

## Интеллектуальная игра «Брейн-ринг»

Методическая разработка по профилактике употребления ПАВ  
среди учащихся 5-6 классов

**Цель:** Повышение интеллектуального уровня в вопросах о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

- стимулирование познавательной активности конкурсно-соревновательным характером игры;
- формирование социальных навыков, необходимых для здорового образа жизни;
- развитие навыков общения, работы в команде; способности к логическому и творческому мышлению.

**Оборудование:** игральный кубик, вырезанные разных размеров геометрические фигуры, доска или флип-чарт, колонки, подборка веселой музыки.

**Время:** 45 мин.

### Ход занятия

*Пусть у тебя всегда будет:  
Воздух, чтобы дышать,  
Солнце, чтобы согреться,  
Вода, чтобы пить,  
Земля, чтобы жить!*

#### I. Вступительная часть

**Здравствуйтесь ребята!**

**Ведущий:** Сегодня мы с вами поговорим о “здоровом образе жизни”, ведь *хорошее здоровье* - основа долгой, счастливой, яркой, веселой, наполненной жизни, ведь в мире, есть много разных интересных возможностей и соблазнов. Ребята на доске написан эпиграф, давайте я его вам прочитаю, расскажите, как вы его понимаете (*варианты детей*).

И действительно, самое сложное и удивительное из всего, что есть на Земле – это *человек!* Человек – часть природы, он дышит, питается, растёт, развивается. Но для того чтобы быть здоровым, сильным нужно вести *здоровый образ жизни*. Именно об этом мы сегодня и поговорим, а точнее поиграем.

## II. Основная часть

**Ведущий:** Приветствуем всех участников интеллектуальной игры «Брейн-ринг». Давайте познакомимся с правилами игры.

### Правила викторины:

1. В игре могут участвовать 2 команды. Каждая команда придумывает название, и выбирает капитана.
3. Ведущий зачитывает вопрос, и после того, как будет произнесено слово «*время*», команды могут отвечать или начать обсуждать ответ. В противном случае (если игроки подняли руку до сигнала ведущего) команда допускает фальстарт и лишается права отвечать на вопрос.
4. После каждого правильного ответа команда получает одно очко. В случае блиц-турнира одно очко команда получает за каждый правильный ответ (максимально в блиц-турнире можно получить 7 очков).
5. В случае, если ни одна из команд не дала правильного ответа, счет остается прежним, а разыгранное очко не достается никому.
7. Время обсуждения командами вопросов — 1 мин. 30 сек.
8. Игра идет 8 раундов (каждый раунд – отдельная тема), команда, набравшая больше очков, становится победителем.
10. Между раундами «Брейн-ринга» могут быть музыкальные паузы.

**Ведущий.** Пришло время разделить на команды и начать играть. А сделаем мы это весело. Деление происходит следующим образом. Каждый участник выбирает себе геометрическую фигуру, которая ему нравится в зависимости от формы, цвета, размера (*количество геометрических фигур - по количеству детей в классе*).

*Например:*

**1 команд** – все учащиеся, у которых в руках большие фигуры или фигуры только красного цвета.

**2 команда** – все учащиеся, у которых в руках маленькие фигуры или фигуры только желтого цвета.

### Ход игры.

1. Объявляются темы раундов (*темы можно оформить в виде карточек или написать на доске или флип-чарте, на усмотрение ведущего*).
2. Капитаны бросают кубик по очереди, у кого выпадает на кубике цифра с большим значением, тот капитан получает право выбрать тему раунда из перечисленных.
3. Победившая команда в раунде, получает право выбирать тему следующего раунда.

**Ведущий.** В игре будет 8 раундов, у каждого раунда своя тема: из них 6 раундов простых по 4 вопроса, 2 блиц-турнира и одного капитанского конкурса. Темы раундов: «Из жизни сказочных героев», «Здоровый образ жизни», блиц-турнир «Вредные привычки», «Этикет», «Знаешь ли ты?».

конкурс капитанов «Синквейн», блиц-турнир «Кот в мешке», «Посчитай – ка» (последовательность раундов, может быть любая, т.к. их выбирают капитаны команд).

### **Раунд 1. «Из жизни сказочных героев»**

1. Какое правило безопасности забыла (или не знала) Красная Шапочка? (Не разговаривать с незнакомцами).
2. Семеро козлят тоже нарушили одно из важных правил. Какое? (Никогда не открывай дверь незнакомым людям).
3. В мифологии об этой птице говорили, что она сжигала себя и возрождалась из пепла молодой и обновленной. Это символ вечного обновления. О какой птице идет речь? (Феникс).
4. Этого сказочного пациента пытались вернуть к жизни Сова, фельдшерница Жаба и знахарь Богомол. Назовите его? (Буратино).

### **Раунд 2. «Здоровый образ жизни»**

1. Что включает в себя понятие: здоровый образ жизни? Назовите не менее 5 элементов здорового образа жизни. (Рациональное питание, режим дня, физическое развитие, закаливание, умение владеть собой, эмоциональная сфера человека, уровень воспитанности, нормы нравственности, культура человека, борьба с вредными привычками).
2. Тому, кто начинает каждое утро с этого действия, понадобится в два раза меньше времени, чтобы собраться и настроиться на рабочий лад. (Зарядка).
3. Если вы не соблюдаете это, то пропадает аппетит, уходит сон, уменьшается работоспособность, так же, это необходимое условие экономии времени. (Режим).
4. В этом состоянии люди проводят треть своей жизни. В древнем Китае одной из страшнейших пыток было лишение человека этого состояния. (Сон).

### **Раунд 3. Блиц–турнир «Вредные и полезные привычки»**

Каждой команде, задается по 7 вопросов, на которые команда отвечает: «ДА» или «НЕТ». Время на обдумывание ответа **15** секунд. Право первыми отвечать достаётся, той команде, которая победила в предыдущем раунде.

#### **I группа вопросов:**

1. Согласны ли вы, что зарядка - это источник бодрости и здоровья?  
(Да)
2. Верно ли, что жвачка сохраняет зубы?  
(Нет)
3. Верно ли, что кактусы снимают излучение от компьютера?

*(Нет)*

4. Верно ли, что от курения ежегодно погибает более 10 000 человек?

*(Да)*

5. Верно ли, что морковь замедляет процесс старения организма?

*(Да)*

6. Правда ли, что есть безвредные наркотики?

*(Нет)*

7. Существует ли вред для организма человека от «пассивного курения»? Почему?

*(Да. Пребывание в накуренном помещении не менее вредно, чем само курение).*

## **II группа вопросов:**

1. Правда ли, что молоко полезнее йогурта?

*(Нет)*

2. Правда ли, что летом можно запастись витаминами на целый год?

*(Нет)*

3. Правда ли, что надо ежедневно выпивать два стакана молока?

*(Да)*

4. Правда ли, что ребёнку достаточно спать ночью 5 часов?

*(Нет)*

5. Правда ли, что детям до 15 лет нельзя заниматься тяжёлой атлетикой?

*(Да)*

6. Верно ли, что наркотики, которые курят, не так опасны, как внутривенные наркотики?

*(Нет)*

7. Опасно ли разовое употребление наркотиков? Почему?

*(Да. Возникает сильная психологическая зависимость и потребность организма в наркотиках).*

## **Раунд 4. «Этикет»**

1. Кто первым выходит из автобуса: девушка или её молодой человек?  
*(Молодой человек, подаёт даме руку).*

2. Вы опоздали в кино. Как вести себя в тёмном зрительном зале?  
*(Пройти на свободное место, извиняясь, лицом к сидящим).*

3. В какой руке необходимо держать букет, если вы его преподносите кому-либо?

*(В левой, правая рука должна быть свободна для приветствия).*

4. Какой ложкой едят кашу: столовой, десертной, чайной?

*(Десертной).*

## **Раунд 5. «Знаешь ли ты?»**

1. При попадании в больших количествах в организм человека этого яда, содержащегося в табаке, начинаются судороги.

*(Никотин)*

2. Считается ли насвай наркотическим веществом? Какой вред он оказывает на организм?

*(Это табакосодержащее вещество. Разъедает стенки желудка, вызывает рак ротовой полости. Легко доступен).*

3. Можно ли узнать наркомана по внешнему виду?

*(Внешние признаки: чрезмерная худоба, нездоровый цвет лица, лицо похоже на маску, сухость и бледность кожных покровов, отсутствие реакции зрачка на свет, замедленный или ускоренный темп движений, дрожание рук и головы, суетливость, неопрятность, следы от уколов- красные точки вдоль вены; припухший нос).*

4. Жалость, сочувствие, вызываемое несчастьем другого человека. *(Милосердие, сострадание).*

### **Раунд 6. Конкурс капитанов «Синквейн».**

Задание капитанам двух команд. Кто быстрее и правильно придумает синквейн со словом «ЗДОРОВЬЕ».

Правила составления «Синквейна» – это стихотворение, из 5 строк, где:

Первая строка. 1 слово – понятие или тема (существительное).

Вторая строка. 2 слова – описание этого понятия (прилагательные).

Третья строка. 3 слова – действия (глаголы).

Четвертая строка. Фраза или предложение, показывающее отношение к теме (афоризм)

Пятая строка. 1 слово – синоним, который повторяет суть темы.

#### Пример:

Здоровье -

Бесценное, дорогое.

Заниматься, беречь, закаляться.

Я люблю свое здоровье!

Жизнь!

### **Раунд 7. Блиц–турнир «Кот в мешке».**

Командам выдается конверт с пословицами и поговорками о здоровом образе жизни. Каждая команда должна собрать правильно 7 пословиц, которые разделены на 2 части. Слова, написанные черным цветом – это начало фразы, красным цветом – окончание фразы.

- 1. Береги платье снову, а здоровье смолоду!**
- 2. В здоровом теле – здоровый дух!**
- 3. Где здоровье, там и красота.**
- 4. Здоров будешь – все добудешь!**
- 5. Кто спортом занимается, тот силы набирается.**
- 6. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!**
- 7. Крепок телом – богат и делом.**

### **Раунд 8. «Посчитай – ка».**

Задача раунда, правильно расшифровать выражение.

Дети решают примеры (таблица 1), ответы переводят в буквы и составляют предложение

(Правильный ответ: «Здоровье – это главное жизненное благо». Я. Корчак)

На доске или флип-чарте написано:

«49, 69, 0, 56, 0, 90, 1, 43 – 85, 55, 0, 32, 4, 71, 90, 20, 0, 43, 16, 19, 49, 20, 43, 20, 20, 0, 43, 96, 4, 71, 32, 0» Я. Корчак

Таблица 1

число	буква	число	буква	число	буква	число	буква
54 - 5 =	з	70 - 1 =	д	7 · 0 =	о	8 · 7 =	р
90 : 1 =	в	58 : 58 =	ь	49 - 6 =	е	78 + 7 =	э
49 + 6 =	т	8 · 4 =	г	3 + 1 =	л	78 - 7 =	а
40 - 20 =	н	8 · 2 =	ж	19 - 0 =	и	90 + 6 =	б

### **III. Заключительная часть**

**Ведущий.** Мы подводим итоги и поздравляем победителей этой интеллектуальной игры. Вы показали хорошие знания и, мы уверены, что вы применяете их в повседневной жизни.

**Благодарим вас за участие!**

### **Список использованной литературы:**

1. Практическая психология образования. Под ред. Дубровиной И. В. М., 1997.
2. Классные часы 5 класс/Авт.-сост. А.В. Давыдова – М.: ВАКО, 2015
3. Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский Эффективные программы профилактики зависимости от наркотиков и других форм зависимого поведения, ООО Центр полиграфических услуг «Радуга», 2004 г.
4. <https://doc4web.ru/pedagogika/breyn-ring-mi-znaem-vsyo-o-zdorovom-obraze-zhizni.html>