

Сценарий проведения профилактического мероприятия «А что будет завтра?», направленного на профилактику курения/парения

Профилактическое мероприятие «А что будет завтра?», проводится в форме квест-игры, которая состоит из 3-х станций. Игра направлена на информирование о медицинских и правовых последствиях потребления табачной и никотинсодержащей продукции. Мероприятие предполагает командное участие (от 8 до 10 человек в одной команде).

Участники: несовершеннолетние от 12 лет

Цель мероприятия: профилактика потребления табачной и никотинсодержащей продукции, в том числе с использованием электронных систем доставки никотина/безникотинового аэрозоля и устройств для нагревания табака*.

Необходимое оборудование и материалы: маршрутные листы, карточки с заданиями, бумага, ручки.

Специалисты, использующие сценарий для проведения мероприятия, могут редактировать материал в зависимости от тематической направленности и временных ограничений.

***Справочно для специалистов:**

Никотинсодержащая продукция — изделия, содержащие никотин или его производные, включая соли никотина, предназначенные для потребления никотина и его доставки посредством сосания, жевания, нюханья или вдыхания, в том числе изделия с нагреваемым табаком, растворы, жидкости или гели с содержанием жидкого никотина в объёме не менее 0,1 мг/мл, никотинсодержащая жидкость, безникотиновая жидкость, бестабачная смесь для нагревания, порошки, смеси для сосания, жевания, нюханья, не предназначенные для употребления в пищу (за исключением медицинских изделий и лекарственных средств, зарегистрированных в соответствии с законодательством Российской Федерации, пищевой продукции, содержащей никотин в натуральном виде, и табачных изделий).

Никотинсодержащая жидкость — любая жидкость с содержанием никотина в объёме не менее 0,1 мг/мл, предназначенная для использования в устройствах для потребления никотинсодержащей продукции, в том числе в электронных системах доставки никотина.

Безникотиновая жидкость — любая жидкость без содержания никотина или с его содержанием менее 0,1 мг/мл, предназначенная для использования в устройствах для потребления никотинсодержащей продукции, в том числе в электронных системах доставки никотина.

(Федеральный закон от 23.02.2013 № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотинсодержащей продукции»)

Вступительная часть.

Ведущий: Привет, команда! Рад вас видеть сегодня на нашей особенной миссии - квесте под названием «А что будет завтра?»

Знаете, почему мы выбрали именно такой вопрос? Потому что каждый наш выбор сегодня - даже самый маленький - рисует наше завтра. И сегодня мы не будем читать нотаций и не будем пугать. Мы просто честно посмотрим: что происходит с организмом и с жизнью человека, который выбирает курение или парение.

Вас ждут три станции-испытания. На каждой - команда получит задание, связанное с реальными фактами, а за правильные ответы - баллы. Но главный приз здесь не победа в квесте. Главный приз - знания, которые помогут вам сделать свой собственный осознанный выбор.

Кто готов отправиться в путешествие в своё «завтра»? Тогда вперёд!»

Ведущий раздаёт командам маршрутные листы с названиями станций и объясняет правила.

Квест-игра

Игра предполагает командное участие. Каждой команде предлагается посетить ряд станций, указанных в маршрутном листе. На каждой станции участникам необходимо справиться с заданиями и ответить на вопросы, связанные с курением/парением. Прохождение каждой станции завершается выставлением баллов в маршрутный лист.

За выполнение заданий команды получают баллы:

- по 1 баллу за каждый правильный ответ;
- по 1-2 балла за сплочённость, творческий подход, скорость и качество выполнения заданий и пр. Команда, набравшая наибольшее количество баллов, становится победителем.

1 станция: «Табачная флотилия»

Необходимое оборудование и материалы: теннисный мячик, 10 пластиковых стаканчиков с наклеенными изображениями кораблей и надписями, связанными с негативными последствиями курения/парения.

Ведущий: Чтобы успешно справиться с заданием, вам нужно получить один предмет. А что это за предмет, вы узнаете, отгадав загадку:

«Как жемчуг, но дешёвый;
Как бисер, но крупный;
Как яйцо, но не разобьёшь.
Что это?»

Правильный ответ: мячик для настольного тенниса.

Команде выдаётся теннисный мячик.

Ведущий: Эта станция называется «Табачная флотилия», и перед вами - 10 её лучших кораблей. Ваша задача - уничтожить, то есть сбить их, пока эта армия не погубила человечество.

На краю парты выставляются 10 пустых пластиковых стаканчиков, на каждом из которых наклеен бумажный кораблик. Задача игроков — по очереди сбить их теннисным мячиком с определённого расстояния.

На дне каждого «корабля» — наклейка с одним из последствий табакокурения: онкологические заболевания, заболевания органов дыхания, заболевания сердца, преждевременное старение, разрушение зубов, аллергия, одышка, заболевания сосудов.

Команде даётся по одному броску на каждого участника. За каждый сбитый корабль команда получает 1 балл. Если после бросков всех участников остались уцелевшие корабли, игра продолжается до их полного уничтожения. При дополнительных бросках баллы не начисляются.

Обсуждение:

Ведущий: Ребята, как вы считаете, что означают надписи на кораблях?
(*Ответ участников: последствия табакокурения.*)

Вы абсолютно правы - это медицинские последствия курения/парения. Их можно сравнить с оружием «табачной флотилии» — тем, с помощью чего она ведёт наступление как на отдельного курильщика, так и на всё человечество. Чтобы не стать мишенью этой флотилии, важно проявлять рассудительность и уметь говорить: «Нет!» курению и парению.

2 станция: «Тайна»

Необходимое оборудование и материалы: теннисный мячик, 9 пластиковых стаканчиков с водой, песком или крупой, конверт с заданием.

Ведущий: Ребята, вы успешно прошли первое испытание, и перед вами - новая задача.

Табачная индустрия акцентирует внимание покупателей только на рекламных ходах: «с фильтром», «без никотина», «помогает отказаться от курения сигарет», — и ни в коем случае не рассказывает о ядовитых веществах, содержащихся в этой продукции. Такая информация скрывается от потребителя, поскольку может отпугнуть его и привести к потере прибыли.

Но мы здесь затем, чтобы разгадать все загадки и сделать тайное явным! Мировые исследования подтверждают: «Курение убивает!», однако табачная индустрия скрывает их результаты. Наша задача — добыть эти данные и обнародовать их.

В центре стола лежит конверт с заданием, а сверху на него выставлены 9 пластиковых стаканчиков с водой, песком или крупой (заполненных на 2/3 и расставленных в 3 ряда по 3 шт.). Задача участников — попасть теннисным мячиком в стаканчик так, чтобы мяч ударился о стол и отскочил внутрь.

Если участник попадает, стаканчик убирается. Игра продолжается, пока все стаканчики не будут убраны и команда не получит доступ к заданию.

Далее участникам нужно правильно ответить на вопросы карточки. За каждый верный ответ - 1 балл.

***Правильные ответы выделены жирным шрифтом.**

Карточка с заданием

1. **Сколько вредных веществ содержится в табачном дыме?**
20 - 30
200 - 300
Свыше 4000
2. **Сколько процентов вредных веществ способен задержать сигаретный фильтр?**
Не более 20%
40%
100%
3. **Сколько микрочастиц сажи содержится в 1 куб. см табачного дыма?**
До 3 миллионов
До 10 000
До 1000
4. **При курении человек вдыхает тот же ядовитый газ, что содержится в выхлопных газах автомобильного двигателя. Как он называется?**
Удушливый
Угарный
Угледородный
5. **Сколько известных опасных веществ, повышающих вероятность возникновения злокачественных опухолей, содержится в среднем в одной сигарете?**
4 вида
8 видов
12 видов

15 видов

6. В электронных системах доставки никотина/безникотинового аэрозоля при нагревании жидкости выделяется вещество, способствующее развитию онкологических заболеваний. Что это за вещество?

Пропиленгликоль

Акролеин

Глицерин

7. Наносит ли потребление безникотиновых жидкостей для электронных систем доставки никотина/безникотинового аэрозоля вред организму человека?

Они безвредны

Безникотиновые жидкости наносят вред организму, так как содержат опасные вещества

Безникотиновые жидкости наносят вред только лицам с тяжёлыми хроническими заболеваниями.

3 станция: «Противостояние»

Необходимое оборудование и материалы: схема расположения цветов, 8 цветных конвертов, карточки с фрагментами притчи.

В течение 10 секунд участникам демонстрируется лист с наклеенными цветными полосками. Их задача — запомнить порядок цветов и затем разложить 8 цветных конвертов в той же последовательности.

В каждом конверте — фрагмент притчи «Ценность жизни». После раскладки команды вынимают фрагменты и проверяют, совпадает ли порядок с оригиналом. Если последовательность верна, притча складывается логично.

За каждый правильно расположенный фрагмент команда получает 1 балл.

Притча «Ценность жизни»

1. Однажды в небольшой деревне жил старец, прославившийся своей мудростью. К нему за советом приходили люди.
2. Однажды к старцу пришёл молодой человек, который не ценил свою жизнь. Он говорил: «Что мне в этой жизни? Каждый день одно и то же, нет радости, нет смысла».
3. Старец молча выслушал его и предложил провести эксперимент. Он дал молодому человеку старинный кувшин, украшенный золотом и драгоценными камнями, и сказал: «Этот кувшин — очень дорогой, можно сказать, бесценный».
4. Пронеси его через деревню и верни мне, но помни: если кувшин разобьётся, тебе придётся за это дорого заплатить».
5. Молодой человек бережно взял кувшин и пошёл через деревню. Он шёл медленно и осторожно, избегая камней и неровностей на дороге.
6. Его мысли были заняты только одним - не уронить кувшин, сохранить его в целости. Когда он вернулся к старцу, кувшин был цел и невредим.
7. Старец посмотрел на него и спросил: «Что ты чувствовал, пока нёс кувшин?» «Я был очень осторожен и сосредоточен, думал только о том, чтобы не разбить его», — ответил молодой человек.
8. Старец улыбнулся: «Вот так и с твоей жизнью. Она так же бесценна, как этот кувшин. Если ты будешь относиться к ней с вниманием и бережностью, ты поймёшь, насколько она важна и драгоценна».

Обсуждение:

Ведущий: Ребята, о чём эта притча? *(Ответы: о неумении ценить жизнь, о том, что счастье — не бесконечный праздник, а ответственность и внимание к себе.)*

- Согласны ли вы, что жизнь - бесценный дар? *(Ответы участников.)*

Жизнь и здоровье даются один раз. Чтобы реализовать свои планы, стать успешной личностью, важно уже сегодня заботиться о здоровье и «не испытывать его на прочность».

Ещё до нашей эры древнеримский поэт Гораций писал: «Если не бегаешь, пока здоров, придётся побегать, когда заболеешь». Он имел в виду, что от сегодняшнего образа жизни полностью зависит будущее.

Экономия на питании сегодня приведёт к большим тратам на лечение завтра. Нет времени на спорт или хотя бы утреннюю зарядку? Может наступить момент, когда весь день будет уходить на походы по больницам. Пока вы молоды, вкладывайте силы в поддержание тела в тонусе — не пичкайте его вредной пищей или вредными веществами.

Помните: наша жизнь — как бесценный кувшин. Она требует внимания, заботы и бережного отношения. Дорожите каждой минутой — ведь жизнь слишком ценна, чтобы тратить её впустую.

Заключительный этап.

Ведущий: Все команды успешно прошли маршрут и справились с заданиями. Пока эксперты подсчитывают баллы, хочу спросить: что было самым трудным? Что нового вы узнали? Какие факты вас удивили больше всего?» *(Участники отвечают по очереди.)*

Спасибо за открытость. Сегодня мы вместе выяснили, что происходит, если выбрать этот путь. И вы сами увидели: последствия касаются не только здоровья, но и свободы, и даже будущей профессии - многие работодатели не берут курильщиков на работу.

Но самое важное - это ваш выбор. Не выбор под давлением друзей или из любопытства. А осознанный выбор человека, который ценит своё здоровье и своё будущее.

Ведущий оглашает итоговые баллы и называет победителей.

Ведущий: Если вы хотите сохранить здоровье, состояться как личность, выглядеть молодо и привлекательно, быть в отличной форме и не зависеть от пагубных пристрастий - делайте выбор в пользу **здорового образа жизни!**

Благодарим всех за участие! Давайте любить себя, ценить своё здоровье и помнить: мир прекрасен без табака! До новых встреч!