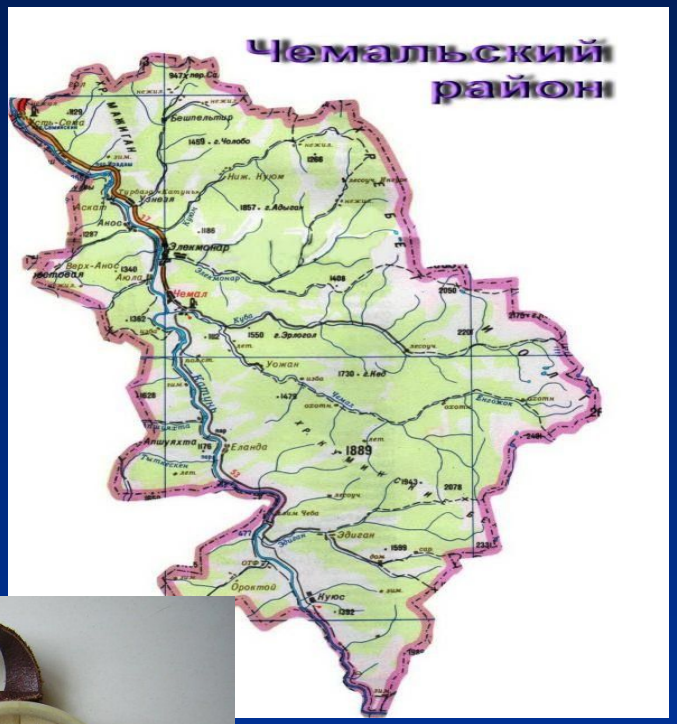
Горный Алтай

Готовимся в поход-2

Классный час для 5 класса

Горный Алтай



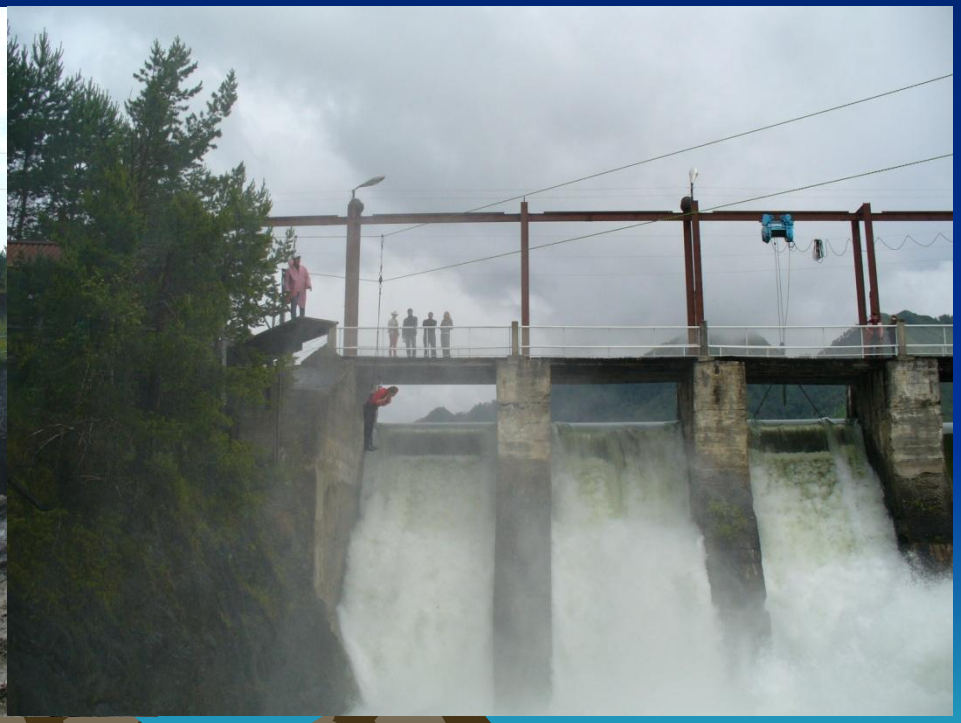
- В походе по незнакомой местности необходимы хорошая карта и компас.
- Научись ими пользоваться!
- И, конечно, не помешает хороший экскурсовод!

Горный Алтай. Ворота Сартакпая, слияние р.Катунь и р.Чемал

Горный Алтай
«Козья тропа»

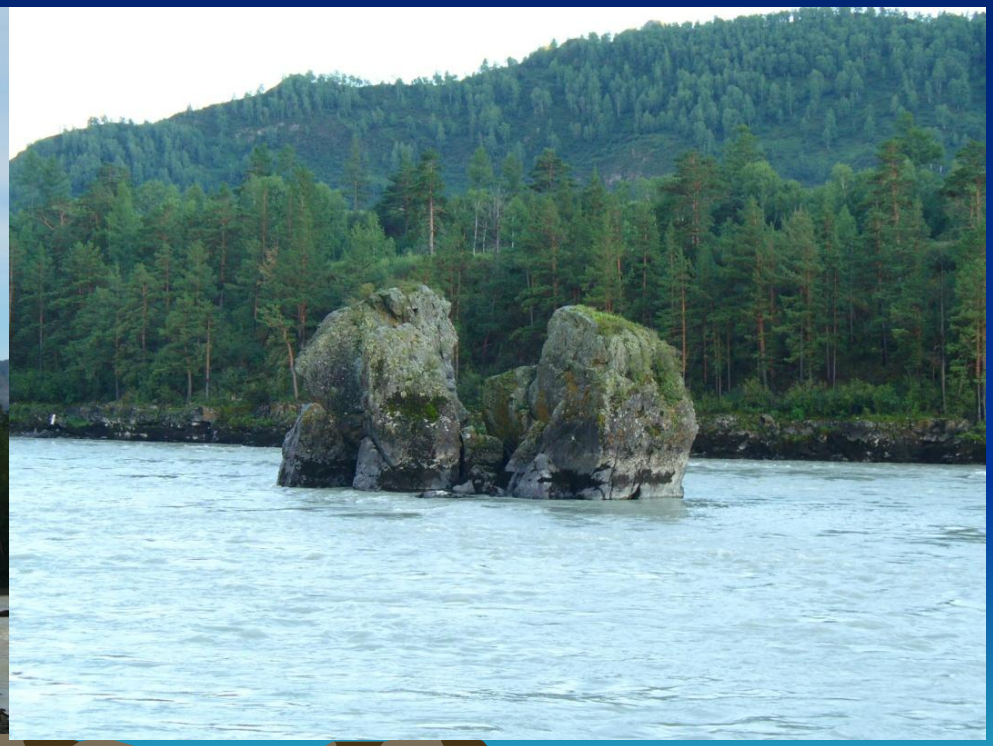
Горный Алтай
Остров Патмос.

Горный Алтай
Чемальская ГЭС, «тарзанка»



Горный Алтай

- Разбитое сердце Сартакпая.



Горный Алтай

- Петроглифы- рисунки древних людей у села Куюс.

Горный Алтай

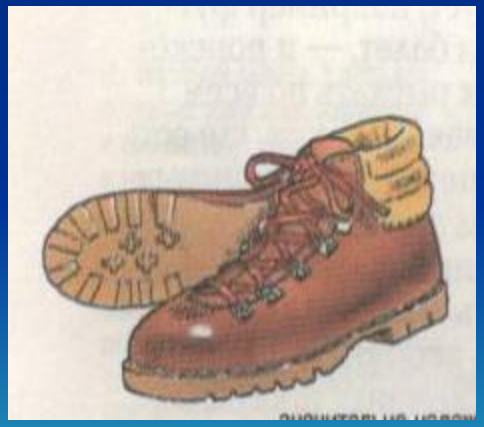
Отправляясь в поход, очень важно хорошо подготовиться. Настоящая походная одежда удобна и соответствует погоде.
Но помни: погода может быстро меняться, особенно в гористой местности, и одежда при любых условиях должна оставаться теплой и сухой.

Горный Алтай

- Походная защитная экипировка: шапочка, перчатки, многослойный костюм, причем верхняя одежда должна быть непромокаемая.
- Лучше всего надеть на себя несколько вещей и спокойно снимать всё лишнее, если станет жарко.

Горный Алтай

- В качестве обуви идеально подойдут кроссовки, но если тебе придется шагать по мокрой или каменистой дороге, то надевай крепкие прогулочные ботинки на толстой рифленой подошве, чтоб не поскользнуться.



Горный Алтай

- Все походное снаряжение вместе с запасной одеждой следует нести в рюкзаке.
- Не бери ничего лишнего – ведь тебе придется это тащить на себе!

Горный Алтай

- **<u>В походе всегда нужны:</u>**
- Фонарик
- Солнечные очки
- Крем от солнечных ожогов
- Головной убор от солнца
- Медицинская аптечка первой помощи
- Свисток
- Фляжка или пластиковая бутылка с водой

Горный Алтай

- **Запомни:**
- **Шесть громких пронзительных свистов- сигнал бедствия.**

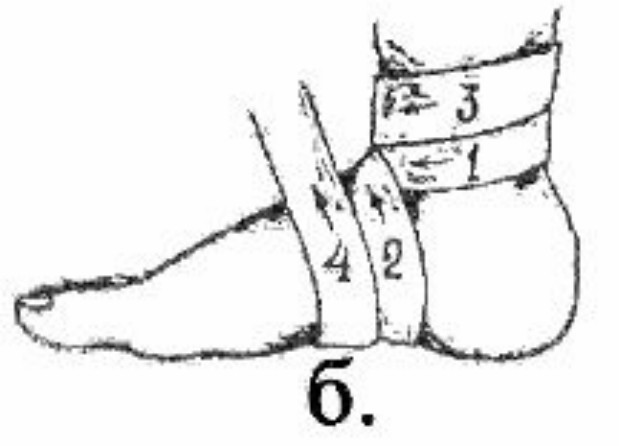
Горный Алтай

- **1. Перекись водорода.**
  2. Йод.
  3. Стерильная марлевая салфетка.
- **4. Бинт стерильный.**
- **5. Пластырь.**
  6. Лейкопластырь бактерицидный.
- **7. Активированный уголь.**
- 8. Смекта.
- **9. Обезболивающие.**
- **10. Мазь от ожогов**
- **11. Корвалол.**
  12. Эластичный бинт.
  13. Мазь от ушибов.
  14. Пинцет, ножницы, иголка, нитки.
- **15. Противовоспалительные** средства.

Горный Алтай

- **РАСТЯЖЕНИЕ**

- **Признаки растяжения** :
  В районе сустава небольшая опухоль, притом сустав внешне не отличается от нормального сустава, боль несильная, движения в суставе происходят нормально, только могут сопровождаться небольшой болью.
- **Что надо делать:**
  1. Наложить тугую повязку, которая практически не
- даст двигаться суставу



- 2. Можно приложить холод или специальную мазь

- 3. Дать обезболивающее

Горный Алтай

- **К обмороку может привести** :
- · Удары
- · Нервное перенапряжение
- · Перегревание
- · Духота
- · Иногда серьезные болезни

Признаки обморока :
- · Человек бледнеет
- · Холодный пот
- · Слабость в конечностях
- · Потеря сознания

- **<u>Что надо делать:</u>**
  1. Положить потерпевшего на спину, горизонтально с немного поднятыми ногами
  2. Расстегнуть воротник или освободить от одежды что мешает.
  3. Обеспечить доступ свежего воздуха
  4. Обтереть лицо, шею платком, смоченной холодной водой
  5. Если произошло на улице, перенесите в прохладное место, а если в помещении откройте окна.

Горный Алтай

- **Признаки укуса** :
- · Боль
- · Опухоль
- · Покраснение

- **<u>Что надо делать:</u>**
  1. Вытянуть жало
  2. Приложить что-то холодное, или смоченную в уксусе салфетку
  3. Если укус сопровождается сильной болью - дайте обезболивающее
  4. Смазать противовоспалительной мазью
  5.Транспортировать больного в больницу

Горный Алтай

- Походная кухня.

Горный Алтай

- Продолжение следует…