

Самостоятельная работа

по теме: «Экстремальные ситуации. Акклиматизация в различных климатогеографических условиях»

1 вариант

1. Какие ситуации принято называть экстремальными?
2. Кому следует сообщить о маршруте и сроках проведения туристического похода и почему это необходимо?

3. Заполните пропуски.

При перемене места жительства любой организм реагирует на

_____. Организм начинает _____
к этим изменениям. Процесс приспособления организма к новым климатическим
условиям называется _____. При _____ могут
изменяться

При этом человек может ощущать некоторые недомогания:

4. Акклиматизация происходит сложнее
и продолжительнее, если:

- а) _____
- б) _____

5. Перечислите симптомы горной болезни.

2 вариант

1. Назовите основные правила поведения в экстремальной ситуации.
2. Что надо учитывать при разработке маршрута туристического похода?

4. Чтобы акклиматизация происходила успешнее и быстрее, необходимо:

- а) _____
- б) _____

5. Перечислите ряд правил для предупреждения горной болезни.