

Pierwsza pomoc. Odznaki turystyczne. Znaki topograficzne.

1. Pozycja boczna ustalona to:

- a) ułożenie kończyny w przypadku złamania otwartego,
- b) leżenie na wznak,
- c) umieszczanie najciężej poszkodowanych z boku miejsca wypadku w celu łatwiejszego dostępu i możliwości reanimacji
- d) pozycja z dłonią pod odchyloną głową oraz zapewniającym stabilność ułożeniem nóg

2. Do nałożenia bezpośrednio na ranę najlepiej nadaje się:

- a) lignina, b) wata, c) gaza jałowa, d) bandaż elastyczny.

3. Szyna Kramera służy do:

- a) tamowania krwotoków tętniczych,
- b) unieruchamiania złamań nosa,
- c) jest to narzędzie chirurgiczne nieprzydatne w apteczce turystycznej,
- d) unieruchamiania złamań kończyn.

4. Prawidłowy stosunek liczby uciśnień klatki piersiowej do oddechów ratowniczych to:

- a) 2:30,
- b) 15:1,
- c) 30:2,
- d) ratownik sam wybiera taką liczbę aby było mu łatwiej i wygodniej.

5. Najlepszym sposobem pomocy koledze, który odmroził sobie ręce w stopniu lekkim będzie

- a) nacieranie rąk śniegiem,
- b) szybkie pocieraniem ręki o rękę,
- c) jak najszybsze ogrzanie rąk w ciepłej wodzie,
- d) stopniowe ogrzewanie rąk w czystej wodzie.

6. Najlepszym lekiem przeciwbiegunkowym jest

- a) witamina C, b) polopiryna, c) węgiel leczniczy, d) altacet.

7. Przy zdobywaniu Górskiej Odznaki Turystycznej co ile metrów wysokości dostaje się 1 pkt.?

- a) 100, b) 200, c) 300, d) 400.

8. Ile trzeba uzyskać punktów aby zdobyć popularna GOT w wieku 8-10 lat?

- a) 30, b) 40, c) 50, d) 60.

9. OFK to Odznaka a) Flisaka krajoznawcy, b) Fotografa Kumpla, c) Fotografa Krajoznawcy.

10. Podpisz co oznaczają poszczególne znaki topograficzne wpisując odpowiednie litery.

A - kamienisko (gołoborze), B – pastwisko, C - wysokie trawy, D - zarośla trzciny i sitowia,
E - wąski pas krzaków lub żywopłot, F- las iglasty

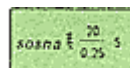












11. Zagłębienie terenu oznaczone jest literką

a)



b)



c)



d)

