

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО
«Дом детского творчества»

Ф.В. Аникеев-Борн
«28» августа 2024 г.



Рассмотрена
на методическом совете
Протокол №4
от «28» августа 2024 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Юный турист»**

Адресат программы: обучающиеся 9-17 лет

Срок реализации: 1 год

Направленность: туристско-краеведческая

Разработчик программы:

Шиловская Марина Валерьевна,
педагог дополнительного образования

г. Усолье-Сибирское, 2024 г

Содержание программы

1 Раздел. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1 Пояснительная записка
- 1.2 Цель, задачи программы
- 1.3 Содержание программы. Учебный план
- 1.4 Содержание учебно-тематического плана
- 1.5 Планируемые результаты освоения программы

2 Раздел. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1 Календарный учебный график
- 2.2 Условия реализации программы
- 2.3 Формы аттестации
- 2.4 Оценочные материалы
- 2.5 Методические материалы
- 2.6 Список литературы

1. Раздел. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Юный турист» разработана с учетом требований Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (глава 10, статья 75), «Конвенции о правах ребёнка», в соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р), Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным программам, утвержденным приказом Минобрнауки России (от 09.11.2018г. № 196), Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, (включая разноуровневые программы) Минобрнауки России от 18 ноября 2015 года № 09-3242, Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.3172-14, методических рекомендаций по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в Иркутской области от 2016 года, положением «О порядке разработки и реализации дополнительной общеразвивающей программы Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества», Уставом Учреждения.

Дополнительная общеразвивающая программа «Юный турист» имеет *туристско – краеведческую направленность*, направление – туризм.

Уровень реализации программы – базовый.

В современном мире туризм очень популярен. Люди путешествуют из города в город, из страны в страну, с континента на континент. К сожалению, в нашей стране еще недостаточно уделяется внимания туризму. В первую очередь, это связано с материальным положением. Многие туристские базы страны находятся в плачевном состоянии.

Развитие туризма надо начинать со школьной скамьи. Туризм заслуженно пользуется любовью школьников.

Участие в походах не только хороший отдых, оно расширяет кругозор ребят, знакомит с родным краем, приучает к труду, прививает обучающимся навыки самообслуживания, воспитывает инициативу и выдержку.

Пешеходный туризм является универсальным и комплексным средством воспитания подрастающего поколения, привлекающим ребят как младшего, так и старшего школьного возраста. Самодеятельный туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, что ставит его в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения. При этом пешеходный туризм не является капиталоемким видом деятельности, для занятий им не требуется дополнительного дорогостоящего оборудования, такого, как, например, для занятий альпинизмом или велосипедным туризмом.

Общеразвивающая программа *педагогически целесообразна*, т.к. при ее реализации создаются условия для оздоровления, развития личности ребенка, его

творческой самореализации; обеспечения эмоционального благополучия обучающихся; профилактики асоциального поведения.

Актуальность программы заключается в том, что туристическое объединение является эффективным средством оздоровления и профилактики заболеваний. Ребята осваивают начальные туристические навыки.

Отличительная особенность программы. Данная Программа является практико-ориентированной, знакомит с основами туризма и ориентирования на местности, способами выживания в экстремальных ситуациях, предполагает работу по краеведению и знакомству с основами оказания первой медицинской помощи.

Новизна программы заключается в том, что, внедряя туристическую деятельность, у обучающихся формируются нравственные качества, происходит познание окружающего мира, укрепляется здоровье.

Наполняемость учебных групп составляет 17-20 человек.

Возраст обучающихся по программе составляет 9 – 14 лет.

Структура и содержание составлены с учетом психолого-педагогических особенностей обучающихся. Учитывая возрастные и психологические особенности школьников, теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием разнообразных форм работы, в том числе игровых. Практические занятия проводятся во время туристско-спортивных мероприятий, экскурсий, а также на местности, в помещении (в классе, спортзале).

Программа предусматривает обязательное прохождение зачётных походов, участие в городских туристских мероприятиях.

Формы, приемы, методы и режим занятий

Программы каждого года занятий рассчитаны на 144 учебных часа, включая беседы по теории, практические занятия в помещении и на местности (в том числе, подготовку походов и подведение их итогов. Летние зачетные походы в сетку часов не включены.

В среднем один раз в месяц организуются экскурсии, практические занятия на местности (тренировки), походы выходного дня, соревнования. Более продолжительные походы проводятся в каникулярные периоды. Кроме того, занятия могут проходить по группам и индивидуально.

Режим занятий: Продолжительность одного занятия 45 мин, с перерывом 10 мин, 2 раза в неделю по 2 часа.

Объем программы: 144 часа

Форма обучения по программе очная.

Занятия ведутся на базе общеобразовательных школ г. Усолье-Сибирское.

1.2. Цель, задачи программы

Цель программы - удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, организация свободного времени учащихся через обучение основам туристской техники, культуре походной жизни, усвоение принципов безопасности и

здорового образа жизни, приобщение к духовности средствами туризма и краеведения, сохранение и укрепление психофизического здоровья.

Задачи обучения:

Воспитательные:

- формирование социальной активности, культуры общения, поведения
- выработка организационных качеств, умение вести себя в коллективе.
- воспитание экологически грамотной, физически здоровой, нравственной личности, любящей и знающей свой край.

Развивающие:

- развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности обучающихся;
- обучение навыкам и умению сбора краеведческой информации,
- развитие интереса к изучаемым дисциплинам;
- формирование навыков техники туризма, ориентирования, выживания в природной среде, судейства туристско-спортивных мероприятий;
- развитие самостоятельности, активности, ответственности.

Образовательные:

- углубление знаний по разделам: топография, экология и краеведения;
- формирование основ туристско-спортивных, прикладных навыков и умений по пешеходному туризму, спортивному ориентированию.

**1.3. Содержание программы.
Учебно-тематический план**

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Тео- рия	Прак- тика	
1.	Вводное занятие. Основы туристской подготовки. ТБ.	4	2	2	Опрос
2.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	10	2	8	Выполнение практических и контрольных заданий
3.	Начальная инструкторская подготовка.	4	2	2	Опрос
4.	Элементы пешеходного туризма.	30	4	26	Тестирование, сдача нормативов на правильность, участие в походах
5.	Общая и специальная физическая подготовка.	18	4	14	Сдача нормативов

6.	Топография и ориентирование	32	10	22	Топографический диктант, участие в соревнованиях
7.	Краеведение	8	2	6	Подготовка сообщений
8.	Учебно-тренировочное занятие на местности.	34	2	32	Наблюдение, самостоятельное выполнение практических заданий
9.	Итоговое занятие	4	-	4	Тестирование
Итого:		144	28	116	

1.4. Содержание учебно-тематического плана

Раздел 1. Вводное занятие. Основы туристской подготовки (пешеходный туризм). ТБ. (4 часа)

Теория: (2 часа)

- вводное занятие; ТБ; туристские путешествия; роль туристских походов, экскурсий в формировании характера человека, воспитании патриотизма и углублении знаний, полученных в школе, приобретении трудовых навыков и воспитании самостоятельности, чувства коллективизма.

Практика: (2 часа)

- выбор места бивака, установка палаток в различных условиях;
- самостоятельная работа по разворачиванию и свертыванию лагеря.

Раздел 2. Основы гигиены и первая доврачебная помощь. (10 часов)

Теория: (2 часа)

- личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний;
- походная медицинская аптечка;
- знакомство с лекарственными препаратами и их использованием.

Практика: (8 часов)

- подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними; применение средств личной гигиены на тренировках и в походах;
- формирование походной аптечки; предупреждение и лечение заболеваний: ангина, обморок, желудочные заболевания; отравление ядовитыми грибами и растениями, пищевые отравления; заболевания, связанные с укусом членистоногих и змей, клещей, насекомых;
- оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему; первая помощь при переломах, ранах, кровотечениях;
- изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

Раздел 3. Начальная инструкторская подготовка (4 часа)

Теория: (2 часа)

- обязанности членов туристской группы по должностям; подготовка снаряжения к походу; распределение его между членами группы; контроль исправности снаряжения.

Практика: (2 часа)

- выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения и подведения итогов походов;
- индивидуальные занятия – работа с ответственными по должностям, оказание помощи и контроль выполнения поручений; шефство над младшими товарищами.

Раздел 4. Элементы пешеходного туризма (30 часов)

Теория: (4 часа)

- основы пешеходного туризма.

Практика: (26 часов)

- вязка узлов; практическое применение узлов по их прямому назначению;
- крепления основной веревки к опоре, правильная пристежка;
- работа с веревкой; организация страховки;
- навесная переправа с самонаведением;
- параллельная переправа;
- переправы с перилами;
- преодоление условного болота;
- маятниковая переправа;
- индивидуальное прохождение полосы препятствия на время.

Раздел 5. Общая и специальная физическая подготовка (18 часов)

Теория: (4 часа)

- краткие сведения о строении и функциях организма человека и влияние физических упражнений на него;
- краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы); врачебный контроль и самоконтроль.

Практика: (14 часов)

- упражнения для рук и плечевого пояса;
- упражнения для мышц шеи, для туловища, для формирования правильной осанки;
- упражнения для ног;
- упражнения с сопротивлением;
- спортивные игры и эстафеты;
- упражнения на развитие выносливости; упражнения на развитие быстроты;
- упражнения для развития ловкости, прыгучести; упражнения для развития силы;
- упражнения для развития силы отдельных мышечных групп.

Раздел 6. Топография и ориентирование (32 часа)

Теория: (10 часов)

- топографическая и спортивная карта;
- виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и зарамочное оформление;
- стартовый створ;
- финишный створ;
- полярная съемка местности.

Практика: (22 часа)

- упражнения на запоминание условных знаков;
- изучение элементов рельефа по моделям и на местности;
- определение по горизонталям различных форм рельефа;
- выбор путей движения с учетом основных форм и элементов рельефа;
- упражнения по определению азимута, снятие его с карты;
- тренировка на прохождение азимутальных отрезков, прохождение через контрольные пункты по азимуту без использования карты;
- упражнения на прохождение азимутальных дистанций в ограниченном коридоре;
- измерение длины шага, построение графика перевода числа шагов в метры;
- упражнения по отработке автоматизма при счете шагов, измерение различных отрезков на карте и на местности;
- прохождение и пробежка отрезков различной длины;
- упражнения по определению точки своего местонахождения на местности при помощи карты;
- участие в соревнованиях по ориентированию; упражнения по определению своего местонахождения на различных картах;
- определение сторон горизонта по местным предметам, небесным светилам;
- соревнования по выбору, их разновидности, характеристика; эстафетное ориентирование в заданном направлении;
- участие в соревнованиях по спортивному ориентированию и туристскому ориентированию в качестве участника.

Раздел 7. Краеведение (8 часов)

Теория (2 часа)

- туристские возможности родного края; обзор экскурсионных объектов; охрана памятников культуры; территория и границы родного края;
- знакомство с литературой о природных памятниках Иркутской области.

Практика: (6 часов)

- подборка материала для сообщений;
- выполнение краеведческих заданий.

Раздел 8. Учебно-тренировочное занятие на местности. (34 часа)

Теория: (2 часа)

- инвентарь, оборудование и уход за ним;
- осуществление навески.

Практика: (32 часа)

- выполнение практических заданий

Раздел 9. Итоговое занятие. (4 часа)

Практика: (4 часа)

- тестирование.

1.5. Планируемые результаты освоения программы

Обучающиеся будут знать:

- порядок, организацию и проведение однодневных походов;
- правила поведения вне населенных пунктов, вопросы экологии, туризма, основы туристской техники;
- самоконтроль и доврачебную медицинскую помощь;
- виды опасных и ядовитых растений, растущих в регионе;
- основы гигиены и первую медицинскую помощь;
- основы безопасности при проведении занятий и туристско-краеведческих мероприятий;
- основные туристские личные и групповые снаряжения и правила его эксплуатации;
- основные туристские узлы, их применение и назначение;
- топографическую карту, масштаб;
- действия участников соревнований и походов;

обучающиеся будут уметь:

- составлять список личного снаряжения в зависимости от сезона;
- осуществлять простейший ремонт туристского снаряжения;
- устанавливать основные типы палаток;
- выбирать место привалов и биваков;
- оказывать элементарную медицинскую помощь;
- читать масштабы карт;
- распознавать признаки заболеваний и травм;
- пользоваться групповой медицинской аптечкой;
- читать и расшифровывать основные топографические знаки;
- выполнять комплекс упражнений общей и специальной физической подготовки;
- принимать участие в изготовлении снаряжения, не причиняющего вреда окружающей природе;
- участвовать в акциях по охране природы;
- производить перевязки, накладывать жгут, ватно-марлевые повязки;
- изготавливать носилки и другие средства транспортировки пострадавшего;
- транспортировать пострадавшего по пересеченной местности;
- осуществлять простейшую глазомерную съемку участка местности;

- выполнять нормативы по общей и специальной физической подготовке;
- преодолевать естественные природные препятствия под землей и на поверхности;
- передвигаться по дорогам и тропам в составе группы;
- организовывать походный быт, составлять раскладку продуктов для однодневного похода;
- преодолевать несложные естественные препятствия;
- ориентироваться по карте и компасу на несложном полигоне по спортивному ориентированию;

обучающиеся могут научиться:

- осуществлять ремонт личного туристского снаряжения;
- организовывать походный быт, составлять раскладку продуктов для однодневных походов;
- разрабатывать план однодневного похода;
- оказывать элементарную медицинскую помощь.

2. Раздел. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1	01.09.	30.05	36	144	2 раза в неделю по 2 часа

2.2. Условия реализации программы

Реализация программы требует наличия кабинета для занятий, спортивного зала, а также возможности выхода на спортивную базу

Оборудование кабинета:

- программа объединения;
- учебная литература;
- методическая, туристско-краеведческая, медицинская литература;
- электронные презентации в соответствии с тематическим планированием;
- карты Иркутской области, Усолья – Сибирского;
- топографические атласы;

Технические средства обучения:

- современные средства ТСО (компьютер, проектор и т.д.);

2.3. Формы аттестации

Образовательная программа предусматривает следующие формы контроля:

Входной контроль проводится в форме собеседования на вводных занятиях с целью выявления уровня начальных знаний. На основе полученных данных выявляется готовность к усвоению программного материала.

Текущий контроль за усвоением знаний, умений и навыков проводится в течение всего года на каждом занятии и представляет собой основную форму контроля. Используются такие методы, как наблюдение, опрос, контрольные испытания, учебно-тренировочные занятия, где учащиеся могут применить свои знания на практике, выполняя задания коллективно и индивидуально. По окончании раздела проводится тестирование, либо сдача нормативов на время или правильность, либо выполнение практического задания.

Промежуточный контроль проводится по окончании полугодия в форме тестирования, участия в соревнованиях и конкурсах различного уровня.

Промежуточная аттестация проводится в конце учебного курса в виде многодневного похода. Цель – выявление результатов обучения, определение качества приобретенных знаний, сформированных двигательных умений, навыков, подготовка и проведение походов, зачетных соревнований по ориентированию, технике туризма, быту и т.д.

2.4. Оценочные материалы

Диагностическая программа по выявлению эффективности реализации авторской педагогической разработки «Юный турист» направлена на отслеживание результатов, выявленных в процессе изучения данной программы на занятиях с учащимися.

Отслеживание результатов проводится при помощи социально-психологического теста: «Определение психологического климата группы». При помощи этого теста отслеживается характер делового сотрудничества между учащимися, взаимоотношения в коллективе, эмоциональное состояние в группе. На основании результатов тестирования можно составлять психологически и эмоционально полноценные группы для проведения походов и команды для выступления в соревнованиях.

Эффективность реализации программы определяется методом выявления результативности:

1. Мониторинг начальный и итоговый.
2. Приобретение туристских навыков (участие в однодневных, многодневных, степенных или категорийных походах).
3. Участие в спортивных туристских соревнованиях (школьные, городские турслёты, соревнования по парковому ориентированию, спортивному ориентированию, технике туризма, туристскому многоборью)

4. Участие в городских и областных туристских соревнованиях.

Получение участниками кружка спортивных разрядов.

Основными формами предъявления и оценки результатов являются: участие в соревнованиях, конкурсах, соревнованиях по спортивному ориентированию; оформление краевой краеведческой картотеки; походах (подготовка и проведение; конкурс отчётов), туристических слетах и пр.

2.5. Методическое материалы

Оборудование кабинета:

- программа объединения;
- учебная литература;
- методическая, туристско-краеведческая, медицинская литература;
- электронные презентации в соответствии с тематическим планированием;
- карты Иркутской области, Усоля – Сибирского;
- топографические атласы;
- картографические материалы (топографические карты, схемы, планы местности, атлас туриста-краеведа);
- тесты по темам (Приложение 1)
- методические рекомендации по написанию рефератов, подготовке проектов;
- методические разработки по темам: «Ориентирование на местности»;
- социально-психологические тесты: «Определение психологического климата группы», «Социометрия».
- методические рекомендации: «Оказание первой медицинской помощи в походе», «Собираемся в поход», «Правильно готовим пищу в походе».
- дидактические материалы карточки условных знаков, карточки – задания по топографии, топографические диктанты, карточки-схемы туристских узлов, топографическое лото, игры по ориентированию, контрольные задания по начальной туристской подготовке, кроссворды, тесты.

2.6. Список литературы

для педагога:

1. Берман А.Е. Юный турист - М., Физкультура и спорт, 2014.
2. Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий с учащимися образовательных учреждений Иркутской области - Иркутск, 2014.
3. Основы медицинских знаний школьников/учебник для общеобразовательных школ – М., Просвещение, 2016.
4. Лукоянов П.И. Зимние спортивные походы – М., Физкультура и спорт, 2015.
5. Программы для системы дополнительного образования. Юные судьи туристских соревнований – М., ЦДЮТК, 2010.

6. Савельева Л.П. Туристско-краеведческая деятельность / Дополнительная общеразвивающая программа. М.: Просвещение, 2011
7. Спортивное ориентирование/ Учебник – М., Физкультура и спорт, 2009.
8. Шibaев А.С. Переправа – М.: ЦДЮТ, 2016.

для обучающихся и родителей:

1. Берман А.Е. Юный турист - М., Физкультура и спорт, 2014
2. Основы медицинских знаний школьников/учебник для общеобразовательных школ – М.: Просвещение, 2016
3. Лукоянов П.И. Зимние спортивные походы – М., Физкультура и спорт, 2015.
4. Шibaев А.С. Переправа – М.: ЦДЮТ, 2016.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОБЯЗАННОСТЕЙ В ГРУППЕ

I. Кто в группе отвечает за питание?

1. Руководитель.
2. Завхоз
3. Реммастер
4. Медик
5. Хронометрист

II. Кто в группе контролирует время (ходовое)?

1. Реммастер
2. Руководитель
3. Медик
4. Хронометрист
5. Завхоз

III. Кто в группе отвечает за ремонт и подготовку снаряжения?

1. Реммастер
2. Медик
3. Завхоз
4. Хронометрист
5. Руководитель

IV. Кто отвечает в группе за доврачебную медицинскую помощь?

1. Руководитель
2. Медик
3. Завхоз
4. Хронометрист
5. Фотограф

V. Кто в походе отвечает за жизнь и безопасность?

1. Руководитель
2. Завхоз
3. Медик
4. Хронометрист
5. Реммастер

VI. Кем является каждый идущий в поход?

1. Руководителем
2. Завхозом
3. Групповиком
4. Участником
5. Фотографом

VII. Чем обязан заниматься завхоз?

1. Во время подготовки к а) Закупать продукты.

- походу?
- 2. В походе?
- 3. После похода?

- б) Следить за дежурными.
- в) Расфасовывать продукты.
- г) Стирать мешочки от продуктов.
- д) Распределять продукты и снаряжение.
- е) Закупать продукты в походе.
- ж) Составлять график дежурств.

VIII. Чем обязан заниматься хронометрист?

- 1. Перед походом?
- 2. В походе?
- 3. После похода?

- а) Фиксировать ходовое время.
- б) Подготовить блокнот, карандаш и часы.
- в) Фиксировать все контрольные пункты, азимуты движения и т.д.
- г) Составить таблицу хронометража и отдать руководителю для отчета.
- д) Забывать записывать ходовое время.
- е) Фиксировать пройденные километры.

IX. Каковы обязанности руководителя группы?

- 1. Во время подготовки к походу?
- 2. В походе?
- 3. После похода?

- а) Оформить отчет о походе.
- б) Организовать подготовку к походу.
- в) Закупать продукты.
- г) Пройти всестороннюю подготовку до начала похода.
- д) Делать отметки о прохождении маршрута в контрольных пунктах.
- е) Помогать попавшим в беду.

X. Кто и за что отвечает в походе?

- 1. Хронометрист?
- 2. Завхоз?
- 3. Реммастер?
- 4. Медик?

- а) Приобретает и хранит ремонтный инструмент.
- б) Фиксирует прохождение контрольных пунктов.
- в) Составляет меню.
- д) Фиксирует время в пути.
- г) Руководит ремонтом.
- е) Приобретает и хранит медаптечку.
- ж) Распределяет продукты и снаряжение
- з) Следит за выполнением санитарных правил

ОТВЕТЫ

№	ответ	№	ответ	№	ответ	№	ответ
---	-------	---	-------	---	-------	---	-------

I	2	VI	4	VIII	2-а,в,е. 3-г.	X	1- б, д. 2- в, ж. 3-а, г. 4-е, з.
II	4	VII	1- а,в,д,ж				
III	1		2-б,е.	IX	1-б.		
IV	2		3-г.		2-д, е.		
V	1	VIII	1-б.	3-а.			

СНАРЯЖЕНИЕ

I. Что относится к личному снаряжению?

1. Палатка.
2. Рюкзак.
3. Котелок.
4. Куртка.
5. Нож.

II. Что относится к общественному (групповому) снаряжению?

1. Свитер.
2. Картографический материал.
3. Веревка.
4. Велосипед.
5. Топор.

III. Что относится к специальному снаряжению?

1. Лыжи.
2. Ботинки.
3. Коврик.
4. Бахилы.
5. Спальник групповой.

IV. Какое личное снаряжение надо взять в поход, чтобы было тепло спать в палатке?

1. Кроссовки.
2. Свитер.
3. Носки шерстяные.
4. Белую рубашку.
5. Шапку.

V. Без какого снаряжения нельзя пойти кататься на лыжах?

1. Кружки.
2. Куртки.
3. Котелок.
4. Лыжи.
5. Рукавицы.

VI. Что относится к костровому снаряжению?

1. Кружка.
2. Котелок.
3. Топор.

4. Тросик с крючками.
5. Половник.

VII. Что надо взять в ремнабор для ремонта лыж?

1. Отвертку.
2. Лезвие.
3. Шило.
4. Шурупы.
5. Стамеску.

VIII. Что надо взять в ремнабор для ремонта лямок рюкзака?

1. Напильник.
2. Толстую иглу.
3. Капроновые нитки.
4. Гвозди.
5. Пассатижи.

IX. Какая деталь на рюкзаке необходима и обязательна в зимнем походе?

1. Карман.
2. Тубус.
3. Пояс.
4. Шнуровка боковая.
5. Стяжки боковые.

X. Какой спальный мешок предпочтительнее брать с собой в зимний поход, когда идешь с учащимися?

1. Одноместный.
2. Кокон.
3. Одеяло.
4. Многоместный.
5. Любой.

XI. Какие лыжи предпочтительнее брать в лыжный поход?

- | | |
|-------------------------|-----------------------|
| 1. В горном районе? | а) «Бескид» |
| 2. В лесном районе? | б) «Турист» |
| 3. Для лыжной прогулки? | в) «Лесные» |
| | г) «Тайга» |
| | д) Беговые деревянные |
| | е) Беговые (пластик) |

XII. Что обязательно должно быть на штормовке у туриста лыжника?

1. Капюшон с опушкой.
2. Большой нагрудный карман.
3. Тубусы на рукавах.
4. Резинка внизу.
5. Боковые карманы.

XIII. Какое снаряжение туриста – лыжника защищает его ноги от отморожения и попадания снега?

1. Ботинки.

2. Носки.
3. Бахилы.
4. Чуни.
5. Брюки штормовые.

XIV. Какое «приспособление» желательно иметь в походе, чтобы было безопасно сидеть у костра, на снегу, на мокрой кочке?

1. Стул.
2. меховые рукавицы.
3. Подстилку из меха.
4. Рюкзак.
5. Сидушку.

XV. Что может надежно защитить лицо участника лыжного похода при сильном ветре?

1. Маска.
2. Шарф.
3. Воротник свитера.
4. Рукавица.
5. Капюшон.

XVI. Что надо одеть на ноги ночью, чтобы они не мерзли в спальнике?

1. Мокрые валенки.
2. Чуни или меховые чулки.
3. Шерстяные носки.
4. Намотать портянки.
5. Ботинки.

XVII. В чем должно лежать КЛМН, чтобы оно не терялось у костра и в рюкзаке?

1. В полиэтиленовом мешке.
2. В тряпичном мешке.
3. Просто так.
4. В кармане рюкзака.

XVIII. Какое общественное снаряжение необходимо, чтобы переночевать в сильный мороз в шатре?

1. Топор.
2. Печка.
3. Ремнабор.
4. Тент.

ОТВЕТЫ:

№	ответы	№	ответы
I	2, 4, 5.	XII	1,3,4.
II	2, 3, 5.	XIII	3.
III	1, 4.	XIV	5.
IV	2, 3, 5.	XV	1.
V	2, 4, 5.	XVI	2,3.

VI	2, 3, 4, 5.	XVII	2.
VII	1, 3, 4.	XVIII	2.
VIII	2,3,5.		
IX	2.		
X	4		
XI	1-а,б. 2-а,б,в,г. 3-д,е		

БИВАК

I. Какие действия у костра могут привести к травме (ожогу)?

1. Сушка обуви.
2. Махание горячей веткой.
3. Борьба за место у костра.
4. Бег вокруг костра.
5. Чтение книги.

II. Каков порядок установки палатки?

1. Застегнуть вход палатки.
2. Вынуть палатку из чехла.
3. Натянуть и закрепить боковые оттяжки.
4. Закрепить натяжение центральных оттяжек с помощью колышек.
5. Растянуть и закрепить днище палатки.
6. Поставить центральные стойки спереди и сзади палатки.

III. Каков порядок сборки палатки?

1. Выдернуть из земли все колышки, удерживающие палатку.
2. Взявшись за центральные оттяжки конька собрать все оттяжки, расположенные с одной и с другой стороны конька.
3. Уложить в чехол.
4. Вывернуть палатку на левую сторону, вытряхнуть мусор, затем вернуть палатку в исходное состояние.
5. Уложить на землю и свернуть.

IV. В какой последовательности надо завалить дерево толщиной 25 – 30 см. и более?

1. Сделать подруб запила (со стороны 1/3).
2. Определить естественный наклон дерева.
3. Когда дерево начнет падать, отойти в сторону.
4. Сделать надпил на 1/3 толщины ствола со стороны, куда надо завалить дерево.
5. С другой стороны на 10 – 15 см. выше первого сделать надпил, пока оба надпила не совместятся.

V. Что нельзя делать, когда валишь дерево?

1. Проверять насадку топора.
2. Ничего.

3. Все можно делать.
4. Раскачивать подпиленное дерево.
5. Подрубить первый надпил.

VI. Как надо обрубать сучки на поваленном дереве?

1. Как хочешь.
2. От вершины к комелю.
3. Справа от середины ствола.
4. От комеля к вершине.
5. Слева от середины ствола.

VII. Какой тип костра применяется для освещения?

1. Нодья.
2. Колодец.
3. Таежный.
4. Шалаш.
5. Любой.

VIII. Какой тип костра лучше применять большой группе при плохой погоде?

1. Нодья.
2. Колодец.
3. Шалаш.
4. Таежный.
5. Любой.

IX. Какой тип костра лучше применять при аварийной ночевке в лесу?

1. Шалаш.
2. Колодец.
3. Таежный.
4. Любой.
5. Нодья.

X. Как правильно развести костер?

1. Приготовить дрова от тонких до толстых.
2. Зажечь березовую кору.
3. Подготовить площадку для костра (окопать, обложить камнями).
4. Положить березовую кору на настил, сверху положить тонкие дрова (ветки), а еще выше – потолще.
5. Сделать настил из толстых веток.
6. Заготовить березовую кору.
7. По мере возгорания пламени подкладывать потолще ветки.

XI. Зимой, после установки шатра с печкой, должен ли быть постоянный дежурный у горячей печи?

1. Без разницы.
2. Да.
3. Нет.
4. Может быть временно (подкинуть дрова).

XII. Как надо сушить ботинки у костра?

1. Поставил и ушел.
2. Поставил и попросил дежурного присмотреть.
3. Поставил перед собой и постоянно их поворачивать.
4. Не знаю.
5. Держишь ботинки в руках.

XIII. Как надо сушить ботинки у печки в шатре?

1. Поставить под печку.
2. Поставить возле печки и уйти.
3. Держать в руках.
4. Постоянно следить за ними.
5. Подвесить к крыше шатра или на кол.

XIV. Можно ли оставлять зажженную свечу без присмотра в шатре (палатке)?

1. Можно.
2. Нельзя.
3. Можно, но иногда заглядывать в шатер.
4. Можно на пять минут.

XV. Что жизненно необходимо при ночном дежурстве у печи в шатре?

1. Сухое горючее и растопка
2. Чай.
3. Дрова.
4. Фонарь.
5. Кружка.

XVI. Где должен располагаться центр тяжести рюкзака по отношению к центру тяжести тела человека?

1. Выше.
2. Ниже
3. Справа.
4. Как можно ближе.
5. Слева.

ОТВЕТЫ:

№	ответы	№	ответы
I	2,3,4.	IX	5.
II	2,5,6,1,4,3.	X	3,5,1,6,4,2,7,
III	1,4,2,5,3.	XI	2.
IV	2,4,1,5,3.	XII	3,5.
V	4.	XIII	3,4,5.
VI	2.	XIV	2.
VII	4.	XV	1.
VIII	2,4.	XVI	4.

КОМАНДЫ ПРИ РАБОТЕ С ВЕРЕВКАМИ.

I. Какая команда подается при освобождении участником перильной веревки?

1. Пошел.
2. Вперед.
3. Быстрее.
4. Свободно.
5. Ухожу.

II. Какая команда подается при провисании страховочной веревки?

1. Подтяни.
2. Выбери
3. Возьми
4. Забери
5. Выдай

III. Какая команда подается при сильном натяжении страховочной веревки?

1. Отдай.
2. Выбери.
3. Расслабь.
4. Выдай.
5. Отпусти.

IV. Какая команда подается при готовности к страховке?

1. Я держу тебя.
2. Я страхую.
3. Страховка готова.
4. Все нормально.
5. Можешь идти.

V. После какой команды страхуемый начинает движение в опасной зоне?

1. Можно идти.
2. Вперед.
3. Двигай.
4. Начинай движение.
5. Пошел.

ОТВЕТЫ:

№	ответы	№	ответы
I	4.	IV	3.
II	2.	V	5.
III	4.		

УЗЛЫ

I. Какие узлы используются для вязки петель?

1. Прямой.
2. Восьмерка.
3. Булинь.

4. Ткацкий.
5. Штык.

II. Какие узлы используются для связывания веревок одного диаметра?

1. Прямой.
2. Двойной проводник.
3. Ткацкий.
4. Булинь.
5. Встречный.

III. Какие узлы используются для связывания веревок разного диаметра?

1. Академический.
2. Ткацкий.
3. Прямой.
4. Встречный.
5. Брамшкотовый.

IV. Какие узлы не требуют завязывания на концах веревки контрольных узлов?

1. Восьмерка.
2. Встречный.
3. Ткацкий.
4. Прямой.
5. Проводник.

V. Какой из узлов предназначен для связывания веревок одного диаметра, подвержен саморазвязыванию и сильно затягивается?

1. Встречный.
2. Проводник.
3. Булинь.
4. Прямой.
5. Схватывающий.

VI. Какой узел применяется для самостраховки на наклонных перилах?

1. Двойной проводник.
2. Двойной схватывающий.
3. Прямой.
4. Стремя.
5. Удавка.

VII. Какой узел применяется для перевязки перетертых веревок и для вязки петли на середине веревки?

1. Австрийский проводник.
2. Серединный проводник.
3. Бабочка.
4. Пчелка.
5. Прямой.

VIII. Какой узел применяется для самостраховки при движении по наклонным перилам, когда веревка мокрая или обледенела?

1. Удавка.

2. Штык.
3. Стремя.
4. Узел Бахмана.
5. Схватывающий.

IX. Каким узлом блокируется страховочная система, состоящая из грудной и беседочной обвязок?

1. Проводник.
2. Восьмерка.
3. Булинь.
4. Стремя.
5. Встречный.

ОТВЕТЫ:

№	ответы	№	ответы
I	2,3.	VI	2.
II	1,3.	VII	2,3,4.
III	1,4,5.	VIII	4.
IV	1,2.	IX	3
V	4.		

ТОПОГРАФИЧЕСКИЕ ЗНАКИ

I. К какой группе топографических знаков относятся:

- | | |
|-------------------|--------------|
| 1. Масштабные. | а) Лес. |
| 2. Линейные. | б) Просека. |
| 3. Внемасштабные. | в) Луг. |
| | г) Мост. |
| | д) Памятник. |

II. К какой группе топографических знаков относится изображение рек, дорог, каналов и троп?

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

III. К какой группе топографических знаков относится изображение леса, поля и озера?

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

IV. К какой группе топографических знаков относится изображение башен, ветряных мельниц, бензоколонок?

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.

3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

V. К какой группе топографических знаков относятся названия городов, рек, озер?

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

ОТВЕТЫ:

№	ответы	№	ответы
1	1-а, в. 2-б. 3- г, д.	4	2,3.
2	1,4.	5	3.
3	1,5.	6	

КАРТА И МАСШТАБ

I. Допишите недостающие слова.

Географическая карта - это уменьшенное обобщенное изображение земной _____ на _____, построенное в определенной _____.

II. К каким картам по содержанию относятся топографические карты?

1. Общегеографические.
2. Специальные (тематические).

III. Допишите недостающие слова.

Топографические карты – это _____ карты масштаба _____ и крупнее, подробно изображающие _____.

IV. Допишите недостающие слова.

Масштаб карты – это степень уменьшения _____ на _____ относительно соответствующих им _____ на _____.

V. Допишите недостающие слова.

Численный масштаб – это масштаб карты, выраженный дробью _____, которой - _____, а _____ – число показывающее, во сколько раз _____ на карте _____ местности.

VI. Какой масштаб самый крупный?

1. 1:200000
2. 1:50000
3. 1:25000
4. 1:5000
5. 1:10000

VII. Допишите недостающие слова.

Линейный масштаб – это _____ изображение _____ масштаба, представляет собой _____, на которой деления соответствуют определенным _____ на _____.

VIII. Какой масштаб самый мелкий?

1. 1:2000000
2. 1:1000000
3. 1:25000
4. 1:500000
5. 1:50000

ОТВЕТЫ:

№	ответы	№	ответы
1	поверхности, плоскости, проекции.	5	числитель, 1, знаменатель, уменьшены, линии.
2	1.	6	4.
3	общегеографические, 1:1000000, местность.	7	графическое, численного, шкалу, расстояниям. Местности.
4	линий, карте, линии, местности.	8	1.

ОРИЕНТИРОВАНИЕ БЕЗ КОМПАСА

I. Допишите недостающие слова.

1. Направить стрелку _____
2. На _____, в точку золотую.
3. Меж стрелкою и цифрой _____
4. Есть _____ – важен он для нас
5. Делите _____ пополам
6. И сразу _____ найдете там.

II. С какой стороны располагаются муравейники по отношению к деревьям?

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

III. С какой стороны на хвойных деревьях большое количество смоляных подтеков?

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой

IV. С какой стороны покрыты лишайником (мхом) деревья и камни?

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

V. С какой стороны кора на березе белая и чистая?

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

VI. С какой стороны у одиноко стоящего дерева гуще крона?

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

VII. На каких склонах горы быстрее тает снег?

1. Северных.
2. Западных.
3. Южных.
4. Восточных.

VIII. Какое ребро на квартальном столбике между двумя соседними гранями указывает направление на север?

1. С наибольшими числами.
2. С любыми.
3. С наибольшим и наименьшим числом.
4. С наименьшими числами.

IX. На каких склонах оврага быстрее тает снег?

1. Северных.
2. Западных.
3. Южных.
4. Восточных.

ОТВЕТЫ:

№	ОТВЕТЫ	№	ОТВЕТЫ
1	Часовую, солнце, час, угол, угол, юг.	5	3.
		6	3.
2	3.	7	3.
3	3.	8	4.
4	1.	9	3.