**"Формування та пропаганда здорового способу життя серед молоді"**

**«Молодь обирає здоров’я»**

Наша команда : **«Молодь 21–го століття»**

Наш девіз : **«Ми усі одна сім’я ,**

**неповторний ти і я**

**ми прийшли у світ,щоб жити**

**на землі добро творити»**

**«ТВОЄ ЖИТТЯ – ЦЕ ТВІЙ ВИБІР!»**

**Дійові особи:**

**Головна героїня (1)**

**Головна героїня читає книгу (2)**

**Батько**

**Мати**

**Менша сестра**

**Подруга**

**Модний хлопець**

**Хороший хлопець**

**Клас**

**І ДІЯ**

*(*На сцені стоїть стілець та стіл. *До кімнати ледве тримаючись на ногах заходить молода дівчина – сідає на стілець і засинає.*

*Сниться сон… Дівчина встає з крісла, перед нею стіл, а на ньому книги. На одній із книг вона бачить своє ім’я. Відкривши її починає читати… Читаючи з жахом розуміє, що ця книга про її життя…)*

**ІІ ДІЯ**

Зустріч двох шкільних подруг. Вони про щось цікаве розмовляють та посміхаються.

**ІІІ ДІЯ**

Знову школа… Старші класи… У них у класі з’являється модний хлопець, якому всі дівчата хочуть сподобатися.

Він палить, ходить до клубів де вживає алкоголь, хіба він подивиться на сіру мишку, яка навіть цигарки в руці не тримала?

**ІV ДІЯ**

Одного разу хлопець запросив весь клас відсвяткувати свій день народження у клубі. Було багато суперечок у класі та частина однокласників не пішла на святкування.

А я обдумавши все вирішила піти, адже мені дуже подобався цей хлопець.

Було дуже багато алкоголю та цигарок всі пили та курили, крім мене та подруги. Наші однокласники почали нас вмовляти спробувати випити та закурити… розслабитися… Подрузі це не сподобалось вона вирішила піти, а я залишилась… мене вмовили… було весело… круто… забулись всі проблеми… навіть хлопець, який мені подобався звернув на мене увагу.

**V ДІЯ**

Тепер ми кожного вечора відпочивали під музику з алкоголем та цигаркою, так сказати відпочиваємо від буденності… В мене є хлопець і я цим дуже задоволена. Нажаль з подругою майже не спілкуємось, адже їй не дуже подобається наша компанія.

**VI ДІЯ**

Ось і настав довгожданний випускний… Ми двоє святкуємо закінчення школи. Все чудово танці, сміх, алкоголь, цигарки… А вкінці вечора мій коханий сказав, що нам потрібно розійтись, тому що він їде втупати до іншого міста… Розпач… страшний розпач… алкоголь… цигарки… Друзі запропонували мені пігулку від якої стане легше… Стало, але не ненадовго… до наступного разу… Так я зрозуміла, що не можу без цього всього.

**VII ДІЯ**

Після школи я нікуди не вступила. А навіщо… в мене все є.

Батьки змарніли дізнавшись про мої проблеми – це для них був справжній удар. Тільки маленька сестричка радувала нас.

**VIIІ ДІЯ**

Одного разу я сиділа у дворі на гойдалці. Вийшла моя менша сестричка. Вона поглянула на мене і сказала: « Я хочу бути такою як ти… дорослою… незалежною… робити що хочу і як хочу… щоб нікого не слухати, гуляти де хотіти… та скільки хотіти…»

У цей момент мене неначе все похололо. Я зрозуміла, що вона мені дуже дорога і не хочу їй такого життя…

**IX ДІЯ**

Я прокинулася не тільки від нічного сну, але і свого старого життя…

Сьогодні несу документи, щоб вступити до університету.

Зустріла хорошого хлопця, який так як і я не курить, не п’є… без поганих звичок.

Батьки дуже раді, що моє життя налагодилось. Сестричці я подаю тільки хороший приклад. Я обрала здоров’я і її цього навчаю.

Ось так наше життя залежить від вибору, який ми робимо та від людей, яких ми любимо.

**ФЛЕШМОБ**

**Чи знаєте ви?**

* Що горобці і голуби помирають коли до їхнього дзьоба піднести палочку із нікотином.
* Кролик вмирає від ¼ каплі нікотину, собака від ½ , для людини смертельна доза нікотину складає 2-3 каплі.

**Чи знаєте ви?**

* Що у Франції одного разу проводився жахливий конкурс «Хто більше викурить цигарок» . В результаті двоє горе переможців померли викуривши по 60 цигарок. Інші були доправлені до лікарні в тяжкому стані.

**Чи знаєте ви?**

* Що людина яка курить скорочує собі життя та раніше помирає , частіше хворіє і виглядає нездоровою . Жовта шкіра, жовті зуби кашель і хриплий голос.

**Чи знаєте ви?**

* Що вчені на протязі кількох років проводили над школярами ,що палять, спостереження. І ось, що виявили. У дітей, що палять погана пам’ять ,такі діти повільно думають,швидко втомлюються, вони нервові, часто ображаються, часто є ініціаторами бійки, погано навчаються.

**Чи знаєте ви?**

* Що Оноре Де Бальзак сказав : «Тютюн приносить шкоду тілу, руйнує розум, отуплює цілі нації»

**Чи знаєте ви?**

* Що у школах Пекіну , юного курця очікує виснажлива кара. Тренування на велотренажері. Педагоги думають, що подібний метод відверне від цигарок і привчить до спорту.

**Чи знаєте ви?**

* Що у кінці 16 століття в Англії за куріння карали, а голову страченого з трубкою в роті ставили на міській площі.

**Ми обвинувачуємо куріння в тому що:**

* Кількість людей котрі пішли з життя через куріння доходить до 70 тисяч у рік. *Для зрівняння в результаті нещасних випадків кожного року гинуть 11 тисяч чоловік.*

**Найбільшу шкоду здоров’ю людини приносить алкоголь та наркотики.**

**Запам’ятай:**

* Одна цигарка скорочує життя на 15 хвилин, а пачка цигарок на 5 годин.

**Запам’ятай:**

* Хто курить 1 рік - втрачає три місяці життя.

**Запам’ятай:**

* Хто курить 20 років – втрачає 5 років життя.

**Запам’ятай:**

* Хто курить 40 років – втрачає 10 років життя.

**Запам’ятай:**

* Курити цигарки сьогодні не в моді. Ми закликаємо ганяти на скейтборді . Кинь цигарку і зроби свій вибір бути сильним, здоровим і жити без нікотину.

**А інша проблема це спиртне:**

* Пиво, горілка, джин тонік та інше. Від них же тупієш, мозок відключається. Печінка твоя теж швидко саджається. Взагалі ворогів у організма немало, щоб твоє життя нікчемним не стало. Повинен ти знати які підступні ці нитки. Руки до них ніколи не тягни.

**Зроби свій вибір!**

**Почни з себе!**

* І покажи усім, що ти не вживаєш наркотиків, алкоголь не куриш і тобі нічого боятися.

**Почни з себе!**

* І заспокой батьків , ти у них найкращий!!!

**Почни з себе!**

* І якщо ти колись помилився нехай тобі прийдуть на допомогу спеціалісти.

**Поки ще не пізно!**

* Рівняйся на тих, хто відвідує спортивні гуртки та секції. В наших школах таких дітей багато. Наші друзі переможці міських та обласних змагань. Ми пишаємося нашими юними спортсменами.