

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

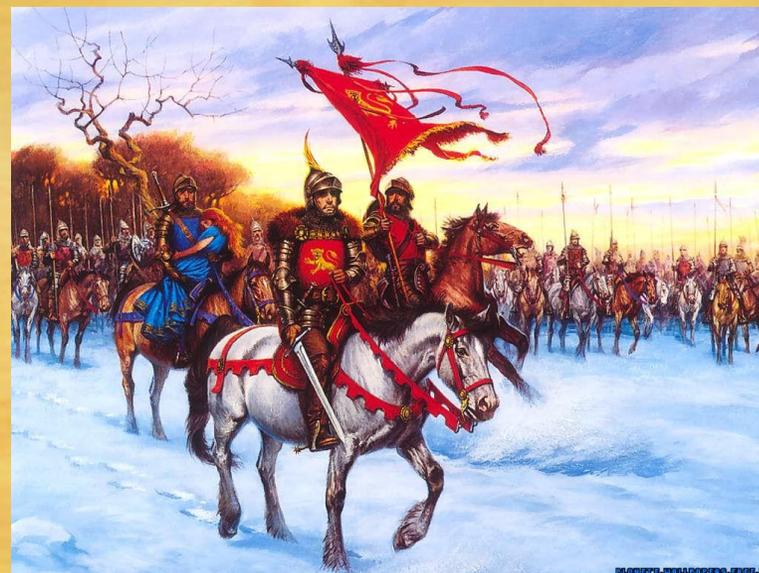
Что такое ориентирование?

- 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?

The background of the slide is a faded, sepia-toned illustration. On the left, a person is shown in a small boat on a body of water, possibly fishing or rowing. In the center and right, there is a large, stylized, abstract figure that resembles a person or a deity, rendered in a similar faded style. The overall tone is warm and historical.

**Активный отдых на природе и  
безопасность**

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

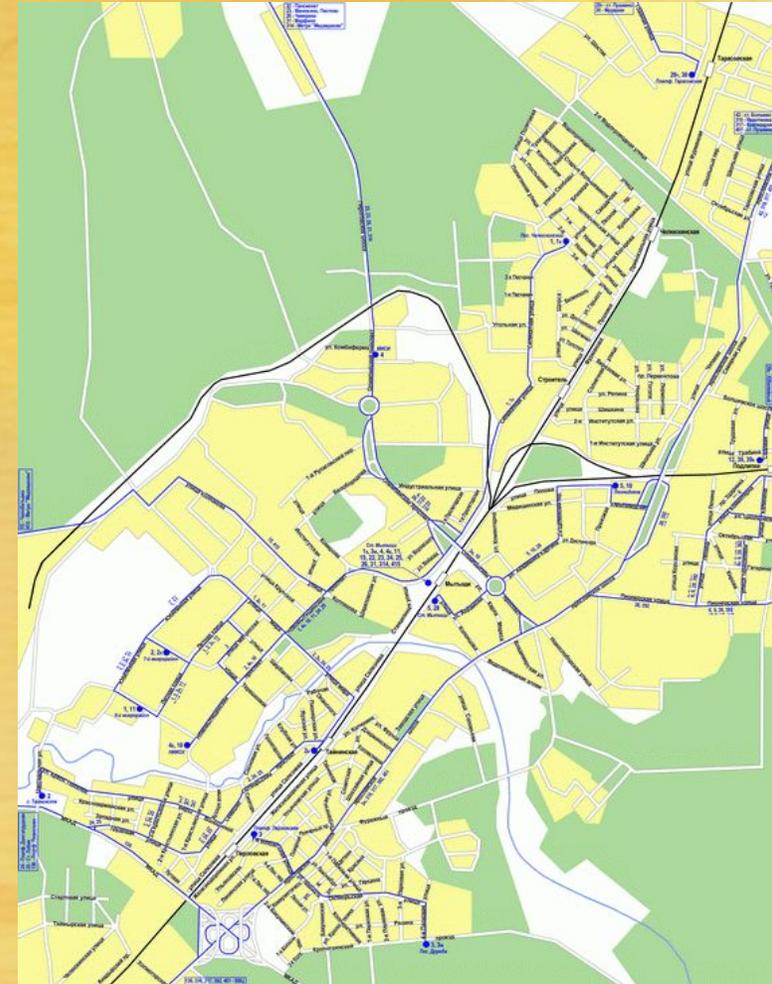


**Активный отдых на природе** – это пешеходные, лыжные, водные, велосипедные путешествия, туристические походы и походы выходного дня (семейные путешествия). Все эти виды отдыха бывают многодневные и однодневные.



# 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.



После этого необходимо  
подготовить и проверить личное  
снаряжение.



# 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)