Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Архангельской области

«Пинежский индустриальный техникум»

**Методическая разработка мероприятия**

**КОНКУСНАЯ ИГРОВАЯ ПРОГРАММА**

**« КУРИТЬ – ЗДОРОВЬЮ ВРЕДИТЬ»**

Автор: Шангина Любовь Юрьевна

воспитатель

Пинега, 2017 год.

Данная методическая разработка может быть приурочена к Всемирному дню здоровья — 7 апреля, а также может использоваться для проведения внеклассных мероприятий.

ЦЕЛЬ: пропаганда здорового образа жизни;

ЗАДАЧИ: формирование негативного отношения к курению на основе знаний, полученных студентами при изучении школьных курсов.

Учащиеся разделены на две команды.

Представление жюри.

Ведущий: «Велика армия «дымящих». Велик соблазн, которым обладают бесчисленные сорта папирос, сигарет, сигар.

Богаты на выдумку многоопытные мастера торговой рекламы табака. На всех языках мира они призывают, уговаривают вдыхать дурманящий дымок.

И человек поначалу пробует, затем втягивается, привыкает и, наконец, становится рабом привычки.

1. КОНКУРС

Игра «Вам барыня прислала»

Наши правила игры таковы:

Слова «курю», «не курю» - не говорю.

Вопросы:

1. Вы курите?
2. Вы пробовали курить?
3. Была ли мысль когда-нибудь попробовать?
4. Вам нравятся курящие люди?
5. Вы считаете, что курение вредит вашему здоровью?
6. Курение помогает расслабиться, когда человек нервничает?
7. Согласны ли вы, что курение является одной из причин заболеваний сердца?
8. Курит ли кто из ваших близких?
9. Вы поддерживаете их в этом?
10. Верно, или нет, что табакокурение вызывает сильное привыкание?
11. Как вы думаете, подростки курят, чтобы «быть как все»?
12. Как вы думаете, некурящие люди страдают от заболеваний дыхательной системы ?

2 - КОНКУРС:

Вопрос командам:

Кто из известных ученых, проживший 57 лет, когда умирал, сказал: «Если бы я не курил, то прожил бы еще 10-15 лет».

Варианты ответов на плакате:

1. Н.П. Кончаловский
2. И.В. Курчатов
3. С.П.Боткин
4. С.П. Королев
5. К.Э. Циолковский

Ведущий: «Напоминаем. Никотин, не может быть твоим другом, и, прежде чем вдохнуть в себя «дымок от сигареты», хорошо подумай».

Вопрос командам:

Какие болезни возникают от курения?

Варианты ответов:

Рак гортани, отравление, язва желудка, депрессия, склероз сосудов, инфаркт,

инсульт, мигрень, слабость.

Вопрос командам:

Как бросить курить?

Варианты ответов:

Сила воли, жевать жвачку, сосать конфету, разговаривать с попутчиком заниматься спортом, с помощью специального лечения, психологический метод (внушение), если очень хочется, то курить одну сигарету в день, кодирование, быстрая ходьба, сигарету подержать во рту и положить на место.

Капитанам:

Капитанам предлагается вспомнить известные фразы о вреде курения:

Кто не курит и не пьет, тот здоровеньким растет!

Курить - здоровью вредить!

Любить курение - вредить сердцебиению!

Если куришь - быстро бросай и здоровье поправляй!

Поскорей бросай курить, чтобы рост не прекратить!

Как действует табак на организм

Курение – это не просто вредная привычка. Особенно опасным является приобщение к курению в детском и подростковом возрасте. Табачный дым крайне отрицательно влияет на состояние всего организма.

Табачный дым попадает в организм курильщика через органы дыхания. Компоненты, находящиеся в табачном дыму, раздражают слизистую оболочку дыхательных путей, вызывая ее воспаление. Появляется мучительный кашель. Голосовые связки воспаляются, в результате голос приобретает грубый тембр, становится хриплым, а затем сиплым.

«Трудно себе представить то благотворное изменение, которое произошло бы во всей жизни людской, если бы люди перестали одурманивать и отравлять себя водкой, вином, табаком и опиумом» (Л.Н.Толстой);

3 - КОНКУРС:

Написать на листе бумаги (-) минусы от курения. Каждой команде даются по листу бумаги, ручки.

4 - КОНКУРС:

Скажи: « Нет!»; конкурс ситуаций, надо отказаться от предложений –покурить.

Ситуация 1. 15-летнему подростку предлагают покурить- надо отказаться.

Ситуация 2. Девушки в баре. Одна выходит и зовет подругу на перекур – надо отказаться.

5 - КОНКУРС:

Спеть предложенные частушки о вреде курения.

6 - КОНКУРС:

Каждой команде предлагается сделать антирекламу курению

( выдается ½ ватмана картинки, клей, маркеры)

7 - КОНКУРС:

« Спаси жизнь»

Каждой команде предлагается упаковать яйцо так, чтобы оно не сломалось, падая со 2 го этажа.

ПОДВОДЯТСЯ ИТОГИ, ВРУЧАЮТСЯ ПРИЗЫ.