**Серия игр «Азартная дюжина», посвященных пропаганде здорового образа Жизни**

**«Азартная дюжина» - один из вариантов игры, приду­манной членами Светлогорского клуба интеллектуаль­ных игр «Что? Где? Когда?».**

Игра проводится между учащимися 8-11 классов. От каждого класса заявлена команда в составе 5 человек. После вопроса даётся время для ответа. После каждого ответа, ведущий озвучивает полный чёткий ответ.

**Азартная дюжина «Наркотики - белая смерть»**

Хочешь достигнуть цели своего стремления –

спрашивай вежливее о дороге, с которой сбился.

*Вильям Шекспир*

**Цели:**

* **- пропаганда здорового образа жизни;**

**- расширение и закрепление знаний о пагубном воздей­ствии наркотиков на организм человека;**

**- формирование у учащихся умения работать в коллек­тиве.**

**Вопросы:**

* 1. Какие вещества относятся к наркотикам? (Вещества синтетического или растительного происхождения, вызы­вающие изменение психического состояния человека и злоупотребление которыми приводит к развитию нарко­мании. Это опий, гашиш, марихуана, анаша, кокаин, алкоголь, синтетические морфиноподобные препараты и др.)
  2. К каким негативным последствиям может привести вдыхание наркотических веществ? (К мгновенным спазмам сосудов, обеспечивающих питание головного мозга, а это, в свою очередь, способно вызвать потерю созна­ния, остановку дыхания, сбои в работе сердца.)

3. Почему больше всего при применении наркотиков страдают такие органы, как мозг, сердце, почки и печень? (Наркотические препараты переносятся кровью, поэтому поражаются в большей степени те части организма, ко­торые наиболее активно кровоснабжаются).

4. Среди определенной части молодежи распростра­нено мнение, что от «легких» наркотиков зависимости не бывает. Так ли это? (Это не так. Курение марихуаны вы­зывает развитие ряда тяжелых заболеваний, психических расстройств, а также является прямым путем к употреб­лению более сильных наркотиков.)

5. Правильно ли утверждение, что раз есть врачи-нар­кологи, значит, наркомания излечима? (Конечно, это не так. По статистике, только 1-3 % наркоманов, прошедших курс лечения, удается избавиться от этой зависимости.)

6. Почему употребление наркотиков особенно опасно в подростковом возрасте? (Чем моложе человек, тем бы­стрее он попадает в полную зависимость от наркотика.)

**Азартная дюжина «Брось сигарету!»**

Жить дурно, неразумно, невоздер­жанно –

значит медленно умирать.

*Демокрит*

**Цели:**

**- пропаганда здорового образа жизни;**

**- расширение и закрепление знаний о вредном воздей­ствии табакокурения на организм человека;**

**- формирование у учащихся умения работать в коллек­тиве.**

**Вопросы:**

1. В своей научной монографии «Панацея от всех страшных ран и болезней» средневековый итальянский ученый Бенедетто Стелла восхваляет чудесные свойства табака. Так от каких же болезней лечат табаком? (Целеб­ная сила табака не более чем миф.)

2. Никотин содержится в томатах, баклажанах, цветной капусте, перце, чае и других продуктах. Почему же вре­ден только табак? (Во-первых, в перечисленных продук­тах содержание никотина ничтожно; а во-вторых, с табаком никотин поступает в организм в губительном соче­тании с канцерогенными смолами и многими другими вредными веществами.)

3. Какие ядовитые вещества содержит табачный дым? (Синильную кислоту, сероводород, никотин, угарный газ, бензпирен, мышьяк, ароматические углеводороды-канце­рогены и др.)

4. Справедливо ли мнение, что употребление сигарет с фильтром делает курение безвредным? (Это не так. Фильтры задерживают максимум 20 % содержащихся в дыме веществ.)

5. Какое вещество, содержащееся в табачном дыме, вызывает у курильщиков такое заболевание, как безли­хорадочный бронхит? (Аммиак раздражает слизистые оболочки легких, снижается, таким образом, сопротивля­емость их к различным заболеваниям, в том числе к бронхиту, туберкулезу и раку.)

В дневном «рационе» курильщика синильной кисло­ты в 40 раз меньше смертельной дозы, так, выходит, нече­го ее и опасаться? (Нет. Хроническое отравление не­рвной системы этим ядом вызывает сбои в ее работе.)

**Азартная дюжина «Опьянение - добровольное сумасшествие»**

Мы калечим жизнь своими

бе­зумствами и пороками,

а потом жа­луемся на беды,

последовавшие за ними,

и говорим,

что несчастье зало­жено

в самой природе вещей.

*К. Боуви*

**Цели:**

**- пропаганда здорового образа жизни;**

**- расширение и закрепление знаний о вредных послед­ствиях употребления алкоголя для организма человека;**

**- формирование у учащихся умения работать в коллек­тиве.**

**Вопросы:**

1. Одно из первых мест по производству среди орга­нических веществ занимает этиловый спирт. Зачем же производят это вещество, так пагубно действующее на организм человека? (Этанол, или этиловый спирт, приме­няют в медицине в качестве дезинфицирующего сред­ства и растворителя; в промышленности - для произ­водства эмалей, пластмасс, синтетических волокон, каучу­ка, синтетических моющих средств, кино- и фотопленки; в радиоэлектронике - при обработке контактов электри­ческих схем и др.)

2. Почему поглощение алкоголя в 1,5 раза выше в тка­ни головного мозга, чем в других тканях? (Спирт хорошо растворяется в липидах - жироподобных веществах, ко­торыми богаты нервные клетки головного мозга, приво­дит к кислородному голоданию, в результате чего мозг разрушается, нервные клетки дегенерируют.)

3. Почему употребление алкоголя особенно опасно для детей? (Чувствительность человека к токсичному действию алкоголя тем выше, чем он моложе. Смертель­ная доза водки для годовалого ребенка - 100 мл, для под­ростка 12-13 лет - 250-500 мл.)

4. Алкоголь нарушает деятельность центра терморегу­ляции. К каким последствиям это может привести? (Че­ловек усиленно теряет тепло, не ощущая при этом холо­да, то есть при соответствующих условиях может просту­диться или даже замерзнуть.)

5. К чему приведет концентрация алкоголя в крови...

- 0,2-0,4%? (К тяжелому опьянению.)

- 0,6-0,7 %? (Может вызвать смерть от паралича ды­хательного центра.)

6. Почему пьющий человек выглядит старше своих лет? (От систематического употребления алкоголя кожа человека теряет свою эластичность и стареет раньше времени.)

**Подведение итогов. Вывод.**