

Квест – игра
« Движение-это жизнь»

Разработала: Струкова Н.А.,
учитель русского языка и литературы
МАОУ СОШ №104

Жизнь даётся лишь одна.
Здоровой быть она должна!
Если ты в чём-то в жизни обижен
Если вдруг стали наркотики ближе
Если молодость губишь в вине
Можно решить проблему вполне!
Ролики, скейт, велосипед
Вас оградят от болезней и бед!
Образ жизни здоровый веди!
Если ты с нами , давай выходи
Я выбираю здоровье и спорт!
Я выбираю теннисный корт!
Я выбираю лес и палатку!
Для волейбола, футбола площадку!
Я выбираю лёд и коньки
А я в бассейне всех впереди!
Мы выбираем чистое небо,
Мы выбираем удачу, победу!
В наши ряды смелее вставай!
Активный отдых ты выбирай

Игра направлена на предупреждение употребления психоактивных веществ детьми и подростками, повышение интеллектуальной активности учащихся, на обучение навыкам ответственного поведения в пользу своего здоровья.

Участники игры.

В игре принимают участие команды учащихся 7-11 классов в количестве 5-6 человек, возможно участие одного взрослого сопровождающего.

Смысл квеста найти все зашифрованные в заданиях способы профилактики ПАВ, получить на объекте ответ на поставленный в задании вопрос и пройти весь квест максимально быстро. Ответы на поставленные вопросы заполняются в листе-задании и на финише сдаются организаторам. Игра может содержать фото-задания.

Для выполнения заданий необходимо иметь обязательное оборудование: мобильный телефон с камерой.

За каждый правильный ответ и выполненное задание команды получают баллы. Побеждает команда, набравшая максимальное количество баллов. В случае равенства баллов побеждает команда, затратившая на выполнение заданий наименьшее время.

Команда вправе выбирать самостоятельно порядок выполнения заданий. Так же имеет право использовать интернет для поиска подсказок, а так же карту города и навигатор.

Запрещено использовать общественный транспорт для передвижения во время квеста. Команды, нарушившие данное условие, будут дисквалифицированы.

Задания

1. Название команды.

Для того, что бы начать нашу игру надо дать название нашим командам, но название мы будем не придумывать, а отгадывать. У нас получилось три команды, теперь слушаем загадки.

Утром раньше поднимайся,
Прыгай, бегай, отжимайся.
Для здоровья, для порядка
Людам всем нужна (*зарядка*)

Болею мне некогда друзья,
В футбол, хоккей играю я.
И я собою очень горд,
Что дарит мне здоровье...

(*Спорт*)

Что дороже золота (*здоровье*)

Молодцы! Вот вам путеводные листы на каждой станции вас будут ждать связной с заданиями, выполнив его задания отправляетесь на следующую станцию.

Путеводный лист

Станция №1 Разгадайте анаграмму и найдите эту станцию : кипиаокнилл (Поликлиника)

Игра «Марионетка»

На данном этапе и формулируется тема занятия и ставится проблема. А первое из предложенных упражнений — игра «Марионетка», в которой будут имитированы определённые аспекты нашей жизни. Разбившись на условные «тройки», ученики получают задание: двое исполняют роль кукловодов, управляя практически всеми движениями третьего — куклы-марионетки. При этом, в роли куклы должен будет на протяжении игры побывать каждый из участников. У кукловодов единственная цель— перевести куклу-марионетку из первоначальной точки в другую.

После этого учитель задаёт старшеклассникам вопросы:

- Что вы ощущали, исполняя роль куклы-марионетки, которой управляют другие?*
- Приятно ли было вам ощущать себя в чужих руках марионеткой?*
- Не возникало ли при этом желание самому что-то сделать?*
- Приятно ли было зависеть вам от желания и воли других?*
- Какую жизненную ситуацию напоминает данная игра?*

Станция №2

По-разному беда приходит к нам –
Болезнью, непризнанием, потерей...
Наперекор судьбе, назло врагам
Жить остаемся, в будущее веря
И если в час твоей большой беды

Подавишь боль, сумеешь в строю остаться,
То это будет значить, что и ты
Имеешь право называться..... (человеком)

Если разгадал ты слово беги скорей туда где, честь ему и слава. « Сквер Станкомаш»
Вы прибыли на вторую станцию, вот вам задания: Анаграмма
Словосочетания или слово, образованное перестановкой букв. Необходимо сложить
слова: ЕНИЗААЛКИАВ (закаливание) ДХОТЫ (отдых) ЕБЗРОДЕОВ (здоровье) АТАБОР
(работа) РАУТЬЛИФЗУК (физкультура), РОТСП (спорт), САМСЖА (массаж).

Станция №3 Впереди ожидает Вас

Дружба и свет любимых глаз,
Шум и радость жизни,
И служение Отчизне.
Новых звезд и открытий блеск,
А не вредных соблазнов треск.
Их не выбираешь,
А то жизнь ты проиграешь! (Участковый пункт полиции)
Вот вам задания:
Нужно уметь говорить «Нет!»
А Вы умеете говорить «НЕТ»?
И не просто сказать «НЕТ», а доказать свою правоту. Это на самом деле не так просто.
Давайте с Вами попробуем это сделать вместе.
(На плакате изображено дерево с листьями, на котором вы должны написаны способы
отказа от вредных привычек. Учащиеся отрывают листочек записывают).
Никогда не соглашайся с теми, кто говорит, что дурман может помочь в беде и горе.
За советом в трудную минуту лучше обратиться к близким людям. Посмотри: их так
много вокруг – улыбающаяся мама, добрая бабушка, сильный папа, мудрый дедушка.

Упражнение «Выберись из круга» Подростки образуют тесный круг, внутри которого
находятся 3-4 человека. Задача тех, кто стоит в кругу – прорвать его и выбраться наружу,
задача внешнего круга – удержать ребят внутри в течение 2 минут.
Ну все молодцы!!!! Бегите скорее дальше.

Станция №4 Зеленый луг,

Сто скамеек вокруг,
От ворот до ворот
Бойко бегают народ.
На воротах этих
Рыбацкие сети.(Стадион)
Собери «ромашку». Каждой команде выдаётся комплект, в который входят лепестки и
сердцевина ромашки. По команде первый участник берёт сердцевину ромашки и относит
её на заранее определённую линию. Затем возвращается и передаёт эстафету следующему
участнику с лепестком. Побеждает команда, которая быстрее соберёт всю ромашку.
Дополнительное очко получает команда за самую красивую ромашку.
Молодцы!, бегите скорей вас ждет последняя станция!

Станция №5

Каждому из нас нужно такое место, где не нужно притворяться, где тебя не обманут, где
спокойно и хорошо, где можно отдохнуть душой. Такое место – твоя семья. (Сквер семьи)

Так хочется, чтоб были все счастливыми!

Чтоб колокольчиком звенел веселый смех
Давайте станем капельку терпимее
Давайте одарим добром всех, всех!
Давайте жить в спокойствии, согласии!
Ведь разум должен в каждом быть.
Трудиться - творчески , учиться– радостно!
Для этого желаю крепкое здоровье сохранить!

«Репка»

Участвуют две команды. Это - дед, бабка, Жучка, внучка, кошка и мышка. У противоположной стены зала 2 стульчика. На каждом стульчике сидит репка - ребенок в шапочке с изображением репки. Игру начинает дед. По сигналу он бежит к репке, обегает ее и возвращается, за него цепляется (берет его за талию) бабка, и они продолжают бег вдвоем, вновь огибают репку и бегут назад, затем к ним присоединяется внучка и т. д. В конце игры за мышку цепляется репка. Выигрывает та команда, которая быстрее вытянула репку и вернулась на исходную позицию.

Молодцы! А теперь к финишу ВПЕРЕД!

Награждение.

Участники игры награждаются грамотами и предусмотрены призы для победителей игры.

Подведение итогов игры и награждение победителей состоится после окончания квеста всеми участниками

Приложение

Путевой лист

Команда « _____ »

Станции	время прибытия	Время отбытия	Количество баллов
«№1»			
«№2»			
«№3»			
«№4»			
«№5»			

« Правила уверенного отказа».

- 1. если хотите в чем – либо отказать человеку, четко и однозначно скажите ему « НЕТ». Объясните причину отказа, но не извиняйтесь слишком долго.*
- 2. отвечайте без паузы – так быстро, как только это вообще возможно.*
- 3. настаивайте на том, чтобы с вами говорили честно и откровенно.*
- 4. попросите объяснить, почему вас просят сделать то, чего вы делать не хотите.*
- 5. смотрите на человека, с которым говорите. Наблюдайте, есть ли в его поведении какие – либо признаки неуверенности к себе. Следите за его позой, жестами, мимикой (дрожащие руки, бегающие глаза, дрожащий голос и т.д.).*
- 6. не оскорбляйте и не будьте агрессивными.*

ПАМЯТКА

Уважаемые родители!

СИМПТОМЫ НАРКОТИЧЕСКОГО ОПЬЯНЕНИЯ ВИДЫ ПАВ И ПРИЧИНЯЕМЫЙ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ

**Общие признаки
употребления
наркотиков**

Внешние признаки:

- 1- бледность кожи;
- 2- расширенные или суженные зрачки;
- 3- покрасневшие или мутные глаза;
- 4- замедленная речь;
- 5- плохая координация движений;

Признаки – улики:

- 1- следы от уколов,
порезы, синяки;
- 2- свёрнутые в трубочку
бумажки, маленькие
ложечки, капсулы,
бутылки, пузырьки

Поведенческие

признаки: 1-

- увеличивающееся
безразличие к
происходящему рядом;
- 2- уходы из дома и
прогулы в школе;
- 3- трудность в
сосредоточении,
ухудшение памяти;
- 4-неадекватная реакция
на критику;
- 5- частая и неожиданная
смена настроения;
- 6- необычные просьбы
дать денег;
- 7- пропажа из дома
ценностей, одежды и др.
вещей;
- 8- частые необъяснимые
телефонные звонки;
- 9- появление новых
подозрительных друзей;
- 10- потеря аппетита,
похудение, иногда
чрезмерное потребление
пищи;
- 11- хронический кашель;