|  |  |
| --- | --- |
|  | УТВЕРЖДАЮ:Исполняющий обязанности директора МУК «Покровский КДЦ»\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Синяк |

Тематическая программа

**СЦЕНАРИЙ**

**«СЕГОДНЯ МОДНО БЫТЬ ЗДОРОВЫМ»**

**Время проведения:** 29.09.2022г.

**Место проведения: МУК «Покровский КДЦ»**
**Время проведения: 15:00**

**Длительность проведения:** 1 час 10 мин.
**Цели и задачи мероприятия:**  Пропаганда здорового образа жизни, формирование мотивации к здоровому образу жизни, сознательному отказу от вредных привычек и зависимостей, способствующих развитию различных соматических и психических заболеваний; Систематизация и обобщение знаний школьников о здоровом образе жизни; Формирование активной жизненной позиции.

**Ведущий:**Здравствуйте, ребята! *Я*вам говорю **«Здравствуйте»,**а это значит, что я всем вам желаю здоровья! Задумывались ли вы когда - нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? Здоровье для человека - одна из главных ценностей.

И наша цель сегодня, пропагандировать здоровый образ жизни, пробудить в вас устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни, чтобы вы после этого мероприятия сознательно отказались от вредных привычек, если они у вас есть.

Начну мероприятие со слов Генриха Гейне: « Единственная красота, которую я знаю - это здоровье». Да, я соглашусь с этим высказыванием и добавлю, что **здоровье - это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие заболеваний или физических дефектов.**

Духовное и физическое здоровье - это 2 неотъемлемые части человеческого здоровья. Они должны находиться в гармонии. Физическое здоровье воздействует на духовную жизнь. Духовное здоровье достигается умением жить в согласии с собой, с родными, друзьями и обществом. Сегодня мы попробуем вместе ответить на вопрос о том, что же такое здоровый образ жизни. Мы с вами понимаем, чтобы сохранить здоровье, и чтобы его хватило на долгую и активную жизнь необходимо вести здоровый образ жизни, который предполагает ещё и отказ от вредных привычек - отказ от употребления табака, алкоголя и наркотиков.

Как вы считайте, что такое привычка? *(Привычка – это особенность человека привыкать к каким-то действиям или ощущениям.)*
– Какие бывают привычки? *(Хорошие и плохие, вредные и полезные.)*
– Какие полезные привычки вы знаете? *(Чистить зубы, делать зарядку, заниматься музыкой, танцами, спортом, собирать грибы и т. п.)*
– Какие привычки вредны для человека? *(Курение, пьянство, наркомания, игромания и т. п.)*
– Как вы понимайте пословицу: «Бедность – от лени, а болезнь – от невоздержанности»? Если человек не привык к труду, он будет беден. А если он не привыкнет бороться со своими вредными привычками, он будет болеть. Итак, ребята, мы выяснили, что плохие привычки появляются от неумения человека сдержать себя. Плохие привычки несут человеку бедность и болезни.

Специалист по жанрам творчества

МУК «Покровский КДЦ» А.С. Мягких