«Мы за жизнь без табака!»

**2023**

Методический отдел

MБУК СРДК

03.05.2023

**«МЫ – ЗА ЖИЗНЬ БЕЗ ТАБАКА!»**

**Ведущая1:** Здравствуйте, дорогие друзья! Я говорю вам «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? Наверное потому, что здоровье для человека –самая главная ценность. Но, к сожалению, мы начинаем говорить о здоровье лишь тогда, когда его теряем.

**Ведущая 2:** На пороге тысячелетия

Наступает момент, когда

Мы за все бываем в ответе,

Перелистывая года.

Человек покоряет небо,

Чудо технику изобретает

Но, приобщившись к дурным привычкам,

О здоровье своем забывает.

**Ведущая1:** В последнее время, курение стало очень модной привычкой, но не все представляют себе, что эта привычка очень опасна. Никотин, содержащийся в сигаретах, является одним из наиболее опасных ядов. Говорят, что капля никотина убивает лошадь, а для человека смертельная доза никотина составляет всего 2-3 капли. Именно такая доза поступает каждый день в кровь после выкуривания 20-25 сигарет. Курильщик не погибает по тому, что доза вводиться постепенно, не в 1 прием. Систематическое поглощение некрупных, не смертельных доз никотина вызывает привычку, пристрастие к курению.

**Ведущая 2**: Откуда же появился табак?

Колумб Америку открыл —

Великий был моряк!

Но заодно он научил

Весь мир курить табак.

От трубки мира, у костра,

Раскуренной с вождём,

Привычка вредная пошла,

В масштабе мировом.

Колумб, который Христофор,

Не ведал, что творил.

Немало утекло с тех пор,

В дым сизый наших сил

Табак завез он к нам давно,

И все мы здесь отравлены.

Мы погибаем от него,

Совсем им одурманены.

Куда ни глянь – везде табак.

Как от него избавиться?

Не стану ни за что курить,

Мне это так не нравится!

**Ведущая1:** В Россию “тлеющие головешки” завезли английские торговцы в 1585 г.. Наши предки видели в них происки злых сил. Борьба с курильщиками началась уже при царствии Михаила Федоровича. Подружившихся с синим дымом, наказывали: I раз — 60 палок по стопам, II-й раз — отрезали нос или ухо. Жестоко, однако во благо.

**СЦЕНКА «О ВРЕДЕ КУРЕНИЯ» 9 класс**

Участники сцены: ( три мальчика и две девочки)

Звучит звонок на перемену. На сцене появляются три ученика.

**1 ученик**. Перемена! Перемена!

Весело звучит звонок!

Как же радостно на сердце,

Что закончился урок!

**2 ученик.** Что-то скучно нам, ребята,

Домой? .. Вроде рановато!

Третий ученик.

Что же делать? Как нам быть?

Как же время нам убить?

**1 ученик.** Вон идет мужик какой-то,

Очень странный, глянь-ка, Колька!

На сцене появляется «Бронхит».

«Бронхит».

О, привет, братва! Всем – здрасте!

Вы сегодня в моей власти!

Если лень вам всем учиться,

Можем мы повеселиться!

Я – бронхит – болезнь куренья,

Я – помощник для старенья.

Угощу всех сигаретой

И денег не возьму за это!

**2 ученик**. Что ж, попробуем скорей,

Может станет веселей?!

*( «Бронхит» угощает ребят сигаретами. Они берут сигареты и уходят за ширму на сцене. Звучит быстрая музыка).*

*«Бронхит». (ходит по сцене взад и вперед, напевает, потирает радостно руки).*

**«Бронхит».** Вы курите, Вы курите, мальчики!

Пожелтеют, пожелтеют ваши пальчики,

Станете вы быстро серокожими

И на стариков седых похожими.

Вы курите, Вы курите, мальчики!

Ну, а руки? Спрячьте их в карманчики!

Ведь по нраву вам,

Ведь по нраву нам,

Ведь по нраву им, *(показывает пальцем на зрителей)*

Мой табачный дым!

*На сцене появляются две ученицы.*

**1 ученица.** Что случилось в нашем классе?

Почему огонь и дым?

**Ученики.** *(выходят на сцену, говорят хором)* Это мы сигареты курим,

Повзрослеть скорей хотим!

**2 ученица.** Вы не знаете, что такое курение?

Это ж просто, заблуждение!

Вы совсем не повзрослеете,

А только отравитесь и заболеете!

**1 ученица.** От куренья не взрослеют,

А стареют и болеют.

Не пройдет и пары лет,

Станешь ты, как старый дед.

**1 ученик.** *(слабым голосом).* У меня головокружение,

Прекращаю я курение!

**2 ученик. л**Пожелтели наши лица,

Надо нам остановиться!

Первый и второй ученики. *(хором)*

Как противен этот дым!

Курить больше не хотим!

Кладут сигареты в целлофановый пакет.

**«Бронхит».** *(обращаться к третьему ученику).* Вы — сплошная малышня!

Не пример вы для меня!

Испугались наставления?

Продолжай, дружок, курение!

Ты ж не хлюпик, не сопляк?

Будешь ты курить табак?

*(3 ученик кивает и продолжает курить, затем падает в обморок.)*

**1 ученица.** Эх, не слушал ты меня!

Не протянешь ты и дня…

Смерть его уж стережет,

Только врач его спасет!

**Все** *(хором кричат).* Доктор, доктор, ох, беда!

Помощь срочная нужна!

*Появляется Доктор, подходит к «больному», щупает пульс, грустно качает головой.*

**2 ученица.** Дайте, доктор, нам ответ:

Будет жить он или нет?

**Доктор.** Может, ноги не протянет,

Но больным уж точно станет…

*( Третий ученик приходит в себя. Доктор помогает ему подняться.)*

**3 ученик.** Объясните, что со мной,

Неужели я больной?

Все плывет перед глазами…

Почему тут Доктор с нами?

**Доктор.** Что за глупые вопросы?

Это все от папиросы!

**Ученики** (*хором).* Так что же такое курение?

Доктор.

Это – первый помощник старения!

Это – запах из носа и рта!

Это – в легких сажа и чернота!

Зачем организм засоряете?

И жизнь свою сокращаете?

**1 ученица.** Курильщикам разум надо иметь,

Неплохо бы им поскорей поумнеть!

**Ведущая:** Вот несколько страшных фактов о курении:

1.Во Франции, в Ницце, в результате конкурса “Кто более выкурит” двое “победителей”, выкурив по 60 сигарет, погибли, а иные участники с тяжелым отравлением попали в больницу.

2. В Британии зарегистрирован случай, когда длительно курящий 40 — летний мужчина ночью, в ходе трудной деятельности, выкурил 14 сигар и 40 сигарет. Утром ему сделалось плохо, и, невзирая на оказанную медицинскую помощь, он умер.

3.В литературе описан случай, когда в комнату, где лежал табак в связках в порошке, положили спать девочку, и она через несколько часов умерла.

**СЦЕНКА «МУХА – ЦОКОТУХА»**

( вед, Муха, Паук, Комарик)

**В:** Муха, муха-цокотуха,

Позолоченное брюхо,

Муха по полю пошла,

Табачок она нашла.

Села мухонька в карету,

Закурила сигарету,

Увлеклася табачком,

Подавилася дымком…

А противный паучок – табачок

Нашу муху в уголок поволок.

Сигареткой угощает,

Долгой жизни обещает.

Воз здоровья и успех,

И здоровый детский смех.

Цокотуха улыбнулась,

Сигареткой затянулась…

Вот прошло немало дней,

Посмотрите, что же с ней?

Наша муха изменилась.

В инвалида превратилась.

Глазки больше не горят.

Зубы желтизной блестят,

Сердце бешено стучит.

Платье нервно теребит.

– Дайте, мухе табачку,

– Больше братцы, не могу!

Стала бедная кричать!

– Нету, больше сил, молчать!

Вдруг откуда ни возьмись

Маленький комарик,

А в руке его горит

Маленький фонарик.

Комарик:

– Муха, муха, не дури,

– Брось сигарку, не кури.

С семинара я лечу

И помочь тебе хочу.

Лучше, муха, попляши,

Почитай да попиши,

Свежим воздухом дыши,

Сигарету затуши.

Будешь, муха, хороша

Расцветет твоя душа.

И с тобою мы вдвоем

Без сигарки проживем,

Ты не бойся старичка,

Ты бойся табачка.

Это злая паутина

Состоит из никотина.

Вещества проходят в кровь,

Ты слабеешь вновь и вновь,

И сама ты пропадешь.

В: Испугалась цокотуха

Затряслась злачоным брюхом:

**Муха:**

– Помоги ты мне комар,

– Я поставлю самовар.

– Мы чайку с тобой попьем,

– Очень дружно заживем.

– Я теперь примерной стану

– И курить я перестану.

– Обещаю не тужить,

– С сигаретой не дружить!

**В:** И с тех пор они живут

И здоровье берегут!

1. Смерть может наступить даже от одной сигареты, если она выкурена впервые. И если кто из наших мальчиков уже пробовал курить, то, конечно может описать свое состояние в тот момент.
2. Действительно, при первом курении у человека обычно першит в горле, учащенно бьется сердце, во рту противный вкус, в глазах темнеет, голова начинает кружиться, тошнит..И это не случайно. Так организм человека борется с ядом и «говорит» хозяину: «Не губи себя! Никогда не пробуй больше!»
3. Ну а если за одной сигаретой последует другая, то организм перестает сопротивляться: человек привыкает к курению, а потом уже и бросить трудно. А отвыкать нужно! Ученые и врачи доказали, что курящий человек сокращает себе жизнь, раньше умирает, чаще болеет, да и выглядит неважно: желтая кожа, желтые зубы и пальцы, кашель и сиплый голос, постоянный запах табака.

**ЧАСТУШКИ**

1. От нотаций проку мало –

Песен очередь настала,

Может, смехом мы сквозь слёзы,

Отведём беды угрозу.

1. Пробежал я стометровку –

Вот и золото побед.

Ну а ты сиди на бровке,

Нет ведь сил от сигарет.

1. Не бывать тому атлетом,

Кто сдружился с сигаретой.

Его бицепсы всегда

Будут хлюпать, как вода.

1. Тир Серёга посещает

И мишени покоряет,

А тебе, дружок, опять

Сигареты лишь стрелять.

1. Кольца дыма ты пускаешь –

Ох, как сильно прогадаешь!

Олимпийских пять колец

Не видать тебе, юнец!

1. Не герой ты, а слабак –

Победил тебя табак.

Силы воли капли нет,

Ты – раб вечный сигарет.

1. Пашку класс не уважает:

Целый год курить бросает.

По-мужски ведь слово дать

И ценой любой сдержать!

1. Я про вред куренья знаю,

Да «ботаном» обзывают.

Вот приходится курить,

«Пацаном своим» чтоб слыть.

1. Сигареты покупаешь –

Дату смерти приближаешь.

В день коль пачка сигарет –

Минусуй десяток лет!

1. Лишь безумный человек

Сокращает сам свой век,

Сам себе курильщик враг,

Не спасти его никак.

1. Заменили перекуры

Мы полезной физкультурой,

Потому сейчас для вас

Может петь хоть целый час.

1. Чтоб сильней страна то стала,

Впереди всех стран шагала,

Ты здоровым должен быть,

Так бросай скорей курить!

**Ведущая:**

Народная мудрость гласит: «Один курит — весь дом болеет». Живущие в накуренных помещениях дети чаще и более страдают болезнями органов дыхания. Люди, которые не курят сами, но находятся с курящими , становятся пассивными курильщиками. Вот почему надо стараться не находиться в помещении, где курят, и быстрее проветривать такое помещение.

**СЦЕНКА «КРОХА СЫН…» .**

( Вед, сын, отец)

**В:** Кроха – сын пришёл к отцу

И спросила кроха:

**С:** “Если я курить начну –

Это очень плохо?”

**В:** Видимо, врасплох застал

Сын отца вопросом.

Папа быстро с кресла встал,

Бросил папиросу.

И сказал отец тогда

Глядя сыну в очи:

**О:** “Да, сынок, курить табак –

Это плохо очень”.

**В:** Сын, услышав, сей совет,

Снова вопрошает:

**С:** “Ты ведь куришь много

Лет и не умираешь?”

**О**: “Да, курю я много лет,

Отдыха не зная.

Я не ведал страшных бед,

А вся глава – седая.

Закурил я с юных лет,

Чтоб казаться взрослым,

Ну, а стал от сигарет

Меньше нормы ростом.

Я уже не побегу

За тобой вприпрыжку,

Бегать быстро не могу,

Мучает одышка.

Прошлым летом иль забыл,

Что со мною было?

Я в больницу угодил,

Сердце прихватило.

Сердце, лёгкие больны,

В этом нет сомненья.

Я здоровьем заплатил

За своё куренье.

Никотин – опасный яд.

Сердце поражает,

А смола от сигарет

В бронхах оседает.

“Ну и ну!” — воскликнул сын, —

Как ты много знаешь

Про смолу и никотин

А курить, всё ж, не бросаешь!

Я бросал курить раз пять,

Может быть, и боле,

Да беда – курю опять.

Не хватает воли.

**С:** Ты мой папа, я – твой сын,

Справимся с бедою.

Ты бросал курить один,

А теперь нас двое.

**В**: И решили впредь ещё

И отец и кроха:

“Будем делать хорошо

И не будем — плохо!”

**Ведущая** Ученые в течении нескольких лет проводили наблюдение над курящими и некурящими школьниками. И вот что выявили. У курящих детей плохая память. Такие дети медленно соображают, быстро устают, на физкультуре не могут выполнять нагрузку, задыхаются. Они нервные и обидчивые, часто лезут в драку, неопрятны. Плохо учатся.

Привычка – это тоже ведь зараза,

Привычка — тоже некая болезнь,

Она болит и заживет не сразу,

С ней очень трудно жить, поверь!

Она растет микробом в теле,

Она, как рана, у тебя внутри.

Ее не видно, но на самом деле

Она испепеляет и горит.

Каждый должен сделать свой выбор: «Курить или не курить», «жить или не жить». Подумайте! Курение- это крупнейшая из причин смерти, которую можно предотвратить.

**ТАНЕЦ**

**Ведущая.** Ну, вот и все, наш зритель,

Закончился спектакль.

А жизнь – она сложнее.

И все по правде в ней.

Подумайте, мальчишки,

Подумайте, девчонки,

Как здорово на свете жить,

Когда здоровье есть!