
**Сборник
методических материалов к проекту организации областных
массовых мероприятий, направленных на профилактику
употребления психоактивных веществ и пропаганду здорового образа
жизни «Областной профилактический марафон
«Тюменская область – территория здорового образа жизни!»»**

Тюмень, 2014

**Примерный сценарий проведения профилактического мероприятия,
приуроченного к Областному Дню трезвости,
«Сделай правильный выбор!»***

Дата проведения: 11 сентября.

Место проведения: места массового скопления населения (торговые центры площади, парки отдыха).

Участники: участники волонтерского профилактического движения, представители общественных организаций, жители.

Цель мероприятия: привлечение внимания общественности к необходимости ведения активного и здорового образа жизни.

Задачи мероприятия:

- формирование негативного отношения к употреблению различных видов психоактивных веществ;
- пропаганда здорового образа жизни.

Оборудование и инвентарь: баннер с названием месячника; музыкальная аппаратура, микрофон, спортивный инвентарь, информационные стенды, сувенирная и наглядная печатная продукция; стенды для размещения выставки работ участников конкурса профилактической тематики (плакаты, фотографии); призовой фонд.

Подготовительный этап:

1. Согласование сценария мероприятия.
2. Рассылка пресс-релиза в СМИ с целью повышения информированности жителей и гостей о проведении мероприятия «Сделай правильный выбор!» рассылается, информация о проведении мероприятия, размещение информации о проведении мероприятия на официальных сайтах учреждений системы профилактики, официальных страницах и группах представителей волонтерского профилактического движения в социальных сетях.
3. Приобретение призового фонда (призы спортивной тематики) для конкурсной программы.

Ход мероприятия:

Оформление тематической площадки:

- информационные стенды о деятельности учреждений системы профилактики;
- тематические стенды: «Дети против пьянства», на котором размещены работы участников конкурса профилактической тематики и высказывания детей – работы участников интернет-конкурса «Мои аргументы против пьянства»;
- воспроизведение аудиоролика с аргументами детей против пьянства;

* Видеоролик с профилактического мероприятия в г. Тюмени представлен на официальном сайте ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» в разделе «Видеоматериалы»: <http://ocpr72.ru/video.html>.

-стенд «Мои аргументы против пьянства» для размещения цветных стикеров с аргументами (высказываниями) участников мероприятия.

На площадке организуются:

1) консультационный пункт с участием специалистов (психолога и врача нарколога).

2) Станции с подвижными играми и спортивными мероприятиями (Например: фитнес-площадки для взрослых и детей, Street Workout, Хип-хоп, Брейк-данс, Скейтбординг, Велосипедный мотоэкстрим, спортивная эстафета и др.) – организаторы площадок – партнеры мероприятия (спортивные и досуговые организации).

На площадке работает ведущий: проводит интерактивные игры, объявляет выступающих, озвучивает промежуточные итоги игр, проводит лотерею и награждение победителей.

В ходе мероприятия волонтеры распространяют листовки профилактического характера. *Макеты листовок представлены на официальном сайте ГАУ ТО «Областного центра профилактики и реабилитации» в разделе «В помощь специалисту».*

Ведущий: Здравствуйте, уважаемые участники! Мы рады видеть Вас на профилактическом мероприятии «Сделай правильный выбор!», посвященном Областному Дню трезвости!

Учредителем мероприятия является _____

_____ ,
организатором - _____.

Наши партнеры: _____

Сегодня всех участников мероприятия ждёт масса увлекательных игр и конкурсов, а также множество призов и подарков от учредителей и организаторов мероприятия!

И для создания здорового, спортивного и позитивного настроения на нашу импровизированную сцену приглашается _____!
Встречайте!

Творческий номер.

Ведущий: Знаменательных событий и памятных дат в нашей жизни много. Есть праздники государственные, есть праздники народные, производственные и семейные праздники. Одни существуют давно, другие возникли недавно. Мало кому известно, что 11 сентября мы отмечаем День трезвости.

Вопросы зрителям: «Вы знаете об этом празднике? Что значит выражение «вести трезвый образ жизни?»

Ответы аудитории.

Ведущий: День трезвости – это добрая традиция, начало которой было положено еще в прошлом веке, в 1911 году в Петербурге группой трезвенников в количестве 34 человек. Их девизом стали слова: «В трезвости – счастье народа». Дата была выбрана не случайно – это день мученической смерти пророка Иоанна Крестителя, который от рождения «не пил вина и сикера», был настоящим трезвенником души и тела и

пострадал от пьяного царя Ирода (Иоанну на пьяном пире отсекали голову). В этот день 100 лет назад закрывались все винные лавки, и прекращалась продажа алкогольных напитков. В православных храмах проводились крестные ходы и читались воззвания о важности и значимости ведения трезвого образа жизни.

Сегодня мы отмечаем областной День трезвости. Для Вас организованы различные площадки, призванные еще раз обратить внимание на то, как важно вести здоровый образ жизни и, конечно, создать настроение праздника. Все желающие получают возможность:

- познакомиться с различными видами спорта, попробовать свои силы в некоторых из них на интерактивных площадках предоставленных нашими партнерами: _____.

- принять участие в социологическом опросе и оставить свой аргумент против пьянства на специально подготовленном стенде, который расположен рядом с выставкой работ участников конкурса профилактической тематики. Также на стенде размещены аргументы детей против пьянства. Вы сможете не только увидеть, но и услышать, что думают дети Тюменской области об алкоголе.

- получить квалифицированную консультацию по вопросам, связанным с профилактикой употребления психоактивных веществ, обратившись на «Пост трезвости»;

- принять участие в розыгрыше призов, который будет проводиться в течение всего мероприятия! Заработайте 5 жетонов на наших игровых площадках и получите подарок! А какой именно это будет подарок – определим при помощи лотереи!

А сейчас для всех присутствующих свой выбор в пользу здорового образа жизни продемонстрируют _____.

(Показательные выступления воспитанников спортивной секции учреждения сферы спорта, молодежной политики).

Ведущий: Ваши аплодисменты ребятам!

Ну что ж, а теперь ваша очередь показать, какой же выбор сегодня делаете Вы. Участвуем в конкурсной программе и прямо сейчас начинаем получать жетоны!

КОНКУРСНАЯ ПРОГРАММА:

- 1) Аргументы против пьянства. Побеждает – кто последний называет аргумент.

- 2) Кто дальше прыгнет

Участники делятся на две команды. Первые игроки обеих команд становятся на линию старта и совершают один прыжок в длину. Чем дальше прыгнешь, тем лучше. После приземления они не двигаются, чтобы ведущий смог зафиксировать длину прыжка, проведя черту по носкам обуви прыгуна. Следующий участник ставит ноги прямо перед этой чертой, не переступая ее, и тоже прыгает как можно дальше. И так по очереди, пока все участники каждой из команд не совершат прыжки. Ведущий все время фиксирует прыжки всех игроков. Прыгать участники

должны аккуратно, при посадке нельзя падать, иначе результат прыжка не будет засчитан. Выигрывает команда, совершившая самый длинный прыжок.

3) Циркачи

В игре участвуют по двое игроков. Если желающих больше, тогда они делятся на пары, и по очереди будут соревноваться.

Проводят две параллельные черты на расстоянии десяти шагов одна от другой. Одна черта будет означать старт, а другая – финиш. Два участника состязания становятся на стартовую черту. Им выдают по большой гладкой палке, длиной не больше метра.

Задача игроков заключается в том, чтобы удерживая палку в вертикальном положении на кончике пальцев добежать до финиша. Победителем становится участник первым пересекший финишную черту. Участник, уронивший палку или поддерживающий ее другой рукой, должен начинать все сначала.

4) Перекати-поле

Все желающие делятся на две команды. В каждой команде должно быть количество игроков кратное трем. Для этого соревнования также понадобится два тугих волейбольных мяча.

По сигналу ведущего, один из игроков каждой тройки становится на мяч, а двое других за локти поддерживают его. Задача участника, стоящего на мяче, переступить ногами таким образом, чтобы мяч катился. Делать это надо быстро, так как игра наперегонки.

Как только тройка, пройдя определенную дистанцию, дошла до финиша, один из игроков хватает мяч и бегом несет его своей команде. Там его уже ожидает следующая тройка игроков. Выигрывает команда, которая придет к финишу первой.

По итогам конкурсов проводится розыгрыш призов.

Ведущий: В наше время тема трезвости не утратила своей актуальности. По статистике, с каждым годом увеличивается размер потребления алкоголя на душу населения. Алкогольсодержащая продукция и вызываемые ей заболевания ежегодно становятся причиной смерти огромного количества людей. По данным Департамента здравоохранения Тюменской области, только за 6 месяцев 2014 года в области зарегистрировано свыше 14 тысяч больных алкоголизмом.

Эти цифры заставляют задуматься каждого здравомыслящего человека: что же происходит в нашем обществе и как с этим бороться? Дорогие друзья, призываем вас поддержать проведение Дня трезвости. Сегодня мы призываем всех сделать свой выбор в пользу здорового образа жизни и провести время вместе с нами, в компании тех, кому небезразлично собственное здоровье и здоровье своих близких!

Напоминаю, что сегодня в Областной день трезвости все желающие приглашаются:

- познакомиться с различными видами спорта, попробовать свои силы в некоторых из них на интерактивных площадках предоставленных нашими партнерами: _____.

- принять участие в социологическом опросе и оставить свой аргумент против пьянства на специально подготовленном стенде;

- получить квалифицированную консультацию по вопросам, связанным с профилактикой употребления психоактивных веществ, обратившись на «Пост трезвости»;

- принять участие в розыгрыше призов, который будет проводиться в течение всего мероприятия! Заработайте 5 жетонов на наших игровых площадках и получите подарок! А какой именно это будет подарок – определим с помощью лотереи!

Свой выбор в пользу здорового образа жизни продемонстрируют воспитанники _____

(Показательные выступления воспитанников спортивной секции учреждения сферы спорта, молодежной политики).

Ведущий: Ваши аплодисменты ребятам!

Многие из нас слышали утверждение, что чрезмерное употребление алкоголя свойственно русскому народу с незапамятных времен. Хочу опровергнуть данное утверждение и озвучить несколько исторических фактов:

- Ни в одном письменном свидетельстве домосковской Руси нет упоминаний о пьянстве.

- Водку многие ошибочно считают русским «изобретением». Однако водка появилась в России всего пять веков назад. Её завезли генуэзские купцы в 1428 году. Русские не имели никакого отношения к её «изобретению».

- В 1858 году в 32 губерниях России прокатились антиалкогольные бунты с требованием закрыть все кабаки!

- Ровно 100 лет назад, а если быть точным, то 19 июля 1914 года вышел царский указ о запрещении производства и продажи всех видов алкогольной продукции на всей территории России! Россияне восприняли «сухой закон» 1914 года с полным одобрением! Сохранилось огромное количество документов, показывающих, с каким воодушевлением восприняли люди запрет на торговлю спиртным.

Таким образом, утверждение, будто у пьянства в России исторические корни, не имеет ничего общего с действительностью.

КОНКУРСНАЯ ПРОГРАММА (продолжение):

1) Сатурн

Реквизит: Гимнастические обручи (желательно пластмассовые), сок и стаканы. Количество необходимого реквизита зависит от количества одновременно участвующих игроков.

Правила игры: Участнику необходимо крутить гимнастический обруч на поясе (руке, ноге, шее) и одновременно с этим пить сок. Тот, кто

когда-нибудь в своей жизни крутил обруч, хорошо понимает, что эта задача не из легких.

Победители могут определяться по различным параметрам. Например, можно считать победителем игрока, которому вообще удастся выпить содержимое стакана и одновременно крутить обруч. Или, того, кто не прольет на себя жидкость из своего стакана. Или того, кто справится с заданием быстрее всех.

2) Верхом на метле

Участники делятся на две команды. Задача игроков на скорость пробежать дистанцию верхом на метле, при этом зигзагами обойти городки и не сбить их. Городки расставляются через каждые 2-3 метра, приблизительно 10 штук.

3) Внимательность

Игра с залом. Выбирается один участник, показывается всем остальным и уводится в другое помещение. Там на нем нужно что-то поменять: деталь одежды, аксессуары или что-нибудь другое. Можно расстегнуть пуговицу или же подкатать штанину, например. Потом участник возвращается, задача аудитории - угадать, что было изменено в его внешнем виде.

4) Завязывание узелков

Участники делятся на пары. Один человек быстро завязывает определенное количество узелков на шнурке, а другой потом должен их распутать. Чтобы было интересней, нужно сначала попросить завязывать узелки качественно, можно использовать хитрые узлы из техники макраме, например или любые другие, которые знакомы участнику, главное, не предупреждать, кому предстоит их развязывать.

По итогам конкурсов проводится розыгрыш призов.

Ведущий: Для всех участников мероприятия и конечно для счастливиц, получивших уже честно заработанные призы – творческий подарок! _____! Встречайте!

Ведущий: не устаю сегодня приветствовать всех на профилактическом мероприятии «Сделай правильный выбор!», посвященном Областному дню трезвости! Организатором сегодняшнего мероприятия является _____.

Напоминаю, что сегодня в День трезвости прямо здесь все желающие имеют возможность:

- познакомиться с различными видами спорта, попробовать свои силы в некоторых из них на интерактивных площадках предоставленных нашими партнерами: _____.

- принять участие в социологическом опросе и оставить свой аргумент против пьянства на специально подготовленном стенде;

- получить квалифицированную консультацию по вопросам, связанным с профилактикой употребления алкогольных и наркотических веществ, обратившись на «Пост трезвости»;

- принять участие в розыгрыше призов, который будет проводиться в течение всего мероприятия! Заработайте 5 жетонов на наших игровых площадках и получите подарок! А какой именно это будет подарок – определим с помощью вот этого лототрона!

А прямо сейчас я передаю микрофон нашим партнерам - _____ и приглашаю всех на **«Веселые старты»!**

1. Эстафета «Беговая»

Реквизит: 2 стойки, 2 мяча.

По команде ведущего 1-ый участник бежит с мячом в руках, оббегает стойку, возвращается обратно, передает мяч 2-му участнику, 2-ой бежит, оббегает стойку и передает мяч следующему и т.д. Команда выполнившая задание поднимает руки.

2. Эстафета «Сиамские близнецы»

Реквизит: 2 стойки.

Участники в командах делятся на пары, становятся спиной друг к другу и крепко сцепляются переплетением рук на уровне локтя. Бежать в таком положении возможно только боком. А значит, первая пара готовится на линии старта, заняв положение "боком по фронту". По команде, боком стартует и боком возвращается, передавая эстафету следующей паре. Одним из условий успешного выполнения задания является плотно прижатая спина. Побеждает наиболее согласованная и быстрая команда.

3. Эстафета «Бег с клюшкой»

Реквизит: 2 стойки, 2 клюшки, 2 маленьких резиновых мяча.

Первым участникам команд выдаются клюшки. Их задача, по команде ведущего, оббежать с ведением мяча клюшкой вокруг стоек, вернуться обратно и передать реквизит следующему участнику. Побеждает команда, которая первой выполнит задание.

4. Эстафета «Бег с обручем и скакалкой»

Реквизит: 2 стойки, 2 обруча, 2 скакалки.

Первым участникам команд выдаются обручи. Их задача, по команде ведущего, допрыгать через обруч до скакалки, положить обруч, на скакалке допрыгать до стойки и обратно до обруча, положить скакалку и в обруче добежать до команды. После чего обруч передается следующему участнику. Побеждает команда, первой и без нарушений выполнившая задание.

5. Эстафета «Перенеси мяч».

Реквизит: 2 корзины, 2 обруча, 2 сачка, 10 мячей.

Первым участникам команд выдаются сачки. Их задача, по команде ведущего, с сачком в руках добежать до корзины с мячами, переложить мячи в сачок и перенести их до обруча, выложить мячи в обруч и вернуться

обратно с сачком в руках. После чего сачок передается следующему участнику.

Вторые участники бегут с сачком в руках к обручу, складывают из обруча мячи в сачок и переносят их в сачке к корзине - высыпают мячи в корзину, возвращаются обратно и передают сачок следующим игрокам. Побеждает команда, первой и без нарушений выполнившая задание.

6. Эстафета «Прыжки с шариком»

Реквизит: 2 мяча.

Первым участникам команд выдаются мячи. Их задача, по команде ведущего, зажав шарик между ногами, допрыгать с ним до поворотной отметки и вернуться обратно, как можно быстрее. После чего мяч передается следующему участнику. Побеждает команда, которая первой и без нарушений выполнившая задание.

7. Эстафета «Командный забег»

Реквизит: 2 скакалки, 2 стойки.

Первым участникам команд выдаются скакалки. Их задача, по команде ведущего, со скакалкой в руках добежать до стойки, оббежать ее и вернуться обратно. После чего, второй участник присоединяется к выполнению эстафеты, взявшись за скакалку. Так до самого последнего участника в команде. Побеждает команда, которая первой и без нарушений выполнившая задание.

По итогам конкурсов проводится розыгрыш призов.

Ведущий: Мы благодарим нашего партнера: _____, за проведение увлекательных эстафет! А на этой площадке с творческим подарком для победителей игровой программы «Веселые старты», а также для всех тех, кто сделал свой выбор в пользу здорового образа жизни и отмечает сегодня вместе с нами Областной День трезвости _____. Встречайте!

(Творческий номер).

Ведущий: И вновь напоминаю, что сегодня проходят мероприятия, посвященные Областному дню трезвости. Мы рады приветствовать всех на нашей профилактической площадке - «Сделай правильный выбор!». Организатором мероприятия является _____.

Напоминаю, что сегодня в День трезвости прямо здесь все желающие приглашаются:

- познакомиться с различными видами спорта, попробовать свои силы в некоторых из них на интерактивных площадках предоставленных нашими партнерами: _____.

- принять участие в социологическом опросе и оставить свой аргумент против пьянства на специально подготовленном стенде;

- получить квалифицированную консультацию по вопросам, связанным с профилактикой употребления алкогольных и наркотических веществ, обратившись на «Пост трезвости»;

- принять участие в розыгрыше призов, который будет проводиться в течение всего мероприятия! Заработайте 5 жетонов на наших игровых площадках и получите подарок! А какой именно это будет подарок – определим с помощью вот этого лототрона!

(Работа спортивных площадок).

Ведущий: Хочется еще раз отметить, что организатором сегодняшнего мероприятия является _____.

А мы переходим к самой приятной части нашего праздника – это, конечно же, награждение тех, кто уже сделал свой правильный выбор! Хочется отметить учреждения и объединения, активно принимающие участие в мероприятиях по профилактике наркомании, алкоголизма и табакокурения и пропаганде здорового образа жизни.

Выражаем благодарность нашим партнёрам: _____

(Вручение благодарственных писем и грамот за участие в прошедших мероприятиях).

(Творческий номер).

Ведущий: Трезвым и здоровым важно и нужно быть не один день в году, а каждый день, всю жизнь. Согласно словарю В. Даля: Трезвость – это «здравая рассудительность, свобода от иллюзий, самообмана». Там, где рождаются умные мысли, где принимаются наилучшие решения, там – трезвость.

У нас всегда есть выбор. Именно сегодня у каждого есть шанс сделать правильный выбор: вместо вредных привычек кому-то продолжить, а кому-то – сделать первый шаг, начать мыслить позитивно, формировать здоровые привычки, заниматься спортом!

Во время посещения Южной Африки легендарный чемпион мира по боксу Мухаммед Али наотрез отказался принять в дар пояс из золота и серебра, когда узнал, что пояс этот был изготовлен на средства фирмы, производящей алкоголь. Спортсмен убежден, что алкоголь губит разум, тело и душу человека, и поэтому категорически его отвергает.

Отвергайте алкоголь и наркотики смело!

Вы имеете полное право ничем себя не отравлять и не одурманивать! Ведь здоровье для человека – одна из главных ценностей. Будьте здоровы!

**Примерный сценарий проведения профилактического флешмоба,
приуроченного к Областному дню здоровья***

Место проведения: места массового скопления населения (торговые центры площади, парки отдыха).

Участники флешмоба: активисты волонтерских профилактических отрядов, представители общественных организаций, жители.

Цели мероприятия: формирование у населения мотивации на укрепление своего здоровья, эмоциональное воздействие на зрителей с целью пропаганды здорового образа жизни, воспитание стремления к регулярным занятиям физической культурой и спортом, развитие творческой активности у молодежи.

Подготовительный этап:

1. Информирование и приглашение к участию активистов волонтерского движения и СМИ, общественных организаций.
2. Подготовка оборудования (инвентаря): аудиоаппаратура, микрофоны, в том числе подключение, подборка музыкальных композиций для проведения флешмоба.

Ход мероприятия:

Перед началом волонтеры распространяют листовки профилактического характера. *Макеты листовок представлены на официальном сайте ГАУ ТО «Областного центра профилактики и реабилитации» в разделе «В помощь специалисту».*

Ведущий флешмоба (молодой человек в роли телерепортера с видеооператором) ведет репортаж, посвященный Областному дню здоровья. Берет интервью у прохожих (участники флешмоба).

Примерные вопросы:

- Вы знаете, что сегодня в Тюменской области отмечается Областной день здоровья?
- Вы делаете утреннюю зарядку?
- А вы любите танцевать?
- А готовы ли вы прямо сейчас продемонстрировать свои танцевальные способности?

Первые интервьюеры (3-4 человека) отказываются продемонстрировать

* Видеоролик с профилактического мероприятия в г. Тюмени представлен на официальном сайте ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» в разделе «Видеоматериалы»: <http://ocpr72.ru/video.html>.

свои танцевальные способности. Остальные опрошенные (несколько человек) выходят с репортером в центр площадки и начинают синхронно выполнять несложные танцевальные движения.

Постепенно подтягиваются остальные участники флешмоба, делая вид, что они случайные прохожие. Затем все участники выстраиваются в колонны по 10 человек, повторяя движения за ведущим, делают различные перестроения. Музыка останавливается, во время паузы участники флешмоба встают в круг. В центр образовавшейся площадки выходит один из участников флешмоба (второй хореограф) и исполняет сольный танец. Музыка вновь набирает обороты, и все вновь становятся в колонны по 10 человек, продолжая энергичный танец. После завершения музыкальной композиции участники расходятся в разные стороны.

Примерный сценарий проведения массового профилактического мероприятия «Время развеять дым!», приуроченного к Международному дню отказа от курения*

Дата проведения: Третий четверг ноября.

Место проведения: Места массового скопления населения.

Участники: активисты волонтерского профилактического движения, жители.

Цель мероприятия: привлечение внимания населения к проблеме табакокурения, профилактика употребления табачной продукции, пропаганда здорового и безопасного образа жизни.

Задачи мероприятия:

- формирование негативного отношения к употреблению наркотических средств и психотропных веществ;
- повышение информированности по проблеме табачной зависимости, путях ее формирования и предупреждения распространения в подростково-молодежной среде;
- вовлечение молодежи в активную профилактическую агитационно-пропагандистскую деятельность по формированию в обществе негативного отношения к асоциальному поведению, пропаганде преимуществ ведения здорового образа жизни.

Подготовительный этап: подготовка и рассылка пресс-релизов, размещение афиш, репетиция флешмоба с активной группой, изготовление баблов, реквизитов и наглядной печатной продукции, а также проведение конкурса репостов в социальной сети «ВКонтакте» (*С целью повышения информированности жителей о проведении мероприятия «Время развеять дым» за неделю до мероприятия в социальной сети «ВКонтакте» проводится конкурс на размещение репостов. Задача участников конкурса, заключается в том, чтобы разместить опубликованную запись (информация об условиях конкурса и анонс мероприятия «Время развеять дым») к себе на страницу и «поделиться» ей со своими друзьями. Победителем конкурса станут три участника, со страницы которых будет сделано наибольшее количество репостов. С помощью специального приложения «ВКонтакте» организаторы конкурса подводят итоги. Торжественная церемония награждения победителей конкурса состоится в рамках массового мероприятия).*

* Видеоролик с профилактического мероприятия в г. Тюмени представлен на официальном сайте ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» в разделе «Видеоматериалы»: <http://ocpr72.ru/video.html>.

Ход мероприятия:

Перед началом волонтеры распространяют среди участников листовки профилактического характера, а также карманные календари с названием мероприятия. *Макеты листовок представлены на официальном сайте ГАУ ТО «Областного центра профилактики и реабилитации» в разделе «В помощь специалисту».*

На площадке устанавливается баннер с названием мероприятия, логотипами организаторов и партнеров, а также звуковое оборудование.

Параллельно с работой ведущего на центральной площадке, организуется фотостудия, где для всех желающих предоставлена возможность сфотографироваться с профилактическими «баблами» (бабл – макет в виде облака с надписью профилактического содержания).

Примерный текст для «баблов»: «Курить уже не модно!», «Мне нравятся не курящие девушки/мужчины!», «Курение убивает, а я хочу жить!» и др.

По итогам мероприятия фотографии размещаются в социальных сетях и средствах массовой информации.

Ведущий:

Добрый день, уважаемые друзья! Сегодня во всем мире отмечается Международный день отказа от курения, который 1977 году был утверждён по решению Американского онкологического общества». Именно к этой дате приурочено наше профилактическое мероприятие «Время развеять дым».

Учредители и организаторы мероприятия:

Партнеры мероприятия: _____.

К сожалению, сигарета прочно вписалась в жизнь общества. Для многих курить так же естественно, как умываться, чистить зубы, есть, пить.

Несмотря на усилия здравоохранительных организаций, не так уж много людей бросает курить, не помогает даже риск смерти: курение и заболевания, которые оно вызывает, каждый год, по данным ВОЗ, убивают около миллиона россиян.

Борьба с курением идет во всем мире. В 140 странах были приняты законы, ограничивающие курение. В Сингапуре в некоторых городах существуют целые "некурящие" кварталы. В Америке некоторые фирмы отказываются брать на работу курильщиков.

После введения в России в действие федерального закона "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» в стране появились позитивные изменения.

Сегодня в Международный день отказа от курения мы призываем всех сделать свой выбор в пользу здорового образа жизни и провести эти полтора часа вместе с нами, в компании тех, кому безразлично собственное здоровье и здоровье своих близких!

А для всех нас выступит танцевальный коллектив «.....» с творческим номером. Встречайте!

Творческий номер.

Ведущий:

Ученые всех стран изучают воздействие табакокурения на организм человека и научными методами доказывают его пагубное воздействие на умственную деятельность человека. У тех, кто курит, снижается работоспособность, возникает расстройство памяти, головная боль. Сейчас мы предлагаем активизировать нашу умственную деятельность в творческой форме приняв участие в конкурсе «Буриме».

Конкурс «Буриме»

Участникам выдаются листы бумаги и письменные принадлежности. Задача конкурсантов: придумать четверостишие на заданные рифмы (варианты рифм):

- «вред-бред-табак-враг»,
- «зря-нельзя-бросай-меняй»,
- «курить-вредить-береги-беги»,
- «сигареты-конфеты-будешь-не забудешь».

В завершение мероприятия участники представляют свои «произведения», и по аплодисментам зрителей определяется победитель.

Ведущий:

Я думаю, ни для кого не секрет, что курение негативно сказывается на работе органов дыхания. Так, например, у курящего человека значительно сокращается объем легких. И сейчас я предлагаю провести конкурс «Воздушный шарик» и установить местный рекорд.

Конкурс «Воздушный шарик»

Участникам предлагается надуть на скорость самый большой воздушный шарик, либо надуть шарик и удерживать его в воздухе без рук. Конкурс проводится в три этапа по 5 человек, после чего соревнуется тройка лидеров.

Ведущий:

Напоминаю, что сегодня мы наше мероприятие посвящено Международному дню отказа от курения.

Учредители и организаторы мероприятия:

_____.

Партнеры мероприятия: _____.

А мы продолжаем наше мероприятие и сейчас для Вас выступит:

_____.

Творческий номер.

Ведущий:

Большинство курильщиков рано или поздно (лучше конечно же рано) задумываются о том, чтобы бросить курить. И это правильное решение. Если бросить курить прямо сейчас, то:

- через 20 минут артериальное давление придет в норму;
- через 8 часов уровень ядовитого угарного газа в крови снизится наполовину, уровень кислорода нормализуется;
- через 3-9 месяцев исчезнут проблемы с дыханием, исчезнут кашель и хрипы;
- примерно через год начнут снижаться риски серьезных заболеваний, причиной которых является курение.

Не плохие стимулы расстаться с вредной привычкой прямо сейчас? А дополнительным стимулом могут стать люди, которые уже избавились от этой разрушительной привычки. В том числе знаменитые музыканты, актеры, писатели, политические деятели. А кто-нибудь может назвать фамилии этих людей? (Зрители предлагают варианты). А теперь предлагаем принять участие в конкурсе «Отгадай кто?»

Конкурс «Отгадай кто?»

Задача участников – с помощью подсказок отгадать, о ком идёт речь.

Личность 1

- 1) Родился в Москве в 1953 году.
- 2) С юности занимается подводным плаванием, равно как рыбалкой, кулинарией, путешествиями.
- 3) В возрасте 12 лет начал активно заниматься на гитаре, а в школьные годы создал группу "The Kids"
- 4) В 1980 году песня его "Поворот", становится песней года.
- 5) В 1993 году основывает, а впоследствии и возглавляет телекомпанию "Смак" и становится ведущим суперпопулярной программы "Смак",.

Ответ: После 25 лет пристрастия от табакокурения отказался Андрей Макаревич. По его словам, не пришлось прибегать к каким-либо методам, организм сам отказался от никотина.

Личность 2

- 1) Российский эстрадный певец, родился: в 1981 году, в Карачаево - Черкесской автономной области, Ставропольский край.
- 2) С пятого класса начал изучать в музыкальной школе игру на аккордеоне. После окончания средней и музыкальной школ певец приехал в Москву и поступил в музыкальное училище им. Гнесиных.
- 3) В 2008 году стал победителем конкурса на «Евровидение», выступив совместно с венгерским скрипачом Эдвином Мартон и известным фигуристом, олимпийским чемпионом по фигурному катанию, Евгением Плющенко.

Ответ: Дима Билан, отказался от вредной привычки в пользу сохранения голоса.

Личность 3

1) Советский и российский актёр театра и кино родился в 1938 в г. Москве.

2) Вскоре, после его рождения, их с матерью, как членов семьи "врага народа", арестовали и отправили на пять лет в исправительно-трудовой лагерь под Рыбинском, позже лагерь заменили ссылкой, где они прожили до 1943 года, после чего им разрешили вернуться в Москву.

3) Единственным его серьезным увлечением в школе был спорт: одно время он занимался боксом, затем - гимнастикой.

4) В кино актёр дебютировал в фильме Александра Зархи «Мой младший брат», в котором он создал образ своего современника Димки Лента

5) В "Большой перемене" режиссера Алексея Коренева этот актер сыграл роль Григория Ганжи.

Ответ: Александр Збруев, бросил курить, и ни разу не пожалел об этом шаге.

Личность 4:

1) Советский актер, родился в 1960 году, в Ташкентская обл. (Узбекская ССР)

2) В большом кино дебютировал в возрасте шестнадцати лет. Его первой работой в кино стала роль в картине Владимира Меньшова "Розыгрыш" (1976).

3) После окончания Театрального училища им. М. С. Щепкина сыграл в картинах «Фотографии на стене» (1978), «Охота на лис» (1980), «Люди на болоте» (1981), «Скорость» (1983), «Таинственный узник» (1986) и других.

4) Но настоящий успех к актеру пришел вместе с ролью в картине «Гардемарины, вперед!» (1987), Светланы Дружининой. Роль Алеши Корсака в превратила его в любимца советских телезрителей.

Ответ: Дмитрий Харатьян: «Я долго пытался, боролся, и мне пытались помочь близкие... Однако точку поставить я смог сам – видимо, просто время пришло. Или опыта отрицательного набралось слишком много, и включился инстинкт самосохранения. А сейчас я пытаюсь поддерживать эту энергию».

Личность 5:

1) Советский и российский эстрадный певец, баритон, родился в 1937 году, Донецкая область, УССР.

2) Во время учебы в музыкальном училище им. Гнесиных, всего один раз в жизни выступал под псевдонимом Юрий Златов.

3) В 1964 году, после появления в его исполнении песни Аркадия Островского «А у нас во дворе», к нему пришла популярность и узнаваемость.

Ответ: Иосиф Кобзон: «Закурил, когда был 15-летним пацаном. Потом были перерывы — когда курил, а когда нет. Пять лет назад окончательно взвесил все «за» и

«против» – бросил. Не могу сказать, что конкретно повлияло, тут масса причин – от здоровья, до советов окружающих».

Личность 6:

- 1) Родился в 1946 года в Нью-Йорке в семье итальянского эмигранта.
- 2) Снимался в фильме «Рокки-4» с Дольфом Лундгреном
- 3) Приобрел известность, как герой боевиков: «Рэмбо», «Кобра», «Танго и Кэш» и некоторыми другими.
- 4) В 2010 году вышел его новый фильм “Неудержимые” – фильм, в котором снялись почти все звезды боевиков.

Ответ: Сильвестр Сталлоне бросил курить еще в 70-х, когда блистал в фильме про боксера Рокки. Однажды он начал задыхаться на ринге. Никаких книг ему не понадобилось, хватило испуга.

Ведущий:

Эти люди могут по праву гордиться собой – они оказались сильнее многих миллионов, которые остаются рабами никотиновой зависимости. Они уже ощутили, как возвращаются вкус, обоняние, сила, здоровье... Надеюсь, что выбор этих публичных людей станет хорошим примером для подражания.

Ведущий:

Напоминаю, что сегодня наше мероприятие посвящено Международному Дню отказа от курения.

Учредители и организаторы мероприятия:

Партнеры мероприятия: _____.

А мы продолжаем наше мероприятие и сейчас для Вас выступит:

Творческий номер.

Ведущий: Мишенью табака также является сердце человека. Любители табака в 13 раз чаще страдают стенокардией, так как большое количество химических веществ попадает в кровь через легкие. Окись углерода (точно такая же, как в автомобильном выхлопе!) замещает часть кислорода в крови. Это вызывает недостаток кислорода во всех органах.

А сейчас я предлагаю провести конкурс «Скакалочка» и выявить тех, кто всегда дышит полной грудью и легко справляется с различными физическими нагрузками.

Конкурс «Скакалочка» (прыжки на скакалке на время: на двух ногах, на одной ноге, прыжки вперед, прыжки назад, скрестив руки и др).

Творческий номер.

Ведущий:

Сегодняшнее мероприятие приурочено к Международному дню отказа от курения.

Учредители и организаторы мероприятия:

Партнеры мероприятия: _____.

А мы продолжаем наше мероприятие и сейчас для Вас выступит:

Ведущий:

Как всем уже известно, влияние никотина на работоспособность — исключительно отрицательное. Компоненты табачного дыма влияют на все нервные функции, но особенно чувствительна к никотину центральная нервная система и, прежде всего, клетки головного мозга. Под его воздействием происходит сужение сосудов, а, следовательно, уменьшается приток крови к нервной ткани. В связи с этим появляются частые головные боли, происходит ослабление памяти, снижение концентрации внимания.

Следующий наш конкурс «Пинг-Понг», он позволит нам выявить самого внимательного и самого ловкого участника.

Конкурс «Пинг-Понг».

Задача участников подбросить как можно больше раз теннисный шарик на ракетке, при этом, не уронив его.

Творческий номер.

Ведущий: С ранних лет мы слышим простую истину: «Спорт и курение несовместимы». Это утверждение основано на том, что табакокурение «ударяет» по физическим возможностям и иммунитету человека, замедляет различные процессы в организме.

Поэтому в завершении нашего сегодняшнего мероприятия я предлагаю сделать официальное заявление обществу курильщиков – «Мы выбираем здоровый образ жизни!», «Мы выбираем мир без табачного дыма!» и продемонстрировать всем, что не перевесились еще богатыри на земле нашей.

Конкурс «Силачи»

Участникам необходимо выполнить как можно больше приседаний или отжиманий.

Ведущий:

Уважаемые участники, наше мероприятие подходит к завершению. Мы благодарим всех собравшихся здесь за вашу активную жизненную позицию, ваше равнодушное отношение к своему будущему и

будущему нашей страны. Желаю Вам только правильных решений и крепкого здоровья.

Завершает мероприятие творческий номер.

**Примерный сценарий проведения массового мероприятия
в рамках областной профилактической акции
«Скажи жизни «Да!»***

Дата проведения: 1 декабря.

Место проведения: Места массового скопления населения.

Цель мероприятия: пропаганда здорового и безопасного образа жизни, профилактика распространения ВИЧ/СПИДа и других асоциальных явлений.

Задачи мероприятия:

- привлечение внимания общественности к проблеме распространения ВИЧ-инфекции;
- вовлечение молодежи в активную профилактическую агитационно-пропагандистскую деятельность по формированию в обществе негативного отношения к асоциальному поведению, пропаганде преимуществ ведения здорового образа жизни;
- повышение информированности о путях заражения ВИЧ-инфекцией, способах защиты, источниках получения информации по проблеме.

Ход мероприятия:

Перед началом мероприятия волонтеры распространяют среди посетителей (прохожих) красные ленточки и листовки по профилактике распространения ВИЧ-инфекции. *Макет листовки представлен на официальном сайте ГАУ ТО «Областного центра профилактики и реабилитации» в разделе «В помощь специалисту».*

На площадке (в холле) устанавливается баннер с названием мероприятия, логотипами организаторов и партнеров, а также звуковое оборудование.

Ведущий:

Добрый день, уважаемые друзья! В эти дни во всем мире отмечается Всемирный день борьбы со СПИДом (1 декабря).

Ежегодно 1 декабря в соответствии с решением Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) и решением Генеральной Ассамблеи ООН, принятыми в 1988 году, отмечается Всемирный день борьбы с синдромом приобретенного иммунодефицита.

* Видеоролик с профилактического мероприятия в г. Тюмени представлен на официальном сайте ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» в разделе «Видеоматериалы»: <http://ocpr72.ru/video.html>.

Дата была установлена для того, чтобы привлечь внимание мировой общественности к распространению ВИЧ инфекции, которая приняла масштабы пандемии, распространяющейся по всем континентам.

Сегодня мы приглашаем всех стать участниками профилактической акции «Скажи жизни «Да!»». Если вы не равнодушны к проблеме распространения смертельного заболевания, желаете выразить свою гражданскую позицию и сказать: «Нет – СПИДу, жизни – ДА!», то приглашаем Вас прикрепить красную ленточку – символ акции к тематическому баннеру.

Красные ленточки на протяжении всего мероприятия распространяются среди жителей (посетителей) участниками волонтерского профилактического движения.

Учредителями и организаторами мероприятия являются:

Генеральный и информационный партнеры: _____.

Ведущий:

Для начала мне хотелось бы выяснить, что мы знаем о ВИЧ?

Ведущий задает вопрос прохожим: «Что вы знаете о СПИДе/ВИЧ-инфекции?».

Ведущий:

ВИЧ – это вирус иммунодефицита человека. Он поражает разные клетки тела человека, и в первую очередь – его иммунную систему. Людей больных ВИЧ-инфекцией принято называть ВИЧ-инфицированными. СПИД - это последняя стадия развития ВИЧ-инфекции.

Музыкальная пауза: подборка песен о здоровье – 3-5 мин.

Ведущий:

«Уважаемые жители (посетители), мы приглашаем Вас стать участниками профилактической акции «Скажи жизни «Да!»». Если вы не равнодушны к проблеме распространения смертельного заболевания, желаете выразить свою гражданскую позицию и сказать: «Нет – СПИДу, жизни – ДА!», то приглашаем Вас прикрепить красную ленточку – символ акции к тематическому баннеру.

Ведущий:

ВИЧ – инфекция и СПИД – это совершенно новое и малоизученное для людей заболевание. Учёные и врачи считают, что ВИЧ появился на Земле не более 50 лет назад. Однако за это короткое время СПИД уже унёс свыше 25 миллионов жизней.

До сих пор не удалось найти ни лекарств, ни вакцины, способных полностью излечить и защитить от ВИЧ-инфекции.

Даже в вопросе, когда и как появился вирус иммунодефицита человека, пока не всё окончательно ясно.

Опрос прохожих (посетителей): «Знаете ли вы как появилась ВИЧ-инфекция на земле?».

Ведущий:

Существует несколько гипотез ее возникновения:

1 гипотеза – заболевание возникло в Африке, а затем распространилось на другие континенты. Согласно гипотезе предшественником ВИЧ могли быть близкородственные вирусы приматов.

2 гипотеза – благодаря широкому использованию таких научных экспериментов в медицине, которые вышли из-под контроля.

3 гипотеза – искусственное возникновение вируса в конце 70 – х годов на основе бактериологического оружия.

4 гипотеза - вирус мог существовать с древних времён, меняя модификацию.

Опрос прохожих (посетителей): «Как вы думаете, какая из гипотез верная?».

Музыкальная пауза: подборка песен о здоровье – 3-5 мин.

Ведущий (во время музыкальной паузы):

Уважаемые жители (посетители), мы приглашаем всех желающих стать участниками профилактической акции против СПИДа «Скажи жизни «Да». Волонтеры профилактического движения распространяют вместе с информационными листовками символ акции – красные ленточки, которые вы сможете прикрепить к тематическому баннеру, тем самым «отдать» свой голос против распространения ВИЧ-инфекции. Проявите свою гражданскую позицию!

Ведущий:

В России о первом случае заражения официально объявлено в 1987 году (молодая жительница г. Санкт-Петербург). С каждым годом количество инфицированных людей увеличивается.

В 1981 году число больных СПИДом в мире исчислялось десятками, год спустя – сотнями, в 1985 году их количество достигло 10 тысяч человек. На сегодняшний день в мире зарегистрировано более 40 миллионов ВИЧ инфицированных. В Тюменской области более 14 тыс. случаев ВИЧ-инфицирования.

Ведущий:

Как уверяют эксперты, человек может узнать о заражении минимум через две недели, а, как правило, - через несколько месяцев. При этом заражать других он может уже через 24 часа. Каким способом - это один из самых главных вопросов.

Ведущий проводит опрос среди посетителей (прохожих): «Какими способами ВИЧ-инфекция не передается?» и др.

Ведущий:

Многие люди до сих пор считают, что инфекция передается в бытовом общении при рукопожатиях, дружеских поцелуях и через бытовые предметы. Однако данных о подобных случаях заражения нет.

Вирус содержится во всех биологических средах больного человека, но в различной концентрации. Из-за небольших объемов вырабатываемых организмом человека слюны и пота, а также низкой концентрации в них вируса заразиться через данные биологические жидкости невозможно. Тогда как для заражения через кровь достаточно одной капли на кончике иглы.

Музыкальная пауза: подборка песен о здоровье – 3-5 минут.

Ведущий во время музыкальной паузы:

Уважаемые жители (посетители), приглашаем Вас присоединиться к профилактической акции «Скажи жизни «Да!» и прикрепить красные ленточки на тематический баннер в знак своего небезразличного отношения к проблеме ВИЧ-инфекции».

Волонтеры профилактического движения раздают красные ленточки и информационные листовки участникам мероприятия (прохожим).

Напомним, что Учредителями и организаторами мероприятия являются:

_____.
Генеральный и информационный партнеры: _____.

Ведущий:

Мы выяснили, как ВИЧ-инфекция не передается, а сейчас я предлагаю узнать в каких же ситуациях риск заражения все-таки существует?

Ведущий проводит опрос среди посетителей (прохожих): «Какими способами передаётся ВИЧ-инфекция?»

Ведущий:

Ответить на этот вопрос я приглашаю специалиста ГБУЗ ТО «Центр по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями» (специалиста учреждения здравоохранения Тюменской области):

Специалист ГБУЗ ТО:

Возможность заражения существует **при следующих ситуациях:**

- незащищенный половой контакт;

- совместное использование шприцев или игл (например, при введении наркотиков);
- переливание зараженной цельной крови или ее компонентов, пересадка органов и тканей;
- применение нестерильного хирургического и инъекционного инструментария,
- нанесения татуировок, пирсинга;
- использование чужих лезвий для бритья; зубных щеток;

Ведущий:

Уважаемые участники, наше мероприятие подходит к завершению. Мы благодарим всех, кто присоединился к нам, выразил свое небезразличное отношение к проблеме распространения ВИЧ-инфекции, продемонстрировал свое равнодушное отношение к будущему нашего общества.

Берегите себя и своих близких. Будьте благоразумны в своих поступках и действиях. Все вместе, объединившись, мы говорим «НЕТ – СПИДу, ДА – жизни!». До новых встреч!

Примерный сценарий профилактического мероприятия «Всегда иди дорогой добра!», приуроченного к Международному дню добровольцев*

Дата проведения: 5 декабря.

Место проведения: Места массового скопления населения, торгово-развлекательные центры.

Цель мероприятия: активизация и популяризация волонтерского профилактического движения в подростковой и молодежной среде.

Задачи мероприятия:

- формирование социальной значимости волонтерской деятельности в подростково-молодежной среде;
- повышение мотивации волонтеров на участие в областных профилактических мероприятиях и акциях;
- вовлечение в волонтерское профилактическое движение новых участников;
- активизация волонтерской профилактической деятельности в учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования.

Участники мероприятия: представители волонтерских профилактических отрядов, посетители и прохожие.

Ход мероприятия:

Участники волонтерского профилактического движения распространяют среди прохожих (посетителей) листовки о волонтерской деятельности. *Макет листовки представлен на официальном сайте ГАУ ТО «Областного центра профилактики и реабилитации» в разделе «В помощь специалисту».*

Оборудуется площадка для проведения мероприятия, на которой устанавливается звуковое и телевизионное оборудование. В ходе всего мероприятия на телевизоре транслируются видеоролики с мероприятий, в которых приняли участие активисты волонтерского профилактического движения Тюменской области.

Мероприятие открывается танцевальным флешмобом.

Участники покидают площадку. В центр выходит ведущий.

* Видеоролик с профилактического мероприятия в г. Тюмени представлен на официальном сайте ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» в разделе «Видеоматериалы»: <http://ocpr72.ru/video.html>.

Ведущий:

Добрый день, уважаемые друзья! Сегодня во всем мире люди доброй воли отмечают замечательный праздник - Международный день добровольцев. Желание делать добрые дела и помогать окружающим объединяет миллионы людей в мире. Блестящим примером творческого союза добровольцев является данный танцевальный номер. Еще раз поаплодируем ребятам.

А кто-нибудь знает, кто же такие добровольцы и какие добрые дела они делают?

Ответы участников мероприятия.

Ведущий:

Это праздник тех, кто бескорыстно помогает людям в самых разных ситуациях. Дата 5 декабря дает возможность еще раз напомнить, о том, что мир не без добрых людей, движение добровольчества существует в самых разных проявлениях. Оно крепнет, ширится и открыто для новых участников.

В области активно развивается социальное, спортивное, экологическое и профилактическое волонтерство.

Волонтерское движение обладает мощной созидательной силой и способно решать важнейшие социальные проблемы, одной из которых является состояние здоровья детей и молодежи. Сегодня здесь собрались активисты волонтерского профилактического движения, которые своими добрыми делами помогают бороться с такими проявлениями в нашем обществе как алкоголизм, наркомания, табакокурение, пропагандируют здоровый образ жизни.

Волонтерское профилактическое движение в Тюменской области стремительно развивается. По итогам 2013 года в области насчитывается более 500 волонтерских профилактических отрядов общей численностью порядка 14 тысяч человек. С каждым годом показатель волонтерской активности растет, целая армия добровольцев работает в направлении сохранения здоровья будущих поколений. Волонтерское профилактическое движение имеет свою символику и атрибутику.

Выражение «Все в твоих руках!» давно уже стало девизом наших волонтеров.

В этом году с участием волонтеров проведены такие масштабные областные мероприятия и акции, как: мотивационные мероприятия, направленные на участие в тестировании, «Областной день трезвости», «Время развеять дым!», «Скажи жизни «ДА!», «Здоровый защитник - опора России», «Здоровая мама - будущее России», «Областная зарядка», «Тропинки здоровья», «Поколение «независимых», акция «Штрих-код» по закрасиванию антисоциальных надписей, областное мероприятие по профилактике наркомании «Наш выбор – здоровье!», и, конечно же, областной месячник «Всегда иди дорогою добра!», который проводится в эти дни в городах и районах нашего региона.

На проекторе транслируется слайд-шоу с фотографиями областных профилактических мероприятий проекта «Тюменская область – территория здорового образа жизни!».

Ведущий:

В целях развития и совершенствования деятельности участников волонтерского движения в нашей области ежегодно проводится конкурс творческого мастерства, который называется «Волонтер года». Победители конкурса награждаются ценными подарками, а также на протяжении последних двух лет денежными премиями в рамках приоритетного проекта «Образование».

Волонтерская деятельность по профилактике социальных болезней в молодежной среде и формированию культуры здорового образа жизни может существенно изменить ситуацию в сторону улучшения здоровья нации, снижения девиаций, а также повышения социальной активности граждан.

На проекторе транслируется слайд-шоу с фотографиями областного конкурса «Волонтер года».

Ведущий:

А мы с вами проведем переключку и узнаем, кто сегодня отмечает вместе с нами День добровольцев.

Переключка: Участники по очереди хором выкрикиваю название волонтерского отряда, наименование образовательной организации.

Ведущий:

Волонтеры, я предлагаю вам сегодня громче обычного заявить о себе, проявить свои способности и активность, поэтому начнем с «Эстафеты хорошего настроения» и подарим друг друга частичку позитива. Передавать свое хорошее настроение мы будем вместе с комплиментами.

«Эстафеты хорошего настроения»

В центр площадки приглашается 15-20 чел. Ведущий подходит к одному из участников и говорит ему комплимент. Тот в свою очередь говорит комплимент своему соседу справа и так далее (комплименты не должны повторяться). Победителем становится автор самого оригинального комплимента.

Ведущий:

Как гласит древнеиндийская пословица, "Танец — это сама жизнь". Это значит, что танец как ничто другое способен наполнять жизненной энергией и добавлять новых ярких красок. Так давай те же покажем, как танцуют волонтеры!

Конкурс «Танцевальный»

Ведущий из зала приглашает 5 человек, которые по очереди показывают аудитории несложные танцевальные движения (импровизация), а аудитория повторяет движения за ним. Победитель определяется аплодисментами зрителей.

Ведущий:

Я думаю, что День добровольцев это не простой день. Для кого-то это праздник, для кого-то всего лишь дата в календаре. И сейчас мы выясним, что же для вас, волонтеров, значит, День добровольца и с чем он у вас ассоциируется.

Ведущий проводит фронтальный опрос участников.

Ведущий:

Как известно, синонимом определения «волонтер» является слово «доброволец» - тот, у кого добрая воля. Помимо этого главного определения, волонтеров отличают и другие положительные качества. И мне хотелось бы предоставить вам возможность рассказать о своих лучших качествах.

Конкурс «Угадай-ка»

Участники получают задание, в котором обозначено одно из качеств человека. Их задача с помощью жестов и мимики рассказать аудитории о нем. Задание считается выполненным, если аудитория его отгадала.
Примеры заданий: *отзывчивый, активист, лидер, оптимистичный (жизнерадостный), общительный, ответственный, доброжелательный, равнодушный, бескорыстный и др.*

Ведущий:

Не случайно в продемонстрированных вами качествах прозвучало определение лидер. Лидер - это человек, который готов заявить всем о себе, своей позиции и интересах; тот, кто может объединять вокруг себя единомышленников. Я уверен, что лидеры сегодня здесь присутствуют, поэтому следующий конкурс для лидеров. Приглашаются три человека.

Конкурс «Аргумент»

Участникам необходимо по очереди привести аргументы в пользу волонтерской деятельности.

2 задание: собрать себе волонтерский отряд (команду) из 7 человек.

3 задание: ***Конкурс "Материал для скульптора"***

«Материал» - это участники команды. Один из участников «скульптор». Задача скульптора вылепить из «материала» символ волонтерского движения.

Ведущий:

Немало песен сложено о доброте, добрых делах и хороших людях. Сейчас мы выясним, знаете ли вы эти песни.

4 задание: **Конкурс «Песенный»**

Один из участников команды получает задание, в котором указаны несколько строк из песни. Его задача - в рисунке объяснить, о какой песне идет речь, а команда должна отгадать о какой песне идет речь и хором исполнить куплет из этой песни.

Ведущий:

Уважаемые участники! Я передаю слово для приветствия и поздравления организаторам мероприятия: _____

Вручение грамот за активное участие в реализации проекта «Тюменская область-территория здорового образа жизни».

Ведущий:

Мы благодарим всех собравшихся здесь за вашу активную жизненную позицию неравнодушное отношение к происходящему вокруг вас. Даже если результат вашего труда не всегда можно измерить в привычных для нас единицах измерения, знайте, что он значим для общества, и жизненно важен для отдельных людей.... Желаем вам удачи и новых побед!!!

**Примерный сценарий
информационно-разъяснительного профилактического мероприятия
«Здоровый защитник – опора России!»**

Цель: формирование у молодых людей допризывного и призывного возраста мотивации на сохранение репродуктивного здоровья, пропаганда здорового и безопасного образа жизни.

Задачи:

- формирование навыков здоровьесбережения, информирование о мерах, направленных на сохранение репродуктивного здоровья;
- профилактика употребления алкоголя, наркотиков, табакокурения;

Участники мероприятия:

- Представители УФСКН России по Тюменской области.
- Представители территориального военного комиссариата.
- Представители территориальных учреждений здравоохранения (врачи наркологи).
- Юноши в возрасте 14 -17 лет.

Ход мероприятия:

Мероприятие проводится в два этапа:

- 1) Информационный блок (доклады приглашенных специалистов) по заявленной теме.
- 2) Распространение наглядной печатной продукции профилактического характера. *Макеты листовок представлены на официальном сайте ГАУ ТО «Областного центра профилактики и реабилитации» в разделе «В помощь специалисту».*

Ведущий:

Здравствуйте, уважаемые участники! Приятно видеть в этом зале серьезных, жизнерадостных, спортивных и уверенных в себе молодых людей. Мы собрались сегодня не случайно! Повод для этого традиционный, приятный и значимый для каждого гражданина России – **ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА!**

Позвольте поздравить вас с этим праздником, пожелать крепкого здоровья, всегда сопровождающей удачи, оптимизма в каждом дне и много сил, чтобы защищать близких от всех жизненных невзгод!

Издавна защищать свою Родину было почетно, а военная служба считалась обязательной школой жизни для настоящих мужчин. Ведь и в обычной жизни каждый день приходится оберегать свой маленький мир – свою семью! Настоящий мужчина должен уметь с достоинством решать

возникающие проблемы, быть физически выносливым, а значит - быть здоровым.

Сегодня мы поговорим о сохранении здоровья нашей сильной половины человечества – будущих защитников России. В нашей встрече принимают участие:

Ведущий представляет докладчиков (представители УФСКН России по Тюменской области, территориального военного комиссариата, территориального учреждения здравоохранения (врач нарколог, инфекционист).

Ведущий: Слово предоставляется представителю территориального военного комиссариата _____.

Выступление представителя территориального военного комиссариата о значимости службы в армии, преимуществах при получении образования и трудоустройстве на работу, которыми пользуются лица, прошедшие службу в армии, а также ценности спортивной подготовки и физического здоровья для создания карьеры в рядах Вооруженных сил Российской Федерации.

Ведущий:

Военная служба – это гражданская обязанность каждого юноши. Для юноши служба в армии - это рубеж взрослой жизни, перешагнув который, молодой человек становится мужчиной. И пройти этот этап жизни надо с честью.

Залогом успеха в первую очередь является физическое и психическое здоровье, главная роль в формировании и сохранении которого принадлежит самому человеку: его образу жизни, его ценностям, установкам, отношениям с окружением.

Серьезную опасность для жизни и здоровья, как сегодняшней молодежи, так и будущих поколений представляет проблема употребления психоактивных веществ.

Подробнее об этом нам расскажет врач нарколог территориального учреждения здравоохранения: _____.

Выступление врача нарколога территориального учреждения здравоохранения о признаках и медицинских и психических последствиях, вызванных употреблением психоактивных веществ.

Ведущий:

Подготовке к взрослой жизни юношей необходимо уделять такое же внимание, как умственному, нравственному, физическому, трудовому, эстетическому воспитанию. Ведь Защитник Отечества – это не только тот человек, который защищает свою Родину с оружием в руках. Это и старший товарищ и отец, участвующий в воспитании детей - будущих граждан своей страны, от которых зависит и наше будущее.

Одной из главных проблем современного общества является вовлечение молодежи в преступную деятельность по перевозке, сбыту, изготовлению и употреблению психоактивных веществ. Иногда достаточно оступиться всего один раз, чтобы поставить крест на своей дальнейшей судьбе.

О правовых последствиях деятельности, связанной с незаконным оборотом наркотиков вам расскажет представитель УФСКН России по Тюменской области: _____.

Выступление представителя УФСКН России по Тюменской области.

Ведущий:

Широко известно, что проблемой, сопутствующей наркомании, является проблема распространения различных инфекционных заболеваний, в том числе ВИЧ. Но мало кто знает, что эксперименты с собственной внешностью, такие как пирсинг и татуаж также опасны для жизни и здоровья молодого поколения.

Об основных принципах здоровьесбережения и профилактике распространения ВИЧ - инфекций вам расскажет: _____

Выступление врача инфекциониста территориального учреждения здравоохранения.

Ведущий:

Благодарим наших гостей за содержательную беседу, а слушателей – за внимание! Уважаемые участники, сегодня вы получили много полезной информации о том, как сохранить здоровье. От себя хочу добавить, каждый из вас уникален и достоин счастливого будущего, поэтому помните, что ваше здоровье в ваших руках. Берегите себя! И в заключение нашей беседы мы бы хотели поделиться с вами информационными листовками профилактического характера.

**Примерный сценарий
информационно-разъяснительного профилактического мероприятия
«Здоровая мама – здоровая Россия!»**

Цель: сохранение репродуктивного здоровья девочек-подростков и девушек, пропаганда здорового и безопасного образа жизни.

Задачи:

- повышение уровня информированности о мерах, направленных на сохранение здоровья;
- пропаганда здорового образа жизни, формирование навыков здоровьесбережения, информирование о мерах, направленных на сохранение репродуктивного здоровья;
- профилактика употребления алкоголя, наркотиков, табакокурения среди девочек-подростков и девушек;
- привлечение девочек-подростков и девушек к занятиям физической культурой и спортом, соблюдению режима питания и правил личной гигиены.

Целевая аудитория: девушки, молодые женщины в возрасте от 14 до 30 лет, члены клубов молодых семей, родительская общественность.

Привлеченные специалисты: врач гинеколог, врач нарколог, психологи (по возможности 2 человека).

Ход мероприятия:

Мероприятие проводится в три этапа:

1) Информационный блок (доклад приглашенного специалиста) по заявленной теме.

2) Тренинги на тему «Стратегии семейного воспитания: как воспитать личность без зависимостей». Во время регистрации участники мероприятия получают бейджи или карточки разных цветов, для формирования подгрупп на тренинги: 1) мамы девочек-подростков, 2) мамы детей дошкольного и младшего школьного возраста).

3) Интерактивная беседа «Что делать, если ребенок обманывает?».

4) Распространение наглядной печатной продукции профилактического характера. Макеты листовок представлены на официальном сайте ГАУ ТО «Областного центра профилактики и реабилитации» в разделе «В помощь специалисту».

Ведущий:

Здравствуйте, уважаемые участники и дорогие гости! Март у всех россиян ассоциируется с исключительно добрым и нежным женским

праздником. Мы не станем отходить от традиций и сегодня всё внимание подарим нашим женщинам и девушкам.

Хочется поздравить присутствующих здесь обаятельных, очаровательных, обворожительных представительниц прекрасного пола с весенним праздником и пожелать вам от всего сердца любви, спокойствия, стабильности, обеспеченности, понимания, женского счастья и, конечно, крепкого здоровья.

Уже несколько лет на территории Тюменской области проходит Областной профилактический марафон «Тюменская область – территория здорового образа жизни!», который включает комплекс мероприятий, направленных на пропаганду ценностей здорового образа жизни, а также профилактику наркомании, алкоголизма, табакокурения, распространения ВИЧ/СПИДа. Месячник «Здоровая мама – здоровая Россия!», в рамках которого проходит сегодня наша встреча, также является одним из мероприятий марафона.

В этом зале присутствуют мамы со стажем, молодые мамы, те, кто еще только планирует стать мамой, и те, кто в силу возраста, может быть, еще не задумывался о материнстве. Всем нам важно осознать, что проблема здоровья женщины – очень важная проблема современного общества. И именно женскому здоровью, а если точнее - репродуктивному здоровью посвящена наша встреча.

Позвольте представить наших гостей:

С древних времен женщина была хранительницей домашнего очага, занималась хозяйством, воспитывала детей... Как бы не изменялся мир, как бы не развивалась наука – только женщина имеет возможность подарить этому миру новую жизнь.

Легко ли стать мамой? Трудно ли быть мамой? Материнство – великое счастье. Только постичь его доводится, к сожалению, не всем женщинам. Кому-то это даётся легко, кому-то с большим трудом. Это зависит от очень многих факторов. Об основных аспектах правильного формирования и сохранения репродуктивного здоровья мы попросим рассказать врача акушера-гинеколога.

Ведущий:

Мы благодарим _____ за интересное выступление и представленную полезную информацию!

Среди значимых для человека ценностей одно из ведущих мест занимает здоровье. Казалось бы, что может быть важнее для родителей, чем здоровье собственного ребенка? Однако бывает, мы не предаем значение роли личного примера, а также влиянию поведения взрослых или окружающих на ребенка. Как избежать ошибок в воспитании детей, которые приводят к губительным зависимостям, желанию употреблять психоактивные вещества?

В этом вопросе мы предлагаем разобраться на практических тренингах с помощью профессиональных психологов.

Для этого мы с вами сейчас разделимся на группы и разойдёмся в специально подготовленные аудитории. А после окончания практической части нашей встречи ждём всех снова в этом зале.

1) Тренинг для родителей «Стратегии семейного воспитания: как воспитать личность без зависимостей».

2) Беседа с врачом наркологом на тему «Зависимости и их влияние на репродуктивное здоровье женщины» (девушки от 14 до 30 лет).

Ведущий:

Надеемся, что наши специалисты помогли вам осознать правильность выбранных стратегий воспитания ваших детей, возможно, найти пути выхода из сложившихся проблемных ситуаций, задуматься еще раз о важности ведения здорового образа жизни. Сейчас предлагаем продолжить эту тему немного в другой форме.

Интерактивная беседа для всех участников «Что делать, если ребенок обманывает?».

Ведущий:

Благодарим наших гостей за содержательную беседу, а слушателей – за внимание! Уважаемые участницы, сегодня вы получили много информации, которая, надеемся, будет полезна для вас. От себя хочу добавить, что каждая из вас уникальна и достойна счастливого будущего, поэтому помните, что здоровье ваше и ваших детей в ваших руках. Берегите себя! И в заключение нашей встречи мы бы хотели поделиться с вами информационными листовками профилактического характера.

В завершение мероприятия среди участников встречи распространяются информационные листовки, по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ и пропаганде здорового образа жизни.

**Примерный сценарий проведения открытия профилактической акции
«Областная зарядка», приуроченной к празднованию
Всемирного дня здоровья «Зарядка от нас – здоровье для вас!»***
(для использования в рамках проведения областной профилактической
акции «Областная зарядка»)

Дата проведения: 7 апреля.

Место проведения: места массового скопления населения: площади, парки.

Участники мероприятия: дети и молодежь, обучающиеся учреждений общего и профессионального образования, воспитанники учреждений сферы спорта и молодежной политики, спортивных клубов, молодежных организаций, активисты волонтерского профилактического движения, представители общественных организаций, трудовые коллективы и др.

Цель мероприятия: пропаганда здорового образа жизни, привлечения общественных деятелей, участников волонтерского профилактического движения, подростков и молодежи, представителей общественности к проведению массовых профилактических мероприятий.

Задачи:

- вовлечение молодежи в активную профилактическую агитационно-пропагандистскую деятельность по формированию в обществе ценностей здорового образа;
- повышение информированности населения о роли поддержания высокой физической активности в сохранении здоровья человека, методах здоровьесбережения, источниках получения информации по проблеме.

Подготовительный этап:

1. Информирование и приглашение к участию активистов волонтерского профилактического движения, представителей общественных организаций и спортивных федераций, детей и молодежи, жителей и др.
2. Подготовка и рассылка пресс-релиза о проведении мероприятия в СМИ.
3. Организация репетиционных мероприятий.

* Видеоролик с профилактического мероприятия в г. Тюмени представлен на официальном сайте ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» в разделе «Видеоматериалы»: <http://ocpr72.ru/video.html>.

Ход мероприятия:

Мероприятие проводится в четыре этапа:

- 1) Торжественное открытие: танцевальный флешмоб с участием волонтеров, выступление ведущего, массовые зарядки, творческие номера;
- 2) Спортивный парад: шествие и показательные выступления делегаций спортивных направлений (федераций) с символикой и атрибутикой.
- 3) Здоровый Арбат: работа спортивных и досуговых площадок.

Первый этап

Без объявления, после звуковой заставки (фанфары) мероприятие открывается танцевальным номером (участники флешмоба одеты в одежду с символикой волонтерского профилактического движения).

Ведущий:

Для вас на этой сцене были участники волонтерского профилактического движения. Ваши аплодисменты!

Здравствуйте! Дорогие друзья!

Мы рады приветствовать сегодня всех собравшихся на мероприятии, посвященном Всемирному дню здоровья, который 7 апреля отмечают на всей планете!

И Тюменская область не осталась в стороне. Сегодня во всех муниципальных образованиях нашей области будет дан старт областной профилактической акции «Областная зарядка», которая проводится ежегодно в рамках **областного профилактического марафона «Тюменская область – территория здорового образа жизни!»**.

В течение всего месяца в образовательных учреждениях Тюменской области и в ряде трудовых коллективов будут проводиться утренние зарядки с участием представителей спортивных организаций и активистов волонтерского движения. Так все жители нашей области встретят весну здоровыми и бодрыми!

А мы напоминаем, что **учредителями и организаторами акции являются:** _____.

Хочется отметить, что акцию в этом году активно поддержали: _____

(спонсоры).

Информационными партнерами выступили: _____

(СМИ)

А для всех участников нашего мероприятия – творческий подарок! Бодрым настроением и спортивным задором с нами поделится

(наименование коллектива)

- творческий номер

Ведущий:

Ваши аплодисменты _____

(наименование коллектива)

А знаете ли вы, что 2 часа занятия спортом в неделю замедляют физическое старение и могут прибавить вам в среднем 6-9 лет жизни.

А 15 минут утренней зарядки пробуждают организм, снижают уровень холестерина в крови, нормализуют кровяное давление, укрепляют сердечную мышцу. Поэтому зарядка полезна и важна для всех людей, с самого раннего детства и до преклонного возраста.

Зарядка это лучший способ получить заряд бодрости на целый день!

Сегодня становится модным вести здоровый образ жизни, а вместе с этим у многих появилось стремление к усовершенствованию своего тела и фигуры.

Для этого имеются специально разработанные комплексы упражнений, и даже отдельные виды спорта, каким и является бодибилдинг.

И сейчас мы переходим к первому приятному сюрпризу сегодняшнего дня, а именно – розыгрышу призов от наших партнеров! И первый приз получит тот, кто сможет ответить на вопрос: «В каком году бодибилдинг или, как его еще называют, соревновательный культуризм появился как вид спорта?» (**ОТВЕТ:** в 1880 году).

Награждение победителя.

Ведущий:

Наше сегодняшнее мероприятие открывает профилактическую акцию «Областная зарядка», давайте сделаем зарядку прямо здесь и сейчас!

Я попрошу всех участников зарядки выстроиться в ряды на ширину вытянутых рук. Давайте станем дружной командой, готовой зарядиться энергией и хорошим настроением!

Вместе с нами сейчас зарядку будут делать дошколята и школьники, студенты колледжей и вузов, начинающие и уже профессиональные спортсмены, активисты волонтерского движения, и все, кто хочет быть энергичным и всегда в хорошем настроении!

А поможет нам в этом постоянный участник спортивных мероприятий - _____ (Ф.И.О., должность, звание, квалификация, спортивный разряд, краткая характеристика спортивных достижений). Встречайте _____! Зарядка от нас – здоровье для вас! Итак, начали!

- массовая зарядка.

Ведущий:

Ваши аплодисменты _____ (Ф.И.О.) и всем участникам зарядки!

Совсем недавно прошли два самых грандиозных спортивных события – Зимние Олимпийские и Паралимпийские игры, где представители Тюменской области, как всегда, напомнили о себе своими спортивными достижениями! На Паралимпиаде в Сочи, где российские

спортсмены завоевали 80 медалей. В том числе 30 золотых, 28 серебряных и 22 бронзовых. Тюменскую область представляли 4 спортсмена: Николай Полухин, Юлия Будалеева, Станислав Чохлаев и Елена Ремизова! Мы надеемся, что следующие олимпийские игры порадуют нас не меньше, тем более, что у нас есть время для того чтобы подготовиться к ним.

А мы приглашаем на эту сцену _____ (Ф.И.О., должность, звание, квалификация, спортивный разряд, краткая характеристика спортивных достижений).

Здравствуйте, _____! Хочется еще раз поблагодарить Вас за то, что вы активно занимаетесь спортом и готовы нести идеи здорового образа жизни в массы! Это значимо для сегодняшнего общества! Несколько вопросов _____:

- С какого возраста занимаетесь спортом?
- Какие ближайшие планы спортивные?
- Что Вы могли бы пожелать подрастающему поколению?

_____, хотим попросить Вас разыграть приз для наших участников от нашего генерального партнёра: _____.

Получить этот приз сможет участник, который правильно назовёт количество медалей, завоёванных паралимпийцами Тюменской области на Паралимпийских зимних играх 2014 года в Сочи! (Правильный ответ – 15: 6-золотых, 7-серебряных и 2 бронзовых!)

- награждение победителя. Фотография на память.

Спасибо, _____! И, конечно же, мы не сможем отпустить вас с этой сцены без «Зарядки от профессионала». Всем желаем доброго здоровья, отличного настроения и настоящей бодрящей зарядки! Не отставайте!

- массовая зарядка.

Ведущий:

Браво, _____! Друзья, занимайтесь зарядкой каждый день и чувствуйте себя великолепно!

А наше мероприятие продолжается. Эстафету принимает творческий коллектив _____. Встречайте!

- выступление творческого коллектива.

Ведущий:

Ваши аплодисменты _____! Напомню, что наш генеральный партнер – _____, информационные партнеры мероприятия - _____.

Хочется отметить, что за всю 70-ти летнюю историю нашего региона спортсмены Тюменской области становились Олимпийскими чемпионами 19 раз, призерами Олимпийских игр 32 раза!

И переходим к розыгрышу супер-приза от нашего генерального партнера – _____.

Итак, вопрос: в каком году впервые спортсмен из Тюменской области стал олимпийским чемпионом? (Ответ: Олимпийская «биография» тюменского спорта ведет свой отчет с 1956 года. Именно тогда, в австралийском Мельбурне, дебютировал на олимпийском гимнастическом помосте уроженец города Ишима Борис Анфиянович Шахлин, став чемпионом в командных соревнованиях.)

Для вручения приза главного приза приглашаем на сцену «Областной зарядки» _____ (Ф.И.О., должность, звание, квалификация, спортивный разряд, краткая характеристика спортивных достижений).

- *приветственное слово.*

- *награждение победителя.*

Ведущий:

_____, не покидайте сцену! Сегодня наши гости подают пример и принимают участие в нашей зарядке! А помогут нам в проведении зарядки _____ (*фитнес-инструкторы, тренеры, воспитанники спортивной секции*).

- *массовая зарядка.*

Ведущий:

Браво всем участникам! Зарядились на 100%! Еще раз аплодисменты нашим тренерам! Делай, как мы! Делай вместе с нами! Делай лучше нас! – девиз сегодняшнего мероприятия.

Второй этап

Ведущий:

Будем вести здоровый образ жизни, заниматься спортом, чтобы стать сильным, независимым и успешным!

Сегодня в Тюменской области для этого созданы все условия! Для любого возраста, любых интересов, вкусов и потребностей можно найти интересное и полезное занятие по душе! Самые активные представители различных спортивных направлений, не смотря на подготовку к соревнованиям, тренировки и другие трудности спортивной жизни, пришли сегодня к нам, для того чтобы принять участие в СПОРТИВНОМ ПАРАДЕ!

- *спортивный парад.* (Представители спортивных направлений с атрибутикой и флагами под музыкальное сопровождение проходят колонной мимо участников мероприятия. В центре площади они останавливаются и выполняют несколько синхронных движений,

характеризующих данное спортивное направление. Ведущий со сцены объявляет участников парада и зачитывает краткую информационную справку по данному виду спорта).

Ведущий:

Браво нашим спортсменам! Ваши аплодисменты! Мы благодарим ребят за участие! Желаем им удачных выступлений, высоких спортивных достижений и новых побед!

И, конечно, благодарим за поддержку наших партнеров:

Четвертый этап

Ведущий:

На этом наше мероприятие не заканчивается. Мы приглашаем любителей спорта и хорошего настроения, а также всех участников сегодняшней акции посетить наш «здоровый Арбат» с интерактивными площадками, на которых можно будет познакомиться с различными видами спорта, узнать как, где и когда можно приобщиться к активному и здоровому образу жизни без лени, скуки, болезней и вредных привычек!

Всех желающих приглашаем попробовать свои силы на площадках, где пройдут спортивные состязания, стать участниками мастер-классов, прослушать информацию об утверждении идей здорового образа жизни. Сегодня на Здоровом Арбате представили свои площадки следующие организации: _____.

(наименование учреждений).

Самых активных ждут призы и подарки от наших партнеров!

Ведущий:

Желаем всем приятно и с пользой провести время. Зарядка от нас – здоровье для вас! Будьте здоровы!

Примерный сценарий проведения массового профилактического мероприятия в рамках областного профилактического месячника «Поколение независимых», приуроченного к Международному дню борьбы с пьянством, Международному дню без табака*

Дата, время проведения: 31 мая.

Место проведения: места массового скопления населения.

Цели и задачи мероприятия:

- привлечение внимания общественности к проблеме употребления алкоголя и табака;
- пропаганда здорового образа жизни.

Участники мероприятия: активисты волонтерского профилактического движения, представители общественных организаций, подростки и молодежь, жители.

Подготовительный этап:

1. Информирование и приглашение к участию активистов волонтерского профилактического движения, представителей общественных организаций, подростков и молодежи, жителей
2. Подготовка реквизита: подготовка костюмов для ростовых кукол, изображающих сигарету и пивную банку/бутылку с надписью «Курение-яд!», «Алкоголь – смерть!».
3. Организация репетиционных мероприятий с участниками флешмоба.

Ход мероприятия

Мероприятие проводится в три этапа:

- танцевально-театрализованный флешмоб;
- выступление ведущего, онлайн-тестирование, фотографирование с надписями профилактического характера («Курить уже не модно!», «Мне нравятся некурящие мужчины!», «Мне нравятся некурящие женщины!», «Курение убивает, а я хочу жить!»);
- распространение наглядной печатной продукции профилактического характера (в течение всего мероприятия). *Макеты листовок представлены на официальном сайте ГАУ ТО «Областного центра профилактики и реабилитации» в разделе «В помощь специалисту».*

* Видеоролик с профилактического мероприятия в г. Тюмени представлен на официальном сайте ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» в разделе «Видеоматериалы»: <http://ocpr72.ru/video.html>.

На площадке устанавливается баннер с названием мероприятия, логотипами организаторов и партнеров, а также звуковое оборудование.

На протяжении всего мероприятия параллельно работе ведущего, проводится онлайн-тестирование и фотоконкурс «Селфи».

Рекомендации по организации и проведению онлайн-тестирования

Необходимое оборудование: стол, два кресла, ноутбук, доступ к сети Интернет.

Онлайн-тестирование является тематическим и направлено на мотивирование лиц, страдающих никотиновой зависимостью, отказаться от табакокурения.

Тестирование проводится в онлайн-режиме с использованием теста «Никотиновая зависимость», представленного на сайте www.takzdorovo.ru Министерство здравоохранения Российской Федерации.

Ответственный за проведение процедуры тестирования открывает на своем ноутбуке страницу с тестовыми вопросами, пройдя по одной из ссылок <http://www.takzdorovo.ru/tests/3113/intro/>, http://vk.com/app2969713_-33148559.

Желающие пройти тестирование проходят к ответственному. Ответственный зачитывает им вопросы из опросника, представленного на экране, а также вносит полученные от тестируемого ответы в соответствующие графы. После того как тестируемый ответил на все вопросы, программа автоматически обрабатывает опросник и выводит на экран результаты тестирования.

Результат тестирования распечатывается и выдается тестируемому.

Рекомендации по организации и проведению фотоконкурса «Селфи».

Необходимое оборудование: стойка с названием мероприятия и логотипами организаторов, стол на котором размещены профилактические «баблы» (бабл – макет в виде облака, с текстом профилактического характера), а также табличка с указанием ссылки для размещения «селфи» в социальной сети и последующего голосования.

Примерный текст для «баблов»: «Курить уже не модно!», «Мне нравятся не курящие девушки/мужчины!», «Курение убивает, а я хочу жить!» и др.

В социальной сети создается аккаунт с названием фотоконкурса (сообщество группа и др), а также размещаются правила проведения конкурса.

Задача участника фотоконкурса «Селфи» (Селфи – это фотография самого себя, сделанная, как правило, на мобильное устройство и выложенная в социальные сети) сфотографироваться на фоне стойки с названием мероприятия и выбранными баблами, после чего разместить свои фото в социальной сети, согласно указанной ссылке.

Победители конкурса определяются путем оценивания фотографий пользователями социальной сети и выставления им оценок, лайков.

Первый этап

Танцевально - театрализованный флешмоб рассчитан на 20-30 участников, с предварительной постановкой и репетицией танца. Участники танца символизируют здоровую активную молодежь. В завершении танцевальной композиции в круг к танцорам вбегают ростовые куклы (персонажи в образе сигареты и пивной банки), мешая танцорам выполнять танцевальные движения, тем самым демонстрируя, что проблема употребления табака и алкоголя может «проникнуть» и в среду активной и здоровой молодежи.

Танцоры одновременно падают на пол и остаются недвижимыми некоторое время, имитируя смерть. Затем по очереди начинают вставать и направляться в сторону ростовых кукол, вытесняя их из круга.

Танец продолжается. После танца все расходятся.

Второй этап (Сразу после флешмоба - выход ведущего).

Ведущий:

Добрый день. Мы рады приветствовать Вас на завершающем мероприятии областной профилактической акции «Здоровое поколение», которая прошла в рамках проекта "Областной профилактический марафон "Тюменская область - территория здорового образа жизни!».

В течение месяца во всех образовательных учреждениях области проводились профилактические мероприятия, приуроченные к Международному дню борьбы с пьянством (17 мая) и Всемирному дню отказа от курения (31 мая).

Танцевальный номер, который представили волонтеры профилактического движения в начале мероприятия, продемонстрировал, как легко входят в жизнь сигареты и алкоголь. И только сам человек может решить: жить в оковах зависимости от вредных привычек или быть независимым и свободным от алкоголя, табака, наркотиков!

Сегодня на нашем мероприятии Вы сможете:

1. Совершенно бесплатно, пройти онлайн-тест «Никотиновая независимость», который позволит курящим людям оценить свой уровень зависимости, а некурящим узнать, сколько личного времени и денежных средств позволил сэкономить отказ от табакокурения.

2. Принять участие в установлении рекорда на самый большой объем легких.

3. Продемонстрировать своё отношение к употреблению табачной продукции, сфотографировавшись в нашей импровизированной фотостудии и разместить свою фотографию в социальных сетях.

Кроме того, наши волонтеры распространят среди участников мероприятия информационные листовки о вреде табакокурения.

Подробную информацию о профилактике различных асоциальных явлений вы сможете найти в нашей группе в социальных сетях.

В течение 10-15 минут - звучит музыка, идёт тестирование и фотосъемка.

Ведущий:

А я вновь приветствую Вас на акции «Здоровое поколение», приуроченной к Международному дню борьбы с пьянством и Всемирному дню отказа от курения.

Напомню, что организатором акции «Здоровое поколение» является _____.

И мы приглашаем всех желающих присоединиться к проведению акции «Поколение независимых» и прямо сейчас:

1. Совершенно бесплатно, пройти онлайн-тест «Никотиновая независимость», который позволит курящим людям оценить свой уровень зависимости, а некурящим узнать, сколько личного времени и денежных средств позволил сэкономить отказ от табакокурения. Процедура тестирования займет у вас менее минуты. Тест можно пройти за специальным столом.

2. Продемонстрировать своё отношение к употреблению алкогольной и табачной продукции в импровизированной фото-студии, сфотографировавшись с нашим реквизитом и разместить эту фотографию в социальных сетях.

3. Принять участие в конкурсе на установление рекорда по самому большому объему лёгких. Победитель получит памятный сувенир от организаторов!

А знаете ли вы, что представляют собой табачные изделия? Компании-производители сигарет в основном не раскрывают химические вещества, входящие в состав сигарет и на пачке нет описания, того, что вдыхает в курильщик.

Химический состав сигареты:

- никотин - психотропный компонент, вызывающий сильное привыкание;

- смола - это твердые частицы из сигаретного дыма, которые оседают в легких, вызывая проблемы с дыхательной системой;

- свинец, кадмий и никель – металлы, вызывающие заболевания дыхательных путей. Также кадмий является канцерогеном, а свинец ядовитым веществом;

- бензол - применяемый в качестве растворителя в химической промышленности.

- стирол - ядовитое вещество, относится к 3-му классу опасности и при длительном вдыхании паров, приводит к катарам дыхательных путей, изменением состава крови и раздражением слизистых оболочек;

Кроме того, в табачной продукции содержится формальдегид, аммиак, угарный газ, мышьяк, ацетон.

Вообще в сигарете содержится около 4000 химических веществ. Из них 43 являются канцерогенами, а 400 токсичными.

По последним данным Всемирной организации здравоохранения за год в мире в результате последствий употребления алкоголя умирает примерно 3 млн. 300 тыс. человек.

Вопрос для участников мероприятия: Какую опасность таит в себе табакокурение?

Ответ: Табакокурение является одним из основных факторов риска развития целого ряда хронических болезней, включая рак, болезни легких и сердечно-сосудистые заболевания.

Конкурс на установление рекорда:

Ведущий:

Внимание! Сейчас мы будем устанавливать рекорд на самый большой объем легких! Для участия в конкурсе я приглашаю двоих желающих, и, конечно же, это должны быть некурящие люди. Ваша задача: надуть шарик за один полный выдох, победит тот, чей шарик будет самым внушительным по размерам, т.е. объем легких – самым большим! *(На шарике записывается имя участника, конкурс проводится в течение 15 минут).*

В течение 15 минут звучит музыка, идёт конкурс, тестирование и фотосъемка.

Ведущий:

Итак, подведем итоги конкурса на самый большой объем легких, победителем конкурса является обладатель самого большого шарика _____.

В течение 10-15 минут звучит музыка, идёт тестирование и фотосъемка.

Ведущий:

Для тех, кто недавно присоединился к нашей акции, мы сообщаем, что _____ проводит профилактическую акцию «Здоровое поколение», приуроченную к Международному дню борьбы с пьянством и Всемирному дню отказа от курения.

А вот еще факты, которые будут интересны.

Ученые всего мира, изучающие влияние алкоголя на мозг человека, вынуждены отметить, что даже один прием крепких спиртных напитков вызывает нарушение работы мозга. Под действием алкоголя в нервных клетках происходят процессы их разрушения, восстановление нервных клеток, как известно, не наступает вовсе.

Регулярное употребление алкоголя разрушает запасы витаминов С и Е, которые помогают сохранить коллаген – белок, ответственный за эластичность кожи. Как выглядят изменения? Овал лица теряет четкость, а на некоторых участках кожа обвисает. Кроме того, алкоголь снижает способность кожи к регенерации, и восстановительный период после любого повреждения растягивается надолго.

Многие считают, что пиво не настолько опасно как крепкий алкоголь, но это мнение ошибочное! Увлекаясь пивом, можно «посадить» сердце. Для любителей пивной пенки будет полезным узнать, что в ней в качестве стабилизатора содержится кобальт. «Пивное» сердце вынуждено работать в условиях превышения допустимой концентрации этого элемента в 10 раз! В результате уплотняются стенки камер «мотора», запускается процесс омертвления тканей сердечной мышцы, сердце увеличивается в объемах. В качестве «бонуса» пивоманы получают еще и различные воспаления в других органах: желудке, пищеводе и не только.

В списке причин несчастных случаев разной степени тяжести алкогольное опьянение всегда занимает лидирующие позиции. Что бы ни говорили любители выпить, этиловый спирт действует на организм угнетающе.

Какие изменения наблюдаются в организме человека при алкогольном опьянении? *(Вопрос к участникам мероприятия).*

Ответы:

- спиртное замедляет скорость реакции;
- нарушает чувство равновесия и координацию движений;
- ухудшает зрение и слух;
- повышает сонливость;
- нарушает способность здраво рассуждать и адекватно оценивать ситуацию вокруг.

Ведущий:

Организаторы акции призывают всех вести исключительно здоровый образ жизни и приглашают всех желающих в рамках акции прямо сейчас:

1) Совершенно бесплатно, пройти онлайн-тест «Никотиновая независимость», который позволит курящим людям оценить свой уровень зависимости, а некурящим узнать, сколько личного времени и денежных средств позволил сэкономить отказ от табакокурения. Процедура тестирования займет у вас менее минуты. Тест можно пройти за специальным столом.

2. Обозначить свою позицию, продемонстрировав отношение к употреблению и табачной продукции в импровизированной фото-студии, сфотографировавшись с нашим реквизитом и разместив эту фотографию в социальных сетях.

Интеллектуальный конкурс:

Ведущий:

И вновь конкурс, на этот раз интеллектуальный: нужно составить как можно больше слов из букв, входящих в состав слова «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ». Победитель также получит сувенир от наших партнеров. Итак, всё необходимое для участия в конкурсе можно получить у моих ассистентов. *(Участникам выдаются ручки и бумага)*

В течение 15 минут звучит музыка, идёт тестирование и фотосъемка.

Ведущий:

В завершение мероприятия хочется пожелать всем крепкого здоровья! Отказываясь от вредных привычек, вы делаете выбор в пользу здоровья, счастья и долголетия! Каждый человек уникален и достоин счастливого будущего. И первый шаг к счастливому будущему – это активный и здоровый образ жизни без вредных привычек! Пусть наше поколение и поколение будущего будет независимым от алкоголя, табака, наркотиков. Будьте здоровы!

Методические материалы к Приложению №12
«Наш выбор – здоровье!»

Примерный сценарий профилактического мероприятия
«Наш выбор - здоровье!»*

Дата и время проведения: 26 июня

Место проведения: места массового скопления народа: площади, торговые центры.

Участники флешмоба: активисты волонтерского профилактического движения, подростки и молодежь (14-30 лет), посетители и прохожие.

Цели и задачи мероприятия:

- привлечение внимания общественности к необходимости ведения активного и здорового образа жизни;
- формирование у населения негативного отношения к употреблению различных видов психоактивных веществ;
- повышение информационной грамотности населения по вопросам профилактики употребления наркотиков;
- пропаганда здорового образа жизни;
- вовлечение молодежи в активную социально-значимую деятельность, развитие творческой активности у молодежи.

Подготовительный этап: подборка музыкального сопровождения, подготовка и рассылка пресс-релиза о проведении мероприятия в СМИ. Информирование и приглашение к участию активистов волонтерского профилактического движения, подростков и молодежь (14-30 лет), общественность. Подготовка реквизита: краска, одноразовые резиновые перчатки, баннер. Организация репетиционных мероприятий с участниками флешмоба.

Ход мероприятия:

Мероприятие проводится в три этапа:

- танцевальный флешмоб с участием волонтеров;
- выступление ведущего, изготовление коллективного профилактического арт-объекта. Арт-объект представляет собой коллективный рисунок на любой поверхности (баннер, стенд, фрагмент фасада и др.) с надписью «Наш Выбор – здоровье!», где каждый символ надписи - отдельная наклейка, которая удаляется после завершения работы по изготовлению баннера, образуя белые буквы на разноцветном фоне), либо отдельно

* Видеоролик с профилактического мероприятия в г. Тюмени представлен на официальном сайте ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» в разделе «Видеоматериалы»: <http://ocpr72.ru/video.html>.

размещается уже готовая надпись.

-распространение профилактических листовок (в течение всего мероприятия). Макеты листовок представлены на официальном сайте ГАУ ТО «Областного центра профилактики и реабилитации» в разделе «В помощь специалисту».

Первый этап:

Мероприятие открывается танцевальным номером (участники флешмоба одеты в яркую одежду)

Второй этап: (Сразу после флешмоба - выход ведущего).

Ведущий:

Добрый день. Мы рады Вас на профилактическом мероприятии «Наш выбор – здоровье!», приуроченном к Международному дню борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков. Мероприятие является завершающим в реализации областного профилактического проекта «Тюменская область – территория здорового образа жизни!».

Учредителем мероприятия «Наш выбор - здоровье!» является _____, а организатором - _____.

26 июня весь мир отмечает Международный день борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков. Наркотики ворвались в жизнь современного общества, унося за собой жизни молодых людей, разрушая семьи. Масштабы развернувшейся эпидемии впечатляют: по итогам мониторинга Департамента здравоохранения Тюменской области за 2013 год, в области зарегистрировано более 3 тысяч больных наркоманией.

В Тюменской области осуществляются действенные меры, направленные на профилактику распространения наркомании. Целая армия добровольцев – волонтеров профилактического движения ведут активную профилактическую работу: организуют и проводят мероприятия по пропаганде здорового образа жизни, распространяют листовки профилактического характера, закрашивают надписи, пропагандирующие распространение наркотиков на фасадах зданий и сооружений.

Сегодня в Международный день борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков волонтеры профилактического движения призывают жителей и гостей города присоединиться к профилактическому мероприятию и проявить свою гражданскую позицию, внести свой вклад в формирование здорового общества и создать совместными усилиями профилактический арт-объект «Наш выбор – здоровье!». Давайте же сделаем нашу жизнь яркой и красочной!

А мы предлагаем Вам запечатлеть отпечаток своей ладони на нашем арт-объекте в знак поддержки идей здорового образа жизни. Наша задача – раскрасить арт-объект цветными отпечатками ладоней, тем самым высказаться против употребления наркотиков. Красочный отпечаток ладони на арт-объект - это ваш голос за здоровый образ жизни!

Итак, приглашаем всех желающих подойти к стене (баннеру) и принять участие в изготовлении профилактического арт-объект «Наш

выбор – здоровье!» *(звучит музыка о здоровье, волонтеры приглашают прохожих граждан присоединиться к акции (обмакнуть ладонь в резиновой перчатке в краску и сделать отпечаток ладони на арт-объект), распространяют профилактические листовки).*

Ведущий поочередно подходит к прохожим и участникам мероприятия, задает вопросы:

- А вы знаете, какую календарную дату сегодня отмечает весь мир?
- Что для Вас означает сочетание слов «здоровый образ жизни»?
- Что для Вас означает сочетание слов «профилактика наркомании»?
- Знаете ли Вы какой деятельностью занимаются волонтеры профилактического движения?

Ведущий:

А я вновь приветствую Вас на профилактическом мероприятии «Наш выбор – здоровье!», приуроченном к Международному дню борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков. Кроме того, данное мероприятие является завершающим в реализации проекта «Областной профилактический марафон «Тюменская область – территория здорового образа жизни!»

Наркомания, пожалуй, одно из самых страшных явлений нашей современности. С каждым днем все больше людей, в том числе подростков попадает в наркотическую зависимость. Плата за подобные эксперименты над собственной жизнью безгранично велика, а результаты необратимы.

Напомню, что Учредителем мероприятия «Наш выбор-здоровье!» является _____, а организатором - _____.

Мы приглашаем всех желающих присоединиться к нам к изготовлению тематического баннера «Наш выбор – здоровье!». Присоединяйтесь! Сделайте свой выбор в пользу здоровья, прекрасного и светлого будущего!

Наша задача – раскрасить арт-объект цветными отпечатками ладоней, тем самым высказаться против употребления наркотиков. Красочный отпечаток ладони - это ваш голос за здоровый образ жизни!

Итак, приглашаем всех желающих подойти к стене (баннеру) и принять участие в изготовлении профилактического арт-объекта «Наш выбор – здоровье!» *(волонтеры приглашают прохожих граждан присоединиться к акции (обмакнуть ладонь в резиновой перчатке в краску и сделать отпечаток ладони на баннере), распространяют профилактические листовки).*

Ведущий поочередно подходит к прохожим и участникам мероприятия, задает вопросы:

- А вы знаете, какую календарную дату сегодня отмечает весь мир?
- Что бы Вы пожелали сегодняшней молодежи?
- Можете ли Вы назвать мероприятия, которые проводятся в Тюменской области, направленные на пропаганду здорового образа жизни, профилактику наркомании?

Ведущий:

Подходит к завершению профилактическое мероприятие «Наш выбор – здоровье!», приуроченное к Международному дню борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков. Кроме того, данное мероприятие завершает реализацию проекта «Областной профилактический марафон «Тюменская область – территория здорового образа жизни!».

Сейчас мы увидим наше коллективное творчество. Вот такой красочный арт-объект у нас получился!

Мы благодарим всех, кто присоединился к нам, выразил свою гражданскую позицию. Посмотрите, сколько неравнодушных людей оставили свои голоса в виде цветного отпечатка ладони за здоровое будущее, где нет места наркотикам!

Каждый человек уникален и достоин счастливого будущего. И первый шаг к счастливому будущему – это активный и здоровый образ жизни без вредных привычек! Пусть наше общество будет независимым от наркотиков, алкоголя и табака. Будьте здоровы!
