

Учреждение образования «Гомельский государственный профессионально-технический колледж электротехники»

Своя игра по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек

«Знатоки здоровья»

Методическая разработка открытого воспитательного мероприятия

Подготовила
педагог социальный
Щур С.Л.

Гомель, 2019

Своя игра по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек «Знатоки здоровья»

Цель мероприятия: формирование активной жизненной позиции и противостояния опасным для здоровья зависимостям.

Задачи:

Образовательные: расширить представление о здоровом образе жизни и сформировать умение систематизировать и анализировать информацию, получаемую из различных источников.

Развивающие: развивать мыслительные операции: синтез, анализ, обобщение и т.д.; развивать творческое мышление и умение грамотно излагать свои мысли.

Воспитательные: воспитывать чувство ответственности за свое здоровье и за состояние окружающей среды, как важнейшей составляющей здоровья человека.

Оборудование: интерактивная доска, таймер, вопросы и таблицы «стоимости» вопросов в PowerPoint, таблица счетной комиссии для подсчета баллов, выставка книг по ЗОЖ, плакаты о ЗОЖ.

Ход занятия

I. Организационный момент.

Педагог социальный: Добрый день, ребята!

Я рада приветствовать вас на интеллектуальной игре – «Знатоки ЗОЖ». Посвящена сегодняшняя встреча актуальнейшей проблеме современности – здоровому образу жизни. Сейчас во всем мире, и в Беларуси в том числе, остро стоит проблема сохранения здоровья. В большинстве болезней виновата не природа, не общество, а только сам человек, он сам наносит вред себе самому.

Наша с вами задача – беречь здоровье, как зеницу ока. Это должны знать все. Познавая себя, прислушиваясь к себе, мы становимся на путь творения здоровья. Сегодня, сейчас мы определяем наше здоровье в будущем. Мы сами за него отвечаем! Для совершенствования и формирования здоровья важно учиться быть здоровым! И сегодня на нашем мероприятии мы будем учиться быть здоровыми, проверим ваши знания о здоровом образе жизни. А проходить наша с вами встреча будет в форме «Своей игры».

Прежде чем я представлю возможность вам показать свои знания, давайте продолжим суждение **«Здоровье важно и ценно, потому что...»**.

Примерные высказывания детей:

- «оно является основой жизни»;
- «быть здоровым, значит быть полностью уверенным в себе»;
- «для меня важно прожить долгую и счастливую жизнь»;
- «здоровые родители - здоровые дети»;
- «здоровый организм - залог жизни»;
- «оно самое ценное, что есть у меня»;
- «от здоровья зависит будущее».

Педагог социальный: Итак, игра! Прежде чем приступить к основной части игры, мы должны познакомиться с нашими командами.

У нас две команды. Прошу капитанов представить название команды и девиз. И так, мы начинаем. Очередность ответов определим жеребьевкой.

*А поможет мне сегодня в нашей встрече Счетная комиссия.
Представление комиссии.*

II. Правила игры:

Правила аналогичны правилам одноименной телевизионной игры. В игре участвуют две команды. Игра состоит из одного раунда. Раунд состоит из 5 тем по 5 вопросов в каждой (25 вопросов) разного уровня сложности.

Вопросы располагаются слева направо, по возрастанию степени сложности: стоимость вопросов (от 10 баллов до 50). По очереди выбирают категорию и вопрос.

Выбор темы и стоимости вопроса осуществляет капитан. Ведущий зачитывает вопрос. Команда ведет обсуждение. Дается примерно 20 с. Капитан указывает на игрока, который будет отвечать (или отвечает сам). При правильном ответе игрока его команда получает очки, равные «стоимости» вопроса. При неправильном ответе команда штрафуются на соответствующее число баллов. Возможность ответить получает другая команда (за 10 очков). Побеждает та команда, у которой наибольшее число очков.

Сектор «Кот в мешке». Тема и стоимость может быть любой и не совпадать с исходной. Команда передает право ответа другой команде.

Сектор «Вопрос-аукцион». Команда назначает любую цену на вопрос, но не ниже номинальной и не выше суммы баллов, имеющейся на счету команды.

Сектор «Счастливый случай». Команда получает указанную на табло сумму баллов.

Сектор «Выбор». Команда выбирает один из трех «подарков».

III. Темы и вопросы.

Тема «Спорт и здоровый образ жизни».

10 баллов. Очень долгое время на Олимпийских играх в Древней Греции был один единственный вид легкой атлетики. Какой?

Ответ: Бег.

20 баллов. Кот в мешке. Утеря человеком свойственных ему способностей и качеств, которая сопровождается утратой суждений, дарований и чувств.

Ответ: Деградация. **Начисляется 40 баллов.**

30 баллов. Известный боксер Майк Тайсон в своем интервью сказал: «Банка пива, сигарета в руке — мир катится по наклонной. От всей души хочется, чтобы модно было иметь ребёнка, быть естественным и...продолжите фразу?»

Ответ: Вести здоровый образ жизни.

40 баллов. В русский язык это слово пришло в конце 18 века из французского языка. Так первоначально называли срочную почту, доставлявшую письма, донесение специальными посыльными, которые сменяли друг друга в пути в определенных пунктах. Назовите это слово, которое в наши дни получило иное значение?

Ответ: Эстафета.

50 баллов. П. Брегг говорит, что есть 9 докторов. Начиная с четвертого, это: естественное питание, голодание, спорт, отдых, хорошая осанка и разум. Назовите первых трех докторов, упомянутых Бреггом?

Ответ: Солнце, воздух и вода.

Тема «Вредные привычки».

10 баллов. Перечислите основные человеческие пороки.

Ответ: Курение. Алкоголизм. Наркомания.

20 баллов. Вопрос-аукцион. А. П. Чехов говорил «Целовать курящую женщину, все равно, что...». Продолжите его высказывание.

Ответ: Целовать пепельницу.

30 баллов. Какой вред наносят человеку наркотики?

Ответ: Головной мозг – разрушение психики, психоз. Печень – печеночная недостаточность.

40 баллов. Какой вред наносит алкоголь организму человека?

Ответ: Под действием алкоголя нарушаются чуть ли не все физиологические процессы в организме, а это может привести к тяжёлым заболеваниям. Перерождается ткань печени, почек, сердца, сосудов и др. Быстрее и губительнее всего алкоголь действует на клетки головного мозга.

50 баллов. Эту вредную привычку до конца 17 века принято было называть «сухим пьянством», назовите ее?

Ответ: Курение.

Тема «Слабое звено»

10 баллов. Вопрос-аукцион. Бисмарк считал, что от этого напитка человек «делается ленивым, глупым, бессильным».

Ответ: Пиво.

20 баллов. Склонность к алкоголизму зависит от наследственности. Если в семье были алкоголики, то вероятность того, что дети станут такими же, возрастает. Продолжите: муж пьет – полдома горит, жена пьет...

Ответ: Муж пьет – полдома горит, жена пьет – весь дом горит.

30 баллов. По мнению А.П. Чехова, водка, хотя и белая, но красит нос. А, что она чернит?

Ответ: Репутацию.

40 баллов. Кот в мешке. Изобретатель этого предрекал своему детищу две области применения – доставка почты и средство для похудения. Назовите современный прообраз этого предмета?

Ответ: Велосипед. **Начисляется 20 баллов.**

50 баллов. В США был открыт специальный телефонный номер, позвонив по которому можно было услышать некую запись. Ответьте, что это была за запись, узнав, что таким образом боролись с курением?

Ответ: Кашель туберкулезника.

Тема «Интересные факты»

10 баллов. Как в конце XVI века наказывали за курение?

Ответ: За курение полагалось весьма серьезное наказание – от палочных ударов и порки кнутом до отрезания носа и ушей и ссылки в Сибирь.

Торговцев табаком ждала смертная казнь.

20 баллов. В Древней Индии это считалось преступлением, и за его совершение человека поили раскаленным серебром, свинцом или медью.

Ответ: Пьянство.

30 баллов. Счастливый случай.

40 баллов. С какой целью первоначально применяли табак в Европе?

Ответ: Как средство от всех болезней. Индейцы считали табак успокаивающим веществом и использовали его как лечебное средство.

50 баллов. Кому и за что при Петре – I вешали на шею чугунную медаль?

Ответ: Пьяницам. За пьянство.

Тема «Нужно знать».

10 баллов. Когда во всем мире отмечают День без табака?

31 мая во всем мире отмечают День без табака.

20 баллов. Выбор.

Три подарка:

1. Переход хода.
2. Плюс 100 баллов.
3. Разделить количество баллов на 2.

30 баллов. Кто отменил запрет на курение на Руси?

- А) Царь Михаил Федорович
 - Б) Иван Грозный
 - В) Петр I
- Ответ: Пётр I.

40 баллов. На сколько минут укорачивает жизнь человека каждая сигарета?

Ответ: 8 минут.

50 баллов. Кот в мешке. Во многих странах Европы и США курение запрещено в общественных местах, принят документ по борьбе против табака. К какому Международному документу присоединились Республика Беларусь в 2005 году?

Ответ: Рамочная конвенция.

IV. Подведение итогов. Рефлексия.

Педагог социальный: Мы закончили нашу игру. Ребята, Вы – молодцы! Справились со всеми вопросами. Счетная комиссия подсчитает количество набранных очков, назовет команду-победителя, которая лучше разбирается в вопросах ЗОЖ.

И в конце нашей встречи, пока счетная комиссия подводит итоги игры, я бы хотела показать вам ролик, снятый антинаркотическим отрядом нашего колледжа.

Демонстрация ролика.

Посмотрев наш ролик, я бы хотела задать вопрос вам:

1. Как вы считаете, почему молодежь начинает употреблять алкоголь, наркотики?

2. Какого ваше отношение к таким людям?

3. Как вы считаете, что нужно делать, чтобы уберечь молодежь от наркотиков?

4. Какие компоненты, на ваш взгляд включает в себя понятие «здоровый образ жизни человека»? *Совершенно верно, это:*

- образ жизни;
- правильное питание;
- занятие физическими упражнениями;
- соблюдение режима дня;
- отказ от вредных привычек;
- медицинский фактор.

Сюда же можно добавить и соблюдение правил личной гигиены, закаливание, любовь к близким, позитивное восприятие жизни.

Что нового вы узнали на нашем мероприятии?

Надеюсь, Вы все будете придерживаться правил здорового образа жизни, будете сильными, здоровыми и красивыми!

Спасибо за внимание. До свидания!

Команда 1.

Команда 2.
