

## **ИГРА-ШОУ «ВЫ РИСКУЕТЕ СВОИМИ ЛЁГКИМИ»**

**Цель:** закрепить знания учащихся, полученные на предыдущих занятиях, и расширить их представления о вреде курения на организм человека

**Подготовка:** класс делится на команды. Каждая команда придумывает себе название (в рамках ЗОЖ), выбирает капитана команды. Оформление доски: название игры «Вы рискуете своими лёгкими» вывешено разноцветными буквами; вывешены номера вопросов по степени сложности (от 1 до 5)

### **Ход игры**

Вступительное слово ведущего: В наше время курение стало проблемой общечеловеческого значения. Курение – самое массовое, к сожалению, увлечение нынешнего поколения молодёжи. По данным Всемирной организации здравоохранения, во многих странах курит до половины мужского населения. Более того, армия курильщиков не только уменьшается, а наоборот стремительно увеличивается. Все (и мужчины, и женщины, и подростки) знают, что курение губительно действует на человека, но продолжают курить. В ходе сегодняшней игры вы возобновите в памяти те сведения о вреде курения, которые есть у вас, и узнаете новые.

#### **ПРАВИЛА ИГРЫ.**

1. Вопрос задаётся поочерёдно каждой команде.
2. Если у команды готов ответ, капитан поднимает руку и объявляет, кто будет отвечать.
3. За правильный ответ команда получает зелёную фишку, за неправильный – присуждается «дефект»; набор жёлтых зубов курильщика. Если команда выбирает вопрос «4» степени сложности – то получает 4 балла и т.п.

**I тур «Верно-неверно».** Команды отвечают быстро.

1. Одна из главных причин, почему подростки курят, - это чтобы «быть как все» В.
2. Некурящие вынуждены страдать от заболеваний дыхательной системы в результате пассивного курения. В.
3. Курение помогает расслабиться, когда человек нервничает (Н.)
4. В лёгких человека, выкуривающего каждый день в течение года по пачке сигарет, оседает один литр табачной смолы. В.
5. Большинство курящих получают от курения удовольствие и не собираются бросать курить? Н.
6. Курение является одной из основных причин заболеваний сердца. В.
7. Большинство подростков в состоянии бросить курить в любое время. Н. (Никотин вызывает сильное привыкание).
8. Нет ничего страшного в том, что подростки «балуются» сигаретами. Н. (Никотин вызывает сильное привыкание)

**II тур «От простого к сложному».** Команда выбирает вопрос по степени сложности.

№ 1. Главный яд табака... (Никотин)

№ 2. 50% смертей от заболеваний сердца среди женщин являются результатом курения?  
(Да)

№ 3. Какова смертная доза никотина для человека? 2-3 капли

№ 4. Екатерина Медичи использовала нюхательный табак как лекарственное средство от.... (мигрени)

№ 5. Чем карается в Нью-Йорке курение в общественных местах? (Штраф 1000 долларов или год тюремного заключения)

**III тур «Заморочки из бочки».** (Вопросы)

1. При курении человек вдыхает тот же ядовитый газ, что содержится в выхлопных газах автомобильного двигателя. Как называется этот газ?

2. Сколько известных канцерогенных веществ содержится в одной сигарете? 4? 8? 12? 15?
3. Какой орган наряду с легкими больше всего страдает от последствий курения?
4. Верно или нет, что физические упражнения сводят на нет пагубное воздействие курения?
5. Какова главная причина бытовых пожаров с гибелью людей – электроприборы, воспламеняющиеся химические препараты или сигареты?
6. Если человек выкуривает пачку в день ежедневно на протяжении года, сколько смолы оседает на его легкие?
7. Верно или нет, что курение вызывает сильное привыкание?
8. Назовите хотя бы одну из причин того, почему курение опасно для беременных женщин.
9. Какой процент курильщиков заявляет, что хотели бы бросить курить: 25, 65, 85 или 100%?
10. Какой процент составляют курящие среди подростков?
11. Что означает «пассивное курение»?
12. Верно или нет, что чем больше человек знает о курении, тем меньше вероятность, что он возьмёт в рот сигарету?
13. Назовите 3 вещи, которые невозможно делать одновременно с курением!
14. Назовите 3 причины, по которым подростки предпочитают не курить!
15. Какие проблемы типичны для детей курильщиков?
16. Сколько сигарет необходимо для того, чтобы нарушить нормальный баланс воздуха и крови в легких?

В конце III тура раздаются листы с правильными ответами.

1. Угарный газ. Это ядовитый газ, который, соединяясь с красными кровяными тельцами, уменьшает количество кислорода, переносимого кровью
2. В каждой сигарете содержится 15 различных канцерогенов.
3. Сердце. Курение является одной из основных причин заболеваний сердца.
4. Неверно. Спорт ни в коей мере не нейтрализует вреда, причиненного курением организму.
5. Сигареты.
6. Около литра.
7. Верно. Курение порождает как физическую, так и психическую зависимость, это одна из причин, почему так трудно бросить курить.
8. Увеличивается риск рождения детей с недостаточным весом, самопроизвольных выкидышей, гибели плода и смерти младенца в перинатальный период (т.е. с 28 недели внутриутробной жизни по 7 сутки жизни новорожденного).
9. 85%.
10. Около 10%. (Приблизительно 100200 подростков в Республике Беларусь).
11. «Пассивное курение» (или «вынужденное курение») состоит в том, что некурящие вдыхают сигаретный дым окружающих их курильщиков. Особенно опасно это для больных, страдающих астмой, заболеваниями сердца и органов дыхания.
12. Верно
13. Целоваться, принимать душ, плавать, играть в баскетбол и т.д.
14. Во-первых, дурной запах; во-вторых, некурящие друзья; в-третьих, некурящие родители и т.д.
15. Повышенная заболеваемость бронхитом, пневмонией и т.д.
16. Одной сигареты достаточно, чтобы увеличить сердцебиение, повысить артериальное давление и нарушить нормальное кровообращение и газообмен в легких.

Вопрос: Что больше всего из видов узанного вас удивило или встревожило?

**IV тур.** Чтобы вы могли предложить для предупреждения курения? Выбрать вариант ответа и прикрепить на доску.

1. Запретить продажу сигарет: вообще; до 21 года; нет

2. Запретить рекламу сигарет: да; нет; затрудняемся ответить.
  3. Ввести штрафы за курение в общественных местах: да; нет; затрудняемся ответить.
  4. Получить достоверную информацию о вреде курения: да; нет; затрудняемся ответить.
  5. Ваши предложения
- V. Подведение итогов