

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №1 имени И.Ф. Вараввы

Классный час:  
СВОЯ ИГРА «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ВЫБОР МОЛОДЫХ!»  
7-8 класс

Классный час:  
СВОЯ ИГРА «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ВЫБОР МОЛОДЫХ!»

Класс: 7-8

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.

Приложение: презентация «Своя игра»

План урока:

Организационный момент (5 мин.)

Своя игра (35 мин.)

Подведение итогов (5 мин.)

**Ход классного часа:**

Организационный момент (5 мин.)

Добрый день! Нас ждет необычный классный час, который будет проходить под девизом «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ВЫБОР МОЛОДЫХ!».

Согласны ли Вы с этим утверждением?

Итак, проверим, насколько Вы знаете, что такое ЗОЖ и придерживаетесь ли ЗОЖ. Но вначале нам нужно поделиться на 3 команды.

Быстро поделиться на команды можно следующим образом: по очереди ребята называют свое название команды: НИФ-НИФ, НАФ-НАФ и НУФ-НУФ. На доске учитель пишет названия команд по трем столбцам, где будут появляться и заработанные очки. Распределяемся по командам и внимательно слушаем правила нашей игры.

На экране Вы видите таблицу с 4 направлениями:

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

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

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

**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 вниз слайда.

**2. 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 называли бы человека, страдающего влечением к оцепенению? (Наркоманом (греч. нарке – оцепенение, 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 лейкоз, туберкулеза полиомиелита вместе взятых? (Алкоголизм) – 20 баллов.

5. Утеря человеком свойственных ему способностей и качеств, которая сопровождается утратой суждений, дарований и чувств. (Деграция) – 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 Брегом? (Солнце, воздуховода) – 25 баллов.

3. Подведение итогов

Ребята, Вы – молодцы! Справились со всеми вопросами.

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

Надеюсь, Вы все будете придерживаться правил здорового образа жизни, будете сильными, здоровыми и красивыми!

Рефлексия и просмотр мотиваторов о ЗОЖ.