

HISTORIA POWSTANIA GRY

W 2019 roku Fundacja Szalony Krasnolud przeprowadziła we współpracy z Miejskim Zespołem Profilaktyki i Terapii Uzależnień w Olsztynie konkurs na projekt gry „bez prądu” pod hasłem „Nowy zwyczaj – Ograniczaj”, której tematem przewodnim była szeroko pojęta profilaktyka uzależnień.

Ponad 100 autorów (uczniów ze szkół podstawowych Olsztyna) zgłosiło do konkursu 52 prace indywidualne i grupowe. Komisja nagrodami obdarowała laureatów miejsc I-III w każdej z trzech kategorii (klasy I-III, klasy IV-VI i klasy VII-VIII).

Gra autorstwa **Gabrieli Burdalskiej, Anny Dominiczak i Heleny Szewczyk** (uczennic klasy V Szkoły Podstawowej nr 15 im. Wojciecha Kętrzyńskiego w Olsztynie) zdobyła uznanie członków komisji za powiązanie tematyki profilaktyki uzależnień ze zdrowym trybem życia (w szczególności odpowiednią dietą) oraz za wkład wniesiony w samodzielne przygotowanie elementów gry.

Zapraszamy na nasze strony internetowe,
gdzie znajdziecie więcej narzędzi dla profilaktyków w postaci gier bez prądu:

www.szalonykrasnolud.pl www.ograniczaj.pl www.mzpitu.pl

Liczba graczy: od 2 do 4 osób

Organizatorzy konkursu

Wiek: od 8 do 100 lat

Czas gry: ok. 40 min.

Elementy gry:

plansza 1 szt.

Karty Wyzwań 16 szt.

Karty Pytań 16 szt.

żetony 100 szt.

4 pionki i kostka do gry

**Udanej zabawy
w przyjemnej atmosferze!**



**fundacja
szalony
krasnolud**



Autorki projektu gry:

Gabriela Burdalska, Anna Dominiczak, Helena Szewczyk

Ambasadorki projektu „Nowy zwyczaj – Ograniczaj”

w szkole podstawowej autorek:

Iwona Hincman i Anna Serwińska (pedagożki szkolne)

Digitalizacja projektu gry:

Monika Wysocka-Kawa i Arkadiusz Kawa

Fundacja Szalony Krasnolud

Zadanie dofinansowane ze środków NIW-CRSO
w ramach Programu P COVID



Narodowy Instytut Wolności
Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego

Materiał dostępny na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa.

Zasady i cel gry

Planszę należy położyć na równej powierzchni, zaś pionki ustawić na polu START.

W wyznaczonych miejscach planszy należy położyć rewersami do góry potasowane odpowiednio

Karty Pytań



i Karty Wyzwań



oraz stos żetonów

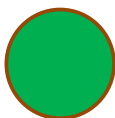


Gracze po kolei rzucają kostką. Ten gracz, który pierwszy wyrzuci 6 oczek rozpoczyna rozgrywkę. Rzuca on ponownie kostką i porusza się o tyle pól, ile oczek wypadło na kostce. Kolejnie gra toczy się zgodnie z ruchem wskazówek zegara.

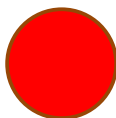
Pola na planszy:



zwykłe



pytań



wyzwań

Gracze ciągną kartę z wierzchu odpowiedniego stosu kart i wykonują polecenie z Karty Wyzwań lub odpowiadają na pytanie, bądź wykonują polecenie z Karty Pytań. Za wykonanie polecenia z Karty Wyzwania (ocena poziomu wykonania wyzwania należy do pozostałych graczy) lub udzielenie prawidłowej odpowiedzi na pytanie, gracz otrzymuje jeden żeton ze stosu żetonów.

Zwycięzcą gry jest ta osoba, która dotrze do pola META z największą liczbą zdobytych żetonów. Wejście na pole META jest możliwe po wyrzuceniu brakującej liczby oczek (nie ma tzw. odbijanek).

Odpowiedzi na pytania

- ✓ Ile posiłków dziennie należy spożywać?
Pięć.
- ✓ Co oznacza powiedzenie: Wziąć nogi za pas?
Szybko uciekać.
- ✓ Co to jest batat?
Słodki ziemniak.
- ✓ Ile „nóg” ma stonoga?
Stonoga to skorupiak o 14 odnóżach.
- ✓ Jak nazywa się „wybuchowy” owoc?
Granat.
- ✓ Włożyć na siebie kilka warstw ubrań, to ubrać się na ... ?
Cebulę.
- ✓ Dokończ powiedzonko: Odważny jak zając w ... ?
Kapuście.
- ✓ Czy słodkie gazowane napoje są zdrowe?
Nie.
- ✓ Czy fasolka szparagowa to to samo, co szparagi?
Nie.
- ✓ Na czym polega gra *Pomidor*?
Pomidor to popularna gra dziecięca, w której biorą udział co najmniej 2 osoby. Spośród wszystkich grających wybierana jest jedna – zwana *pomidorem* – której pozostali zadają pytania, próbując ją rozśmieszyć. *Pomidor* musi na wszystkie pytania odpowiadać *pomidor*. Gra kończy się, gdy pomidor pomyli się, zaśmieje się lub pozostali uczestnicy poddadzą się.
- ✓ Wymień przynajmniej 2 uzależniające substancje.
Narkotyki, nikotyna, alkohol, dopalacze.
- ✓ Wymień przynajmniej 2 uzależniające zachowania.
Zakupy, granie w gry komputerowe, ćwiczenia fizyczne, operacje plastyczne.
- ✓ Co to jest profilaktyka społeczna?
Ogół działań zapobiegawczych niepożądanym zjawiskom w rozwoju i zachowaniu się ludzi.
- ✓ Która witamina nazywana jest witaminą „słoneczną”?
Witamina D.
- ✓ Co oznacza wskaźnik BMI?
Jest to wskaźnik masy ciała, oznaczenie tego wskaźnika ma znaczenie przy ocenie zagrożenia chorobami związanymi z niedożywieniem, bądź nadwagą, lub otyłością.
- ✓ Co to jest żywność ekologiczna?
Żywność produkowana w gospodarstwach ekologicznych i wytwarzana bez udziału nawozów sztucznych, chemicznych środków ochrony roślin oraz antybiotyków.