

## ESPECIALIDADE DE VIDA SILVESTRE

NOME: \_\_\_\_\_

UNIDADE: \_\_\_\_\_

CLUBE: \_\_\_\_\_

INSTRUTOR: \_\_\_\_\_

DATA: \_\_\_\_\_

### 1. PARTICIPAR DE 2 ACAMPAMENTOS, COM NO MÍNIMO 2 PERNOITES

--	--

### 2. O QUE FAZER QUANDO ESTIVER PERDIDO

P \_\_\_\_\_

A \_\_\_\_\_

S \_\_\_\_\_

O \_\_\_\_\_

C \_\_\_\_\_

O \_\_\_\_\_

L \_\_\_\_\_

A \_\_\_\_\_

**EXPLIQUE 3 MÉTODOS DE IDENTIFICAR OS PONTOS CARDEAIS SEM O USO DE UMA BÚSSOLA**

--	--	--

**3. EXPLIQUE 3 MANEIRAS DE PURIFICAR ÁGUA**

--	--	--

**4. EXPLIQUE 3 FORMAS DE ENCONTRAR ÁGUA NA FLORESTA**

--	--	--

**5. DEMONSTRAR 2 MÉTODOS DE:  
AVALIAR A ALTURA DE UMA ÁRVORE**

--	--

**AVALIAR A LARGURA DE UM RIACHO**

--	--

**6. IDENTIFICAR, EM MEIO, Á NATUREZA, AS PEGADAS DE 4 ANIMAIS**

--	--	--	--

**7. IDENTIFICAR, PREPARAR E COMER 10 VARIEDADES DE PLANTAS SILVESTRES**


**8. TER UM ESTOJO PESSOAL DE SOBREVIVENCIA COM 15 ITENS**

- 1. \_\_\_\_\_
- 2. \_\_\_\_\_
- 3. \_\_\_\_\_
- 4. \_\_\_\_\_
- 5. \_\_\_\_\_
- 6. \_\_\_\_\_
- 7. \_\_\_\_\_
- 8. \_\_\_\_\_
- 9. \_\_\_\_\_
- 10. \_\_\_\_\_
- 11. \_\_\_\_\_
- 12. \_\_\_\_\_
- 13. \_\_\_\_\_
- 14. \_\_\_\_\_
- 15. \_\_\_\_\_

**9. EXPLIQUE A IMPORTÂNCIA DE:**

<b>BOM SONO</b>	<b>ALIMENTAÇÃO ADEQUADA</b>
<b>HIGIENE PESSOAL</b>	<b>EXERCÍCIO FÍSICO</b>

**10.CONHECER A PREVENÇÃO, OS SINTOMAS E O TRATAMENTO DE PRIMEIROS SOCORROS PARA O SEGUINTE:**

	<b>SINTOMAS</b>	<b>TRATAMENTO</b>
<b>HIPOTERMIA</b>		

<b>MORDIDA DE COBRA PEÇONHENTA</b>		
<b>INSOLAÇÃO</b>		
<b>EXAUSTÃO</b>		
<b>ARBUSTOS VENENOSOS</b>		
<b>FERIDAS OU MACHUCADOS COM INFECÇÃO</b>		
<b>ENJÔO PROVOCADO POR ALTITUDE</b>		
<b>DESIDRATAÇÃO</b>		

--	--	--

**11. EXPLIQUE DUAS FORMAS DE SINALIZAR PEDIDOS DE SOCORRO**

--	--

**12. EXPLIQUE OS PRINCÍPIOS QUE DEVEM SER RESPEITADOS PARA SE ANDAR SILENCIOSAMENTE E ESCONDER-SE, EM CASO DE NECESSIDADE**

---

---

---

---

---

**13. EXPLIQUE COMO PREPARAR-SE E PROVIDENCIAR ABRIGO NAS SEGUINTESS CONDIÇÕES:**

<b>MUITA NEVE</b>	<b>ÁREAS ROCHOSAS</b>
<b>PÂNTANOS</b>	<b>FLORESTAS</b>