

Брейн-ринг «Молодое поколение выбирает здоровье!»

Автор: Кравченко Наталья Николаевна, учитель русского языка и литературы ГУО «Ленинская базовая школа Добрушского района»

Участники: учащиеся среднего школьного возраста

Цель: пропаганда здорового образа жизни, профилактика вредных привычек.

Задачи:

способствовать формированию собственного мировоззрения, позволяющего сохранить здоровье и уберечься от пагубных привычек;

мотивировать к здоровому образу жизни;

развивать творческие способности учащихся;

воспитывать чувство коллективизма

Эпиграф на доске (экране) «Только бы здоровье – с ним ничего не страшно, никакие испытания; его потерять – значит потерять всё, без чего нет свободы, нет независимости, человек становится рабом окружающих людей и обстановки; оно высшее и необходимейшее благо» (В.Вересаев)

Условия игры: для проведения игры участники делятся на команды по 5 человек. Каждая команда выбирает капитана, название команды. Ответы команд оценивает жюри.

Ход игры

Учитель: здравствуйте! Говорю я вам, это значит, что я всем вам желаю здоровья. Когда-нибудь вы задумывались о том, что пожелание друг другу здоровья заложено в приветствии людей? Мы вам говорим «здравствуйте», а это значит, что мы вам желаем здоровья. Здоровье для человека – самая главная ценность.

Понятия «жизнь», «человек», «здоровье» взаимосвязаны и взаимозависимы. Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия. В давние времена говорили: «Здоровье приходит золотниками, а уходит пудами». Да, потерять здоровье можно сразу, а вот стать сразу здоровым нельзя.

Я рада приветствовать вас на игре брейн-ринг «Молодое поколение выбирает здоровье!».

Поприветствуем жюри! (*представление жюри*)

Давайте познакомимся с нашими командами.

Представление команд: каждая команда произносит свое название и девиз.

Учитель: начинаем игру: «Курению-НЕТ!»

(Два учащихся в костюмах произносят слова)

Учащийся 1

Моё имя – сигарета,
Я красива и сильна,
Я знакома с целым светом,
Очень многим я нужна.
Мозг и сердце я дурманю
Молодым и старикам,
Независимо от знаний,
Скажем прямо-слабакам.

Учащийся 2

Запомни – человек не слаб,
Рождён свободным. Он не раб.
Сегодня вечером, как ляжешь спать,
Ты должен так себе сказать:
«Я выбрал сам дорогу к свету
И, презирая сигарету,
Не стану ни за что курить,
Я – человек.
Я должен сильным быть!!!»

Условия игры: командам задаются вопросы. Вариант ответа обсуждается командами 1 минуту. Команда, которая готова к ответу, подает сигнал (поднимает флажок, нажимает кнопку лампы и т.п.), отвечает. Капитан или представитель команды называет фамилию того, кто будет отвечать. Если ответ на вопрос неправильный или неполный, слово предоставляется другой команде. В том случае, если и все команды дают неверные ответы, правильный ответ произносит учитель. Жюри оценивает каждые десять ответов и ставит промежуточный балл.

Оценка ответов:

правильный ответ – 2 балла;

неполный ответ – 1 балл;

неправильный – 0 баллов.

Варианты вопросов:

1. Откуда в Европу был завезён табак? (Из Кубы)
2. Чем для девушек опасно курение? (Вредит здоровью, девушка может лишиться материнства)
3. «Самые злостные» курильщики какому наказанию подвергались во время преследования курения в 1985 году в Англии? (Смертной казни)
4. Считается, что каждая выкуренная сигарета сокращает жизнь на сколько минут? (На 8 минут)
5. Кто разрешил впервые в России курение? (Пётр 1 в 1697 году)
6. Почему начинают люди курить? (Курение придаёт особую зрелость; желание подражать взрослому человеку)
7. Табак сначала вошёл в моду как порошок для нюхания. Какой послужил обычай? (Окуривать больных дымом)
8. Французская королева Екатерина Медичи применяла табак для какой цели? (Лекарство от мигрени)
9. Какой радиоактивный элемент содержится в табаке? (Полоний)
10. Какими распространёнными заболеваниями страдают дети, которые рождаются от курящих матерей. (Задержка физического развития)

Слово жюри. Промежуточный балл.

11. Что способствует распространению курения в настоящее время? (Реклама)
12. В старину у славян запрещалось употребление алкоголя и курение до какого возраста? (До 31 года)
13. В какой стране табак был объявлен «забавой дьявола»? (Италия)
14. На сегодняшний день в какой стране наиболее строго «преследуют» любителей никотина? (В США)
15. Почему при курении разрушаются зубы? (Химические вещества табака разрушают зубную ткань)
16. Какие заболевания лёгких вызывает курение? (Туберкулёз, рак лёгких)
17. Какое заболевание нижних конечностей вызывает курение? (Сухая гангрена)
18. Считается, что курение сокращает жизнь курящего на сколько? (6-8 лет)
19. После выкуривания сигареты что происходит с мышечной силой человека? (Снижается на 10-15 %)
20. Сколько никотина в одной сигарете? (От 0,4 до 3,5 мг)

Слово жюри. Промежуточный балл.

21. Что такое пассивное курение? (Человек, который сам не курит, а находится в помещении вместе с курящими и вдыхает дым)
22. Что впитывает запах сигарет на теле человека? (Волосы).
23. Что на «ветер» выбрасывают курильщики? (Деньги)
24. Неприятная привычка у курильщика? (Сплёвывание)
25. Что заметно у девушек, которые рано начали курить? (Морщины)
26. Какие хронические заболевания встречаются у курильщиков? (Бронхит)
27. Он покидает девушек, привыкших к курению? (Румянец)
28. От курения что загрязняется? (Воздух)
29. У курящих подростков что замедляется? (Рост)
30. У заядлых курильщиков какой желтеет орган? (Зубы)

Слово жюри. Промежуточный балл.

31. Какой конечный путь движения табачного дыма по дыхательной системе? (Альвеолы)
32. Что с человеком происходит после первой затяжки? (Пульс учащается)
33. Какой вред курение наносит школьникам? (Понижаются умственные способности и успеваемость, часто нарушают дисциплину)
34. Какое количество компонентов входит в состав табачного дыма? (Почти 2000 компонентов)
35. Что в организме человека происходит, когда проходит дым через полость рта? (Разрушается зубная эмаль, и ускоряется развитие дёсен, кариес, даже выпадают здоровые зубы)
36. Что в организме человека происходит, когда в дыхательные пути попадает дым? (Дым вызывает раздражение носоглотки и бронхов, ещё голос становится хриплым и грубым)
37. Табак является наиболее вредным для кого – для того, кто курит, или кто находится рядом? Почему? (Для того, кто находится рядом: курильщик поглощает лишь 25% вредных веществ, а остальное количество дыма достаётся окружающим)
38. Кто в Европу привёз табак? (Колумб)
39. Объясните смысл выражения:
1. Курить – здоровью вредить.
40. Объясните смысл выражения:
Здоровье дороже богатства.

Слово жюри. Промежуточный балл.

Итак, брейн-ринг подошёл к концу. Слово предоставляется жюри. Команды награждаются грамотами.

Учитель: закончить наш брейн-ринг я бы хотела такими словами:

Одного мудреца спросили: «Что является для человека наиболее ценным и важным в жизни: богатство или слава?» Подумав, мудрец ответил: «Ни богатство, ни слава не делают человека счастливым. Здоровый нищий счастливее больного короля».