

Государственное учреждение  
«Забайкальский краевой Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной  
помощи «Семья»»  
Управление по контролю за оборотом наркотиков МВД России по Забайкальскому краю  
ГАУЗ «Забайкальский краевой наркологический диспансер»  
Министерство физической культуры и спорта Забайкальского края

## **ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ КВЕСТ «ВНЕ ЗАВИСИМОСТИ»**

## **Аннотация**

Предлагаемый квест реализуется в рамках первичной профилактики.

Данный материал может быть использован специалистами муниципальных органов управления образованием, руководителями образовательных организаций и организаций профессионального образования, руководителями учреждений отдыха и оздоровления детей, педагогическими работниками, специалистами системы профилактики и ориентирован на подготовку и проведение тематического мероприятия в рамках межведомственного проекта «Вне зависимости».

Специалисты могут воспользоваться ими непосредственно, либо в качестве навигатора, помогающего выстроить мероприятие в соответствии с целевыми установками. Специалисты могут по своему усмотрению изменять или дополнять предложенный материал в зависимости от конкретных условий.

### ***Цели:***

– первичная профилактика немедицинского потребления наркотических и психотропных веществ;

- актуализация здорового образа жизни подрастающего поколения.

### ***Задачи:***

- организация и повышение эффективности антинаркотической работы субъектов профилактики;

- закрепление установок на ведение здорового и безопасного образа жизни, а также навыков ответственного поведения у подрастающего поколения;

- правовое, медицинское и психолого-педагогическое просвещение обучающихся.

***Целевая аудитория:*** обучающиеся в возрасте от 15 лет и старше.

***Условия реализации квеста:***

Для проведения предлагаемого мероприятия могут привлекаться специалисты системы профилактики, волонтеры и др.

Содержание материала может быть видоизменено или дополнено в зависимости от конкретных условий (кадровое обеспечение, временные ресурсы и т.д.).

Квест подразумевает:

1. Поэтапное выполнение заданий согласно маршрутному листу;
2. За каждое задание команда получает определенное количество баллов;
3. Сбор обратной связи (Приложение 6.)

### **Карта квеста**

<i>№</i>	<i>Название станции</i>
1	Станция «Нулевой меридиан»
2	Станция №1 «Спортивная. Движение – жизнь!»
3	Станция №2 «Правовая грамотность»
4	Станция № 3. «Психологическое здоровье»
5	Станция №4 «Физическое здоровье»

### **Содержание**

#### **Организационный этап**

#### **Станция «Нулевой меридиан»**

Необходимые материалы для станции в Приложении 1.

*Время проведения:* 10 минут.

*Ведущий.* Дорогие друзья! Сейчас мы с вами отправимся в путешествие. Ваша команда – путешественники. Всего вам предстоит посетить четыре места (перечисляются названия станций). На каждом месте или, по-другому, станции будут предложены задания, которые нужно выполнить как можно лучше. Чтобы путешествие было интересным и увлекательным, а самое главное успешным, все должны участвовать и вносить вклад в общее дело команды!

Перед тем как отправиться вы получите маршрутный лист, где указана последовательность станций для каждой из команд. На каждом листе после прохождения руководитель станции будет ставить вам заработанные баллы.

А для начала предлагаем вам настроиться на предстоящее путешествие.

*Ход проведения:* Распределение участников на команды по отрядам либо посредством расчета от 1 до 4 и более (например, участники с цифрой 1 образуют одну команду и т.д.).

На данном этапе Ведущий станции проводит разминку с целью снятия напряжения, настройки на игру у участников группы.

Варианты упражнений для разминки: «Имя и качество», «Крокодил», «О чем молчит ботинок», «Гордиев узел», «Выйти по числу» и т.п.

Далее после разминки участники отправляются на станции согласно маршрутному листу.

### **Основной этап**

#### **Станция № 1 «Спортивная. Движение – жизнь!»**

Дополнительные материалы для станции в Приложении 2.

*Время проведения:* 20 минут.

*Цель:* пропаганда здорового образа жизни и двигательной активности; развитие умения работать в коллективе.

*Ведущий.* В наш век, когда развиты технологии, люди все меньше двигаются и все больше сидят в течении дня. Поэтому так важно помнить о пользе физической активности. Для вас ребята было подготовлены ряд заданий, которые необходимо выполнить.

*Необходимые материалы:* Конусы, эстафетные палочки, обручи, шорты большого размера, стулья, ручки, бумага А4, воздушные шары, мячи. Количество инвентаря зависит от количества участников.

#### **Задание 1. «Разминка»**

*Ход проведения:* Игрокам каждой команды нужно добежать до противоположной стороны зала, огибая набивные мячи стараясь их не задеть и вернуться обратно обычным бегом и передать эстафету следующему игроку.

### ***Задание 2. «Кенгуру»***

*Ход проведения.* Эстафета проходит так: первый участник встает на линию старта, и прыгает с места в длину. Его задача — с момента приземления не двигаться с места, до тех пор, пока не будет проведена черта, фиксирующая «место посадки». Проводить черту необходимо по носкам обуви прыгающего. Следующий участник ставит ноги перед чертой, не «заступая». И прыгает в длину. В сумме вся команда совершает один коллективный прыжок в длину. Задача — прыгать аккуратно и не падать при посадке. В противном случае, результат прыжка — аннулируется. Самый длинный командный прыжок — победный.

### ***Задание 3. «Бег в обруче»***

*Ход проведения.* Команда делится на пары мальчик с девочкой. Первая пара получает по обручу, и по сигналу начинает бег. Обогнув финишную метку, игроки возвращается обратно, и передают обруч следующей паре. И так далее, пока последние игроки не закончат эстафету.

### ***Задание 4. «Смекалка»***

*Ход проведения.* Каждому из трех команд нужно добежать до стула у противоположной стороны и принести по одному листочку с написанным словом. В конце эстафеты каждая команда складывает пословицу или поговорку из принесенных слов на полу. Кто первым правильно сложит — тот и победил. (Народная дружба и братство дороже всякого богатства. Друг — ценный клад, недругу никто не рад. Лучше умный враг, чем глупый друг).

Оценивание полученной работы происходит по следующим критериям:

- 1) Скорость исполнения – от 0 до 5;
- 2) Активное участие всех членов группы – от 0 до 5.

Таким образом, максимальное количество начисленных баллов за задание – 10 баллов. Также количество критерии оценивания может быть изменено.

### ***Рефлексия.***

Как вы себя чувствуете после выполнения заданий?

Трудно ли было выполнять задания?

Какую роль играет наличие физической активности в жизни человека?

### **Станция №2 «Правовая грамотность»**

Необходимые материалы для станции в Приложении 3.

*Время проведения:* 20 минут.

*Цель:* повышение уровня правовой грамотности участников путем информированности об ответственности за правонарушения и преступления в сфере незаконного оборота наркотиков.

*Ведущий:* На этой станции мы будем вести разговор касательно правовых аспектов. Для чего это? Все в этой жизни зависит от вас, от того какие действия совершаются, от того как относится к себе и окружающим... Для вас подготовлены несколько заданий! И первое...

#### ***Задание 1. «Аргумент»***

*Ведущий:* Нам всем в жизни приходится говорить кому-то «нет». Порой сделать бывает очень сложно. Многим людям становится не по себе от одной только мысли, что придется кому-то отказать.

*Инструкция:* Представьте, Вы попали в компанию молодых людей и вам предлагают попробовать конфеты, которые вы ранее не встречали. Вам говорят, что они не вредны. Напишите ответы, позволяющие аргументировано отказать от предложенного угощения. Количество аргументированных ответов равно количеству баллов.

#### ***Задание 2. «Ассоциации»***

*Инструкция:* Перед вами вертикально написано слово «ЗАВИСИМОСТЬ». К каждой букве необходимо подобрать словесные ассоциации, которые связаны с данным словом.

### ***Задание 3. «Кроссворд»***

Ход проведения. Командам предлагается разгадать кроссворд, в котором спрятаны слова, связанные с правовой терминологией.

### ***Задание 4. «Правосудие»***

*Ведущий:* Сейчас у вас возможность стать судьями.

*Инструкция.* Перед вами ситуации, за которые предусмотрена уголовная или административная ответственности. К каждой конкретной ситуации подобрать правильную норму Уголовного кодекса (УК) или Кодекса об административных правонарушениях (КоАП РФ) и подходящее наказание, соединив линиями. Полученный трёхзначный код напишите в качестве ответа.

Начисление баллов происходит по следующему принципу – за каждый верный ответ дается 1 балл.

### ***Рефлексия (Продолжите фразы).***

Я понял, что...

Было трудно...

***Примечание.*** Ведущий, подводя итоги, ориентирует участников на осознание ответственности перед собой и другими людьми и на то, что незнание не освобождает от ответственности.

## **Станция №3. «Психологическое здоровье»**

Необходимые материалы для станции в Приложении 4.

*Время проведения:* 20 минут.

*Цель:* актуализировать важность здорового образа жизни.

*Ведущий:* Как вы думаете, что является залогом успешной личности? Если мы обратим внимание на жизни человека, то это целая система – социальная, профессиональная, личностная и др. сферы. Важно очень многое, в т.ч. и наше состояние...

### ***Задание 1. «Компоненты психологического здоровья»***

*Необходимые материалы:* карточки со словами (Приложение 4).

*Ход проведения.* Команда строится в колонну. Впереди стоящий (первый игрок) должен объяснить загаданное ведущим слово стоящему сзади, не используя однокоренные слова. Отвечает только второй игрок. После дачи верного ответа первый игрок, возвращается в конец колонны. Место первого игрока занимает второй. Таким образом, образуется «конвейер».

В случае затруднения с дачей верного ответа, игрок может пропустить ход и перейти в конец колонны словом «ПАС».

За каждое отгаданное слово начисляется – 1 балл.

Если игроков более 20 человек рекомендуется деление команды на две группы.

Отведенное время на выполнение – до 3 минуты

### ***Задание 2. «Я художник! Я так вижу!»***

*Необходимые материалы:* листы А4/А3, карандаши, краски, пастель, скотч, ножницы.

*Ход проведения.* Команде предлагается создать плакат на тему «Здоровый образ жизни» учетом тех слов, которые были в предыдущем задании. В плакате приветствуется наличие действий в рамках ведения здорового и безопасного образа жизни, а также ответственного поведения.

При большом количестве человек в команде рекомендуется ориентировать команду на создание плаката из нескольких частей с целью создания ситуации участия в задании всех членов команды.

Время выполнения – 15 минут.

Оценивание полученной работы происходит по следующим критериям:

- 1)Творческий подход – от 0 до 5;
- 2)Скорость исполнения – от 0 до 5;
- 3) Включенность всех членов группы – от 0 до 5;
- 4) Смысловая нагрузка – от 0 до 5.

Таким образом, максимальное количество начисленных баллов за задание – 20 баллов.

***Рефлексия.***

О чем эти задания?

Что было сложного/трудного?

***Станция №4 «Физическое здоровье»***

Необходимые материалы для станции в Приложении 5.

*Время проведения:* 20 минут.

*Цель* – повышение уровня информированности подростков о проблеме употребления психоактивных веществ.

Необходимые материалы: листы А4, А3 или ватман, карандаши для рисования, ручки.

*Ведущий:* Приветствуем Вас на нашей станции! Наша станция не простая! Каждый, так или иначе знает о вреде алкогольных, наркотических и других средств и опасностей, которые они в себе несут. И сегодня мы с вами погрузимся в проблему зависимого поведения! Для начала давайте с вами познакомимся!

***Разминка.***

*Ход проведения.* Участники становятся в круг. Перебрасывают мяч друг другу, они называют собственное имя и говорят комплимент участнику, которому бросают мяч. Игра должна проходить в быстром темпе, все участники должны быстро представиться.

***Задание 1. «Разберись! Помоги! Убереги!»***

*Ход проведения:* Ведущий станции обсуждает с командой определение психоактивных веществ. Важно говорить в общих чертах, не уходя в подробности (виды наркотиков и т.д.).

Начать обсуждение можно используя следующим примером:

«Вы в курсе от чего возникает зависимое поведение?»;

Ведущий дает инструкцию: «Ребята, наша с вами задача закончить эту памятку, которая имеет смысл не только в рамках обычных знаний, может

быть полезна не только вам, но для тех, кто находится в трудной ситуации, кому нелегко или трудно, и может помочь им...». Команда делится на три группы. Каждой группе дается задание, которое необходимо выполнить.

Группа 1. Распределите наиболее подходящие утверждения между двумя образами.

Группа 2. В режиме мозгового штурма определите причины и последствия употребления психоактивных веществ. Запишите их в таблицу.

Группа 3. Составьте портрет зависимого человека, отвечая на предложенные вопросы.

Далее группы дополняют памятку и представляют ее. Важно! В случае необходимости нужна корректировка выполненной работы с обсуждением.

### ***Задание 2. «Скажи «НЕТ!»***

*Ход проведения:* Данное задание является закрепляющим и требуют обсуждения.

Ведущий: «...Подводя итоги важно знать и понимать ряд правил, чтобы каждый мог дать уверенный ответ «НЕТ» в разных жизненных ситуациях (держа в голове все те знания, которые вы имеете о вреде и последствиях употребления ПАВ)...»

1. При отказе необходимо четко и уверенно сказать НЕТ, объяснив причину отказа, но при этом не извиняясь за свой выбор;

2. Отвечать необходимо быстро и уверенно, не допуская паузы для раздумий и сомнений;

3. В случае уговоров и настаиваний, подумать еще, попросить объяснить, почему вас просят о том, чего вы не хотите делать;

4. Понаблюдайте за поведением собеседника, за его реакциями, жестами, мимикой;

5. Не нужно оскорблять собеседника и проявлять агрессию в его сторону.

### ***3. Рефлексия.***

Подведение итогов работы.

Какие эмоции возникали во время выполнения заданий?

Каким получился портрет зависимого человека? Если отрицательный, о чем вы подумали?

Какие мысли возникали во время работы?

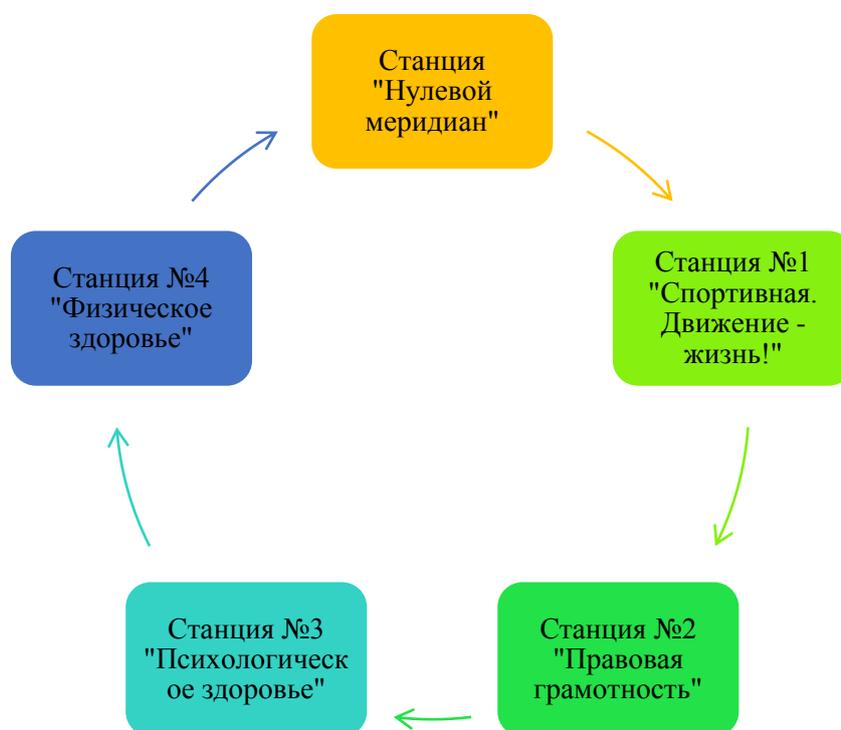
### ***Заключительный этап***

#### ***Станция «Нулевой меридиан»***

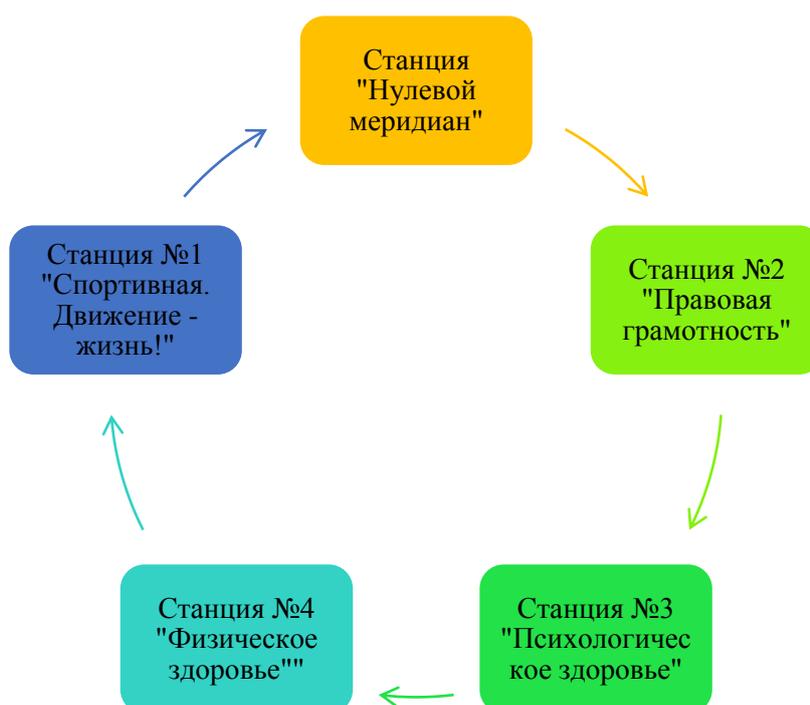
*Ход проведения:* После прохождения всех станций ведущий подсчитывает количество набранных баллов в маршрутном листе. Организует проведение рефлексии участников: что понравилось, что не понравилось в организации квеста, прохождение какой станции запомнилось больше всего, какая станция вызвала у них трудности, что полезного и интересного узнали участники. Как они оценили свой личный вклад в прохождение игровых станций для команды (по 10-балльной шкале).

Далее командам предлагаются анкеты обратной связи (Приложение 6)

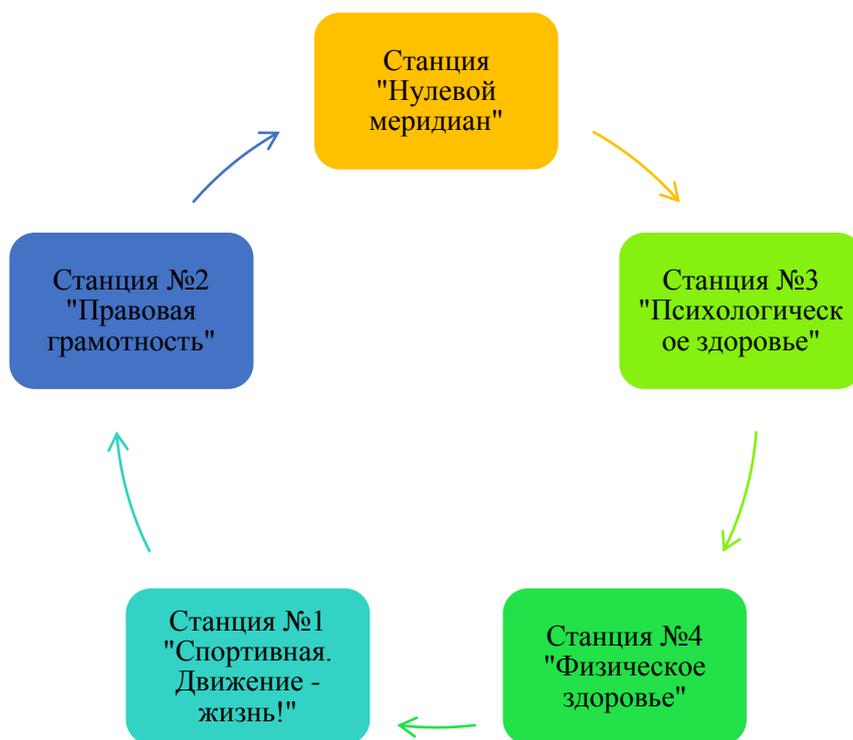
Маршрутный лист для команды №1



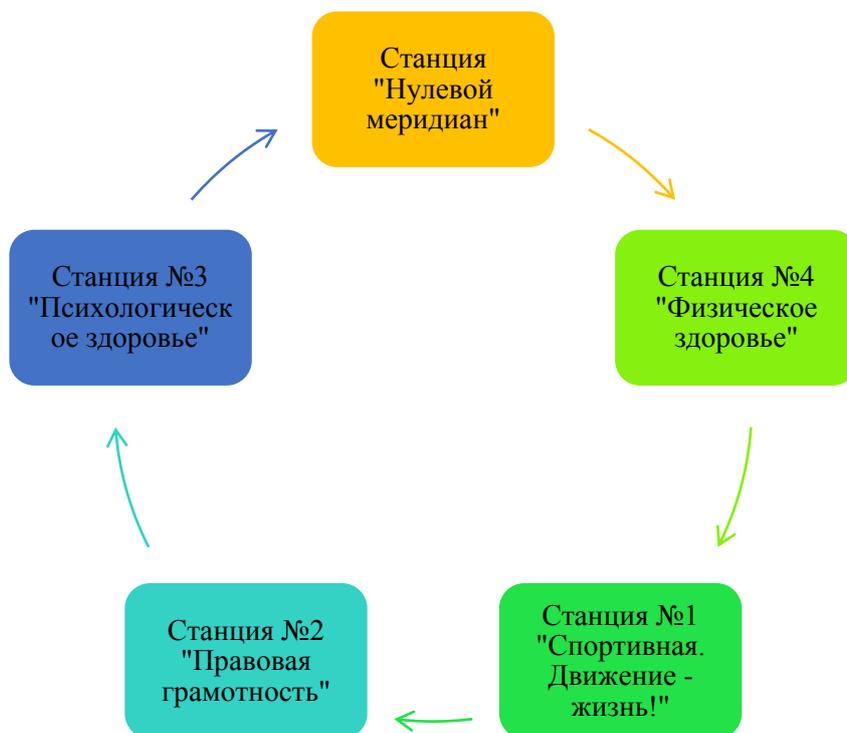
Маршрутный лист для команды №2



### Маршрутный лист для команды №3



### Маршрутный лист для команды №4



Варианты заданий для станции «Спортивная. Движение – жизнь!»

**Необходимый инвентарь**

Конусы, эстафетные палочки, обручи, шорты большого размера, стулья, ручки, бумага А4, воздушные шары, мячи. Количество инвентаря зависит от количества участников.

«Разминка»

. Игрокам каждой команды нужно добежать до противоположной стороны зала, огибая набивные мячи стараясь их не задеть и вернуться обратно обычным бегом и передать эстафету следующему игроку.

«Кенгуру»

. Эстафета проходит так: первый участник встает на линию старта, и прыгает с места в длину. Его задача — с момента приземления не двигаться с места, до тех пор, пока не будет проведена черта, фиксирующая «место посадки». Проводить черту необходимо по носкам обуви прыгающего. Следующий участник ставит ноги перед чертой, не «заступая». И прыгает в длину. В сумме вся команда совершает один коллективный прыжок в длину. Задача — прыгать аккуратно и не падать при посадке. В противном случае, результат прыжка — аннулируется. Самый длинный командный прыжок — победный.

«Бег в обруче»

Команда делится на пары мальчик с девочкой. Первая пара получает по обручу, и по сигналу начинает бег. Обогнув финишную метку, игроки возвращается обратно, и передают обруч следующей паре. И так далее, пока последние игроки не закончат эстафету.

«Смекалка»

Каждому из трех команд нужно добежать до стула у противоположной стороны и принести по одному листочку с написанным словом. В конце эстафеты каждая команда складывает пословицу или поговорку из принесенных слов на полу. Кто первым правильно сложит — тот и победил. (Народная дружба и братство дороже всякого богатства. Друг — ценный клад, недругу никто не рад. Лучше умный враг, чем глупый друг).

«Китайский волейбол»

Игрок при помощи двух эстафетных палочек переносит надувной шарик до фишки и возвращается обратно, неся шарик и палочки в руках и передает эстафету следующему.

«Передача мяча над головой»

Команды выстраиваются колоннами. У первых игроков в руках мяч. По сигналу игрок передаёт мяч над головой стоящему сзади, тот – следующему. Последний игрок, получив мяч, оббегает команду, бежит и оббегает фишку, возвращается и встаёт первым в колонну. Всё повторяется.

#### «Переправа»

Первый игрок в обруче оббегает фишку, возвращается, берёт в обруч второго игрока и вместе бегут к стойке. Там остаётся первый игрок, а второй возвращается к команде. Так все игроки переправляют друг друга на противоположную сторону.

#### «Фейерверк»

Напротив каждой команды подвешены воздушные шары (по количеству участников в каждой команде). Участник с карандашом в руке подбегает к шарам, лопаёт один шар и возвращается к своей команде, передав карандаш следующему участнику. Побеждает та команда, которая быстрее лопнет все свои шары.

#### «Дружная пара»

В большие шорты, должны поместиться два участника. Задание - оббежать поворотную стойку, вернуться к команде и передать шорты следующей паре. Побеждает та команда, которая быстрее справится с заданием.

Необходимый материал к станции «Правовая грамотность»

**Задание 1. «Аргумент»**

/«Аргумент»

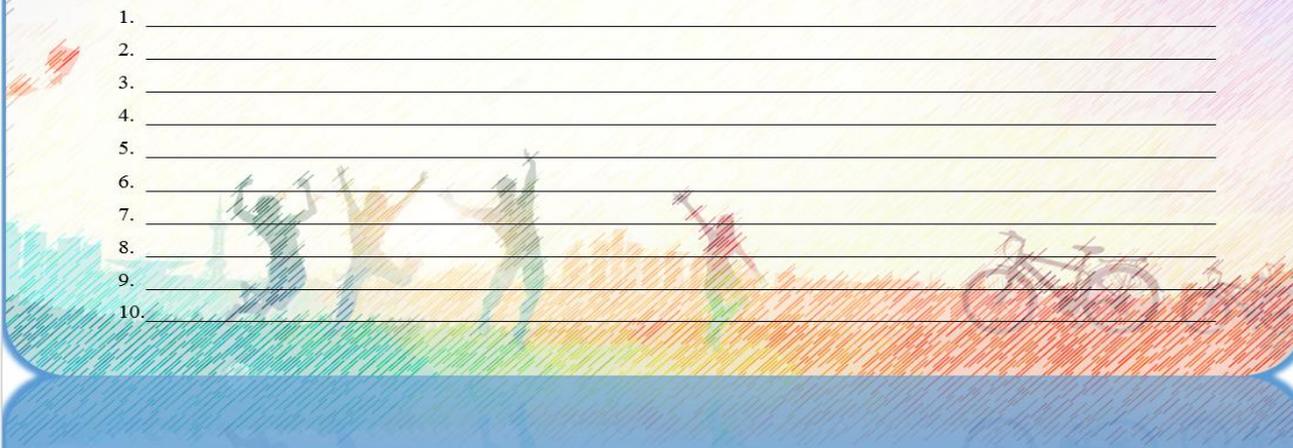
КОМАНДА \_\_\_\_\_

КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ:

ЗАДАНИЕ: Представьте, Вы попали в компанию молодых людей и вам предлагают попробовать конфеты, которые вы ранее не встречали. Вам говорят, что они не вредны, просто улучшают настроение. Напишите ответы, позволяющие аргументированно отказаться от предложенного угощения

ОТВЕТЫ:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_



**Задание 3. Кроссворд**

Вопросы для команд:

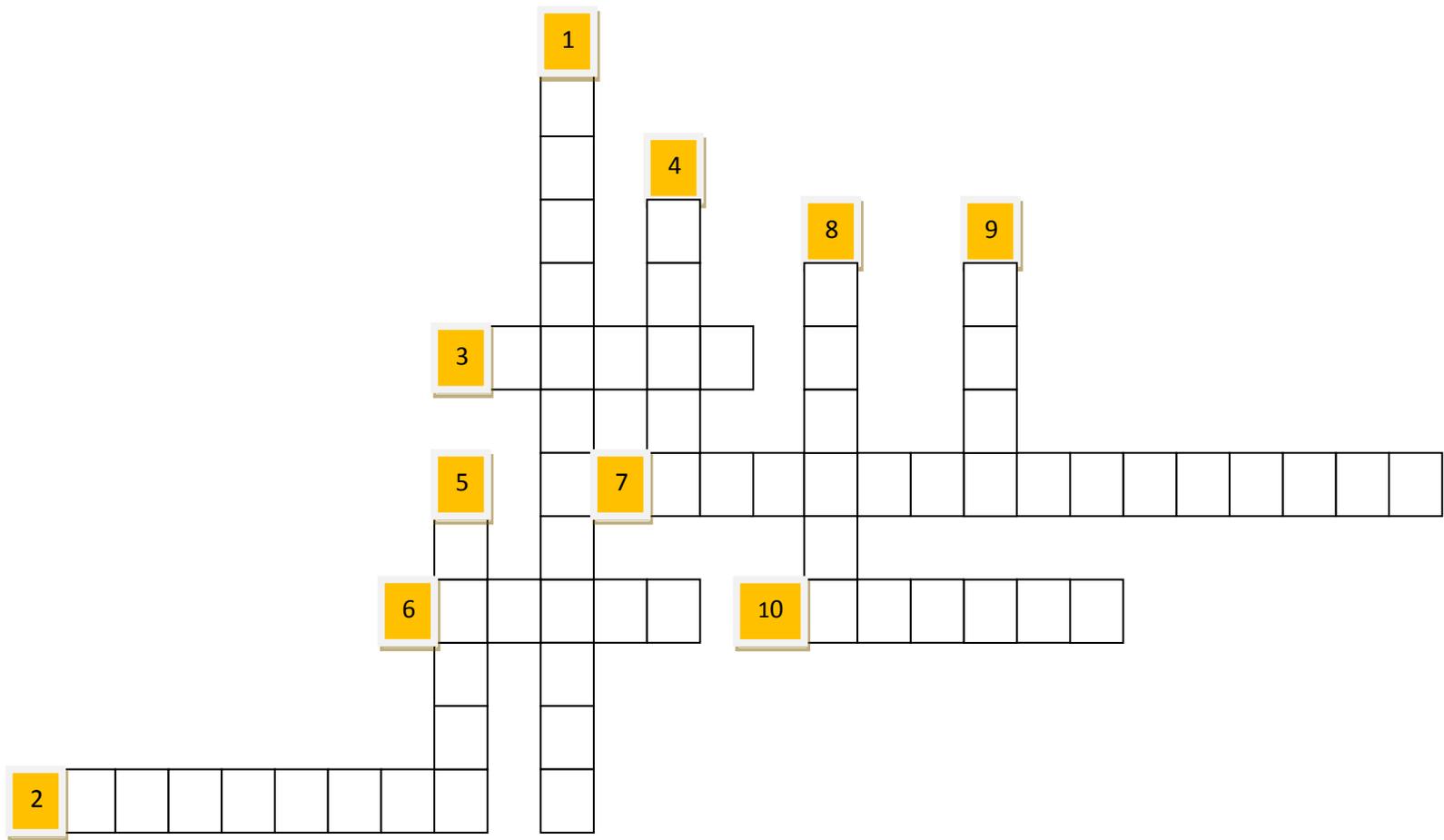
1. Незаконное деяние, наказуемое государством или иным органов власти.
2. Большой человек, страдающий зависимостью.
3. Один из видов административного наказания, выражающееся в денежном эквиваленте
4. Возможность, разрешенная законом
5. Нормативно-правовой акт, обязательный для исполнения всеми гражданами государства.
6. Один из видов административного наказания, выражающийся в кратковременной изоляции нарушителя от общества.
7. Положение при котором человек отдает полный отчет в своих действиях и принимает на себя вину за последствия.
8. Свод законов

9. Преступление, выражающееся в передаче наркотического средства от одного лица к другому, которому он до этого не принадлежал

10. Часть текста уголовного или административного кодекса закрепляющая ответственность за правонарушения или преступления.

Ответы:

1. ПРЕСТУПЛЕНИЕ
2. НАРКОМАН
3. ШТРАФ
4. ПРАВО
5. ЗАКОН
6. АРЕСТ
7. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ
8. КОДЕКС
9. СБЫТ
10. СТАТЬЯ



## Задание 4 «Правосудие»

Правильные ответы: 1-4-3; 2-1-2; 3-2-1; 4-3-4

Бланк с заданием

# «Правосудие»

КОМАНДА \_\_\_\_\_

ЗАДАНИЕ: К каждой конкретной ситуации подобрать правильную норму УК или КоАП РФ и соответствующее наказание, соединив линиями. Полученный трёхзначный код написать в качестве ответа.

ОТВЕТЫ: \_\_\_\_; \_\_\_\_; \_\_\_\_; \_\_\_\_; \_\_\_\_;

Ситуация

Норма УК или КоАП РФ

Наказание

1.

На улице Колю остановили сотрудники полиции и предложили пройти медицинское освидетельствование на состояние наркотического опьянения. Коля очень торопился и отказался куда-либо ехать с сотрудниками полиции.

1.

ч.1.1 ст. 6.13 КоАП РФ «Пропаганда либо незаконная реклама наркотических средств, растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества и их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества с использованием информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"»

1.

Лишение свободы на срок от четырех до восьми лет с ограничением свободы на срок до одного года либо без такового.

2.

В социальной сети «В Контакте» Маша увидела видеоклип, на котором группа молодых людей отлыгали на вечеринке, веселились, курили какую-то траву, после чего их поведение становилось еще более забавным. Клип показался Маше веселым, и она решила разместить его на своей страничке чтобы его могли увидеть ее друзья и знакомые.

2.

ч. 1. ст. 228.1 УК РФ «Незаконные производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, а также незаконные сбыт или пересылка растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества».

2.

Штраф на граждан в размере от пяти тысяч до тридцати тысяч рублей; на должностных лиц - от пятидесяти тысяч до ста тысяч рублей; на юридических лиц - от одного миллиона до одного миллиона пятисот тысяч рублей

3.

Саше очень нужны были деньги, он вспомнил что когда-то на вечеринке его угостили таблетками, которые он так и не использовал. Саша решил их продать знакомому Антону, который охотно их приобрел.

3.

ч.1 ст. 228 УК РФ «Незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка без цели сбыта наркотических средств, психотропных веществ а также незаконные приобретение, хранение, перевозка без цели сбыта растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, в значительном количестве».

3.

Штраф в размере от четырех тысяч до пяти тысяч рублей или административный арест на срок до пятнадцати суток.

4.

Валера, когда гостил у бабушки в селе в поле увидел растение «Конопля». Он решил нарвать пакет и увезти с собой в город. В дороге его остановили сотрудники ДПС и обнаружили пакет с травой.

4.

ч.1 ст. 6.9 КоАП РФ «Потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача, либо невыполнение законного требования уполномоченного должностного лица о прохождении медицинского освидетельствования на состояние опьянения»

4.

Штраф в размере до 40 тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до 3 месяцев, либо обязательными работами на срок до 480 часов, либо исправительными работами на срок до 2 лет, либо ограничением свободы на срок до 3 лет, либо лишением свободы на тот же срок.

Задание 1. «Критерии психологического здоровья»

Здоровье	Общение / коммуникация
Ответственность	Баланс
Выбор	Гармония
Ресурсы личности	Развитие
Смысл	Позитивное отношение к жизни
Рефлексия	Питание
Воля	Уверенность
Навыки	Творчество
Уважение	Оптимизм
Личные границы	Целеустремленность
Собственное мнение	Настроение
Способность решать	Адаптивность
Самоконтроль	Самостоятельность
Разумная самокритика	Самоопределение
Честность	Стрессоустойчивость
Сила	Хобби
Жизнерадостность	Доверие
Открытость	Самопознание
Помощь себе и окружающим	Осознанность

***Задание 1. Разберись! Помоги! Убереги!***

***Для Группы 1.***

Предлагается один из двух вариантов.

***Вариант 1***



## Вариант 2.



### Утверждения

Алкоголизм, табакокурение, наркомания – это болезнь.	Здоровый человек расширяет свои возможности (материальные, психологические, физические и т.д.)
Прекратить употребление ПАВ можно в любой момент.	Снимает эмоциональное напряжение увлечениями (книги, музыка, спорт, просмотр фильмов и т.д.).
«В жизни надо попробовать всё!»	Человек обладает навыком конструктивного диалога («Если меня не понимают, я снова доношу до них (мысли, чувства и т.д.)!»)
«Зависимость наступает не сразу или от одного раза ничего не будет».	Развивает позитивное отношение к себе, но со здоровой самокритикой («понимаю, что могу, а что нет, какая помощь и от кого/чего мне понадобится»);
Люди, употребляющие ПАВ, очень часто не осознают, что зависят от него.	Расширяет свой круг интересов;
«С зависимостью можно справиться	Занимается профилактикой




**Для Группы 3.**

<b>Примерные вопросы</b>	<b>Ответы команды</b>
Как выглядит зависимый человек?	
О чем думает зависимый человек?	
Какое самочувствие у зависимого?	
Какие долгосрочные планы ставит перед собой зависимый?	
Как много времени зависимый человек уделяет своим родным и близким?	
Какие увлечения есть у зависимого человека?	

# Памятка «Укрепляй и сохраняй свое здоровье!»

## Понятие психоактивные вещества

Психоактивное вещество – любое вещество, которое при попадании в организм человека может изменять восприятие окружающего, настроение, поведение и двигательные функции.

---

### Скажи «НЕТ»!

Каждый может дать уверенный ответ «НЕТ» любым веществам (держите в голове все те знания, которые вы имеете о вреде и последствиях употребления ПАВ)...»

Для этого стоит знать и использовать ряд правил!!!

1. При отказе необходимо четко и уверенно сказать НЕТ, объяснив причину отказа, но при этом не извиняясь за свой выбор;
2. Отвечать необходимо быстро и уверенно, не допуская паузы для раздумий и сомнений;
3. В случае уговоров и настаиваний, подумать еще, попросить объяснить, почему вас просят о том, чего вы не хотите делать;
4. Понаблюдайте за поведением собеседника, за его реакциями, жестами, мимикой;
5. Не нужно оскорблять собеседника и проявлять агрессию в его сторону.



Анкета обратной связи для команд

Дорогие друзья! Еще раз благодарим вас за участие в нашей квест-игре! Просим поделиться вас вашими впечатлениями! Это не займет много времени!

Оцените, пожалуйста, проведенное мероприятие по 10-ти бальной шкале и дайте максимально развернутые комментарии.

№	Насколько интересной и доступной была подача материала?	min	Шкала оценки								max	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1.												
Ваши комментарии:												
2.	Оцените организационные условия квест-игры.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Ваши комментарии:												
3.	Насколько полезным стала для Вас квест-игра?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Ваши комментарии:												
4.	Была ли для вас квест-игра трудной?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Что вызвало у вас такую оценку? Ваш комментарий:												
5.	Какая из станций была для Вас	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

	интересна? (укажите ответ в «комментариях»). Оцените ее по шкале.										
Ваши комментарии:											
6.	Что, по вашему мнению, стоит изменить в квесте? Ваш комментарий:										

Спасибо Вам за обратную связь!  
 Нам было приятно с Вами работать!