

Профилактическая игра

*«Своя Игра»*

Составил:

Долженко Ирина Николаевна,

педагог-психолог

МОБУ «СОШ № 16»

2018

***Цель игры:*** пропаганда здорового образа жизни через информирование учащихся о преимуществах здорового питания, негативных последствиях употребления ПАВ, о способах предупреждения ВИЧ-инфекции и гепатита, а также способах уверенного и безопасного поведения в социальном и межличностном взаимодействии.

**Данное мероприятие проводится в три этапа:**

**1 этап – подготовительный**

Для проведения мероприятия предварительно формируется группа волонтеров. В группу входят учащиеся, которые уже имеют первоначальные волонтерские навыки.

На этом же этапе в течение первой недели проводится обучение волонтеров по следующим направлениям:

- проведение обучающего курса по вопросам ЗОЖ, профилактики употребления ПАВ, по проблемам ВИЧ/СПИД;

- проведение тренингов на командообразование и «Психология общения»

- обучение для работы в мероприятии.

**2 этап – проведение мероприятия «Здоровый дартс»**

Во время больших перемен в холле устанавливается игровое поле (можно проводить в классе с использованием медиаресурсов). Волонтеры привлекают учащихся и предлагают сыграть, отвечая на вопросы\* выпавшего сектора. За правильные ответы учащимся начисляются баллы, которые меняются на конфетки. В случае неправильного ответа волонтер дает мини-консультацию по вопросу.

\*из перечня вопросов волонтер сам выбирает, сложность вопроса по баллам. Если участвует несколько человек одновременно, то вопросы не повторяются.

**3 этап – анализ и подведение итогов**

Совместно с волонтерами проводится встреча, на которой подводятся итоги мероприятия.

**Литература, используемая при подготовке мероприятия:**

1. Авторский коллектив Фонда «Здоровая Россия». Методическое пособие по программе формирования здорового образа жизни у подростков «Все, что тебя касается». – Изд.2-е, 2008.
2. Немов Р.С. Практическая психология: познание себя: Влияние на людей – М.: гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999.
3. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе.- М.: гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2005.

Вопросы и задания (примерные)

**ВИЧ**

1. Результаты теста на антитела к ВИЧ могут оказаться отрицательными, но человек, тем не менее, может быть заражен ВИЧ. Возможно ли это? Объясните, почему
2. Можно ли по внешнему виду определить, инфицирован человек или нет?
3. Как можно узнать, инфицирован ли человек?
4. Расскажите все, что вы знаете о тесте на антитела к ВИЧ?
5. Назови пути передачи ВИЧ?
6. Что такое «период окна» ВИЧ-инфекции?
7. Почему ВИЧ не передают насекомые?
8. Что такое иммунная система и для чего она нужна?
9. Перечисли ситуации, в которых ВИЧ не передается.
10. Что нужно делать, чтобы не заразиться ВИЧ-инфекцией?
11. Можно ли заразиться ВИЧ-инфекцией во время первого полового акта?
12. Имеет ли право ВИЧ-инфицированная женщина рожать?
13. Передается ли ВИЧ через укусы кровососущих насекомых?

**Гепатит**

1. Что такое гепатит?
2. Пути передачи гепатита А?
3. Пути передачи гепатита В
4. Пути передачи гепатита С?
5. Чем отличаются гепатит В и С?
6. Можно ли вылечить гепатит В и С?
7. Назовите не менее 5 симптомов гепатита В и С.
8. Что такое оппортунистические заболевания? Приведите примеры.
9. Как не передается вирус гепатита С?

**ЗОЖ**

1. Что для тебя значит «Здоровое питание»?
2. Что для тебя значит «здоровый стиль жизни»?
3. Как соцсети негативно влияют на человека? (привыкание, депрессия, одиночество, иллюзия)
4. Назови свой «здоровый» девиз в жизни.
5. Какие продукты полезны для поддержания хорошего настроения: сладости, мясо, фрукты.
6. Как ты думаешь, почему мы стали много есть «вредные продукты»: чипсы, шоколад, фаст-фуд?
7. Всем ли можно садиться на диету? Почему нет?
8. Почему нужно сократить потребление газированных напитков?

**Кот в мешке**

1. Может ли подросток понять взрослого и согласиться с ним?
2. Чем отличается «крутой» от уверенного человека?
3. Что такое позитивное мышление. Приведите примеры.
4. Назови 3 способа, как справиться с гневом.
5. Есть ли у тебя жизненные цели? Какие?
6. Что может испортить отношения с людьми?
7. Назови 5 «здоровых» способов поднятия настроения
8. Почему важно иметь друзей?
9. Как стать оптимистом?
10. Что ты ценишь в людях?
11. Легко ли ты можешь отказаться от общения в соцсетях?
12. **Какие вы знаете правила безопасного Интернета?**(минимум личной информации, пароли, антивирусное обеспечение).
13. Как соцсеть негативно влияет на человека? (привыкание, депрессия, одиночество, иллюзия)

**ПАВ**

1. Чем опасно курение?
2. Что, в первую очередь, разрушает алкоголь?
3. Правда ли, что бросить курить можно в любой момент?
4. Пиво не приносит вреда?
5. Чем опасен табачный дым (вэйп)?
6. Чем опасно безалкогольное пиво?