Муниципальное общеобразовательное учреждение "Лицей № 86"

**Классный час:**

**СВОЯ ИГРА «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ВЫБОР МОЛОДЫХ!»**

**8-9 класс**

Выполнила:

учитель информатики

Смирнова Ирина Сергеевна

Ярославль

2016 год

**Классный час:**

**СВОЯ ИГРА «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ВЫБОР МОЛОДЫХ!»**

**Класс:** 10

**Цель** **игры:** формирование активной жизненной позиции и противостояния опасным для здоровья зависимостям.

**Задачи:**

* профилактика вредных привычек среди подростков;
* воспитание потребности в здоровом образе жизни;
* формирование чувства здорового соперничества.

**Тип мероприятия:** классный час соревнование в форме своя игра

**Технология:** групповая работа.

**Оборудование:** компьютеры, мультимедийный проектор, экран.

**Оформление:** плакаты, пропагандирующие здоровый образ жизни, лозунги: «Хотим, чтобы стало модным - здоровым быть и свободным!», «Готовы доказать на деле: Здоровый дух в здоровом теле!».

**Приложение:**

* [презентация «Своя игра»](Своя%20игра%20ЗОЖ.ppt)

**План урока:**

1. Организационный момент (5 мин.)
2. Своя игра (35 мин.)
3. Подведение итогов (5 мин.)

**Ход классного часа:**

1. **Организационный момент (5 мин.)**
2. Перед началом игры звучит музыка: «О здоровом образе жизни» группы «Эталон». Школьники, заходя в класс, достают из мешочка по одному жетону и рассаживаются за столы, формируя 4 команды по цветам жетонов.
3. **Ведущая 1:** Доброе утро! Мы рады приветствовать вас на интеллектуальной игре – «Здоровый образ жизни – выбор молодых!». Посвящена сегодняшняя встреча актуальнейшей проблеме современности – здоровому образу жизни, основными факторами которой являются: занятие физкультурой и спортом, отсутствие заболеваний, отказ от курения, алкогольных напитков, наркотических средств.
4. **Ведущая 2:** Мероприятие будет состоять из 2-х частей.

**1часть: Интеллектуальная игра «Здоровому - все здорово!»**

Перед тем как начать игру каждая команда выбирает капитана и придумывает себе название, записываем название на табличках на столе фломастером.

(На доске ведущий пишет названия команд по трем столбцам, где будут появляться заработанные очки.)

Распределились по командам, внимательно слушаем правила нашей игры.

**Ведущая 2:** На экране Вы видите таблицу с 4 направлениями:

1. Желтое направление «**Никотину скажем  - НЕТ!»**
2. Зеленое направление **«Алкоголь, наркотики – никогда!»**
3. Оранжевое направление **«Кто не унывает, болезни  побеждает!»**
4. Голубое направление **«Кто любит спорт, тот здоров и бодр!»**

Каждое направление содержит 5 вопросов определенной цены (5, 10, 15, 20 и 25 очков). Выбираем ячейку с вопросом по очереди. На обдумывание у команды есть 30 секунд, затем капитан или другой участник команды дает ответ. Если ответ не верный, другие две оставшиеся команды (кто быстрее поднял руку), могут дать ответ и получить 5 дополнительных баллов.

**Инструкция для учителя:** Когда ребята определяются с ячейкой, учитель нажимает мышкой один раз по необходимой ссылке. Вы переходите на вопрос. Ответов в презентации нет, чтобы случайно на него не перейти, поэтому смотрите ответы в конспекте. Для возврата назад к таблице нажмите стрелку внизу слайда.

**Ведущая 1:**  Я думаю, что все понятно. ТОГДА НАЧИНАЕМ! **(Звучит музыка «Своя игра»)**

**СВОЯ ИГРА**

Желтое направление **«Никотину скажем  - НЕТ!»:**

1. Врачи считают, что это самое доступное из всех веществ, к которым у человека вырабатывается наркотическая привязанность. Что это?  (**Никотин**) – 5 баллов*.*

2. А. П. Чехов говорил «Целовать курящую женщину, все равно, что…  Продолжите его высказывание. (**Целовать** **пепельницу**) – 10 баллов.

3. Для чего царица Екатерина нюхала табак?  (**От** **головной** **боли**) – 15 баллов.

4. В какой стране производится больше сигарет, чем в какой-либо другой?  (Китай) – 20 баллов.

5. Одно из правил противопожарной безопасности по болгарски звучит: «Не курите в леглото! Переведите его на русский язык.(**Не** **курите** **в** **постели**) – 25 баллов.

Зеленое направление **«Алкоголь, наркотики – никогда!»:**

1. Как древние греки назвали бы человека, страдающего влечением к оцепенению? (**Наркоманом (греч. narke – сцепенение, mania – влечение**) – 5 баллов.

2. По мнению А.П. Чехова, водка, хотя и белая, но красит нос.  А, что она чернит?(**Репутацию**) – 10 баллов.

3. Что по одной народной китайской мудрости приносит сто горестей и одну радость? (**Алкогольные** **напитки**) – 15 баллов.

4. Назовите болезнь, которой во Франции страдает около четверти  всей молодежи, а каждый год умирает больше людей, чем от белокровия, туберкулеза  полиомиелита вместе взятых? (**Алкоголизм**) – 20 баллов.

5. Утеря человеком свойственных ему способностей и качеств, которая сопровождается утратой суждений, дарований и чувств. (**Деградация**) – 25 баллов

Оранжевое направление **«Кто не унывает, болезни  побеждает!»:**

1. Самая смертельная болезнь 21 века? (**СПИД**) – 5 баллов.

2. Какую болезнь называют «болезнью грязных рук?» (**Дизентерия**) – 10 баллов.

3. Можно ли заболеть куриным гриппом, если съешь вареную курицу больную куриным гриппом? (**Нет**!)- 15 баллов.

4. Врачи считают, что самая распространенная заразная инфекционная болезнь в мире – насморк. А, что считается самой распространенной в мире незаразной инфекционной болезнью? (**Кариес**) – 20 баллов.

5. Какая категория населения является главным переносчиком гриппа? (**Школьники**) – 25 баллов.

Голубое направление **«Кто любит спорт, тот здоров и бодр!»**

1. Очень долгое время на Олимпийских играх в Древней Греции был один единственный вид легкой атлетики. Какой? (**Бег**) – 5 баллов.

2. Изобретатель этого предрекал своему детищу две области применения – доставка почты и средство для похудения. Назовите современный прообраз этого предмета? (**Велосипед**) – 10 баллов.

3. Вспомните девиз Олимпийского движения. (**Быстрее, выше, сильнее**!) – 15 баллов.

4. В русский язык это слово пришло в конце 18 века из французского языка. Так первоначально называли срочную почту, доставлявшую письма, донесение специальными посыльными, которые сменяли друг друга в пути в определенных пунктах.  Назовите это слово, которое в наши дни получило иное значение? (**Эстафета**) – 20 баллов.

5. П. Брегг говорит, что есть 9 докторов. Начиная с четвертого, это: естественное питание, голодание, спорт, отдых, хорошая осанка и разум. Назовите первых трех докторов, упомянутых Бреггом? (**Солнце**, **воздух** **и** **вода**) – 25 баллов.

**Ведущая 1:** Ребята, Вы – молодцы! Справились со всеми вопросами.

Давайте подсчитаем баллы и посмотрим, какая же из команд лучше всего разбирается в вопросах ЗОЖ.

**2 часть - «Весёлая эстафета»**

Проведем веселые конкурсы, чтобы поднять настроение, снять усталость.

Максимальная оценка за каждый конкурс - 2 балла. Баллы, набранные в эстафете, прибавляются к баллам, заработанным командами в 1 части игры. Каждый конкурс сопровождается веселым музыкальным сопровождением.

* Кто дольше без помощи рук продержит воздушный шарик, в воздухе дуя на него. (Участвуют по одному участнику от команды).
* Чья пара из каждой команды присядет стоя спинами друг, к другу зацепившись руками за спиной большее количество раз. (2 участника от команды).
* «Арм – реслинг». (Участвуют по одному участнику от команды. Победитель определяется по олимпийской системе).

**Подведение итогов игры.**

**(пока говорит ведущий, звучит музыка, идут слайды)**

**Ведущий 2** : Вот и закончилась наша игра. А мы с вами сделаем вывод. Алкоголь, никотин, наркотики это яд. Спорт, гигиена, питание, режим, закаливание – все это слагаемые активного и здорового образа жизни, а значит, это и есть истинные друзья нашего здоровья. А вот будем мы здоровы, и будет ли у нас все в жизни здорово - зависит полностью от нас. Благодарим вас за участие.