

## Игра-викторина: «Профилактика вредных привычек»

**Цель:** профилактика вредных привычек.

**Задачи:**

1. Пропаганда здорового образа жизни;
2. Углубление представления детей о вредных привычках;
3. Формирование навыков здорового образа жизни

**Оборудование:** компьютер, проектор, презентация, материал для проведения экспериментов (этиловый спирт, куриное яйцо, 2 листа розовой бумаги), видеоролик: «Как наркотики влияют на организм».

**Ожидаемые результаты:**

1. Обучающиеся будут проинформированы об употреблении ПАВ, их воздействии на человека и последствиях применения;
2. Формирование представления о здоровом образе жизни;
3. Выработка активной жизненной позиции, исключающей использование наркотиков и алкоголя в качестве средства ухода от жизненных проблем.

**Ход занятия:**

1). Подготовительный этап: Ведущий делит собравшихся участников (несовершеннолетние в возрасте от 7 до 18 лет, воспитатели) на 2 команды. Объявляет название темы занятия. Ведущий просит участников придумать название команд и выбрать капитана команды. Затем предлагает обратить внимание на экран, где показана презентация.

«Сейчас вы будете отвечать на вопросы, которые появятся на экране. Отвечать будете по очереди. Каждой команде по 2 вопроса.

Слайд № 2 Вопрос команде 1: Какие бывают привычки? (Ответ команды)

Слайд №3 Вопрос команде 2: Какие полезные привычки вы знаете? (Ответы команды).

Слайд №4 Вопрос команде 1: Что такое вредные привычки (Ответы команды).

Слайд №4 Вопрос команде 2: Какие вредные привычки вы знаете (Ответы команды)

2). Основная часть.

2.1. Курение. Ведущий демонстрирует слайд № 6, раздает командам по чистому листу и дает инструкцию: Сейчас вам необходимо на этом листе бумаги написать как табакокурение влияет на организм человека. На задание отводиться не более 5-ти минут. После обсуждения команда № 2 предлагает свои варианты. Ведущий на доске ставит команде за правильный ответ по одному баллу. Другая команда дополняет ответы соперников и также получает баллы.

2.2 Эксперимент: Ведущий приглашает по одному участнику из каждой команды подойти и принять участие в эксперименте. Для эксперимента понадобится 2 розовых листа. Ведущий дает по одному листу приглашенным участникам.

Ведущий: Рассмотрите два листка розовой бумаги – это легкие. Что же произойдет с легкими у тех людей, которые будут курить? Ведущий предлагает участникам смять листки бумаги, а затем обращает внимание просмотровать слайд № 8: «У курильщика легкое становится дряблым, вялым – таким, как помятый лист. Здоровые легкие – такие, как лист немятой бумаги. Каким легким будет легче снабжать организм кислородом?»

Ведущий делает вывод: дышать табачным дымом опасно для вашего здоровья.

2.3. Алкоголь.

Ведущий: мы продолжаем наше занятие. Демонстрация слайда № 10.

Следующая вредная привычка - это употребление алкоголя, на ваших листочках, напишите, пожалуйста, вред алкоголя на организм. Также работаем не более 5-ти минут.

После написания ответов ведущий дает первое слово команде №2. Команда № 1 дополняет ответы другой команды.

После начисления баллов ведущий предлагает командам ответить на следующие вопросы, которые написаны на слайде № 12:

- Приходилось ли вам встречать, общаться с людьми, которые употребляют спиртные напитки?
- Как ведут себя такие люди?
- Какие чувства они у вас вызывают?

2.4. Эксперимент. Для эксперимента ведущий разбивает в плошку куриное яйцо и говорит, что структура наша мозга напоминает структуру белка. Затем ведущий достает этиловый спирт и говорит, что спирт входит в состав всех алкогольных напитков. Ведущий наливает спирт в яйцо и демонстрирует участникам как белок начинает вариться. Тоже самое происходит с нашим мозгом, когда мы употребляем алкоголь. То он начинает вариться, разрушаться, чем больше алкоголя, тем больше разрушений.

После проведения эксперимента ведущий делает вывод, что алкоголь опасен для здоровья.

2.5. Наркотики. Ведущий показывает слайд № 15 и предлагает в течение 5-ти минут командам написать 3 пагубных воздействия употребления наркотиков на организм. За каждый ответ ведущий начисляет балл.

Показ 16-17 слайдов

2.6 Ведущий предлагает посмотреть небольшой ролик о вреде наркотиков «Как наркотики влияют на организм». Делается вывод, что наркотики - это гибель для человечества.

2.7 Токсикомания. Ведущий демонстрирует слайды 17-19 для информирования участников еще об одной пагубной привычке токсикомании.

После просмотров слайдов, ведущий делает вывод: Токсикомания – яд для здоровья человека.

3). Викторина: Ведущий по очереди каждой команде задает вопросы викторины, за правильный ответ начисляет балл.

### Викторина

1. Каков главный яд табака?

**Никотин**

2. В Ницце юноши устроили состязание на выносливость к табаку. Молодого человека, выкурившего табака больше, чем другие ждал специальный приз. Но победитель не получил его. Почему?

**Он умер, т.к. выкурил 60 сигарет.**

3. Что такое пассивное курение?

**Это когда некурящий человек находится в помещении, где курят другие люди.**

4. Чем грозит курение молодому растущему организму?

**Ведёт к остановке роста, исхуданию и гибели клеток.**

5. Что желтеет у заядлых курильщиков ?

**Зубы**

**Выберите правильный ответ.**

1. Существуют ли сигареты, которые не приносят вреда?

1) Сигареты с фильтром.

2) Сигареты с низким содержанием никотина.

**3) Нет. +**

2. Сколько вредных веществ содержится в табачном дыме?

1) 20-30.

2) 200-300.

**3) Свыше 4000. +**

3. У кого наибольшая зависимость от табака?

**1) У тех, кто начал курить до 20 лет. +**

2) У тех, кто начал курить после 20 лет.

- 3) Табачная зависимость не связана с возрастом, в котором человек начал курить.  
4. *Какие заболевания считаются наиболее связанными с зависимостью от курения?*  
1) Аллергия  
**2) Рак легких. +**  
3) Ангина.

**«Алкоголь - яд»**

**1. Болезнь, о которой говорят: «Добровольной сумашествие» ?**

**Алкоголизм**

2. Какое заболевание желудка возникает при употреблении алкоголя?  
**Гастрит, язва и рак желудка.**  
3. Какой вред наносит своему будущему ребёнку пьющая беременная женщина?  
**Алкоголь может привести к появлению физических уродств и вызвать нарушения психики ребёнка.**  
4. Подросток может стать алкоголиком от употребления пива?  
**Да**  
5. Почему некоторые люди не могут отказаться от спиртного?  
**Алкоголь способствует привыканию, как наркотик.**  
6. Правда ли что качественный алкоголь не наносит вреда?  
**Нет, неправда. Любые алкогольные напитки оказывают отрицательное воздействие на организм.**

**Выберите правильный ответ.**

1. *На сколько лет сокращает свою жизнь человек, употребляющий алкоголь?*

- 1) На 3-6 лет.  
**2) На 10-20 лет. +**  
3) На 30-50 лет.

2. *В основном семья распадается, если родители:*

- 1) Курят.  
**2) Пьют. +**  
3) Не работают.

3. *Можно ли стать алкоголиком, употребляя только пиво?*

- 1) Да. +**  
2) Нет.

3) Это не алкогольный напиток.

4. *Что, как правило, толкает подростка к употреблению алкоголя?*

- 1) От нечего делать. Скука.  
**2) Друзья, одноклассники, от которых не хочется отставать. +**  
3) Нравится на вкус.

**«Наркотикам «нет»**

1. С какой болезнью тесно связаны наркотики?

**СПИД**

2. Почему опасно даже разовое употребление наркотика?

**Возникает психологическая зависимость.**

3. Каково поведение наркомана после принятия наркотика?

**Человек становится заторможенным и вялым.**

5. Что такое ломка?

**Если наркотик не поступает в организм в течение 10 – 12 часов, это приводит к мучительному состоянию: человек начинает ощущать сильную боль во всём теле. Тело превращается в одну сплошную рану. Сами наркоманы назвали это состояние ломкой.**

6. Как перевести слово «наркотик» с греческого?

**Слово «наркотик» произошло от греческого глагола, который означает оцепенеть.**

**Выберите правильный ответ.**

1. *Что происходит с физическими возможностями человека, который употребляет наркотики?*

- 1) Они повышаются.  
2) Они не меняются.  
**3) Они понижаются. +**

2. *Верно ли, что в большинстве стран модно употреблять наркотики?*

- 1) Никогда не было модно. +**  
2) Очень даже модно.  
3) Мода в странах прошла.

3. *Как влияет употребление наркотиков на работу сердца?*

- 1) Заставляет учащенно биться.  
**2) Замедляет его работу. +**  
3) Не влияет.

4. *Если человек начал употреблять наркотики в 15 лет, на сколько в среднем уменьшается продолжительность его жизни?*

- 1) На 5-6 лет.  
2) На 7-10 лет.  
**3) На 15 лет и более. +**

5. *Кто страдает в первую очередь от того, что подросток - наркоман и почему?*

- 1) Улица, друзья.  
**2) Семья, родители (идет на все ради денег). +**  
3) Школа.

4) Пропаганда ЗОЖ. Ведущий предлагает всем вместе прочитать Слайды с 22 по 26, темы которых: «Зачем люди начинают принимать ПАВ», «Разрешалки от вредной привычки», «9 способов сказать нет», «Девять заповедей здоровья».

5) Завершение занятия. Ведущий подводит Итог занятия и награждает команды грамотами и сладкими призами.