



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТР ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ  
«СОЗВЕЗДИЕ»

СОЦИАЛЬНО – ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ  
ПРОГРАММА

**«Своя игра»**

Авторы проекта:

Безгачева Екатерина Борисовна

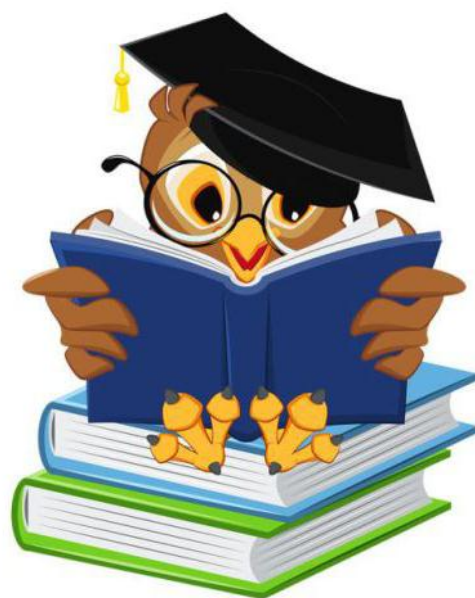
Буркова Наталия Алексеевна

Ижеева Ирина Юрьевна

Попов Илья Сергеевич

Семёнова Анна Сергеевна

Екатеринбург  
2016



## **Классификационные параметры программы**

**По уровню применения:** дополнительное образование

**По философской основе:** гуманизм

**По ведущему фактору психического развития:** социогенная

**По концепции усвоения:** развивающая

**По формированию социально-личностных качеств:** ЗУН, СУМ, СДП

**По организационной форме:** клубная, групповая

**По типу управления деятельностью:** система малых групп

**По подходу к ребенку:** лично-ориентированная

**По преобладающему методу:** игровая, информационная, развивающая

**По категории адресата:** подростковый возраст.

### **Пояснительная записка**

Употребление детьми и подростками наркотиков, алкоголя, курение (психоактивных веществ - ПАВ) представляет собой серьезную проблему для общества. Косвенно или напрямую она затрагивает каждого пятого жителя страны. Наркомания и алкоголизм имеют острые социальные последствия: совершаются преступления и аморальные поступки, происходит деградация личности и общества в целом, увеличивается смертность. Именно подростки, в силу возрастных особенностей, наиболее подвержены вышеперечисленным негативным социальным явлениям современного общества. Ситуацию также осложняет двойственность отношения к ПАВ взрослых: «Нам – можно, тебе - нельзя».

Существует масса причин, которые толкают подростка на употребление ПАВ от банального интереса, до проблем в семье. В последние годы в Российской Федерации наблюдается увеличение количества курящих несовершеннолетних, в особенности девушек. Статистика по употреблению алкоголя и наркотиков, также не радует. Таким образом, профилактическая деятельность является приоритетным направлением для нашего государства.

В программе предусмотрены ежемесячные туры игры, которые проводятся социальным педагогом совместно с педагогами объединений. Команды в каждом туре набирают определенное количество баллов и сильнейшие встречаются в финале.

**Цель программы** – первичная профилактика табакокурения, алкоголизма, употребления наркотиков и других психоактивных веществ, асоциальных форм поведения, а также пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи:**

- способствовать формированию у подростков мотивации к ведению здорового образа жизни, повышение престижа здоровой активной жизни;
- способствовать формированию у несовершеннолетних ответственного отношения к своему здоровью;
- способствовать формированию позитивного общественного мнения о роли здорового образа жизни как необходимого условия развития человека.

**Адресаты программы** – подростки 12-15 лет

**Показатели эффективности программы**

- количество молодежи принявшей участие в мероприятиях проекта;
- уменьшение количества лиц склонных к рискованным, асоциальным формам поведения;
- повышение информированности молодежи о вреде употребления ПАВ;
- ответственное отношение к своему здоровью.

**Отличительные особенности и новизна программы:**

Новизна программы заключается в применении принципов шоу «Своя игра» в профилактических целях, этот вид интерактивной деятельности задействует познавательную, интеллектуальную и эмоциональную сферы участников в процессе игры. Благодаря активному включению участников в процесс игры они получают более глубокие знания о ведении здорового образа жизни, вреде употребления ПАВ и последствиях асоциального поведения.

Интересным моментом соревнования стала система набора баллов за участие в играх на протяжении всего учебного года, так как право участия в финальной игре даётся только 6 командам, которые набрали наибольшее количество баллов.

Кроме эмоционального момента интерес к процессу игры на третьей и последующих играх у команд появляется домашнее задание на тему будущей игры, что также способствует повышению информированности молодёжи о вреде употребления ПАВ и формированию ценностей более ответственного отношения к своему здоровью.

**Сроки реализации:** 1 год

## Регламент проведения социально-профилактической игры

| Время                 | Содержание деятельности   | Цель  | Форма                            | Продолжительность (мин.) |
|-----------------------|---|---|----------------------------------|--------------------------|
| <b>Введение</b>       |   |   |                                  |                          |
| 11.00-11.10           | <p>Перед началом игры участникам раздаются пустые таблички, для названий команд</p> <p>Обозначение темы игры</p> <p>Озвучивание правил игры</p> <p>Представление участников и членов жюри</p> <p>Жеребьевка</p> | Целеполагание, постановка задач, знакомство с темой: Установка очередности                        | Фронтальная                      | 10                       |
| <b>Основная часть</b> |   |   |                                  |                          |
| 11.10-11.20           | Разминка (по итогам домашнего задания команд), посвященная теме игры  | Активация внимания участников темы игры   |                                  |                          |
| 11.20-12.00           | Игра  | Актуализация знаний и обмен опытом. Развитие навыков взаимодействия, слаженности действий команды | Групповая игра<br>Мозговой штурм | 40                       |
| 12.00-12.05           | <p>Подведение итогов игры</p> <p>Просмотр профилактических роликов и слайд-фильмов клубов</p>   | Актуализация знаний и обмен опытом.   | Фронтальная                      | 5                        |
| <b>Заключение</b>     |   |   |                                  |                          |
| 12.05-12.10           | Награждение участников и призеров игры  |   | Фронтальная                      | 15                       |
| <b>ИТОГО</b>          |   |   |                                  | <b>70</b>                |

## План мероприятий профилактической программы «Своя Игра»

| № п/п | Дата мероприятия | Тема мероприятия                         | Тема Профилактики   | Домашнее задание  |
|-------|------------------|--|---|---|
| 1     | Сентябрь         | «Я – не зависим»                         | Профилактика алкогольной зависимости в рамках Областного дня трезвости  | Д/З по профилактике компьютерной зависимости на октябрь |
| 2     | Октябрь          | «Реальная жизнь»                         | Профилактика компьютерной зависимости в рамках всемирного дня психического здоровья   | Д/З по профилактике табакокурения на ноябрь             |
| 3     | Ноябрь           | «Легче лёгкого»                          | Профилактика табакокурения в рамках Международного дня отказа от курения  | Д/З по профилактике дорожного травматизма на январь     |
| 4     | Декабрь          | «Знания - сила»                          | Профилактика рискованного поведения в рамках Всемирного дня борьбы со СПИДом  | ---   |
| 5     | Январь           | «Три пути»                               | Профилактика дорожного травматизма  | Д/З по теме «Патриотизм и экстремизм» на февраль-март   |
| 6     | Февраль          | «Есть такая профессия – Родину защищать» | Формирование патриотического отношения к стране в рамках Дня защитника отечества  | Д/З по той же теме на март                              |
| 7     | Март             | «Мы все - друзья»                        | Профилактика экстремизма и формирование чувства толерантности в рамках Международного дня борьбы с расовой дискриминацией     | Д/З по ЗОЖ на апрель                                    |
| 8     | Апрель           | «Живем здорово!»                         | 7 апреля – Всемирный день здоровья  | Д/З по профилактике табакокурения                       |
| 9     | Май              | «Дыши свободно!»                         | 31 мая – Всемирный день без табака  | ---   |
| 10    | Июнь (финал)     | «Мы выбираем – жизнь!»                   | Профилактика зависимого поведения в рамках Всемирного дня борьбы со злоупотреблением наркотических веществ и их употреблением | ---   |

## **Ход игры**

Перед началом игры командам-участницам (не более 6 человек) раздаются пустые таблички, для записи названий команд и ведущим озвучивается тема игры и ее правила. Далее проходит представление команд-участниц и членов жюри.

### **Разминка / домашнее задание**

В начале большинства игр (кроме сентябрьской, декабрьской и финальной июньской) проходит «разминка»: участники игры отвечают на 4-6 вопросов по теме игры (не менее числа команд-участниц), составленных в ходе выполнения домашнего задания. Бланки с вопросами находятся на столе жюри и выбираются ведущим случайным образом. Стоимость каждого вопроса – 100 баллов. Участники записывают ответ на листочках и поднимают таблички с названием команды, члены жюри отслеживают очередность поднятия табличек и собирают ответы. 100 баллов зарабатывает команда, первой правильно ответившая на вопрос, если верного ответа не прозвучало, 100 баллов зарабатывает команда-автор вопроса. Команды-авторы указаны на бланках с текстами вопросов. На первой игре (сентябрь) команды-участницы получают первое из шести домашних заданий, позволяющих заработать дополнительные баллы. Каждая из команд имеет право составить и выслать до конца текущего месяца не более 6 вопросов по предложенной теме: как правило, это тема следующей игры.

### **Правила игры**

Для установления очередности команд в выборе вопроса в начале игры проводится жеребьевка.

На экране высвечивается табло, содержащее пять категорий. В каждую категорию включено пять вопросов, «цена» которых (количество баллов, которые можно заработать правильно ответив на вопрос) в каждой категории зависит от сложности. Так самый легкий вопрос в категории стоит сто баллов, а самый трудный - пятьсот.

Согласно жеребьевке каждая команда имеет право выбрать вопрос, называя категорию и цену вопроса. Команды-соперницы также могут ответить на вопрос вне своей очереди, записав ответ на листочках, подняв табличку с названием команды и передав свой ответ членам жюри до того, как ответит команда, выбиравшая вопрос. В оценивании ответов особое внимание жюри обращает на полноту ответа. Команды, нарушающие правила игры, могут быть оштрафованы на минимальную цену вопроса – 100 баллов.

Побеждает команда, набравшая большее количество баллов. В финальной игре принимают участие 6 команд, набравших наибольшее количество баллов по итогам игр всего года.

## **Итоги реализации программы «Своя Игра» в 2014-2015 учебном году**

1. Суммарный охват несовершеннолетних обучающихся объединений Центра и ОУ Орджоникидзевского района составил 415 человек
2. Проведено 10 викторин с обучающимися объединений Центра и ОУ Орджоникидзевского района
3. В проекте приняли участие 13 объединений Центра и 7 школ Орджоникидзевского района

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

- Охват максимально возможного количества молодежи в объединениях Центра;
- Сотрудничество объединений Центра с общеобразовательными учреждениями;
- Уменьшение количества лиц, склонных к рискованным, асоциальным формам поведения;
- Повышение информированности молодежи о вреде употребления ПАВ;
- Формирование положительного имиджа клубов по месту жительства Центра.

### **Список литературы**

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология. – М., 1999.
2. Белогуров С.Б., Климович В.Ю. Профилактика подростковой наркомании. Новинки противостояния и сопротивления распространению наркомании: наглядно-методическое пособие – М.: Центр «Планетариум».
3. МБУ «Центр социально-психологической помощи детям и молодежи «Форпост»», Сборник программ социальных педагогов клубов по месту жительства по итогам за 2008 год. Екатеринбург, 2009
4. Овчарова Р.В. Справочная книга социального педагога. – М.: ТЦ Сфера, 2004.
5. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании // под ред. С.В.Березина, К.С. Лисецкого, И.Б. Орешниковой. – М., 2000.
6. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности. М., 1994
7. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. и др. Проект первичной профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде // Школа здоровья. 2000 № 3
8. Спангер Б. Ключевые принципы построения профилактических программ для подростков // Вопросы наркологии. 1993. №3
9. Сמיד. Р. Групповая работа с детьми и подростками. – М., 1999
10. Интернет-ресурс: <http://www.narkotiki.ru>

WWW

100

200

300

400

500

Здорово живешь

100

200

300

400

500

Спорт

100

200

300

400

500

Вкусно и полезно

100

200

300

400

500

Не болей

100

200

300

400

500



## Тема 1. «Я – независим»

(Профилактика алкогольной зависимости в рамках Областного дня трезвости)

| Рубрика                     | Стоимость | Вопрос   | Ответ   |
|-----------------------------|-----------|--|---|
| Здоровье                    | 100       | Русский полководец, который в детстве был слабым ребенком, но прекрасно себя закалил. Сначала он парился в бане, а затем выливал на себя 10 ведер холодной воды. | Суворов Александр Васильевич  |
|                             | 200       | Строительный материал для мышц – это...  | Белки   |
|                             | 300       | Перечислите ошибки, которые этот человек допускает по отношению к своему здоровью.   | Ест вредную еду, одновременно с этим говорит по телефону и работает за компьютером. А также у него неправильно расположен источник света, за спиной, а должен быть слева. |
|                             | 400       | Что такое гиподинамия?   | Малоподвижный образ жизни, опасен тем, что приводит к ослаблению мышечной системы, ожирению, заболеваниям сердца, пищеварительной системы и т.д.                          |
|                             | 500       | Назовите несколько способов закаливания  | Закаливание воздухом, обливание водой, моржевание, контрастный душ, хождение босиком, закаливание снегом.   |
| Интересные факты о здоровье | 100       | Правое и левое легкие человека имеют разный размер. Объясните, почему?   | Левое легкое меньше, потому что «освобождает» место для сердца.   |
|                             | 200       | Здоровый ребенок в возрасте 6 лет, в среднем делает это 300 раз в день, а взрослый человек всего 15-30 раз.  | Смеется.  |
|                             | 300       | Как называется наука о здоровье?   | Валеология  |
|                             | 400       | Сколько лет было самому старому подтвержденному долгожителю на планете?  | 122 года. Жанна Кальман, уроженка Франции, прожила 122 года и 164 дня.  |
|                             | 500       | Французский врач Шарль-Габриэль Правас в 19 веке разрабатывал метод лечения истончения кровеносных   | Шприц.  |

|                  |     |   |  |
|------------------|-----|---|--|
|                  |     | сосудов солями железа и по ходу изобрел это. В наше время это чуть ли не символ медицины.   |  |
| Спорт            | 100 | Кому принадлежит рекорд по прыжкам в высоту с шестом среди женщин?  | Елена Исинбаева  |
|                  | 200 | Назовите первого российского абсолютного чемпиона мира по боксу.  | Константин Цзю   |
|                  | 300 | Какое существо было официальным талисманом олимпийской сборной России в 2004 году?  | Чебурашка  |
|                  | 400 | Назовите фамилию “непробиваемого” вратаря в хоккейной команде ЦСКА и сборной Советского Союза, трехкратного олимпийского чемпиона, заслуженного мастера спорта. После знаменитой серии матчей с канадскими профессионалами, канадцы назвали его “русское чудо”. | Третьяк Владислав Александрович  |
|                  | 500 | Сколько спортивных дисциплин включено в программу Олимпийских игр?  | 66 дисциплин.  |
| Нездорово живешь | 100 | Какие напитки приводят к алкогольной зависимости быстрее всего? (не конкретное название, а категория напитков)  | Слабоалкогольные   |
|                  | 200 | Назовите признаки человека страдающего алкоголизмом   | Красный нос, неопрятный внешний вид, запах изо рта и т.д.  |
|                  | 300 | Какой правитель официально в России выдавал орден за пьянство весом в 7 килограмм?  | Петр I   |
|                  | 400 | Какой орган в первую очередь и больше всего страдает от действия алкоголя.  | Мозг.  |
|                  | 500 | Почему на некоторых этапах гран-при гонки формула-1 в Абу-Даби и Бахрейне, вместо шампанского гонщики обливаются безалкогольным напитком?   | Потому что в этом регионе запрещен алкоголь вообще.  |
| Здоровое питание | 100 | Что такое морепродукты и почему их надо употреблять в пищу?   | Морепродукты – традиционное название для всех нерыбных продуктов моря (крабы, креветки, кальмары, лангусты, мидии, устрицы, морская капуста). Морепродукты содержат большое количество |

|     |   |  |   |
|-----|---|--|---|
|     |   |  | необходимых организму микроэлементов, прежде всего йод.   |
| 200 | Назовите оптимальный режим питания для здорового человека.  |  | Прием пищи осуществляется минимум три раза в день, лучше 5 раз, через равные промежутки времени, не более 4-5 часов |
| 300 | Сколько раз рекомендуется пережевывать пищу?  |  | 33 раза   |
| 400 | Сколько человек может прожить без пищи и воды?  |  | Без воды – 3 дня, без еды 3-4 недели.   |
| 500 | Полезные свойства этого продукта известны на протяжении более 3 тысяч лет, он также неоднократно упоминался в Библии. |  | Инжир или смоковница.   |

**Тема 2. «Реальная жизнь»**  
 (Профилактика компьютерной зависимости  
 в рамках всемирного дня психического здоровья)

| Рубрика        | цена | Вопрос  | Ответ   |
|----------------|------|---|---|
| WWW            | 100  | Какие личные данные не следует оставлять в сети интернет.   | Паспортные данные, адрес. 1 из вариантов ответа.  |
|                | 200  | По прошествии получаса работы за компьютером, следует сделать это.  | Разминка для глаз.  |
|                | 300  | Это время, которое можно проводить за компьютером, врачи называют – нормой для детей от 12 до 15 лет. Сколько времени можно проводить за компьютером? | 1,5 часа.   |
|                | 400  | Посещаемость этого сайта в марте 2013 года составляла 720 миллионов человек в сутки, а общая аудитория 1,2 миллиарда человек. Назовите этот сайт.     | Facebook  |
|                | 500  | Как расшифровывается WWW?   | World wide web или всемирная паутина  |
| Здорово живёшь | 100  | Какое растение можно приложить к ране, чтобы остановить кровь.  | Подорожник  |
|                | 200  | Что означает слово воркаут?   | (тренировка, уличный фитнес) Разновидность массового физкультурного занятия, включает в себя выполнение различных упражнений на уличных спортивных площадках, а именно турниках, брусках, шведских стенках и т.д. |
|                | 300  | Стадия заболевания, когда оно становится постоянным.  | Хроническое   |
|                | 400  | Когда отмечается всемирный день здоровья?   | 7 апреля. В этот день в 1948 году была организована Всемирная организация здравоохранения   |
|                | 500  | В каких ягодах содержится больше всего витамина С?  | В ягодах шиповника.   |
| Спорт          | 100  | В этом виде спорта используется снаряд состоящий из плечь, рукоятки и стрел.  | Стрельба из лука  |
|                | 200  | Сколько золотых медалей взяла наша сборная на Олимпийских играх в Сочи?   | 13 медалей  |
|                | 300  | Назовите одного из российских   | Алексей Волков  |

|                  |     |  |   |
|------------------|-----|--|---|
|                  |     | спортсменов, которые завоевали золото на прошедшей олимпиаде. Любого спортсмена.   | Евгений Устюгов<br>Дмитрий Малышко<br>Антон Шипулин<br>Александр Зубков<br>Алексей Воевода<br>Алексей Негодайло<br>Дмитрий Труненокв<br>Александр Легков<br>Александр<br>Третьяков<br>Вик Уайлд<br>Аделина Сотникова<br>Татьяна Волосожар<br>Максим Траньков<br>Евгений Плющенко<br>Юлия Липницкая<br>Ксения Столбова<br>Фёдор Климов<br>Екатерина Боброва<br>Дмитрий Соловьёв<br>Елена Ильиных<br>Никита Кацалапов<br>Виктор Ан<br>Владимир<br>Григорьев<br>Семён Елистратов<br>Руслан Захаров |
|                  | 400 | Что означает сплетение разноцветных колец на эмблеме олимпийских игр?              | Объединение пяти континентов.   |
|                  | 500 | Скелетон является разновидностью этого вида спорта?                                | Санный спорт  |
| Вкусно и полезно | 100 | Эта пища, по мнению диетологов, самая полезная для завтрака.                       | Каша  |
|                  | 200 | Что называют цедрой?   | Кожура цитрусовых   |
|                  | 300 | Посмотрите на картинку, выберите и опишите 2 продукта наиболее полезные для сердца | Рыба - Первое место в списке полезных продуктов для сердца занимает рыба (особенно, жирная морская: лосось, семга, скумбрия, тунец и т.д.). Эти морские продукты способны улучшить состав крови, препятствовать образованию тромбов и т.д. Включая ее в рацион питания (хотя бы 2-3 раза в  |

|     |  |   |  |
|-----|--|---|--|
|     |  |   | <p>неделю), можно заметно предотвратить развитие сердечных заболеваний. Грецкие орехи - содержат так называемые полиненасыщенные жиры, понижают уровень холестерина в крови. Достаточно 5 орешков в день, чтобы увеличить продолжительность жизни в среднем на 7 лет!</p> <p>Сахар - употребление сахара может повысить риск возникновения сердечнососудистых заболеваний.</p> <p>Соль – самый вредный продукт для сердца. Соль задерживает в организме человека воду, а значит, увеличивается нагрузка на почки и сердце.</p> |
| 400 |  | <p>Самая дорогая приправа в мире, которая является хорошим антидепрессантом, ее используют в качестве болеутоляющего, антисептического, общеукрепляющего средства? Картинка</p> | <p>Шафран - 1 килограмм стоит около 6 000 долларов. Шафран – это вручную собранные и высушенные тычинки цветка из семейства крокусовых. Чтобы получить 1 кг этой приправы нужно перебрать примерно 2000 цветков. содержит: марганец, медь, кальций, калий, железо, цинк, селен, магний.)</p>   |

|          |     |   |  |
|----------|-----|---|--|
|          | 500 | Название этого растения в переводе с латинского означает «быть здоровым»?<br>Картинка.  | Salvia (шалфей, или сальвия) воплотил в своем названии свои исконные целебные свойства, ведь "salvus" в переводе с латинского означает "здоровый". |
| Не болей | 100 | В медицине – это совокупность мер по укреплению здоровья, предупреждению и устранению причин заболеваний человека.  | Профилактика.  |
|          | 200 | Напишите общее название, всех лекарственных средств, предназначенных для лечения различных вирусных заболеваний, также их используют в профилактических целях.  | Противовирусные препараты  |
|          | 300 | Продолжите фразу Президента РФ В.В. Путина, который сказал: «Люди должны осознать, что .....— это личный успех каждого».  | Здоровый образ жизни   |
|          | 400 | В Древней Греции перед Олимпийскими играми атлеты старались включать в меню как можно больше этих терпких ягод. Это удивительное растение, справедливо считается сильнейшим природным антибиотиком. Именно, поэтому оно с легкостью лечит многие воспалительные процессы, глазные болезни и болезни кожных покровов. Встречается в нашем регионе и высота дерева, на котором растут эти ягоды, достигает нескольких метров. | Облепиха   |
|          | 500 | Что означает искусство врачевания под названием “Аюрведа” в Древней Индии?  | «āyus» — «длинная жизнь» и «veda» — знание) — (что означает “ <b>учение о долгой жизни</b> ”) традиционная система индийской медицины.             |

### Тема 3. «Легче легкого»

(Профилактика табакокурения в рамках Международного дня отказа от курения)

| Категория | Стоимость | Вопрос  | Ответ   |
|-----------|-----------|---|---|
| Спорт     | 100       | На Олимпийских играх в Турине наши болельщики поразили всех, купив в магазинах телескопические удочки. А как они их использовали?   | В качестве дровка для флагов  |
|           | 200       | Оказывается, ЭТОТ спортивный термин произошел от обычая в игре в крикет. Игрока награждали новенькой шляпой, если игроку удавалось успешно сделать это 3 раза. Назовите этот термин.  | Хет-трик  |
|           | 300       | 5 апреля 1902 г., Глазго — 25 погибших, 517 раненых. 24 мая 1964 г., Лима — 318 погибших, 500 раненых. 20 октября 1982 г., Москва — 340 погибших. 29 мая 1985 г., Брюссель — 39 погибших. Какое зрелище вызвало эту печальную статистику? | Футбольные матчи  |
|           | 400       | Когда известный футболист Джордж Бест находился в больнице, то к нему пришло письмо с пожеланиями скорейшего выздоровления и долгих лет жизни. Подписана она была «От второго в мире». Ответьте, как звали отправителя этого послания.    | Пеле  |
|           | 500       | История знает не так уж мало двукратных олимпийских чемпионов по боксу. Однако достижение одного из них, американца Кирка, можно считать уникальным. Во-первых, потому что он открывает этот список, а во-вторых... Почему?               | Он победил дважды на одной Олимпиаде, в разных весовых категориях                           |
|           | ЗОЖ       | 100   | Эту вредную привычку по конца 17 века принято было называть «сухим пьянством», назовите ее? |
| 200       |           | Известный боксер Майк Тайсон в своем интервью сказал: «Банка пива, сигарета в руке — мир катится по наклонной. От всей души хочется, чтобы модно было иметь ребёнка, быть естественным и....продолжите фразу?»                            | Вести здоровый образ жизни  |
| 300       |           | В 1634 году Патриарх Московский сделал заявление, согласно которому «курящие мужчины и женщины будут нести наказание». Напишите какое наказание им предусматривалось?   | Высечение розгами по спине  |



|                  |                  |   |  |
|------------------|------------------|---|--|
|                  | 400              | Когда проводилось расследование Большого московского пожара 1634 года, то среди главных его причин назвали курение, которое пришло к нам из Англии. А как называли в то время табак?  | Аглицкое зелье (английское зелье)  |
|                  | 500              | Музыкальный вопрос: назовите исполнителя песни, ее название и вредную привычку  | Виктор Цой «Пачка сигарет» курение   |
| Вкусно и полезно | 100              | По легенде, Исаак Ньютон открыл закон всемирного тяготения после взаимодействия с этим продуктом. Назовите его.   | Яблоко   |
|                  | 200              | Голландцы непременно каждое утро за завтраком едят его. Французы лакомятся в конце обеда вместе с десертом. А в Швейцарии у некоторых есть это имеющее возраст, равный возрасту владельца. Что это такое?   | сыр  |
|                  | 300              | Что нужно сделать чтобы легко снять кожуру с помидора?  | Подержать в кипятке  |
|                  | 400              | После первого выхода этой книги в свет в 1947 году едва ли не ежегодные ее тиражи достигали трех миллионов экземпляров. Ее практическое значение медленно, но верно сменялось эстетической и исторической ценностью. Назовите сей советский бестселлер, который народ прозвал "первым комиксом" для домохозяек. | "Книга о <b>вкусной</b> и здоровой пище".  |
|                  | 500              | Что обязательно кладут в кофе глясе?  | Корицу   |
|                  | Вредные привычки | 100   | Все чаще пристрастие к этому распространенному, общедоступному, социально-одобряемому напитку считается зависимостью |
| 200              |                  | В Древней Индии это считалось преступлением, и за его совершение человека поили раскаленным серебром, свинцом или медью.  | Пьянство   |
| 300              |                  | Назовите 4 органа, которые сильнее других страдают от действия алкоголя   | Желудок, печень, сердце, мозг  |
| 400              |                  | Эта вредная привычка встречается у 30% детей младшего школьного   | Грызут ноги  |

|           |     |   |                       |
|-----------|-----|---|-----------------------|
|           |     | возраста.   |                       |
|           | 500 | В США был открыт специальный телефонный номер, позвонив по которому можно было услышать некую запись. Ответьте, что это была за запись, узнав, что таким образом боролись с курением  | Кашель туберкулезника |
| Дары моря | 100 | Эта смертельно ядовитая рыба — лакомое блюдо у японцев.   | Фугу                  |
|           | 200 | Какого цвета кровь у осьминога?   | Голубая               |
|           | 300 | Большое количество легкоусвояемого белка, набор витаминов группы В, витамин С, микроэлементы, йод, — все это ... Но при его приготовлении – варке или жарке – нужно уложиться в 3-5 минут. Иначе его мясо превратится в жесткую и безвкусную резину.  | Кальмар               |
|           | 400 | Как и мидии, и морские гребешки, ОНИ способны подавлять всасывание организмом холестерина благодаря содержащемуся в них стерину. Но нужно быть осторожными. Их можно употреблять в пищу лишь несколько часов спустя после вылова, иначе в них накапливается критическая доза опасных бактерий. Назовите один из любимых деликатесов у французов | Устрицы               |
|           | 500 | Эта одноклеточная водоросль широко используется для очистки воздуха в космических кораблях.   | Хлорелла              |

## Тема 4. «Знания - сила»

(Профилактика рискованного поведения в рамках Всемирного дня борьбы со СПИДом)

| Категория        | Стоимость | Вопрос  | Ответ                             |
|------------------|-----------|---|-----------------------------------|
| Спорт            | 100       | Как расшифровывается слово «Самбо»  | Самооборона без оружия            |
|                  | 200       | Единственная страна, которая участвовала во всех чемпионатах мира по футболу  | Бразилия                          |
|                  | 300       | В каком виде спорта преуспел Шерлок Холмс   | Бокс                              |
|                  | 400       | Кто из русских писателей, не смотря на преклонный возраст, увлекался верховой ездой, коньками, гимнастикой и ездой на велосипеде?   | Лев Николаевич Толстой            |
|                  | 500       | В США такой знак можно встретить на популярных велосипедных маршрутах. Как вы видите, часть знака закрашена, первая часть фразы – Будь Крутым, продолжите, пожалуйста. (Картинка) | Носи велошлем                     |
| Олимпийские игры | 100       | Какая страна является родиной Олимпийских игр?  | Греция                            |
|                  | 200       | В двух видах спорта нашим женским сборным нет равных в этих видах спорта, начиная с олимпиады 2000 года в Сиднее. Первый – художественная гимнастика, а второй...                 | Синхронное плавание               |
|                  | 300       | Какую награду получал победитель первых олимпийских игр?  | Венок из ветвей оливкового дерева |
|                  | 400       | В каком городе проводились О.И. в древности?  | Олимпия                           |
|                  | 500       | В каком веке появились Олимпийские игры?  | 8 век.                            |
| Вкусно и полезно | 100       | Это вкусное и полезное блюдо, ее можно приготовить на молоке и на воде.   | Каша                              |
|                  | 200       | Напиток из этого растения по вкусу напоминает кофе, однако обладает полезными общеукрепляющими свойствами   | Цикорий                           |
|                  | 300       | Густой напиток из ягод или фруктов, с добавлением льда, сока или молока, готовится в блендере.  | Смузи                             |
|                  | 400       | Назовите слово, которым можно описать все эти продукты (картинка).  | Кисломолочные продукты            |

|          |     |   |   |
|----------|-----|---|---|
|          | 500 | Движение за правильное питание, его приверженцы воспринимают принятие пищи, как церемонию, противопоставляют себя американскому Fast-food'у или по-русски «быстрое питание». Скажите название этого движения. | Slow-food или медленное питание   |
| СПИД     | 100 | Символ борьбы со СПИДом, обязательный атрибут акций, посвященных тематике ВИЧ, во всем мире   | Красная лента   |
|          | 200 | Назовите (приблизительно) количество лет, которое прошло с тех пор, как ученые впервые описали ВИЧ  | 30-35 лет   |
|          | 300 | В этот день отмечается Всемирный день борьбы со СПИДом. Впервые он был провозглашён ВОЗ в 1988 году.  | 1 декабря   |
|          | 400 | Назовите хотя бы одного известного человека, у которых диагностировали ВИЧ/СПИД   | Артур Аш, Фредди Меркьюри, Айзек Азимов, Мэджик Джонсон   |
|          | 500 | Изначально ВИЧ получил именно такое неофициальное название  | «Болезнь четырех Г» – так как была обнаружена у жителей или гостей Гаити; гомосексуалов; людей, больных гемофилией и лиц, употреблявших героин. |
| Здоровье | 100 | За какое время до сна нужно принимать пищу.   | 2 часа  |
|          | 200 | В день человеку нужно 2,5 килограмма этого вещества   | Вода  |
|          | 300 | С. Бодров: «Задача родителей и общества: подарить детям тягу к ..., ведь если у них ее нет – остается только алкоголь и наркотики»  | Спорт   |
|          | 400 | Из молока, какого животного принимала ванны Клеопатра?  | Коза  |
|          | 500 | Это занятие представляет собой естественный массаж, повышает тонус мышц, улучшает работу сердца. Что это?   | Плавание  |

