**МКУ «Центр «Калейдоскоп»**

**Игра по профилактике употребления ПАВ**

**«Верный ориентир»**

**16+**

**Оборудование:** проектор, компьютер, колонки.

**Содержание игры:**

Игра «Верный ориентир» - модель жизненного пути человека. Каждый шаг – это всегда выбор между добром и злом. Делая правильный выбор, мы сохраняем свое здоровье и свои жизненные силы.

Игра представлена числовыми полями (Рис.1) в мультимедийной презентации, пронумерованными от 1 до 40.. На обратной стороне. В каждой строке есть лишь 1 верные шаг, который ведёт к здоровой и счастливой жизни. На верных представлена различная информация о здоровом образе жизни, в т.ч. представленная в видеороликах. На неверных - различные вопросы и задания, направленные на осознание ценностного отношения к своему здоровью. Совершать ход можно только прямо, либо по диагонали с предыдущего верно выбранного листа. Исключением является первый ряд – там выбор необходимо сделать из всех пяти предложенных пронумерованных листов (рис. 2.1, рис. 2.2.).

3

2

1

1000

9

8

7

6

15

14

13

12

111

20

19

18

17

16

25

24

23

22

21

30

29

28

27

26

35

34

33

32

31

40

39

3888

3777

36

5

4

40

39

3888

3777

36

35

34

33

32

31

30

29

28

27

26

25

24

23

22

21

18

20

19

17

16

15

14

13

12

111

1000

9

8

7

6

5

4

2

3

1

Рис.1 Рис.2.1

6

1

4

- верный - неверный - пустой

Рис.2.2

Сценарий

Здравствуйте, дорогие друзья! Сегодня мы хотим предложить Вам принять участие в игре «Верный ориентир». Для этого Вам нужно стать одной большой дружной командой и найти верный путь, принимая совместные решения.

Но прежде чем мы начнём играть, нам с вами необходимо разобраться, в основных понятиях, что бы мы с вами не запутались. Итак, психоактивное вещество - это вещество синтетического или растительного происхождения, которое может изменять нормальные функции организма, и приводит к психической и (или) физиологической зависимости. Следует отметить, что в группу психоактивных веществ входят даже алкоголь и табак, но их употребление разрешено с 18 лет, в отличие от наркотических веществ, любое действие с которыми запрещено в РФ. Но как же вещество признаётся наркотиком?

Вещество признаётся наркотиком, если оно соответствует трём критериям: медицинскому, социальному и юридическому.

* Медицинский критерий состоит в том, что вещество должно оказывать специфическое воздействие на центральную нервную систему (галлюциногенное, стимулирующее, успокаивающее). Это воздействие и является причиной его немедицинского употребления.
* Социальный критерий предполагает, что употребление этих средств без назначения врача приобретает такие размеры, что становится опасным для общества (потери в рабочей силе, возрастающая преступность, высокая смертность, снижение уровня образования и т.д.).
* Юридический критерий означает, что вещество признаётся наркотическим и за различные действия с ним наступает ответственность только после того, как государственная инстанция, исходя из анализа медицинского и социального критериев, признает данное средство наркотическим и внесёт его в специальный перечень наркотических средств (Утвержден Постановлением Правительства РФ №681 от 30.06.1998г.).

Конечно же все мы знаем, что употребление наркотических веществ вызывает зависимость, но знаете ли вы какой вид зависимости появляется первым? На самом деле даже при разовом употреблении наркотика у человека появляется психологическая зависимость, и постепенно данное явление переходит в стадию физической зависимости, когда организм начинает требовать вещество всё больше и больше.

Ну что, теперь мы знаем основные понятия и можем смело переходить к игре. Дорога жизни - невидимая траектория, в соответствии с которой выстраивается цепочка определенных событий, следующих одно за другим в определенной последовательности. На этапе своей жизни мы находимся перед выбором. Выбор людей, деятельности, выбор себя. «Каким буду я? Кем буду я?». Перед вами поле, это поле жизни. 40 шагов и только 8 из них являются верными. Предлагаю вам найти правильную дорогу жизни, богатую интересными событиями и воплощенными в жизнь мечтами. Совершать действие можно только ступая на одну цифру, если она верная – вы продолжаете следовать далее, не верная – выполняете задание всей командой. Шагать можно только прямо или по диагонали. Соответственно, каждый из 8 верных шагов находится только в единственном числе в каждом ряду. Совершая неверный выбор, вам необходимо будет выполнить задание.

Я верю в то, что у вас все получится. И мы вместе с вами найдем верную дорогу жизни. Все в наших руках! Предлагаю начинать игру.

**Ход игры**

Ребята делают первый шаг в диапазоне цифр от 1 до 5. Совершать действие можно, только ступая на одну карточку. Если шаг сделан верно, то ребятам в творческой форме представляется один из элементов здорового образа жизни (зарядка, правильное питание, спорт и другое), а также участники делают следующий шаг. В противном случае – участники выполняют задание на знание основ здорового образа жизни. Задание также прописано в презентации и высвечивается одновременно с совершаемым действием. Далее ребята проходят аналогичным образом оставшуюся часть пути.

Таким образом, команда, принимая совместные решения, определяет правильный жизненный путь.

Завершение игры – участникам выдаются большие детали «лего», с приклеенными стикерами. Задача ребят – написать на стикерах слово, связанное со здоровым образом жизни либо своё увлечение. Далее участники строят из деталей «стену здоровья», которая будет защищать их от вредных воздействий.

Общая фотография.

*Задания на карточках смотри в приложении 1.*

**Приложение № 1**

**Лист № 1. Вопрос:** «Как вы думаете, по каким причинам человек начинает употреблять наркотики?» Делается обобщение.

Варианты ответов: желание казаться взрослым, «за компанию», уход от проблем, желание попробовать что-то новое, мода и т.д.

*Альтернатива дается? Или опровержение достойный повод или нет?*

**Лист № 2.** **Вопрос:** «Опасно ли разовое употребление наркотического вещества? Если да, то почему?». Делается обобщение.

Ответ: Даже разовое употребление наркотического вещества может вызвать зависимость, кроме того есть вероятность летального исхода даже при первом употреблении. ПАВ пагубно влияют на все системы органов (более подробно разбираем в другом вопросе).

**Лист № 3.** **Ситуация: «**Игнат обожает своих друзей, они всегда весело проводят время вместе. Однажды они пошли гулять, и друзья предложили Игнату психоактивное вещество (попробовать всем вместе). Сначала онотказался и уверял их о вреде этих веществ, но вскоре он услышал: «либо ты с нами, либо нет?» Как стоит поступить?» Обобщение, вопрос о том, можно ли назвать таких людей друзьями.

**Лист № 4.** **Дорога жизни – правильный выбор**. **Ты знаешь, что спорт – это модно!** (Видеоролик: мотивация к спорту)

**Лист № 5. Вопрос:** «Употребление наркотиков это личное дело каждого?». Делается обобщение.

Ответ: Это не личное дело каждого, так как данное явление оказывает влияние на общество. Во-первых, страдает семья и близкие люди наркомана. Наркотическая зависимость может стать толчком для совершения правонарушений, такой человек становится угрозой для общества. Не стоит забывать и о социально опасных заболеваниях, в том числе ВИЧ, передатчиком которых может стать наркоман.

**Лист № 6.** ПУСТОЙ (т.к. не может быть задействован, исходя из правил игры)

**Лист №7.** ПУСТОЙ (т.к. не может быть задействован, исходя из правил игры)

**Лист № 8.** **Дорога жизни – правильный выбор.** На Зарядку ты вставай, бодрость духа поднимай.(упражнения из зарядки)

**Лист № 9.** **Игра «Крокодил».** Участникам необходимо объяснить слова, связанные со здоровым образом жизни, с помощью жестов.

Слова: хорошее настроение, йога, лыжи.

**Лист № 10. Вопрос:** К какому специалисту можно обратиться в случае наркотической зависимости?

Ответ: нарколог.

**Лист № 11.** ПУСТОЙ (т.к. не может быть задействован, исходя из правил игры)

**Лист № 12. Вопрос:** Какие физиологические последствия употребления психоактивных веществ Вы знаете? Делается обобщение.

Ответ: Влияние на центральную нервную систему, на репродуктивную систему, сердечно-сосудистую, дыхательную и др. Пагубное воздействие на внешний облик человека. В конечном итоге употребление наркотиков уменьшает продолжительность жизни, ведёт к летальному исходу.

**Лист № 13.** **Дорога жизни – правильный выбор.** Правило 3Д – Думай, дорожи, действуй (Думай о том, что ты делаешь; дорожи тем, что имеешь; действуй – веди активный образ жизни).

**Лист № 14. Вопрос:** «Какая ответственность предусмотрена для лиц совершающих действия с наркотическими веществами?». Обобщение.

Ответ: Административная и уголовная (срок лишения свободы от 3 лет до пожизненного срока) в зависимости от совершённого преступления. В РФ считается незаконным любое действие, совершённое с наркотическим веществом!

**Лист № 15.** ПУСТОЙ (т.к. не может быть задействован, исходя из правил игры)

**Лист №16.** ПУСТОЙ (т.к. не может быть задействован, исходя из правил игры)

**Лист № 17. Вопрос о ЗОЖ.** Назовите составляющие ЗОЖ.

Ответ: Сон 7-8 часов, психический комфорт, достаточная двигательная активность, правильное питание, достаточно высокая общая и гигиеническая культура, отказ от употребления любых психоактивных веществ.

**Лист № 18. Собрать афоризмы, пословицы и поговорки о ЗОЖ.** Ребятам даются слова, им необходимо построить из них известные высказывания о ЗОЖ.

Ответ: «В здоровом теле - здоровый дух.», «Закаляй свое тело с пользой для дела.», «Мудрый человек предотвращает болезнь, а не лечится от неё.».

**Лист № 19.** Дорога жизни – правильный выбор. **Хорошее настроение – залог хорошего самочувствия!** Игра «Смешное место» (если позволяет время)для поднятия настроения. Из участников выбирается ведущий, ему загадывается определённое место, ведущий отвечает на вопросы участников, не зная, где он находится. Игра вызывает смех и поднимает настроение. Места: у зубного врача, в кабинете у директора, в Диснейленде и т.д. Вопросы: Как часто ты бываешь в этом месте? С кем ты туда ходишь? Что ты там делаешь? Что нужно брать с собой в это место? И др.

**Лист № 20.** ПУСТОЙ (т.к. не может быть задействован, исходя из правил игры)

**Лист № 21.** ПУСТОЙ (т.к. не может быть задействован, исходя из правил игры)

**Лист № 22.** ПУСТОЙ (т.к. не может быть задействован, исходя из правил игры)

**Лист № 23.** Дорога жизни – правильный выбор. **Восстанови силы, взбодрись! Для того, чтобы быть здоровым необходимо ежедневно совершать прогулки.** Игра «Угадай место» - на слайдах представлены известные места г. Кирова, в которых можно отдохнут и прогуляться на свежем воздухе. Задача участников – угадать, что за место представлено на слайде.

**Лист № 24. Собери спортивную команду.** На слайде представлен фрагмент лица известного спортсмена(спортсменки). Необходимо угадать имя, фамилию спортсмена (спортсменки) и вид спорта, который он представляет.

Ответ: Елена Исимбаева, прыжки в высоту с шестом.

**Лист № 25. Отгадай вид спорта.** Ребятам дается картинка, с необычным видом спорта, разрезанная на несколько частей. Задача: собрать картинку и отгадать вид спорта.

Ответ: Шахбокс.

**Лист № 26.** ПУСТОЙ (т.к. не может быть задействован, исходя из правил игры)

**Лист № 27.** **Дорога жизни – правильный выбор**. Здоровый сон. Рекомендуется спать 7-8 часов.

**Лист № 28. Ситуация:** Расскажите, как по вашему мнению можно избавиться от вредных привычек? Делается обобщение.

**Лист № 29.** **Игра по типу «Алиас».** Участникам необходимо объяснить другими слова предложенные слова, не называя их самих.

Слова: иммунитет, витамины, зарядка.

**Лист № 30.** ПУСТОЙ (т.к. не может быть задействован, исходя из правил игры)

**Лист № 31. Будь осторожен.** Видеоролик с лампочками.

**Лист № 32. Вопрос:** Какие психологические последствия употребления психоактивных веществ Вы знаете? Делается обобщение.

Ответ: Депрессия, деградация личности, раздражительность, снижение внимания, интеллекта, психологическая зависимость и др.

**Лист № 33. Дорога жизни – правильный выбор. Правильное питание.**

**Лист № 34.** ПУСТОЙ (т.к. не может быть задействован, исходя из правил игры)

**Лист № 35.** ПУСТОЙ (т.к. не может быть задействован, исходя из правил игры)

**Лист № 36.** ПУСТОЙ (т.к. не может быть задействован, исходя из правил игры)

**Лист № 37. Вопрос: «**Можно ли сообщить кому-то, что у вас или у вашего друга появилась наркотическая зависимость?»

Ответ: на слайде высвечиваются телефоны доверия наркодиспансера и МВД. Говорится об анонимности, круглосуточности работы и т.д.

**Лист № 38.** **Вопрос:** Какие альтернативные занятия вы можете предложить?

Варианты ответов: спорт, хобби, вкусная еда, путешествия, интересная работа, старания в учёбе, общение с друзьями, семьёй, домашние животные и т.д.

**Лист № 39.** Дорога жизни – правильный выбор.

**Победа. Рефлексия - Строим «стену здоровья».** Участникам выдаются большие детали «лего», с приклеенными стикерами. Задача ребят – написать на стикерах слово, связанное со здоровым образом жизни либо своё увлечение. Далее участники строят из деталей «стену здоровья», которая будет защищать их от вредных воздействий. Они высказывают своё мнение об игре.

Общая фотография.