

Тест по теме: Активный отдых на природе и безопасность. 6 класс.

Автор: Карандашов Николай Александрович,
преподаватель-организатор ОБЖ
МОУ СОШ №33 ст. Архангельской



1. Что включает в себя активный
отдых на природе. Общие
правила безопасности во время
такого отдыха.

2. Каков режим переходов во время пешего похода по равнинной местности?

1. 30 минут движения 30 мин отдых.
2. 40 мин. движение 10-20 мин.
отдых.
3. 1 час движение 20-30 минут
отдых.

3. При походе в горной местности каков должен быть режим движения и отдыха?

1. 45 минут движение 15 мин отдых.
2. 40 мин. движение 30 мин отдых.
3. 1 час движение 20 мин. отдых.

4. Через какое время делают минутную остановку при затяжном подъёме в горах?

1. Через каждые 5- 7 минут.
2. Через 10-15 минут.
3. Через 15-20 минут.



5. Правила безопасного поведения на воде во время водного путешествия.

6. С какой стороны нужно вытаскивать из воды в лодку тонущего?

1. С любого борта.
2. С носовой части.
3. С кормы.

7. Какое оптимальное расстояние между лыжниками во время лыжного похода в хорошую погоду?

1. 8-10 м.

2. 4-5 м.

3. 6-7 м.

8. С какого возраста можно участвовать в велосипедных походах вместе с родителями?

1. С 10 лет.
2. С 12 лет.
3. С 14 лет.



9. С чего следует начинать при подготовке к лыжному походу?

1. Смазки лыж.
2. Подборки лыжных палок.
3. Укрепления физического здоровья и закаливания.



10. В каких местах в горах нельзя разбивать бивак?

1. На полянах с высокой травой.
2. В устьях высохших рек.
3. Вблизи высоких деревьев.

11. В какой части лодки во время водного похода должны находиться спасательные круги?

1. В носовой части .
2. В кормовой части.
3. За бортом привязанные к лодке верёвкой.

Источники:

1. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 6 кл. /А.Т. Смирнов, Б.О Хренников; под общ. ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2009.