

# Давайте вспомним основные понятия, которые мы с вами усвоили на прошлых занятиях

Что такое ориентирование?

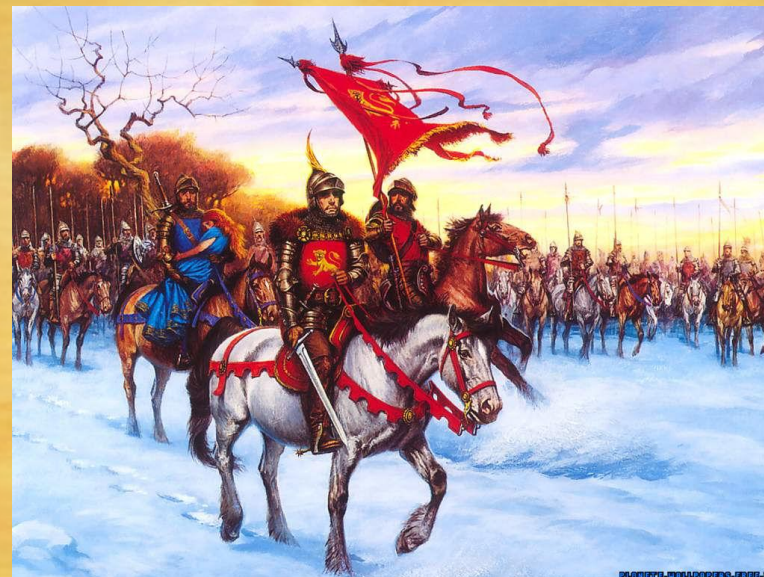
- Какие способы ориентирования вы знаете?
- Что такое трут и что может служить в качестве него?
- Что такое НАЗ? Как его сделать и что в него войдёт?
- Какие предметы входят в личное снаряжение, а какие в групповое?
- Что такое бивак?
- Как развести костёр на биваке?
- Как правильно работать с топором?



**Активный отдых на природе и  
безопасность**



**Поход** - организованное передвижение группы людей с определенной целью. Например, военный поход, по местам боевой славы, туристический поход.





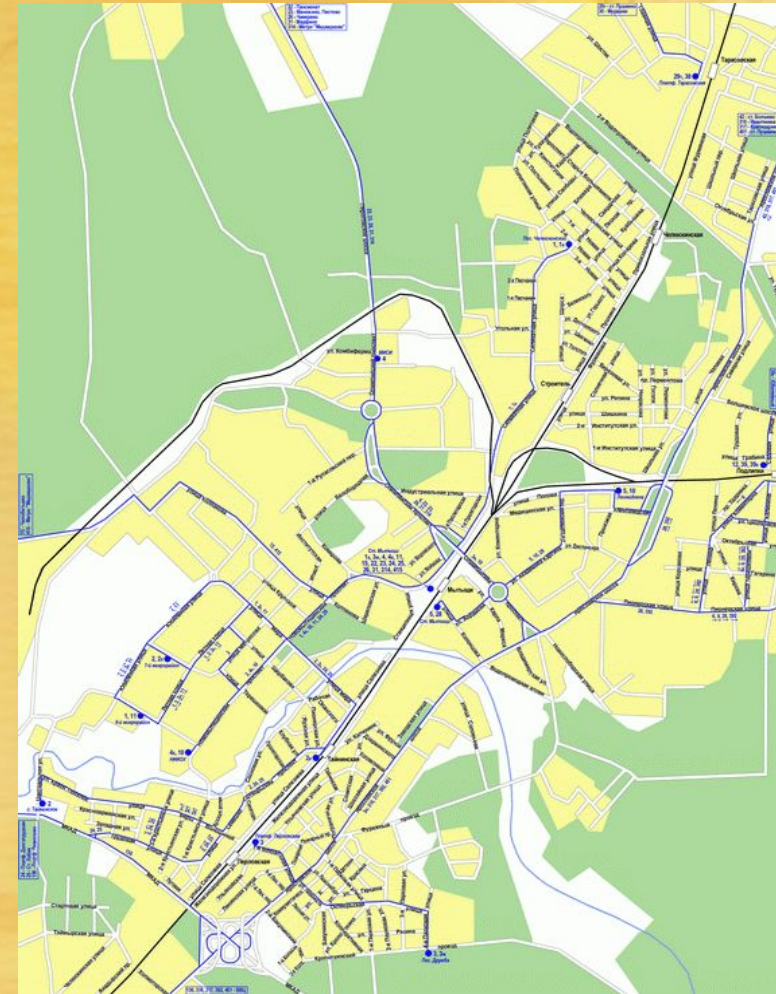
**Активный отдых на природе** – это пешеходные, лыжные, водные, велосипедные путешествия, туристические походы и походы выходного дня (семейные путешествия). Все эти виды отдыха бывают многодневные и однодневные.





# Как вы думаете, что нужно сделать перед выходом в поход?

Прежде всего, надо изучить район похода по топографической карте - уменьшенное изображение земной поверхности, выполненное условными знаками определённом масштабе (показывает, во сколько раз уменьшено на карте изображение земной поверхности). Желательно даже проконсультироваться с людьми, которые там уже были.







# Правила безопасности

правила  
дисциплины

режим и график движения

правила личной  
гигиены

установленный режим  
питания и питьевой режим



# Что такое экстремальная ситуация ?





Самое главное, ребята в такой ситуации – это действовать! Тогда страх и паника покинут тебя. В любой ситуации победит тот, кто уверен в себе и борется за свою жизнь до конца.





Итак, ребята, что же мы узнали сегодня на уроке?

Виды активного отдыха на природе, узнали, как к ним подготовиться, определили общие правила безопасности во время них, научились, как действовать при экстремальной ситуации, продолжили воспитывать в себе чувство самосохранения и ответственности.







## Домашнее задание

- Параграф 2.1      Страница 37 «Практикум» (сообщение в тетради, презентация, видео сюжет)