**Ведущий.** Ребята! Сегодня у нас игра "Кто курит табак, тот себе враг?". Подростки знают о вреде курения, однако в ситуациях, когда закурить предлагают друзья -  соглашаются. Согласно результатам исследования, подростки - курильщики часто имеют друзей, которые также курят. Некурящий подросток нуждается в сильной убежденности и сильной воле, чтобы оставаться некурящим, когда большинство его друзей курит. "Курить или не курить" - это важный вопрос, решать который приходится каждому из нас в какой-то момент жизни. Как вы поступите, будет зависеть от вашего отношения к проблеме табакокурения.

 **Показ мультфильма: «Иван Царевич и табакерка» Учащиеся выбирают капитанов и придумывают названия командам по теме игры. Капитаны представляют команды.**

**2.Разминка команд.** Составь фразу (под песню "Бросай курить").

Команды получают карточки со словами и составляют предложения. "Кто курит табак, тот себе враг" или "Коль из носа валит дым - не остаться молодым".

**3. Конкурс  "Веришь ли ты, что…?"**

 Ведущий в быстром темпе задает каждому вопрос, на который учащийся отвечает "да" или "нет".

 Правильный ответ - балл команде.

Ведущий. Веришь ли ты, что:

1 - курение отбеливает зубную эмаль? (нет)

2 - в России курят около75% мужчин и 20% женщин? (да)

3 - курение обеспечит тебе в жизни успех и удачу? (нет)

4 - курение в подростковом возрасте более опасно, чем во взрослом? (да)

5 - из каждых 100 человек заболевших во взрослом состоянии туберкулезом легких - 95 человек заядлые курильщики? (да)

6 - курение улучшает память? (нет)

7 - в России резко уменьшилось количество курящих людей? (нет)

8 - фильтр сигареты задерживает 80% вредных веществ? (нет)

9 - в мире ежегодно умирает от курения 3 млн. человек? (да)

10 - около 85% курильщиков хотят бросить курить? (да)

11 - никотин находят в крови и моче тех, кто сам не курит, а подвергается пассивному курению? (да)

12 - курение разрушает  здоровье и укорачивает жизнь человека? (да)

13 - курение является одной из основных причин заболеваний сердца? (да)

14 - дети курильщиков чаще болеют бронхитами, пневмониями и другими болезнями, чем дети некурящих родителей? (да)

15 - в жизни столько прекрасных удовольствий, что жертвовать ими ради курения глупо? (да)

16 - первый опыт курения связан с кашлем, головокружением, головной болью, тошнотой, то есть организм сопротивляется и предупреждает о своем нежелании курить? (да)

17 - в сигаретном дыме содержится около 4000 опасных для здоровья химических соединений? (да)

        18 -  с помощью метода Аллена Карра, описанного в его книге "Легкий способ бросить курить", более 95%  курящих бросают курить навсегда? (да)

**4. Объяснение поговорок, пословиц.**

Команды по очереди рассказывают, как они понимают поговорки и пословицы, которые зачитывает ведущий.

Табачное зелье - утеха в безделье.

Табак - жвачка дьявола

Заядлого курильщика муха крылом перешибет.

Курить много табака - поубавится ума.

Один курит, а весь дом болеет.

Лучше знаться с дураком, чем с табаком.

Кто курит, у того горят нутро и деньги.

Табачный дурман с разумом не ладит.

Табак не дурак, он любит гуляк.

**5. Найди новые слова. (под песню "Бросай курить")**

Ведущий. Ребята, давайте превратим слово "табакокурение",

обозначающее пагубную, вредную привычку в новые слова.

Команды получают листки со словом "табакокурение" и составляют из букв новые слова, исключая однокоренные. Например: беркут,  батареи, табун, батон, курок, турне и т.д.

**6. Частушки.**

 Представители  команд исполняют частушки  с листа или как домашнее задание.

 Все учащиеся поют припев: " Ух, ты!  Ах, ты! Сигарету, брось-ка!".

|  |  |
| --- | --- |
|  Её имя -  сигарета,Она красива и сильна.Она знакома с целым светом,Чтоб сгубить вас она нужна. | Мозг и сердце она дурманитМолодым и старикам.Независимо от знанийСкажем прямо - слабакам. |
| Ковбой Мальборо курил,  Свои легкие сгубил.  Нет, не стану я курить   Буду долго-долго жить. | Наш дружочек - чудачокПожалел он табачок.Сунул он "бычок" в карман,Выжег дырку с чемодан. |
| Он не кролик, не собака.Что ему дымная атака?Он всего - то человекСокращает сам свой век. | У Марины день рожденья,Хочет в жизни наслажденья.Ей не нужен букет роз,Дайте лучше папирос. |
| Утром, ровно в 7 часов,Я встаю с кроватки.Для пробежки я готов,А также для зарядки! | Буду по лесу гулять,Буду тело закалять.Я здоровым быть мечтаю,Свои мускулы качаю! |

1. **Конкурс для капитанов. Проблемные ситуации.**

 Ведущий предлагает капитанам команд проблемные ситуации.  Задача капитанов выразить свое отношение к ним: сказать, что они почувствуют, скажут и сделают  в этих ситуациях.  Например:

*Ситуация 1-я.*Представь, что ты нашел на улице красивую импортную пачку сигарет с несколькими сигаретами.

*Ситуация 2-я.*Твой друг просит у тебя деньги, чтобы купить сигареты.

*Ситуация 3-я.* Встретил знакомых ребят. Они курили и предложили тебе.

*Ситуация 4-я.*Ты один дома. Пришел друг и предложил  покурить, пока дома никого нет.

1. **Почему подростки курят?**

Ведущий. Все знают, что курить вредно для здоровья, но подростки пробуют и некоторые начинают курить. Почему?

Каждый член то первой, то второй команды называет причины подросткового табакокурения.

1. **Вместо курения лучше…**

Ведущий просит поднять руки тех ребят, у которых есть любимое занятие, увлечение. Затем предлагает учащимся  назвать разнообразные занятия человека, заменяющие курение.

 Например. Вместо курения лучше: прыгать, плавать, играть, танцевать, кататься на велосипеде, слушать пение птиц, рисовать, петь, особенно, заниматься физкультурой и спортом.

               **10.Советы для учащихся.**

Ведущий обобщает сообщения учащихся, подчеркивает важность здорового образа жизни. Затем спрашивает, что полезно делать для сохранения здоровья.

        1 капитан: Привыкаю я к порядку,

                              Утром делаю зарядку,

                               Потому что нам дает

                               Час зарядки-жизни год!

                               Эй, дружище, не ленись,

                                На зарядку становись!

       2 капитан:  Кто смотрит на вещи уныло и хмуро,

                               Примите наш добрый совет:

                               Получше, покрепче дружить с физкультурой

                               В ней жизни и юности вечный секрет!

11 Заключение.

           Ведущий. Физкультура и спорт благоприятно воздействуют на весь организм человека, но физические упражнения не нейтрализуют вред, наносимый курением.

Поэтому: Запомни - человек не слаб!

                               Рожден свободным, он не раб.

                               Сегодня вечером, как ляжешь спать,

                               Ты должен так себе сказать:

                               "Я выбрал сам себе дорогу к свету,

                               И презирая сигарету,

                   Не стану ни за что курить.

                   Я человек! Я должен сильным быть!"

Ведущий. Давайте вместе скажем спасибо себе за то, что не курим!

Команды по очереди говорят хором "Спасибо мне, что не курю!"

Ведущий. Табакокурение приводит к различным заболеваниям человека, сокращает жизнь, поэтому лучше вести здоровый образ жизни. Свободное время посвящать любимым занятиям. Доброго всем здоровья и успехов!