодежи, курение, алкоголь, наркомания настолько прочно вошли в жизнь современного подростка, что бороться с ними с каждым годом становится все труднее и труднее. Всемирная организация здравоохранения ведет активную борьбу с курильщиками и наркоманами, некоторые страны приняли законы о наказании курильщиков, ввели запреты на курение в общественных местах, а главное ввели ограничение по возрасту. Все это действует и в нашей стране, только запреты, как известно, еще больше разжигают интерес и тягу к вредным привычкам.

**Ведущий 1:**

На сегодняшний день статистика такова, что процент взрослого курящего населения закономерно снижается, но процент мальчиков и девочек, у которых имеются вредные привычки подростков, значительно увеличился за последнее время. Причем количество девушек, употребляющих табак, уже сравнялось с таковым среди юношей.

**Ведущий 2:**

О вреде курения говорится много, настолько много, что уже никто не обращает внимания, и подростки зачастую не понимают всей серьезности последствий курения. Особенно пагубно сказывается курение на молодой, еще неокрепший организм детей-подростков. В нашей стране курить начинают уже с 8-9 лет, в таком возрасте велика вероятность стать заядлым курильщиком в будущем.

**Ведущий 1:**

Алкоголизм — это еще один бич современной молодежи. Как и курение, употребление алкоголя начинается еще с раннего школьного возраста, когда мальчики начинают пробовать алкогольные напитки, а в более взрослом возрасте (13-14 лет) у них уже начинает развиваться зависимость. Девочки в этом вопросе присоединяются немного позже, начиная с подросткового возраста. В это время среди подростков распространено так называемое девиантное поведение, они стремятся подражать взрослому поведению. А поскольку культура нашего общества остается на низком уровне, то и от подрастающего поколения ничего хорошего не остается ждать.

**Ведущий 2:**

Особенно пагубно алкоголь влияет на мышечную систему, сердечно-сосудистую, ну и конечно, на нервную. Постоянно поступающий алкоголь в организм разрушает нервные клетки, вызывая заторможенность, снижение памяти, внимания и в конечном итоге приводит к деградации личности.

**Ведущий 1:**

А также медики говорят о том, что регулярное употребление алкоголя отрицательно влияет на потенцию, что с возрастом может привести к половой несостоятельности и бесплодию. Это же касается и представительниц прекрасного пола, употребляя алкоголь и табак, они разрушают уже с рождения заложенные в яичниках яйцеклетки, которые потенциально являются их детьми. Таким образом, девушки, не подозревая этого, начинают убивать своих детей, еще не успев подумать о них.

**Ведущий 2:**

Наркомания — одна из самых опасных вредных привычек, распространенных среди молодежи, вызывающая разрушение организма человека и разрушение его личности. По статистическим данным среди российской молодежи 70% опрошенных хотя бы раз пробовали наркотики. Наркотики, как и алкоголь, вызывают зависимость, которая развивается значительно быстрее и оказывает отрицательное действие на все органы. Наркомания является спутником многих заболеваний, таких как гепатит или СПИД.

**Сценка о вредных привычках (группа ЛТ 9-I)**

**Звучит музыка**

**Выходят ведущие, слайды**

**Ведущий 1:**

Очнись, Россия! Ты в опасности!

**Ведущий 2:**

Твоё будущее – подростки и дети постепенно становятся рабами зависимости.

**Ведущий 1:**

В России общее число больных алкоголизмом около 7 миллионов.

**Ведущий 2:**

Каждый 10-й подросток пробовал наркотики.

**Ведущий 1:**

Каждый 4-й пробовал курить и выпивать спиртные напитки.

**Ведущий 2:**

93 % молодых людей призывного возраста имеют проблемы со здоровьем.

**Вместе:** В России гибнет нация, гибнет молодёжь!

**Инсценировка**

**Гаснет свет**

**Звучит тревожная музыка: «Аве Мария»**

**На сцену выходят фигуры в черных балахонах, в руках они держат зажженные свечи. Это – души умерших, лица их скрыты под капюшонами.**

**Голос за сценой:**

Кто вы?

**Ответ за сценой:**

Это души умерших.

**Души (при каждой реплике поднимают голову):**

**Первая душа:**

Я - ребенок - инвалид. Мои родители - алкоголики. Я родился с врожденным пороком сердца и умер в возрасте 5 лет на операционном столе. Мои родители до сих пор живы...

**Вторая душа:**

Мой отец постоянно курит, прямо на кухне. Но раком легких почему то заболел я. После длительного лечения, не выдержав боли, я выбросился из окна. Мне было 14 лет...

**Третья душа:**

Я стала употреблять наркотики, когда начала учиться в колледже. Думала, что только  
попробую. Умерла в 17 лет в страшных муках от передозировки...

**Четвертая душа:**

Я, употребляя наркотики внутривенно, заразилась ВИЧ-инфекцией. Мое сердце перестало  
биться. А мне так хотелось жить...

**Голос за сценой:**

**Эти слова на экране на фоне той же мелодии**

Вглядись, планета в их глаза -

Свое увидишь отраженье.

Смотреть и не смотреть нельзя!

В них приговор! И нет прощенья!

Останови, планета, бег!

Чтоб каждый мог других услышать,

И чтобы каждый человек

Обрел свою надежду выжить!!

**Трансляция видеоролика**

**Звучит музыка**

**Выходят ведущие**

**Ведущий 1:**

Как гласит народная мудрость: «В здоровом теле – здоровый дух». Только здоровый образ жизни не позволит молодому человеку впасть в зависимость от курения, алкоголя и наркотиков.

**Ведущий 2:**

Здоровье – неоценимое богатство в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, как можно дольше сохранять подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. Не зря говорят: «Здоров будешь – все добудешь».

**Акробатический номер (Водопьянов Артем)**

**Звучит музыка**

**Выходят ведущие**

**Ведущий 1:**

Друзья, надеемся, что вы в своей жизни будете всегда выбирать только здоровый образ жизни, без глупого риска, без алкоголя и наркотиков!

**Ведущий 2:**

В народе говорят: «Хочешь быть счастлив один день – сходи в гости, хочешь быть счастлив неделю – женись, хочешь быть счастлив месяц – купи себе машину, хочешь быть счастлив всю жизнь – будь здоров!».

**Ведущий 1:**

Так будьте здоровы, до свидания!

**Ведущий 2:**

До новых встреч!

**Творческий номер – заключительная песня «Мы за здоровый образ жизни!»**

**Все участники выходят на поклон**