«Здоровый день и бодрый вечер» сценарий

Раннее солнечное утро, бодряя музыка

Комната Игоря. Порядок, книги и тетради лежат на столе аккуратными стопками, в углу тренажер, гантели и пр. спортивный инвентарь, на стене – гитара, карта звездного неба, на стуле – аккуратно висит школьный пиджак.

Звонит будильник. Просыпается Игорь (ученик 8-9 класса, спортивный, подтянутый, привлекательный), быстро откидывает одеяло, потягивается, открывает окно, делает пару упражнений, в дверном проеме подтягивается на турнике, бежит в душ.

Музыка меняется на более медленную, с элементами диссонанса

Комната Эдика. Беспорядок, полутьма. Шторы задернуты, в луче пробивающегося солнца кружится пыль. На полу и стульях коробки из-под пиццы с ее остатками, крошки, надкусанные пончики, пакеты от чипсов, смятые салфетки, полупустые пластиковые бутылки с остатками газировки, грязные носки (все выглядит крайне неэстетично, отталкивающе). На столе – игровой компьютер с аксессуарами для игр (симуляторы и т.д.), все в беспорядке, опутано свисающими проводами.

Звонит будильник на смартфоне Эдика – в три приема, полусонный Эдик (ровесник Игоря, но совершенно неспортивный, сутулый, бледный, с выпирающим животом) каждый раз его «сбрасывает». Наконец, он нехотя поднимается, зевает. Из его уха торчит наушник, второй вывалился. Стащив одеяло с кровати и закутавшись в него, ищет тапки, находит только один, шаркая, бредет на кухню, где ставит чайник, заваривает растворимый кофе, пьет его, сидя с закрытыми глазами, сгорбившись.

Опять бодряя оптимистичная музыка

Игорь завтракает – на столе перед ним в небольшой плошке дымится овсянка с живописными ягодами (он с удовольствием нюхает ее, блаженно закрывая глаза), лежит записка: «Игорь, обязательно позавтракай! Хорошего дня! Мама». Он делает себе чай с лимоном, намазывает небольшой кусочек цельнозернового темного хлеба тонким слоем масла, кладет сверху сыр, с аппетитом кусает. Следующий эпизод – он, уже полностью одетый в аккуратный форменный костюм, одним движением причесывается перед зеркалом, и, захватив рюкзак, выходит из дома.

Музыка снова становится унылой

Тем временем Эдик, сунув грязную чашку в раковину, начинает одеваться: натянув один носок, он «зависает». Его приводит в чувство телефонный звонок, после которого он торопливо натягивает штаны, толстовку и, лохматый и заспанный, с не до конца завязанными шнурками, неуклюже выбегает на остановку – автобус в это время как раз только отъехал, Эдик с досадой плюхается на скамейку, начинает играть в какую-то игру на смартфоне (в ушах – наушники), разворачивает конфету (липкие пальцы вытирает о штанину), фантик подхватывает ветер.

Звонок на урок. Бодряя музыка

Класс, идет урок математики. У доски Игорь, он с энтузиазмом доказывает какую-то теорему (решает уравнение), учитель удовлетворенно кивает, все деловито

строчат в тетрадах. В это время в дверь стучится **Эдик**, он, разумеется, опоздал. Заняв свое место на последнем ряду, он почти сразу начинает клевать носом (по-прежнему что-то прослушивая), от этого его отвлекает странный, довольно громкий звук – оказывается, это урчит у него в животе (музыка на этом моменте смолкает). Все это тоже слышат и удивленно оборачиваются.

Звонок на урок. Бодрый физкультурный марш

Урок физкультуры. Все ученики нарезают круги по беговой дорожке, **Эдик** незаметно сходит с дистанции, сворачивая к киоску. По дороге встречает приятелей-«хулиганов», которые тайком, прячась в кустах, курят. Он берет сигарету у одного из них, делает пару затяжек. В киоске он покупает огромную шаурму и торопливо поглощает ее за углом, пачкаясь соусом и роняя куски на футболку. Запивает газировкой из банки, после чего с шумом отрыгивает газ, банка отправляется в кусты. Вытирая рот рукавом, он вяло возвращается в строй, где нехотя, отдуваясь, пытается вместе со всеми выполнять какие-то упражнения, что у него не очень-то получается, в этом, помимо прочего, ему сильно мешает телефон (наушники по-прежнему в ушах), он то выпадает из кармана, то занимает руки.

Звонок с урока. Нейтральная музыка

Время обеда. Все учащиеся потянулись в сторону столовой, идут туда и **Эдик** с Игорем. Игорь останавливается перед раковинами, чтобы вымыть руки перед едой, **Эдик**, махнув рукой, продолжает путь.

Игорь ставит на поднос красивый овощной салат, суп с фрикадельками, гречневую кашу с отварной грудкой цыпленка и зеленью, клюквенный морс (на витрине блюда крупно подписаны, чтобы не оставалось сомнений, что это, например, именно морс), несет поднос на стол, интеллигентно приступает к трапезе. Обзорно (нарезкой-калейдоскопом) – за соседними столиками перед другими ребятами стоят разнообразные, не менее полезные и красиво сервированные блюда, которые они неспешно, аккуратно и эстетично едят). Поверх изображения блюд можно разместить выноски-титры (как в фильме «Шерлок»): «витамины А,В,С,Д...», «Железо», «Кальций», «Ценный белок», «Полезная растительная клетчатка» и т.д.

Эдик, жуя шоколадный батончик, со скучающим видом (продолжая слушать музыку и покачивая в такт головой) осматривает витрину, морщит нос, и, ничего не выбрав, таинственно исчезает куда-то. Через некоторое время появляется с каким-то пакетом, присаживается за один столик с Игорем. **Эдик** вытаскивает из пакета невероятных размеров бургер, очень неэстетично ест, параллельно просматривая что-то в телефоне и что-то слушая в наушниках, затем открывает пачку чипсов (можно также дополнить выносками: «пустые калории», «вредные транс-жиры», «много соли», «искусственные красители, ароматизаторы и усилители вкуса»). Игорь к этому времени допивает морс, он заканчивает обед. Покопавшись в рюкзаке, он достает из него два яблока, одно из них предлагает **Эдику**, он отрицательно вертит головой и достает из пакета бутылку колы (выноски: «слишком много сахара», «искусственные красители», «консерванты»), протягивает Игорю, тот отказывается. **Эдик** залпом выпивает всю бутылку (для усиления эффекта она может быть несоразмерно большой – 1-1,5л), от этого у него комично выпучиваются глаза и опять происходит шумная отрыжка.

Шум толпы, звуки настраиваемых инструментов

Актный зал школы. Все места в зрительном зале заняты. Игорь – на сцене, в составе школьной рок-группы виртуозно солирует на гитаре, все с энтузиазмом аплодируют. Но Эдик себя неважно чувствует – он вспотел, побледнел, под глазами появились темные тени, он кривится и хватается за живот. Звуки гитарного соло и аплодисментов заглушает сирена «скорой помощи», которая забирает Эдика.

Нейтральная музыка

Больничная палата.

Эдику уже лучше. Смартфон и наушники лежат на прикроватной тумбочке, Эдик читает книгу «Нормы ГТО и воркаут для чайников». Ребята (Игорь, еще один мальчик и девочка) пришли навестить Эдика в больницу. Приятель Эдика (не Игорь) заговорщически достает из рюкзака «гостинец» - пластиковый пакет. Эдик заглядывает внутрь – там кола, чипсы, шаурма, огромный шоколадный батончик, напоминающий сникерс. Эдику от их вида становится дурно, он запускает пакетом в приятеля, который в страхе скрывается за дверь. Игорь понимающе улыбается и кивает.

Бодрая музыка

Снова школьная столовая.

Эдик и Игорь (он сегодня гораздо более бодрый, румяный и ухоженный, чем раньше) снова сидят за одним столиком, на этот раз у обоих здоровое меню. Они с аппетитом едят, одобрительно кивают, показывают «большие пальцы» друг другу.

Физкультурный марш

Заключительная сцена: Эдик и Игорь на школьном стадионе одновременно подтягиваются на турнике, у обоих получается отлично – вокруг толпа болельщиков-сверстников.