

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Арлюкская средняя общеобразовательная школа»

Классный час

Тема: «Сок – шоу»

Сатирическая акция

(Пропаганда здорового образа жизни)

7 класс

Составила: Иванова Галина Васильевна,  
классный руководитель 7 класса

2013 год

## Цели:

- Привитие интереса к здоровому образу жизни;
- Воспитание способности правильного выбора между здоровой пищей, культурным отдыхом и вредными привычками.

## Оборудование:

Плакаты *«Куриль – здоровью вредить»*

*«Сам не кури и другим не давай!»*

*«Алкоголь – враг здоровья!»*

## Реквизит:

- Сок в пакетах (литровые и маленькие с соломинками);
- Бутылка с этикеткой «Водка»;
- Стаканы;
- Тарелки;
- Соломинки;
- Четыре апельсина;
- Два лимона;
- Клубника;
- Сахар-песок в вазочке;
- Лёд;
- Ножи.

**Ведущие:** 4 человека (трое с логотипами сока *«Добрый»*, *«Я»*, *«Моя семья»*, один – в костюме с бабочкой)

## Ход классного часа

1-й ведущий: Шоу начинается – сок «Добрый» наливается!

2-й ведущий: Веселиться буду я – льём в стакан «Моя семья»!

3-й ведущий: Сок «Я» - любовь моя!

1-й ведущий: Кто водку невкусную пьёт – тот хилым и глупым растёт!

2-й ведущий: А кто попивает сок – будет строен и высок!

3-й ведущий: Кто в углу сигаретой дымит – свою жизнь пополам сократит!

1-й ведущий: А кто будет соки попивать – тому счастье, здоровье видать!

2-й ведущий: Кто вино в подъездах пьёт – тот скучно, поверьте, живёт!

3-й ведущий: А сок – продукт идеальный: будешь красивый и сексуальный!

4-й ведущий: Здравствуйте, здравствуйте, парни молодые и девицы красные! Замечательно выглядите, хочу вам сказать. А всё почему? Потому что не курите, невкусные напитки не употребляете, а соки попиваете!

1-й ведущий: Соки морковные – витамина и каротина полные!

2-й ведущий: Соки яблочные и виноградные – и растёте крепкие и ладные!

3-й ведущий: Соки сливовые и клубничные – и здоровье у вас отличное!

4-й ведущий: Посмотрите на меня! Берусь с уверенностью доказать, что меня любят все девушки. Девушки в зале, минуту внимания. Скажите, вы любите красивых, умных, щедрых, стройных, сильных парней? Да? Вот видите, меня все любят. А всё потому, что я не курю, не пью вино в подворотнях, а если что-то пью, то исключительно сок!

1-й ведущий:носишь джинсу, слушаешь «попсу» - ты наш человек!

2-й ведущий:носишь «кожу», слушаешь «тяжёлый рок» - ты наш человек с головы до ног!

3-й ведущий:носишь смокинг, носишь галстук – да ты наш, парнишка, здравствуй!

4-й ведущий:Потому что в наших рядах все стили равны, лишь бы не было войны!

А нам не за что друг с другом воевать, если не будем спиртное выпивать.

Мы, прогрессивная молодёжь, пьём соки, и мы, поверьте, не одиноки!

Во всём мире поддерживают нас, потому что соки – это просто класс!

Ладно, лирическое отступление закончено, пора переходить к делу. А дело у нас такое – принять образ жизни, именуемый здоровым, себе за образец! Тогда ты, юноша или девушка, будешь просто молодец! Поехали!

*Один из ведущих выносит на подносе два пакета сока, перевязанных ленточками.*

2-й ведущий: Объявляется аукцион. Лот номер один – пакет самого замечательного сока «Добрый»! Но продаваться он будет не за деньги, а на обмен. Что у кого есть в карманах – доставайте, оценивайте и предлагайте!

Что вам не жаль отдать за пакет сока «Добрый»? Автобусный билет? Кто больше? Брелок от ключей? А ещё? Сами ключи от квартиры? А деньги там есть? В таком случае дело не пойдёт – нам чужие деньги не нужны.

Что ещё? А кто предложит на обмен пачку сигарет?

*(Если среди зрителей такой ученик найдётся. Можно заранее договориться с кем-нибудь)*

Я с чистым сердцем поздравляю молодого человека, который выбрал пять минут здорового образа жизни. И лот номер – предлагаю сок «Моя семья»! Кто отдаст за пакет сока ключи от машины? Нет желающих?

Цена немного снижается. Кто не жадный и поменяет свою зажигалку или коробку спичек на пакет вкусного, полезного сока.

*(Если желающих найдётся. Можно договориться с кем-нибудь.)*

Вы сделали правильный выбор!

1-й ведущий: Сок натуральный – продукт идеальный!

2-й ведущий: Пей натуральный сок – и будет звонким голосок!

3-й ведущий: Если заправиться нечем – смелей открой сок, и в порядке будет печень!

1-й ведущий: Мы вам здоровья желаем – сока выпивать предлагаем!

2-й ведущий: Выпей сок, напиток фруктовый, и будешь как новый!

3-й ведущий: Пей сок холодный – и будешь современный и модный!

4-й ведущий: И снова я с вами – самый красивый, обаятельный и привлекательный! Хочу спросить у зала – помнит ли кто, какого цвета сок из

зелёных яблок? (Жёлтый) А берёзовый? (Прозрачный) Томатный? (Красный) И последний вопрос – какого цвета сок из красного винограда? (Розовый). Знатоков цветов сока прошу на сцену. Сейчас мы проведём ещё один конкурс – конкурс гурманов, а проще – проверим ваше обоняние. В одном из стаканчиков с соками есть посторонние примеси.

Пробовать не надо такую гадость, попытайтесь определить на запах.

*(Игроки, 4 человека, нюхают по очереди, в стаканчиках – разные соки, а в одном из соков добавлено чуть-чуть водки. Победителя, то есть определившего, где находится водка, награждают пакетом сока.)*

Как вы думаете, что там такое добавлено, чем мы испортили этот замечательный напиток? Конечно же, странным продуктом по имени водка. Правда, гадость? Кто из вас думает иначе и называет эту гадость «отвёрткой»? Выходите к нам. Мы хотим доверить вам почётную миссию. Вам доверено собственноручно вылить эту жидкость, именуемую водкой.

*(Ученик имитирует выливание водки – из бутылки с этикеткой «Водка» выливается вода в заранее приготовленную ёмкость.)*

Примите в качестве оплаты за ваш труд пакет замечательного сока «Моя семья»! Сок «Моя семья» пью и я, и вся моя семья!

1-й ведущий: Для хорошего роста соки пьют мои братья и сёстры!

2-й ведущий: Чтобы умным прослыть, нужно соки натуральные пить!

3-й ведущий: Соки пить – себя любить!

1-й ведущий: Пей натуральный сок – расцветёшь, как колосок! Если хочешь здоровым быть – начинай сок натуральный пить!

2-й ведущий: Назовёшься ты «крутой», если сока выпьешь стакан большой!

3-й ведущий: Доставай с утра заначку – из холодильника сока пачку!

4-й ведущий: я соки бы выпил лишь только за то, что любит их очень ведущий! А кто у нас ведущий? Конечно, я! Что я веду? Напоминаю: пропаганду здорового образа жизни! Мы, молодые, должны показывать пример. Пьющий сок – собой хорош, строен и высок!

А ещё у меня море фантазии. И я умею показывать фокусы. Вот сейчас я наколдую и у молодого человека вон того в кармане появится пачка

долларов. Молодой человек, проверьте карманы (*ученик проверяет карманы, но, конечно же, долларов не находит*).

Что, нет? Не может быть, я сам лично их туда вложил. Подойдите, пожалуйста, ко мне, я сам проверю. Это, конечно, была шутка. А вы награждаетесь пакетом замечательного сока «Добрый»!

1-й ведущий: Пей сок фруктовый – будешь как новый!

2-й ведущий: Пей сок овощной – вовсе будешь парень свой!

3-й ведущий: Для блондинок и брюнеток лучше сока напитка нету!

1-й ведущий: Я соки натуральные люблю – и днём, и вечером их пью!

2-й ведущий: Соки пью и днём, и вечером, если занят и если делать нечего!

3-й ведущий: Соки любят натуральные очень и профессор, и дворник, и рабочий!

4-й ведущий: Кто даст ответ на загадку? А загадка такая:

Я бы съел его один – этот вкусный... (*Апельсин*).

А такую? Я бы съел его за раз – тот огромный... (*Ананас*).

А ещё – не слабо? В тёплой солнечной долине на кустах растёт... (*Малина*)

Всё-то вы знаете! Подойдите ко мне те, кто отгадал мои загадки! А знаете ли, как из этих апельсинов приготовить стакан замечательного сока? Кто сказал – соковыжималкой? Тоже выходите, присоединяйтесь к нам!

Итак, четыре человека приготовили свои «соковыжималки», то есть правую и левую руки, засучили рукава, взяли себе по тарелке – и вперёд! Кто за время, пока звучит музыка, выжмет больше сока из апельсинов?

(*Проходит конкурс, для которого апельсины нарезаются на две части, из них нужно выжать в тарелки сок.*)

2-й ведущий: А теперь – второй этап конкурса. Помощники, внесите реквизит!

(*Вносят стаканы, соломинки для коктейлей, ножи, лимоны, клубнику, лёд, сахар-песок в сахарнице.*)

Вам предстоит поработать дизайнерами-барменами. Проводим конкурс на самое красивое оформление своего стакана свежавыжатого сока!

*(Время для оформления должно быть ограничено: не более минуты.)*

Пить этот сок мы не рискнём: в пакетах сок стерилизован, вы защищены от всякого рода микробов, а в этом соке они в изобилии. Но зато как красиво!

1-й ведущий: Пейте сок «Добрый» - напиток бесподобный!

2-й ведущий: Будем сок пить и девчонок любить!

3-й ведущий: За пакет сока держись – и будет здоровой твоя жизнь!

Мини-итоги. Можно провести краткую беседу с учащимися:

- Что вам понравилось в акции?
- Со всеми ли высказываниями ведущих вы согласны?
- Какую пользу приносят натуральные соки подростковому организму?
- Может ли пакет сока стать альтернативой бутылке пива?
- Согласны ли вы с выражением: «В здоровом теле – здоровый дух»?



Литература:

Дик, Н. Ф. Весёлые классные часы в 7 – 9 классах/ Ростов н/Д: Феникс, 2005.