

Департамент по спорту и молодежной политике Тюменской области

**Государственное автономное учреждение
дополнительного образования детей Тюменской области
«Областной детско-юношеский центр «Аванпост»**

**Информационно-методический сборник
(в помощь организатору
воспитательных мероприятий
военно-патриотической направленности)**

Выпуск № 2

г. Тюмень

Уважаемые коллеги!

Патриотическое воспитание представляет собой организованный непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю и физическое развитие детей, подростков и молодежи. Оно включает: физическое, духовно-нравственное, гражданско-правовое воспитание, военно-историческую подготовку, прикладную физическую подготовку, начальную военную подготовку, военно-техническую и специальную подготовку.

Стержнем деятельности коллективов, ведущих работу по военно-патриотическому воспитанию детей и подростков, является формирование у них морально-психологических качеств и специальных прикладных знаний, навыков и умений, необходимых человеку, определяемых понятием ПАТРИОТ.

Данный информационно-методический сборник содержит организационно-практический материал по организации и проведению массовых военно-патриотических мероприятий, конкурсов и игр, мероприятий с использованием государственной символики в патриотическом воспитании.

Издание адресовано работникам по делам молодежи, координаторам и организаторам военно-патриотической работы муниципальных образовательных учреждений, учреждений дополнительного образования детей.

КАК ПОЙТИ В ПОХОД

Туризм, как известно, располагает большими воспитательными возможностями. Он создает благоприятные условия для воспитания. В походе ребята учатся преодолевать препятствия, готовить пищу, рубить дрова, ставить палатку. Поход позволяет ученикам расширять и углублять знания, полученные в школе. Педагог, совершающий туристские походы с классом, воспитывает у ребят любовь к родной земле, ее полям, лесам, рекам, городам, наследию прошлых веков, которое надо ценить, изучать и беречь.

Обязанности и права руководителя туристского похода определены инструкцией по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации, представленной в приложении №1 к приказу Министерства образования Российской Федерации от 13 июля 1992 г. № 293.

Руководитель похода несет ответственность за жизнь и здоровье детей, безопасность проведения похода, выполнение плана намеченных мероприятий, содержание оздоровительной, воспитательной и познавательной работы, правил пожарной безопасности, охраны природы, памятников истории и культуры.

Руководитель похода обязан:

- до начала похода обеспечить комплектование туристской группы, организовать подготовку участников похода, проверить наличие у них знаний и навыков, обеспечивающих безопасность, подготовить маршрутный лист и приказ на проведение похода;

- совместно с участниками ознакомиться с районом похода, на основе картографического материала разработать маршрут, наметить место и время сбора группы, сроки возвращения с маршрута;

- в походе принимать необходимые меры, направленные на обеспечение безопасности участников, вплоть до изменения маршрута и прекращения похода в связи с возникшими опасностями, принимать срочные меры по доставке травмированных или заболевших участников в ближайшее медицинское учреждение, организовывать в случае необходимости оперативную помощь другой туристской группе, находящейся в этом районе.

За нарушение инструкции руководитель похода несет дисциплинарную ответственность, если эти нарушения не влекут за собой другой ответственности, предусмотренной действующим законодательством.

Организация безопасности. Главная задача — обеспечение безопасности похода. Эффективным способом является инструктаж по правилам безопасности. Инструктаж может быть зачитан ребятам как «Правила безопасности в туристском походе» с комментариями учителя.

Правила безопасности в туристском походе.

/, Точно выполняя все распоряжения руководителя,

0,0 замеченной опасности немедленно сообщай руководителю.

1, Во время следования по железной дороге: выходить из вагона только с разрешения руководителя; в тамбурах не стоять; на ходу поезда двери не открывать, из вагона не высовываться; садиться в поезд и выходить из него на платформу только при

полной остановке поезда.

2, Не использовать попутный автотранспорт, пользоваться только оборудованными машинами и автобусами.

3, Строго соблюдать правила уличного движения. При движении вдоль дороги из строя не выходить. Движение производить по левой обочине, навстречу транспорту, быть предельно внимательными при переходе через дорогу, не мешать движению группы.

4, Перед выходом на маршрут проверить исправность снаряжения, выходить на маршрут с тем снаряжением, которое указано руководителем.

5, При движении соблюдать установленный интервал.

6, В ветреную и холодную погоду привалов на открытых местах не устраивать.

7, На привалах за территорию лагеря без разрешения руководителя не уходить.

/ . , Без разрешения руководителя воду из колодцев, рек и водоемов не пить, соблюдать питьевой режим. Снег не есть.

// , Обо всех признаках недомоганий немедленно сообщать руководителю группы.

/ 0, Без разрешения руководителя не подходить к воде, не купаться.

/ 1, В лесу не разводите костры без разрешения руководителя. Свечи и спички в палатках не зажигать.

/ 2, Аккуратно обращаться с огнем и с кипятком, работать у костра только в одежде, иметь рукавицы.

/ 3, Топоры, пилы и другие режущие инструменты упаковывать в чехлы и переносить внутри рюкзака.

Подготовка к походу и распределение обязанностей. К руководству походом выходного дня допускаются лица не моложе 18 лет, а количественный состав группы должен быть 6-10 человек. Если в поход идет более 10 человек, то необходим заместитель руководителя.

При проведении походов следует уделить большое внимание познавательной и литературно-краеведческой работе. В целях развития самостоятельности, активности, самостоятельности и творчества детей каждому участнику похода поручается выполнение определенных обязанностей: командира группы, завхоза по питанию, медицинского инструктора, ремонтного мастера, физкультурного руководителя, художника, зоолога, летописца, завхоза по снаряжению, топографа, казначея, фотографа, биолога, кострового. Каждый участник похода ведет записи наблюдений, принимает активное участие в оформлении собранных материалов.

Туристское снаряжение. Большое значение для здоровья туриста и успеха похода имеет снаряжение. В поход берут только самое необходимое. Недаром говорится, что в походе и иголка пуд весит. Основные требования, которым должно отвечать туристское снаряжение, — это легкость, надежность, прочность, портативность и удобство при эксплуатации.

Снаряжение делится на личное (индивидуальное) и групповое (общего пользования).

Личное снаряжение для похода выходного дня: 1. Рюкзак. 2. Коврик (полиуретановый, двухслойный). 3. Спортивный костюм. 4. Накидка от дождя. 5.

Головной убор. 6. Кеды или кроссовки. 7. Носки хлопчатобумажные — 2 пары. 8. КЛМН (кружка, ложка, миска, ножик). 9. Блокнот, ручка, простой карандаш. 10. При необходимости индивидуальные лекарства.

Групповое снаряжение для похода выходного дня: Костровой инвентарь (топор, лопатка, пила, таганок, котлы, объем которых зависит от количественного состава группы). 2. Полиэтилен. 3. Ремонтный набор (нитки простые и капроновые, иглы, наперсток, клей «Момент», изолента, капроновый шнур). 4. Фотоаппарат. 5. Картографические материалы, путеводители.

Аптечка. В любом, даже однодневном, походе или на прогулке необходимо иметь с собой медицинскую аптечку с набором средств для оказания первой доврачебной помощи.

В медицинскую аптечку для туристского похода должны входить: бинты стерильные (4 шт.), вата (50 г), жгут (1 шт.), лейкопластырь (2 уп.), спиртовой раствор йода (5%, 10 мл), анальгин (10 табл.), валидол (10 табл.), сульфадиметоксин (10 табл.), активированный уголь (20 табл.), раствор перекиси водорода (50 мл), марганцовокислый калий (кристаллы. 5 г), сода двууглекислая, питьевая (10 г), нашатырный спирт (25 мл), левомецитин (10 табл.), крем «Детский» (1 тюбик), термометр (1 шт.), нашатырный спирт (1 уп.), эластичный бинт (1 шт.), спирт (96%, 100 мл.), аспирин (10 табл.), ножницы (1 шт.).

Туристский строй. В туристских походах принято ходить строем, в колонне по одному. Это облегчает учителю управление группой. Все на виду. Движение упорядочено — никто не отстанет и не потеряется. Строем по лесу идти гораздо безопаснее и легче: за меньшее время можно пройти большее расстояние, затратив меньше сил. На красивый, организованный строй приятно смотреть. Все это до похода можно объяснить ребятам, шутливо обыграв: «Бараны ходят стадом, в детском саду — парами, туристы ходят строем!». Это запомнится надолго.

Где место педагога в туристском строю? Удобнее идти вначале колонны. Легче регулировать темп и направление движения. В конце замыкающим лучше поставить сильного, смекалистого, авторитетного помощника. Ведь его задача — помощь всем нуждающимся, чтобы никто не отстал. Он поможет учителю «видеть» весь строй. Хорошо заранее оговорить способы сигнализации между замыкающим, направляющим и руководителем группы.

Любой класс разделен на микроколлективы ребят, которые дружат между собой. Им приятно и интересно быть друг с другом. Эти малые группы имеют своих неформальных лидеров. В походе члены микрогрупп также будут стремиться к совместному общению, и педагогу нужно это использовать. В строю члены микрогрупп могут идти вместе. А их лидерам учитель официально поручает руководить ребятами при движении по маршруту. Он может подсказать неформальным вожакам, что им удобнее идти в конце своего микроколлектива, замыкая его: так нет необходимости оглядываться, не отстал ли кто-нибудь, всегда видно тех, кому нужна помощь.

Такая организация движения по маршруту способствует развитию ростков самоуправления, дисциплинирует группу. А в походе дисциплина — форма достижения цели безопасного его проведения.

Организация бивака. Успех похода выходного дня во многом зависит от того, как была организована лагерная стоянка. Определяя место разбивки бивака,

руководителю нужно учитывать многое: есть ли близко питьевая вода, дрова, нет ли подгнивших деревьев, которые могут быть повалены ветром.

Нельзя располагать бивак на возвышенностях, около одиноких деревьев, так как при грозе в них может ударить молния. Опасно располагаться и под проводами электрических линий, в лесу под низко опущенными кронами деревьев, у подножия крутых берегов, где могут быть обвалы. Но самое главное — место бивака должно быть безопасным во всех отношениях.

Выбрав место для бивака, туристы по команде руководителя снимают рюкзаки, затем в течение 5-10 мин. отдыхают и переодеваются, после чего приступают к выполнению своих обязанностей.

Место для костра выбирают в отдалении от сухого леса, торфяников. При возможности нужно использовать место, где уже разводили костер. Если такого места нет, то следует аккуратно снять слой дерна и сохранить его, чтобы перед уходом с бивака (предварительно погасив костер) заложить на место кострища.

Костры бывают разные: для приготовления пищи, обогрева, просушки вещей и снаряжения, отпугивания комаров и мошки, подачи сигналов. Туристам необходимо знать, какие существуют типы костров.

Для приготовления пищи большой костер неудобен. Наиболее целесообразны «шалашик» или «колодец». Если группа большая, полезен костер из параллельно лежащих бревен. Для согревания и ночевки под открытым небом удобен «таежный» костер», когда на толстое бревно кладется 3-4 более тонких, и по мере их сгорания они пододвигаются друг к другу.

Лучшее топливо для костра — сушняк. Разжигать костер лучше берестой с сухостойной поваленной березы. Удобны также маленькие палочки и сухие сосновые ветки с хвоей. Снизу кладут тонкие сухие ветки, потом более крупные. Когда костер разгорится, на самый верх укладывают дрова. Для сохранения растительности рекомендуется использовать примусы типа «Шмель», газовые плитки.

Воду для питья и приготовления пищи берут из проверенного источника. Нельзя пить воду из реки, озера, особенно вблизи населенных пунктов, так как в ней могут оказаться болезнетворные микроорганизмы.

Любую воду (кроме родниковой) обязательно надо кипятить. В загрязненную воду предварительно бросают дезинфицирующие средства — алюминиевые квасцы (щепотку на ведро), кристаллики марганцовки (до очень слабой розовой окраски воды), таблетки

пантоцида (одна таблетка на 0,75 л воды в течение 30 мин.) или хотя бы поваренную соль. При этом вода светлеет, а муть оседает на дно, ее сливают.

Походный быт. Распорядок дня в походе зависит от состава группы, но общее правило состоит в следующем: поднимайтесь пораньше, так как утренние часы наиболее приятны. Дежурные встают на один-два часа раньше времени общего подъема.

Выходите на маршрут как можно раньше, а на ночлег становитесь за 1-2 часа до темноты.

Когда стемнеет, лагерь уже должен стоять, дрова должны быть заготовлены, а ужин вариться на костре. Продолжительность дневного привала на обед определяется погодой, маршрутом, режимом времени. При движении с рюкзаками необходимо делать регулярные остановки через 40-60 мин. хода продолжительностью 10-15 мин.

Умение находить чистую питьевую воду — необходимый навык туристов. Очень хороша вода из родника. Интенсивное кипячение воды — наиболее простой способ ее очистки. Если нет времени кипятить воду, можно ее дезинфицировать несколькими каплями йода или марганцовки. Существуют также специальные таблетки для обеззараживания некипяченой воды.

При выборе места для лагеря нужно учитывать: его безопасность, обеспеченность дровами и водой, комфортность существования (защищенность от ветра, сухость места, относительно удобное расположение костра и палаток, устройство кухни).

Придя на место ночевки, выделите 5-10 мин. для короткого отдыха и переодевания. Затем приступайте к организации лагеря. Необходимо расчистить место для установки палаток, определить, где будет находиться кухня, производиться заготовка дров.

Когда большая часть дров собрана и общее размещение лагеря определилось, дежурные разводят костер, а остальные ребята устанавливают палатки и помогают на кухне.

Питание в походе.

(примерный перечень продуктов питания, рекомендуемых при составлении суточного рациона юного туриста в походах и путешествиях, может быть таким)

Наименование продуктов	Вес в граммах
Хлеб черный и белый	500
Сухари, печенье, галеты, хлебцы хрустящие, мука	200
Крупы, макаронные изделия	100-200
Готовые концентраты каш, концентраты супов в пакетах	50
Масло сливочное, топленое, растительное	50-60
Тушенка, фарш, паштет, печеночный паштет	150
Мясо сублимированное	50
Сахар	80-100
Конфеты, шоколад, халва, мед	70-100
Колбаса сырокопченая, грудинка, корейка, сало, ветчина,	50
Рыбопродукты, рыба соленая, консервированная в масле или томате,	50
Овощи свежие	100
Овощи сухие, сублимированные	50
Молоко сухое, сливки сухие	25-35
Молоко сгущенное	50
Яичный порошок	5
Сыр, сыр плавленый, брынза	20-40
Фрукты свежие	100
Сухофрукты разные, концентрированные кисели, орехи,	30
Наименование продуктов	Вес в граммах
Кофе	3
Какао-порошок	10
Чай	4

Специи: перец, горчица, лавровый лист, томатная паста	30-40
Витамины, глюкоза	3
Соль	10-12

Примерное меню на поход выходного дня на 10 человек:

Обед: суп вермишелевый (4 п., 480 г), тушенка (1 б, 330 г), рис (400 г), колбаса копченая (500 г), молоко сухое (200 г), масло сливочное (200 г), хлеб (600 г), чай (10 г), сахар (500 г), соль (10 г).

Денежные нормы расходов на питание в туристских мероприятиях устанавливаются руководителями учреждений и организаций, проводящих эти мероприятия, исходя из натуральных норм по фактическим ценам, складывающимся в регионе их проведения в пределах имеющихся средств.

После нас лучше, чем до нас. Лес открывает свои тайны, если мы учимся его слушать. Мы с детства привыкли: «Не шуми — ты не в лесу». А разве группа, идущая с громкими криками по лесу, может услышать лесные таинства: шелест крон деревьев, музыку птичьих голосов? Что, можно вокруг себя услышать, не расставаясь с наушниками плеера или включив магнитофон на полную мощность?

Участники похода должны осознавать, что идут в чужой дом, гостеприимный, но живущий по своим законам. Сломанная зеленая ветка, сорванные и выброшенные цветы не прибавят радости в общении с природой. Идти лучше по тропинкам, так меньше риска потревожить какое-нибудь животное или птицу на гнезде. Костер, разведенный просто на траве, когда дерн не снят, будет потом чернеть несколько лет. А в городских лесопарках разведение костров вообще запрещено.

Туристская группа школьников задержалась на обеденном привале. А нужно успеть на электричку. Чтобы аккуратно сложить оставшийся хворост, убрать мусор, залить огонь, заложить место костра дерном, требуется время, а поезд ждать не будет. И школьники во главе с учителем быстро собирают рюкзаки и уходят, оставив место привала неубранным. Вот уж урок практической «экологии»! Его запомнят лучше всякой лекции.

Куда девать мусор? Мусор, конечно, нужно убрать, а еще лучше просто не мусорить, предусмотрев специальные пакеты из ненужных, оставшихся после обеда упаковок и бумаги, и всё это забрать с собой. Горючий мусор (бумагу, пластиковые бутылки, полиэтиленовые пакеты) сожгите на костре, консервные банки обожгите на костре и закопайте, а места туалетов заройте. Оставшиеся дрова закройте ветками или прислоните к стволам деревьев: на земле они скорее сгниют. Костер необходимо залить водой, а кострище закрыть дерном. Всё, что могут съесть птицы и звери, оставляют под деревьями на видном месте. Уходя с бивака, проверяют, не забыл ли кто своих вещей.

Подведение итогов похода. Давно уже на туризм не смотрят как на веселое время препровождение, как на примитивный отдых и развлечение на природе. Туризм — это поиск, это новые открытия, новые впечатления.

Поход, как правило, создает эмоционально-радостное настроение у ребят. Они стремятся обменяться мнениями. Это удобная для педагога возможность на классном часе вместе с учениками подвести итоги похода. Что запомнилось? Что было самым интересным на маршруте? Какой вклад внес каждый в общее дело? Какие недостатки мешали нам? Что в следующем походе мы сделаем по-другому?

Значимым и памятным событием для ребят станет награждение их значками «Юный турист» и «Турист России».

Поход принесет ребятам больше удовлетворения, если каждый вложит в его подготовку и проведение частичку своего труда: подготовит с помощью учителя-предметника тематический краеведческий реферат, сделает фотографии похода, видеофильм, изготовит нужное группе снаряжение, поможет в оформлении туристской летописи.

После туристской прогулки или похода, как правило, появляются фотографии памятных мест, наиболее интересных событий. Увиденным, пережитым все хотят поделиться, продлить радость общения с природой, с друзьями. Традицией стало размещение этих фотографий и отзывов в стенной газете или на стенде. Это оперативно и увлекательно, но, к сожалению, недолговечно. Большую газету неудобно хранить. Материал со временем утрачивается.

Проще те же самые фотографии, рисунки и отзывы ребят разместить на листах бумаги одного формата, например А-3: 30 на 42 см (папка «Для черчения»). Их так удобнее хранить, размещать на любом стенде, делать при необходимости тематические подборки и даже при желании можно переплести в альбом. Только, чтобы материал лучше смотрелся, листы нужно располагать вертикально, оставляя поля: слева — 4 см (для брошюровки или переплета), сверху, снизу и справа — по 1 см.

Можно оформить одну или несколько страниц материалов о пройденном маршруте. Постепенно таких туристских страничек станет много. Будут новые походы, экскурсии, поездки, и за несколько лет совместной учебы в школе появится интересная и памятная туристская летопись класса.

Материалы прогулки или похода могут иметь следующие разделы: дата похода, основная «нитка» маршрута, список группы, обязанности участников туристской группы, карта или схема маршрута, на которой нужно показать путь группы. Описывая маршрут, полезно рассказать, как подъехать к его начальному пункту, привести расписание движения транспорта. Это поможет другим группам, которые воспользуются вашими материалами. В этом же разделе дают описание пути, по которому шла группа, помещают информацию, где находятся удобные места для привала. В разделе «Краеведческий материал» рассказывают о том, что узнала туристская группа о достопримечательностях данной местности, какие здесь находятся исторические, архитектурные и природные памятники. К материалам похода относят также отзывы участников похода, фотографии, иллюстрации, рисунки ребят.

Если каждый педагог за год проведет хотя бы один поход и составит его туристическую летопись, школа получит прекрасную библиотеку методических разработок, туристических маршрутов. В этой работе может найти свой интерес каждый учитель. В разработках маршрутов реализуется на практике краеведческий подход в преподавании. Материалы, собранные туристскими группами в походах, можно использовать на уроках.

ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ ВИКТОРИНА «ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ»

1.	<p>От дыма лесного пожара вы начинаете задыхаться, он слепит вас. Как следует поступить:</p> <ul style="list-style-type: none">а) укрыться на высоком дереве;б) бежать в поисках безопасного места;в) ползти в безопасное место,, прижавшись к земле?
2.	<p>Совершая переход, вы попали в район, где много ядовитых змей, Будете ли вы во время движения:</p> <ul style="list-style-type: none">а) производить как можно больше шума ногами;б) идти тихо и спокойно, чтобы не привлекать внимания змей;в) двигаться медленно, с остановками через каждые 5-10 шагов, внимательно осматривать заросли впереди?
3.	<p>Вы находитесь в лесу и зовете на помощь товарища. Как вы должны кричать, чтобы вас услышали с большого расстояния:</p> <ul style="list-style-type: none">а) громко, но низким тоном;б) пронзительно;в) подать сигнал свистом с помощью пальцев?
4.	<p>Вы совершаете переход по засушливой местности и очень хотите пить. У вас полная фляга воды. Как следует поступить:</p> <ul style="list-style-type: none">а) беречь воду и пить примерно по чашке в день;б) утолить жажду, выпив половину имеющейся воды;в) пить часто, но по одному глотку;г) пить только при сильной жажде, промочив рот и сделав один - два глотка?
5.	<p>Вам надо просушить намокшие сапоги (ботинки). Что для этого нужно сделать:</p> <ul style="list-style-type: none">а) поставит их в протопленную горячую печь;б) насыпать внутрь сухой, нагретый на огне костра песок;в) пристроить как-либо обувь около костра?
6.	<p>Необходимо по льду преодолеть водоем. Какой лед, по-вашему, наиболее прочен:</p> <ul style="list-style-type: none">а) белого цвета;б) имеющий синеватый оттенок;в) матовый;г) зеленоватый?
7.	<p>Зима. Вы находитесь в походе. Вам захотелось пить. Что лучше использовать для получения питьевой воды:</p> <ul style="list-style-type: none">а) «молодой» лед;б) плотный слежавшийся снег;в) «старый» лед?
8.	<p>Совершая переход через лес, вы почувствовали, что заблудились. Как вам действовать;</p> <ul style="list-style-type: none">а) сразу же прекратить движение и попытаться сориентироваться с помощью компаса или природных признаков;б) идти дальше, ускорив темп;в) двигаться в обратном направлении?

9.	<p>Как вы поступите с рюкзаком (грузом), находящимся у вас за плечами, при переходе реки с быстрым течением:</p> <p>а) избавитесь от него; б) будете нести в руках; в) понесете за плечами; г) потяните рюкзак за собой по воде?</p>
10.	<p>Вы подошли к болоту и, осматривая его с удобного для наблюдения места, выделили различные участки. Какой из них вы выберете для перехода:</p> <p>а) с плавающим на воде растительным покровом; б) с редким камышом (тростником); в) там, где большое количество мочажин и осоки; г) где видны поросли березы и осины; д) участок со сплошным слоем старого торфа и мха?</p>
11.	<p>Вы устанавливаете палатку. Что, по-вашему, надо сделать в первую очередь:</p> <p>а) установить стойки; б) застегнуть вход; в) растянуть дно?</p>
12.	<p>Вас одиннадцать человек, вам нужно не просто приготовить пищу на костре, но и обсушиться около него, согреться. Какой тип костра вы для этого выберете:</p> <p>а) «колодец»; б) «шалаш»; в) «таежный»; г) «пирамида»; д) «камин»?</p>
13.	<p>Вам необходимо перебраться вброд через реку с быстрым течением. Каким из предложенных способом вы будете переходить ее в выбранном вами месте:</p> <p>а) вниз по течению; б) перпендикулярно течению реки; в) против течения; г) под углом 45° к нему?</p> <p>Как поступите с рюкзаком, находящимся у вас за плечами?</p>
14.	<p>Вас мучит чувство голода, а продуктов питания нет. Как вы определите пригодность растений и ягод к употреблению в пищу:</p> <p>а) попытаетесь есть то, что едят птицы; б) будете есть все встречающиеся на пути ягоды, за исключением ярко-красных; в) возьмете в рот небольшое количество ягод или незнакомых вам растений и, немного разжевав их, подождете 5-10 мин; г) совершенно откажитесь употреблять в пищу незнакомые ягоды и растения, несмотря на голод?</p>
15.	<p>Вам предстоит совершить длительный переход. Далеко от конечного пункта вы обнаружили потертости на ногах. Как вы поступите:</p> <p>а) протрете подошвы обуви бензином; б) намочите носки водой и наденете обувь; в) время от времени будете переодевать носки с одной ноги на другую; г) наденете носки наизнанку; д) наденете обувь на босую ногу?</p>

16.	<p>Рядом с вашим биваком - ручей сомнительной чистоты и болотце. Воду для приготовления пищи вы будете брать:</p> <p>а) из ручья; б) из болотца; в) из специально вырытой ямы рядом с болотцем?</p>
17.	<p>Вы укрылись в оборудованной вами снежной пещере. Имеющаяся горелка освещает и согревает убежище. При каком цвете пламени горелки вам не следует беспокоиться:</p> <p>а) желтом; б) голубом; в) красном?</p>
18.	<p>Внезапно разразилась сильная гроза. Вы видите, что приближаются интенсивные вспышки молнии. Ваши действия:</p> <p>а) прятаться под огромным деревом; б) укрыться под навесом скалы; в) остаться на открытой местности, продолжая движение и не обращая внимания на угрозу; г) найдете не выделяющееся на местности укрытие и переждете грозу?</p>
19.	<p>Правильный способ остановки капиллярного кровотечения?</p> <p>а) наложение на рану давящей повязки; б) наложение на конечность жгута; в) резкое сгибание конечности в суставе.</p>
20.	<p>Правильный способ остановки артериального кровотечения?</p> <p>а) наложение на рану давящей повязки; б) наложение на конечность жгута или резкое сгибание конечности в суставе.</p>
21.	<p>Что необходимо сделать при потере сознания?</p> <p>а) искусственное дыхание; б) массаж сердца; в) освободить (санировать) дыхательные пути от инородных тел и рвотных масс.</p>
22.	<p>Первая медицинская помощь при вывихе конечности?</p> <p>а) дать обезболивающие средства, вправить вывих и зафиксировать конечность; б) осуществить иммобилизацию поврежденной конечности, дать доступные обезболивающие средства, приложить к поврежденному суставу пузырь с холодной водой или льдом, организовать транспортировку в больницу или травмпункт; в) зафиксировать конечность, не вправляя вывих, приложить пузырь (грелку) с горячей водой, организовать транспортировку в больницу или травмпункт.</p>
23.	<p>На какой максимальный срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут?</p> <p>а) не более получаса; б) не более 2-х часов; в) не более часа.</p>

24.	<p>Назовите основные правила оказания первой помощи при солнечном и тепловом ударах?</p> <p>а) как можно быстро перенести пострадавшего в тень, уложить на спину (голова должна быть ниже туловища), сделать растирание в области сердца.</p> <p>б) поместить пострадавшего в тень или в прохладное помещение, раздеть, уложить на спину, сделать холодные компрессы, положить под голову валик, обеспечить достаточный доступ свежего воздуха;</p> <p>в) усадить пострадавшего в тень, напоить холодным напитком, наложить холодный компресс на грудь.</p>
25.	<p>Какие лекарственные препараты являются обезболивающими?</p> <p>а) анальгин, панадол;</p> <p>б) димедрол, валериана;</p> <p>в) фталазол, пенициллин.</p>
26.	<p>Как оказать первую медицинскую помощь при открытом переломе?</p> <p>а) концы сломанных костей совместить, наложить стерильную повязку на рану, осуществить иммобилизацию конечности;</p> <p>б) погрузить обнаженные костные обломки в рану, наложить на рану стерильную повязку, дать обезболивающие лекарства и обеспечить покой конечности;</p> <p>в) осуществить правильную иммобилизацию конечности, наложить на рану стерильную повязку, дать обезболивающие лекарства и оказать транспортировку пострадавшего в лечебное учреждение.</p>
27.	<p>Укажите, какие лекарственные растения используются для остановки кровотечения и обеззараживания ран?</p> <p>а) тысячелистник;</p> <p>б) череда;</p> <p>в) сок подорожника;</p> <p>г) сок полыни.</p>
28.	<p>В солнечный полдень тень указывает направление на:</p> <p>а) юг;</p> <p>б) север;</p> <p>в) запад;</p> <p>г) восток.</p>
29.	<p>Как определить стороны света, находясь в лесу в безлунную ночь? Укажите правильный ответ (1):</p> <p>а) по часам;</p> <p>б) по луне;</p> <p>в) по Полярной звезде.</p>
30.	<p>Какой из признаков указывает на хорошую погоду?</p> <p>а) на горизонте появляются тонкие перистые облака, вытянутые в виде нитей с загнутыми концами;</p> <p>б) после захода солнца на траве появляется роса, которая усиливается перед восходом солнца, а после исчезает;</p> <p>в) вечером теплее, чем днем.</p>

31.

Какой из признаков указывает на плохую погоду?

а) с восходом солнца появляются кучевые облака, к полудню размеры их увеличиваются, к вечеру они растекаются и после захода солнца совершенно исчезают;

б) к вечеру и к ночи в низинах и долинах становится холоднее, чем на возвышенностях, а в лесу теплее, чем на открытых местах;

в) сильно мерцают звезды (красноватым или ярко-синим светом).

Ответы:

1 В

12

В

23 Б

2 А

13

Г

24 Б

3 А

14

В

25 А

4 Г

15

В

26 В

5 Б

16

В

27 В, Г

6 Б, Г

17

Б

28 Б

7 В

18

Г

29 В

8 А

19

А

30 Б

9 В

20

Б

31 В

10 Д

21

В

11 В

22

Б