

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования Дом пионеров и школьников муниципального района
Белокатайский район Республики Башкортостан

Рассмотрена на заседании
методического совета
от «28 » августа 2020 г.
протокол № 4

Утверждаю
Директор Дома пионеров и школьников
Белокатайского района

А. Гарипова
«28 » авг 2020 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе туристско-краеведческой направленности
«Юниор»

Возраст обучающихся: 11-14 лет
Год обучения: 2
Группа: № 1

Рамазанов Альберт Муллабаевич
педагог дополнительного образования,

с. Новобелокатай, 2020 г

1.Пояснительная записка

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.

Главная задача объединения пешеходного туризма — удовлетворить естественную потребность обучающихся в непосредственном познании мира, своего края; показать, как он прекрасен, воспитать активную любовь к нему, преданность народу и земле, на которой им посчастливилось родиться.

Цель - совершенствование нравственного и физического воспитания обучающихся средствами пешеходного туризма, подготовка специалиста в области спортивного туризма и туристского многоборья, удовлетворение естественной потребности детей в непосредственном познании окружающего мира, своего края.

Поставленные цели будут достигнуты при решении следующих **задач**, реализуемых в комплексе:

обучающие:

- формирование системы знаний, необходимых организатору туристско-спортивной работы;
- обучение навыкам и умению сбора краеведческой информации;
- формирование банка данных о местах туристских маршрутов через ведение записей краеведческих наблюдений, воспоминаний старожилов, ветеранов;

воспитательные:

- воспитание экологически грамотной, физически здоровой, нравственной личности, любящей и знающей свой край;
- выработка организационных качеств, умение вести себя в коллективе;

развивающие:

- развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности обучающихся;
- развитие интереса к изучаемым дисциплинам;
- формирование навыков туристской техники, ориентирования, выживания в природной среде, судейства туристско-спортивных мероприятий;

Возраст обучающихся детей по программе составляет 11 – 14 лет. Для обучающихся этого возраста характерны живой интерес к окружающей жизни, жажда ее познания, огромная восприимчивость к тому, что он узнает самостоятельно и от взрослых. У детей этого возраста заметно повышается произвольность психических процессов – восприятия, мышления и речи,

внимания, памяти, воображения. Внимание становится более сосредоточенным, устойчивым (ребенок способен им управлять), в связи с этим развивается способность запоминать: мобилизуя волю, ребенок сознательно старается запомнить правила, последовательность действий при выполнении заданий и т.п. Поведение становится более целенаправленным, целеустремленным.

Программа занятий рассчитана на 2 года обучения с обязательным прохождением зачетных походов, участием и судейством школьных и районных туристских мероприятий.

2 год обучения – 216 часов (часов в неделю);

Режим работы туристского объединения по программе «Юниор» в течение учебного года в его различные периоды не одинаков: как правило, ребята собираются на занятия 1 раза в неделю в определенный день и час.

В среднем один раз в месяц организуются экскурсии, практические занятия на местности (тренировки), походы выходного дня, участие в соревнованиях, учебные походы на 1—2 дня. Более продолжительные походы проводятся в каникулярные периоды. Кроме того, занятия могут проходить по группам (работа штаба, хозгруппы, редколлегии отчета о походе и т. п.) и индивидуально (работа с докладчиками, проводниками, казначеем, с фотографом и т. п.).

При проведении практических занятий на местности в пределах населенного пункта занятие может быть продлено до 4 часов. При проведении практических занятий в форме учебно-тренировочных выходов, продолжительность занятий считается 8 часов за одни сутки нахождения вне населенного пункта.

Предполагаемый результат

Положительными результатами работы педагога по данной программе можно считать:

- сохранение контингента обучающихся на всем протяжении обучения (состав группы изменился менее чем на 30%),
- уменьшение числа воспитанников, состоящих на различных видах профилактического учета,
- постоянный рост спортивно-технического мастерства,
- сохранение и повышение уровня успеваемости по предметам школьной программы.

В результате 2 года обучения по данной программе, обучающиеся должны:

- иметь навыки туристской техники, ориентирования, жизни в полевых условиях;
- иметь навыки ведения краеведческих наблюдений, использования их результатов для решения задач по выходу из экстремальной ситуации;
- иметь навыки участия в туристско-спортивных мероприятиях в составе команды;
- иметь опыт участия в походе в летний период.
- уметь оказывать первую доврачебную помощь;

– знать методику судейства отдельных этапов

Формы предъявления и оценки результатов

Основными формами предъявления и оценки результатов являются: участие в соревнованиях, конкурсах, спортивному ориентированию; оформление краевой краеведческой картотеки; походы (подготовка и проведение; конкурс отчетов) и пр.

2. Календарный учебный график, 2 год обучения, 2020-21 учебный год

№ п/п	Мес яц	Чис ло	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол ич. часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контро ля
1	09	02	14.40-17.10	групповая	2	Техника безопасности. Туристские путешествия.	класс	беседа
2	09	04	14.40-17.10	групповая	2	Личное и групповое снаряжение	класс	беседа
3	09	07	14.40-17.10	групповая	2	Организация туристского быта.	класс	беседа
4	09	09	14.40-17.10	групповая	2	Привалы и ночлеги	класс	беседа
5	09	11	14.40-17.10	групповая	2	Подготовка к походу	класс	беседа
6	09	14	14.40-17.10	групповая	2	Подбор группы	класс	беседа
7	09	16	14.40-17.10	групповая	2	Оформление походной документации.	класс	беседа
8	09	18	14.40-17.10	групповая	2	Подготовка снаряжения.	спортзал	беседа
9	09	21	14.40-17.10	групповая	2	Питание в туристском походе	класс	беседа
10	09	23	14.40-17.10	групповая	2	Норма закладки продуктов. Составление меню	класс	беседа
11	09	25	14.40-17.10	групповая	2	Способы уменьшения веса дневного рациона	класс	беседа
12	09	28	14.40-17.10	групповая	2	Понятие о тактике в туристском походе.	класс	беседа
13	09	30	14.40-17.10	групповая	2	Использование страховки и самостраховки	класс	беседа
14	10	02	14.40-17.10	групповая	2	Обеспечение безопасности в туристском походе	класс	беседа
15	10	05	14.40-17.10	групповая	2	Опасности в туризме	класс	беседа
16	10	07	14.40-17.10	групповая	2	Роль маршрутно-квалификационных комиссий в оценке подготовленности групп.	класс	беседа
17	10	09	14.40-17.10	групповая	2	Туристские слеты и соревнования	класс	беседа
18	10	14	14.40-17.10	групповая	2	Правила организации и проведения туристских соревнований	класс	беседа
19	10	16	14.40-17.10	групповая	2	Условия проведения соревнований	класс	беседа
20	10	19	14.40-17.10	групповая	2	Подведение итогов туристского путешествия	класс	беседа
21	10	21	14.40-	групповая	2	Разбор действий	класс	беседа

			17.10			участников		
22	10	23	14.40-17.10	групповая	2	Ремонт и сдача туристского инвентаря и снаряжения	класс	беседа
23	10	26	14.40-17.10	групповая	2	Виды топографических карт	класс	беседа
24	10	28	14.40-17.10	групповая	2	Спортивная карта	На местности	беседа
25	10	30	14.40-17.10	групповая	2	Компас, правила пользования им.		практическое занятие
26	11	02	14.40-17.10	групповая	2	Азимут. Движение по азимуту		практическое занятие
27	11	06	14.40-17.10	групповая	2	Приемы обхода препятствий		беседа
28	11	09	14.40-17.10	групповая	2	Измерение расстояний		беседа
29	11	11	14.40-17.10	групповая	2	Измерение среднего шага		беседа
30	11	13	14.40-17.10	групповая	2	Определение расстояния до предмета		практическое занятие
31	11	16	14.40-17.10	групповая	2	Способы ориентирования		практическое занятие
32	11	18	14.40-17.10	групповая	2	Ориентирование при условии отсутствия видимости	класс	практическое занятие
33	11	20	14.40-17.10	групповая	2	Движение по легенде	на местности	
34	11	23	14.40-17.10	групповая	2	Ориентирования в различных природных условиях	класс	беседа
35	11	25	14.40-17.10	групповая	2	Ориентирование при использовании спортивной карты	на местности	беседа
36	11	27	14.40-17.10	групповая	2	Определение сторон горизонта	класс	практическое занятие
37	11	30	14.40-17.10	групповая	2	Причины, приводящие к потере ориентировки	класс	беседа
38	12	02	14.40-17.10	групповая	2	Действия отдельного члена группы в случае потери ориентировки	класс	беседа
39	12	04	14.40-17.10	групповая	2	Соревнования по ориентированию	на местности	практическое занятие
40	12	07	14.40-17.10	групповая	2	Виды и характер соревнований	класс	беседа
41	12	09	14.40-17.10	групповая	2	Эстафетное ориентирование	на местности	Практическое занятие
42	12	11	14.40-17.10	групповая	2	Туристское ориентирование	класс	беседа
43	12	14	14.40-17.10	групповая	2	Отдельные виды ориентирования	класс	беседа

44	12	16	14.40-17.10	групповая	2	Туристские возможности родного края	класс	беседа
45	12	18	14.40-17.10	групповая	2	Изучение района путешествия	класс	беседа
46	12	21	14.40-17.10	групповая	2	Знакомство с природой, климатом района путешествий.	на местности	практическое занятие
47	12	23	14.40-17.10	групповая	2	Наличие экскурсионных объектов	класс	беседа
48	12	25	14.40-17.10	групповая	2	Общественно полезная работа	музей	практическое занятие
49	12	28	14.40-17.10	групповая	2	Деятельность по охране природы в условиях похода	на местности	
50	12	30	14.40-17.10	групповая	2	Изучение и охрана памятников	на местности	
51	01	11	14.40-17.10	групповая	2	Правила хранение реликтовых и других материалов	класс	беседа
52	01	13	14.40-17.10	групповая	2	Сбор материала для школьного музея	музей	практическое занятие
53	01	15	14.40-17.10	групповая	2	Участие в работе среди местного населения	на местности	
54	01	18	14.40-17.10	групповая	2	Оформление отчетов туристских маршрутов	класс	беседа
55	01	20	14.40-17.10	групповая	2	Личная гигиена туриста	класс	
56	01	22	14.40-17.10	групповая	2	Значение занятий физкультурой и спортом	класс	
57	01	25	14.40-17.10	групповая	2	Закаливание	класс	
58	01	27	14.40-17.10	групповая	2	Вредные привычки	класс	
59	01	29	14.40-17.10	групповая	2	Подбор одежды и обуви для тренировок и походов	класс	
60	02	01	14.40-17.10	групповая	2	Походная медицинская аптечка	класс	
61	02	03	14.40-17.10	групповая	2	Показания и противопоказания по применению лекарственных препаратов	класс	
62	02	05	14.40-17.10	групповая	2	Индивидуальная аптечка туриста	класс	беседа
63	02	08	14.40-17.10	групповая	2	Формирование походной аптечки	класс	беседа
64	02	10	14.40-17.10	групповая	2	Сбор и использование лекарственных растений.	на местности	практическое занятие
65	02	12	14.40-17.10	групповая	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	спортзал	

66	02	15	14.40-17.10	групповая	2	Помощь при ожогах, обморожениях, тепловом и солнечном ударе	класс	
67	02	17	14.40-17.10	групповая	2	Первая помощь при переломах, ранах, кровотечениях	класс	
68	02	19	14.40-17.10	групповая	2	Способ бинтования ран, наложения жгута	класс	
69	02	22	14.40-17.10	индивидуальная	2	Приемы искусственного дыхания, массажа сердца	класс	
70	02	24	14.40-17.10	групповая	2	Приемы транспортировки	спортзал	
71	02	26	14.40-17.10	групповая	2	Изготовление волокуш	спортзал	
72	03	01	14.40-17.10	групповая	2	Иммобилизация	класс	практическое занятие
73	03	03	14.40-17.40	групповая	2	Обеспечение полного покоя поврежденной части тела	класс	
	03	05	14.40-17.10	групповая	2	Положение пострадавшего при транспортировке	класс	
	03	10	14.40-17.10	групповая	2	Способы транспортировки пострадавшего	спортзал	
57	03	12	14.40-17.10	групповая	2	Изготовление носилок	спортзал	
58	03	15	14.40-17.10	групповая	2	Краткие сведения о строении и функциях организма	класс	беседа
	03	17	14.40-17.10	групповая	2	Врачебный контроль, самоконтроль	класс	беседа
	03	19	14.40-17.10	групповая	2	Общая физическая подготовка	спортзал	практическое занятие
	03	22	14.40-17.10	групповая	2	Упражнения сопротивлением	спортзал	
	03	24	14.40-17.10	групповая	2	Упражнения предметами	спортзал	практическое занятие
	03	26	14.40-17.10	групповая	2	Элементы акробатики	спортзал	
	03	29	14.40-17.10	групповая	2	Подвижные игры и эстафеты	спортзал	
	03	31	14.40-17.10	групповая	2	Легкая атлетика	спортзал	
	04	02	14.40-17.10	групповая	2	Гимнастические упражнения	спортзал	
	04	05	14.40-17.10	групповая	2	Спортивные игры(баскетбол)	спортзал	
	04	07	14.40-17.10	групповая	2	Спортивные игры(волейбол)	спортзал	

	04	09	14.40-17.10	групповая	2	Спортивные игры(футбол)	спортзал	
	04	12	14.40-17.10	групповая	2	Специальная и физическая подготовка	спортзал	
	04	14	14.40-17.10	групповая	2	Упражнения на развитие выносливости	спортзал	
	04	16	14.40-17.10	групповая	2	Упражнения на развитие быстроты	спортзал	
	04	19	14.40-17.10	групповая	2	Упражнения для развития ловкости	спортзал	
	04	21	14.40-17.10	групповая	2	Упражнения для развития прыгучести	спортзал	практическое занятие
	04	23	14.40-17.10	групповая	2	Упражнения для развития силы	спортзал	
	04	26	14.40-17.10	групповая	2	Упражнения для развития гибкости	спортзал	
	04	28	14.40-17.10	групповая	2	Игра в баскетбол	спортзал	
	04	30	14.40-17.10	групповая	2	Игра в футбол	спортзал	
	05	12	14.40-17.10	индивидуальная	2	Обязанности членов туристской группы	класс	
	05	14	14.40-17.10	групповая	2	Выполнение обязанностей по должностям	класс	
	05	17	14.40-17.10	групповая	2	Общественная работа в коллективе	на местности	практическое занятие
	05	19	14.40-17.10	групповая	2	Выполнение общественной работы	на местности	
	05	20	14.40-17.10	групповая	2	Обязанности членов совета музея	музей	
	05	21	14.40-17.10	групповая	2	Шефство над младшими школьниками	класс	
	05	24	14.40-17.10	групповая	2	Обязанности помощника руководителя	класс	беседа
	05	26	14.40-17.10	групповая	2	Организация работы членов группы	класс	беседа
	05	27	14.40-	групповая	2	Подготовка общественного снаряжения	класс	практическое занятие
	05	28	14.40-17.10	групповая	2	Контроль действий штурмана	класс	
	05	31	14.40-17.10	групповая	2	Контроль соблюдения правил безопасного поведения	класс	

3. План туристско-краеведческих мероприятий на 2020-2021 уч.г.

I. Организационно- массовая работа

1.	Муниципальный этап Всероссийского конкурса на знание государственных и региональных символов и атрибутов среди обучающихся	октябрь 2020 г.
2.	Муниципальный этап Всероссийского конкурса юных экскурсоводов «По малой родине моей»	октябрь 2020г.- март 2021г.
3.	Муниципальный этап всероссийского конкурса музеев образовательных организаций	ноябрь 2020г.- апрель 2021г.
4.	Муниципальный этап Всероссийского конкурса исследовательских работ обучающихся «Отечество»	ноябрь 2020г., февраль 2021г.

II. Участие команды и делегаций муниципального района Белокатайский район в республиканских туристско-краеведческих мероприятиях

1.	Республиканский этап Всероссийского конкурса на знание государственных и региональных символов и атрибутов среди обучающихся	октябрь – декабрь 2020 г.(г.Уфа)
2.	Республиканский этап Всероссийского конкурса юных экскурсоводов «По малой родине моей»	октябрь 2020г.- март 2021г. (г.Уфа)
3.	Республиканский этап всероссийского конкурса музеев образовательных организаций	ноябрь 2020г.- май 2021г.(г.Уфа)
4.	Республиканский семинар руководителей музеев образовательный организаций	ноябрь 2020 г. (г.Уфа)
5.	Республиканский конкурс на лучший туристский маршрут «Тропами Башкортостана»	октябрь-декабрь 2020 г. (г.Уфа)
6.	Республиканский этап Всероссийского конкурса исследовательских работ обучающихся «Отечество»	I тур–февраль 2021г., II тур–март 2021г. (г.Уфа)
7.	Республиканская патриотическая акция «Истории Победы»	март – апрель 2021г. (г.Уфа)
8.	Республиканский семинар председателей и секретарей муниципальных МКК	апрель 2021 г. (г.Уфа)
9.	Республиканский этап соревнований учащихся «Школа безопасности»	июнь 2021г. (место проведения уточняется)

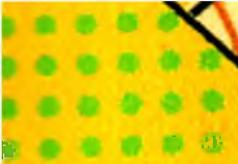
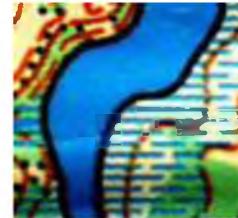
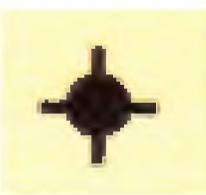
III. Туристско-краеведческая работа в течении года

10.	Тематическая выставка фотографий «Есть такая профессия – Родину защищать!», посвященная Дню защитника Отечества	февраль 2021г.
11.	Составление плана-графика и отчета посещения туристских и экскурсионных маршрутов учащимися муниципального района Белокатайский район РБ	ежеквартально

4. Оценочные и методические материалы

ТЕСТ «Топографические знаки»

Что означает этот символ?

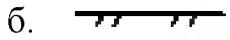
	<p>а) улучшенная дорога б) непреодолимая река в) тропа</p>		<p>A) канава с водой Б) проселочная дорога В) узкая просека</p>
	<p>А) земляной вал Б) разрушенная каменная стена В) сухая канава</p>		<p>A) яма Б) лощина В) бугор</p>
	<p>А) внemасштабный объект рельефа Б) воронка В) микробугорок</p>		<p>A) земляной обрыв Б) земляной вал В) основная горизонталь</p>
	<p>А) фруктовый сад Б) открытое пространство В) лес, проходимый в одном направлении</p>		<p>A) озеро Б) запретная территория В) непреодолимое болото</p>
	<p>А) заболоченность Б) непреодолимое болото В) труднопроходимое болото</p>		<p>A) сухая канава Б) тропа В) маленькая промоина</p>
	<p>А) большая башня Б) церковь В) маленькая башня</p>		<p>A) внemасштабный искусственный барьер Б) финиш В) точка начала ориентирования</p>

Тест по ориентированию

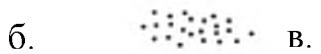
1. Устройство, облегчающее ориентирование на местности – это
 - а. Карта
 - б. Компас
2. Прибор позволяющий определять стороны света, ориентируясь на магнитное поле Земли.
 - а. Магнитный компас
 - б. Гидрокомпас
 - в. Электронный компас
3. Азимут – это
 - а. Направление твоего ориентира
 - б. Угол в градусной мере
 - в. Угол между севером и направлением твоего ориентира
 - г. Угол в градусной мере между севером и направлением твоего ориентира
4. Географическая карта универсального назначения, на которой подробно изображена местность.
 - а. Топографическая карта
 - б. Физическая карта
 - в. Ландшафтная карта
 - г. Спортивная карта
5. Каким условным знаком обозначается «корч, пень»:



6. Как обозначается на карте для спортивного ориентирования «старт»?
 - а. Треугольник
 - б. Кружок
 - в. Кружок в кружочке
 - г. Треугольник в кружочке
7. Координата в системе географических координат, которая определяет месторасположение точки относительно «нулевого меридиана»:
 - а. Долгота
 - б. Широта
 - в. Медиана
 - г. Параллель
8. Как обозначается «непреодолимая ограда»:



9. Каким условным знаком на карте обозначается «группа камней»:



10. Чертёж участка местности, выполненный глазомерной съёмкой, с обозначенными важнейшими объектами (для ориентирования) :
 - а. Кроки'

б. Набросок

в. Иллюстрация

г. Рисунок местности

11. Каким условным знаком обозначается «бугор»:



12. Каким цветом на карте обозначается «открытое, окультуренное пространство»?

а. Желтым

б. Оранжевым

в. Зелёным

г. На белом фоне зелёные вертикальные полосы

13. Как обозначается «пересыхающий ручей»:



14. Географическая координата в числе систем сферических координат, которая определяет точки, расположенные на поверхности Земли относительно экватора.

а. Параллель

б. Медиана

в. Долгота

г. Широта

15. Каким условным знаком на карте обозначается «воронка»:



16. Как обозначается «тропа» на карте:



17. Сколько видов костров существует?

а. 6

б. 8

в. 4

г. 5

18. Как на карте обозначается «линия электропередач»:



19. Это такие объекты местности, ширина которых не существенна для показа в масштабе карты и может быть отображена условно, за счет толщины соответствующего символа, а длина намного больше ширины и превышает 1 мм на карте.

а. Объёмные ориентиры

б. Точечные ориентиры

- в. Площадные ориентиры
- г. Линейные ориентиры

Ответы на тест:

1	б
2	а
3	г
4	а
5	а
6	а
7	а
8	б
9	г
10	а
11	в
12	б
13	г
14	г
15	а
16	в
17	б
18	б
19	г
20	в

1	б
2	в
3	в
4	а
5	б
6	а
7	б
8	в
9	б
10	а
11	а
12	в
13	б
14	а
15	а
16	а
17	в
18	в
19	в
20	в

Выживание в экстремальных условиях

Задание 1

Из перечисленных ниже причин выберите те, которые могут привести к вынужденному автономному существованию в природных условиях:

- а) потеря части продуктов питания;
- б) несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут;
- в) потеря ориентировки на местности во время похода;
- г) потеря компаса;
- д) авария транспортных средств в условиях природной среды;
- е) крупный лесной пожар;
- ж) отсутствие средств связи.

Задание 2

К факторам выживания в условиях вынужденного автономного существования относятся: личностные факторы, психологические факторы, материальные факторы, природные факторы. В приведенной цепочке есть лишнее звено. Найдите его.

Задание 3

Порядок действий в различных аварийных ситуациях в условиях природной среды не одинаков и зависит от конкретной обстановки. Из приведенных ниже случаев выберите те, в которых командир группы должен принять решение об уходе с места аварии:

- а) группа не может быть обнаружена спасателями из-за окружающей ее густой растительности;
- б) направление на ближайший населенный пункт и его удаление неизвестны;
- в) место происшествия точно не определено, местность незнакомая и труднопроходимая;
- г) в течение трех суток нет связи и помощи;
- д) возникла непосредственная угроза жизни людей;
- е) сигнал бедствия или сообщение о месте происшествия переданы при помощи аварийной радиостанции;
- ж) точно известно местонахождение населенного пункта, а состояние здоровья людей позволяет преодолеть расстояние до него.

**Перечень вопросов
для проверки знаний обучающихся после окончания
обучения по программе «Юниор»**

1. Понятие о туризме. Какие вы знаете виды туризма?
2. Назовите возможные опасности в походе.
3. Общие гигиенические требования в походе.
4. Назовите назначение и состав медицинской походной аптечки.
5. Правила оказания первой помощи при отравлениях и желудочно-кишечных заболеваниях.
6. Назовите признаки отморожения и правила оказания доврачебной помощи.
7. Как избежать ожогов, тепловых и солнечных ударов?
8. Правила оказания первой помощи при ожогах, тепловом и солнечном ударе.
9. Первая доврачебная помощь при порезах, ранениях острыми предметами, при появлении гнойных ран.
10. Как остановить кровотечение из раны?
11. Назовите признаки ушибов, растяжений и правила оказания первой помощи.
12. Признаки вывихов, переломов и правила оказания доврачебной помощи. Порядок наложения шин.
13. Назовите причины возникновения потертостей, наминов, мозолей. Порядок оказания первой помощи.
14. Назовите способы и правила транспортировки пострадавшего.
15. Что входит в перечень личного снаряжения? Требования к одежде и обуви.
16. Перечислите, что входит в групповое снаряжение.
17. Как правильно уложить вещи в рюкзак и обеспечить его влагонепроницаемость?
18. Порядок установки палаток различных типов и размещение в них вещей, предохранение палаток от намокания.
19. Цели походов. Классификация походов по степеням.
20. Назовите туристские должности в группе. Постоянные и временные должности.
21. Правильная организация движения группы на маршруте. Режим и темп движения, привалы, питьевой режим.
22. Выбор места для ночлега (бивака). Основные требования к месту бивака.
23. Дайте общую характеристику к естественных препятствий. Преодоление рек, заболоченных участков.
24. Требования безопасности: на транспорте, при преодолении препятствий.
25. Какие вы знаете узлы, применяемые в туризме. Назовите группы по назначению.
26. Основные типы костров и их назначение.
27. Выбор места для костра. Меры безопасности при обращении с огнем. Экологические требования.

28. Что относится к костровым приспособлениям. Варочная посуда. Способы подвески котлов.
29. Способы сушки личного снаряжения. Уход за снаряжением.
30. Ремонт снаряжения. Ремонтный набор и что в него входит?
31. Набор продуктов для приготовления пищи на костре. Перекус. Упаковка и хранения продуктов.
32. Суточные нормы продуктов на человека. Понятие о меню-раскладке.
33. Как правильно выбрать место забора воды для приготовления пищи.
34. Назовите способы обеззараживания воды.
35. Понятие о топографической карте, её значение для туристов.
36. Содержание топографической карты. Разграфка и номенклатура топокарт.
37. Понятие о масштабе. Виды масштабов.
38. Какой из двух масштабов крупнее: а) 1 : 50000 или б) 1 :1000
39. Назовите способы измерения расстояний на карте. Работа с численным и линейным масштабами.
40. Сколько метров на местности соответствует 1 см на карте масштаба 1 : 25000?
41. Назовите виды условных знаков и их общие свойства.
42. Как делятся условные топознаки по группам? Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.
43. Что изображают представленные топознаки? (По усмотрению проверяющего).
44. Назовите способы изображения рельефа на картах. Сущность горизонталей.
45. Назовите типичные формы рельефа и их изображения на топокартах.
46. Назовите градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта.
47. Понятие об азимуте. Азимут истинный (географический) и магнитный.
48. Определение истинного азимута на местности.
49. Определение магнитного азимута на местности.
50. Компас. Типы компасов и их назначение.
51. Какие вы знаете способы ориентирования на местности?
52. Какие вы знаете способы измерения расстояний на местности?
53. Назначение спортивной карты и её отличие от топокарты.
54. Назовите виды соревнований по спортивному ориентированию
55. Правила поведение в лесу и на водоёмах.
- Наблюдения в походе. Признаки изменения погоды.