Приложение 1

***МАРШРУТНАЯ КАРТА УЧАСТНИКА  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***КВЕСТ НАЧИНАЕТЕ СО СТАНЦИИ № 1, заканчивается на станции №6***

              №1                 №2             №3              №4                №5                №6

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Название станции** | В плену у  Вредных  привычек | Спортивная | Правильное  питание | **Скажи мне, кто твой друг…** | **Корабль моей**  **жизни** | **Театральная** |
| Макс.     балл | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 |  |
|  | 1  2  3  4  5 | 1  2  3  4  5 | 1  2  3  4  5  Время | 1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 | Время  Баллы | Роль: |
| Общий  балл по  станциям |  |  |  |  |  |  |
| Дополнит  балл за  темп |  |  |  |  |  |  |
| Снятые  баллы за  дисципл. |  |  |  |  |  |  |
| Итого: |  |  |  |  |  |  |

***МАРШРУТНАЯ КАРТА УЧАСТНИКА  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***КВЕСТ НАЧИНАЕТЕ СО СТАНЦИИ № 2, заканчивается на станции №6***

              №1                 №2             №3              №4                №5                №6

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Название станции** | В плену у  Вредных  привычек | Спортивная | Правильное  питание | **Скажи мне, кто твой друг…** | **Корабль моей**  **жизни** | **Театральная** |
| Макс.     балл | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 |  |
|  | 1  2  3  4  5 | 1  2  3  4  5 | 1  2  3  4  5  Время | 1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 | Время  Баллы | Роль: |
| Общий  балл по  станциям |  |  |  |  |  |  |
| Дополнит  балл за  темп |  |  |  |  |  |  |
| Снятые  баллы за  дисципл. |  |  |  |  |  |  |
| Итого: |  |  |  |  |  |  |

***МАРШРУТНАЯ КАРТА УЧАСТНИКА  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***КВЕСТ НАЧИНАЕТЕ СО СТАНЦИИ № 3, заканчивается на станции №6***

              №1                 №2             №3              №4                №5                №6

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Название станции** | В плену у  Вредных  привычек | Спортивная | Правильное  питание | **Скажи мне, кто твой друг…** | **Корабль моей**  **жизни** | **Театральная** |
| Макс.     балл | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 |  |
|  | 1  2  3  4  5 | 1  2  3  4  5 | 1  2  3  4  5  Время | 1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 | Время  Баллы | Роль: |
| Общий  балл по  станциям |  |  |  |  |  |  |
| Дополнит  балл за  темп |  |  |  |  |  |  |
| Снятые  баллы за  дисципл. |  |  |  |  |  |  |
| Итого: |  |  |  |  |  |  |

***МАРШРУТНАЯ КАРТА УЧАСТНИКА  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***КВЕСТ НАЧИНАЕТЕ СО СТАНЦИИ № 4, заканчивается на станции №6***

              №1                 №2             №3              №4                №5                №6

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Название станции** | В плену у  Вредных  привычек | Спортивная | Правильное  питание | **Скажи мне, кто твой друг…** | **Корабль моей**  **жизни** | **Театральная** |
| Макс.     балл | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 |  |
|  | 1  2  3  4  5 | 1  2  3  4  5 | 1  2  3  4  5  Время | 1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 | Время  Баллы | Роль: |
| Общий  балл по  станциям |  |  |  |  |  |  |
| Дополнит  балл за  темп |  |  |  |  |  |  |
| Снятые  баллы за  дисципл. |  |  |  |  |  |  |
| Итого: |  |  |  |  |  |  |

***МАРШРУТНАЯ КАРТА УЧАСТНИКА  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***КВЕСТ НАЧИНАЕТЕ СО СТАНЦИИ № 5, заканчивается на станции №6***

              №1                 №2             №3              №4                №5                №6

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Название станции** | В плену у  Вредных  привычек | Спортивная | Правильное  питание | **Скажи мне, кто твой друг…** | **Корабль моей**  **жизни** | **Театральная** |
| Макс.     балл | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 |  |
|  | 1  2  3  4  5 | 1  2  3  4  5 | 1  2  3  4  5  Время | 1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 | Время  Баллы | Роль: |
| Общий  балл по  станциям |  |  |  |  |  |  |
| Дополнит  балл за  темп |  |  |  |  |  |  |
| Снятые  баллы за  дисципл. |  |  |  |  |  |  |
| Итого: |  |  |  |  |  |  |

***МАРШРУТНАЯ КАРТА УЧАСТНИКА  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***КВЕСТ НАЧИНАЕТЕ СО СТАНЦИИ № 6, заканчивается на станции №6***

              №1                 №2             №3              №4                №5                №6

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Название станции** | В плену у  Вредных  привычек | Спортивная | Правильное  питание | **Скажи мне, кто твой друг…** | **Корабль моей**  **жизни** | **Театральная** |
| Макс.     балл | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 |  |
|  | 1  2  3  4  5 | 1  2  3  4  5 | 1  2  3  4  5  Время | 1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 | Время  Баллы | Роль: |
| Общий  балл по  станциям |  |  |  |  |  |  |
| Дополнит  балл за  темп |  |  |  |  |  |  |
| Снятые  баллы за  дисципл. |  |  |  |  |  |  |
| Итого: |  |  |  |  |  |  |

**ОПРОС СРЕДИ УЧАЩИХСЯ 7-9 КЛАССОВ**

* + - 1. Проведенное мероприятие заставило меня задуматься о том, какой образ жизни следует вести / Данное мероприятие убедило меня никогда не попадать в плен вредных привычек.
      2. Данные мероприятия были полезны и интересны для Вас?

**ОПРОС УЧАЩИХСЯ 7-11 КЛАССОВ**

* 1. Есть ли у тебя вредные привычки, или, может, ты общаешься с теми, кто ими злоупотребляет?
  2. Последуют ли наказания подростку за следующие правонарушения:
* Если ты находишься на улице в 22.30 без сопровождения взрослых?
* Если ты купил сигареты?
* Если ты прогулял занятия в школе?
* Если ты сфотографировал и выложил фотографии одноклассников в социальных сетях без их согласия?
* Если ты использовал нецензурную лексику при общении?

Правда или нет (влияние вредных привычек на здоровье человека)?

* Курение наносит большой удар по дыхательной и сердечно-сосудистой системам. Легкие засоряются, учащаются простудные заболевания, возрастает риск рака легких.
* В процессе курения повышается давление, затрудняется транспортировка кислорода к сердечной мышце.
* Портится цвет лица, зубы теряют белизну.
* Существенный вред наносится и здоровью окружающих: постоянное пассивное курение особенно опасно для астматиков.
* Курение отрицательно сказывается на репродуктивном здоровье.
* Алкоголь разрушает клетки пищеварительных органов, погибают клетки, вырабатывающие инсулин — такая вредная привычка может вызвать гастрит, панкреатит, сахарный диабет и другие заболевания.
* Алкоголь разрушает кровяные клетки, что затрудняет транспортировку кислорода к тканям и может стать причиной аритмии, ишемической болезни и атеросклероза.
* Чрезмерное употребление спиртного нарушает регулирование уровня сахара в крови, что может вызвать нарушение работы нервной системы, мозга и т.д.
* Алкоголь приводит к гибели клеток печени, нарушается обмен веществ, цирроз — все это опасно для организма.