**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования**

**Дом детского творчества «Электрон»**

142181 Московская область, г.о. Подольск, мкрн. Климовск, Проспект 50-летия Октября, дом 10.
тел.: 8 (4967) 62-68-88; E-mail: ElektronDDT@yandex.ru

Сценарий квест-игры

**«Вредные привычки»**

Составили и подготовили

Педагог-организатор Жучкова Л.В.

Педагог дополнительного образования Ярыгина Г.В.

Цель:

Формирование негативного отношения учащихся к курению.
Задачи:
Познакомить учащихся с вредным влиянием никотина, алкоголя на организм человека.

вовлечь учащихся в деятельность по формированию и сохранению собственного здоровья;

подвести учащихся к выработке  нравственной позиции по отношению к вредным привычкам;

пропагандировать здоровый образ жизни; развивать внимание, речь.
Дать возможность учащимся проявить свои творческие способности.

Участники игры – учащиеся начальных классов.
**Конкурсы:**
«Дом знатоков»
«Литературный»

«Мозговая атака»

«Лестница здоровья

«Я поэт»

ХОД  ПРОГРАММЫ

Добрый день! Я очень рада, что вы пришли на встречу, чтобы обсудить очень важную проблему – проблему курения и алкоголя.

Сегодня мы проведем игру «Береги себя для Жизни!».

Вы будете выполнять задание, которое мы будем объяснять. Выиграет та команда, которая наберет наибольшее количество баллов. На выполнение задание дается 10 минут.

Давайте поделимся на команды.(вытаскивают мячи из мешка. 4 цвета)

Прежде, чем начать нашу игру, я хотела бы спросить вас: Считаете ли вы эту проблему важной и актуальной? Почему?

Ваши ответы, по-моему, утвердили наше мнение: проблема курения и алкоголя заслуживает обсуждения!!!

**Вед :** Как вы считайте, что такое привычка? *(Привычка – это особенность человека привыкать к каким-то действиям или ощущениям.)*
**Слайд № 2**

– Какие бывают привычки? *(Хорошие и плохие, вредные и полезные.)*
**Слайд №3**

– Какие полезные привычки вы знаете? *(Чистить зубы, делать зарядку, заниматься музыкой, танцами, спортом, собирать грибы и т. п.)*
**Слайд №4:**

– Какие привычки вредны для человека? *(Курение, пьянство, наркомания и т. п.)*

**Слайд 5**

Наиболее опасно влияют на здоровье человека вредные привычки
**Слайд 6**

Курение человечество знает давно.

Но последнее время проблема состоит в том, что к нему прибегают очень молодые люди, дети, которые порой ещё и не осознают, какой вред может нанести это их здоровью.

Какие два органа больше всего страдают от курения? (Лёгкие, печень)

 **Слайд 7**

Почему лёгкие? (Дым вдыхаем.)

Почему печень? (Печень – фабрика по переработке ядов.)

Какие вы наблюдаете изменения, касающиеся людей которые курят? (Грубый голос, запах изо рта, жёлтые зубы, жёлтые пальцы и ногти)

Можно ли избавиться от этой привычки? (Можно, но лучше не начинать).

**Слайд 8**

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

**Алкоголизм.**

Ребята, а какая вредная привычка разрушает семьи,

лишает человека любимой работы, оставляет детей сиротой при живых родителях? (Алкоголизм).

**Слайд 9-10**

Алкоголь, вещество, которое содержится в спиртных напитках (вино, водка, пиво).

От арабского «алкоголь» – одурманивающий.

Как и курение, алкоголизм разрушает человеческий организм.

Это тоже яд, он нарушает работу всех внутренних органов.

на мозг; на сердце; на печень;

Пьяный человек – зрелище отталкивающее.

**Слайд 11**

Но алкоголику безразлично мнение окружающих

От алкоголизма страдают не только сами пьяницы, но и близкие им люди: матери, жены, дети. Огромное количество преступлений совершается на почве пьянства, разрушается много семей.

**Слайд 12, 13,**

Вывод - что алкоголь опасен для здоровья.

**Слайд,14**

**Заповеди здоровья**

четкий режим дня.

**движенье** – это жизнь! Больше двигайся.

физическая активность.

свежий воздух.

одевайся по погоде.

больше смеха.

правильное питание.

отказ от вредных привычек.

хорошие отношения в семье.

личная гигиена.

любовь к себе и другим.

творчество.

А сейчас мы переходим к игре. Команды получают задания и начинают их выполнять.

**Конкурс «Дом знатоков»**

Правила конкурса:

Команда должна продолжить фразу:

**"Здоровый человек это..."**

Пример:

|  |  |
| --- | --- |
| который не болеет | красивый человек |
|  |  |
|  |  |

**Конкурс «Литературный»**

Правила конкурса:

Собрать правильно поговорки.

|  |  |
| --- | --- |
| «После первой рюмки пьяница похож на павлина, | «Вино входит –  |
| чем в море» | разум выходит». |
| а потом превращается в свинью». | а лужа по уши» |
| «С пьяным водиться, | «Водка и мудреца |
| «Пьяному море по колено, | делает дураком». |
| что в крапиву садиться». | «В вине тонет больше людей, |

**Конкурс «Мозговая атака»**

Правила конкурса:

Выбрать правильный ответ из 3-х возможных. Подчеркнуть его.

|  |  |
| --- | --- |
| **Вопрос** | **Ответ** |
| Капля никотина убивает | лошадь, муху или собаку |
| Курильщик – сам себе ... | (доброжелатель, могильщик, дробильщик) |
| Основной симптом заядлого курильщика  | (кашель, насморк, чихание) |
| Что поражается у курильщика, прежде всего? | (легкие, сердце, головной мозг) |
| Какое воздействие алкоголь оказывает на центральную нервную систему? | никакого, положительное, отрицательное |
| Алкоголь – это | Яд, наркотическая смесь, оба варианта ответа |
| До какого возраста запрещена продажа алкогольной продукции в РФ | (16, 18, 21) |
| Пиво – это | алкогольный напиток, безалкогольный напиток, слабоалкогольный, вредный напиток) |

**Конкурс**  **«Лестница здоровья»**

Правила конкурса:

Постройте лестницу здоровья, используя в качестве ступеней следующие понятия. Зачеркните не нужные слова.

Дополните пустую таблицу своими словами.

алкоголь

бессоница

больница

воровство

доброжелательность

жизнь

зависть

злоба

книги

красота

курение

месть

наркотики

новые встречи

обжорство

образование

отдых

походы

правильное питание

праздники

путешествия

раздражение

режим дня

свежий воздух

солнечные дни

спорт

стресс

талант

театр

труд

физкультура

хорошее настроение

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |

**Конкурс «Алфавит здоровья»**

**Правила конкурса**:

Придумайте слова, связанные со здоровым образом жизни на каждую букву слова – ЗДОРОВЬЕ.

Пример: З - зарядка

 Д - движение

|  |  |
| --- | --- |
| З |  |
| д |  |
| о |  |
| р |  |
| о |  |
| в |  |
| ь |  |
| е  |  |

. **Конкурс «Я поэт»**

**Правила конкурса**:

Придумать стихотворение с заданными словами.

**……………………………………………………………… – табак.
……………………….............................................................. так.
…………………….. ………………………………………….береги
……………………….. …………………………………………беги.**

 **…………………………………………………………………с зарядки,
…………………... ……………………………………………в порядке.
…………………………………………………………………всегда,
………………………………………………………………….холода.**

 **…………………………………………………………………с физкультурой,
………………………………………………………………….хмурым.
……………………....................................................................здоров,
…………………………………………………………………докторов.**

 **………………………………………………………………….любить,
…………….………… …………………………………………быть.
………………… ……………………………………………….закаляться:
………………… ……………………………………………..обливаться.**