

Вопросы аттестации
по программе «Спортивный туризм, дистанции пешеходные», 1 г. об.
ФИ обучающегося _____

Раздел «Специальная туристская подготовка»

1. Выберите правильные названия групп узлов согласно «Регламенту...»:

- | | |
|---------------------------|--|
| а) академические | ж) для связывания веревок разной длины |
| б) проводники | з) петлевые |
| в) для связывания веревок | и) для связывания веревок одинакового диаметра |
| г) привязывающие узлы | к) встречные узлы |
| д) для крепления к опоре | |
| е) схватывающие | |

2. Для чего используют жумар?

3. Для чего необходим ус самостраховки?

4. На каких этапах необходимо работать в перчатках?

5. На каких этапах можно работать без каски?

6. Какой узел необходимо завязывать на конце перильной верёвки?

7. На каких этапах используется ФСУ (отметьте галочкой)

- | | | |
|-----------------------|-----------|---------------------------------------|
| а) навесная переправа | г) бревно | е) переправа по параллельным веревкам |
| б) спуск | д) подъем | |
| в) траверс | | |

8. Перечислите способы бухтовки верёвки на дистанции.

9. Разрешено ли использовать верёвки диаметром 9 мм и 11 мм для наведения этапов спортивного туризма? _____

10. Разрешено ли использовать верёвки диаметром 9 мм. и 11 мм. для организации сопровождения на этапах спортивного туризма? _____

11. На каких этапах при прохождении дистанции в связке необходимо организовывать сопровождение?

- а) навесная переправа
- б) переправа по бревну
- в) спуск
- г) переправа по параллельным верёвкам
- д) подъем
- е) вертикальный маятник

12. Необходима ли самостраховка участнику, обеспечивающему страховку из безопасной зоны этапа, при отсутствии ТО? _____

Раздел «Походная подготовка. Турбыт»

1. Бивак – это

- а) стоянка туристов б) инструмент из ремнабора; в) название населенного пункта;

2. Отметьте предметы, относящиеся к личному снаряжению

- | | | | |
|-------------|-----------|----------------|-----------------------------|
| а) рюкзак | д) топор | и) спальник | н) туалетные принадлежности |
| б) палатка | е) компас | к) фотоаппарат | о) КЛМН |
| в) коврик | ж) тент | л) дождевик | |
| г) половник | з) карты | м) котелок | |

3. Завпит в группе обязан:

- а) помогать руководителю в оказании первой медицинской помощи, хранить аптечку
- б) хранить ремнабор и уметь пользоваться им
- в) покупать продукты при подготовке к походу
- г) уметь оказывать первую помощь, следить за здоровьем участников похода

4. Отметьте предметы, относящиеся к личному снаряжению

- | | |
|--------------------------------------|-----------------------|
| а) индивидуальный перевязочный пакет | з) плоскогубцы |
| б) ножницы | и) деревянная палочка |
| в) марганцовка | к) нашатырный спирт |
| г) авторучка | л) шелковая лента |
| д) аспирин | м) анальгин |
| е) горький перец | н) пузырек керосина |
| ж) жгут | о) пинцет |

5. Он отвечает за ремонт и подбор снаряжения. О ком идет речь?

- | | | |
|--------------------------|-------------------------|------------|
| а) помощник руководителя | в) фотограф | д) санитар |
| б) завхоз по питанию | г) завхоз по снаряжению | |

Раздел «Спортивное ориентирование»

1. Топография – это

2. Что такое азимут?

- а) угол между направлением на север и направлением на предмет
- б) направление на искомый предмет
- в) угол между севером и точкой стояния

3. С помощью чего нельзя определить стороны горизонта?

- а) компас
- б) деревья
- в) карабин
- г) солнце
- д) овраги
- е) строения
- ж) муравейники
- з) тень от человека
- и) дорога

4. Что обозначают цвета условных знаков спортивных карт?

- | | |
|--------------------|--------------|
| Жёлтый - | Чёрный – |
| Белый – | Красный – |
| Синий – | |
| Оттенки зелёного – | Коричневый – |

5. Из чего складывается результат спортсмена при прохождении маркированной дистанции в спортивном ориентировании?

Вопросы аттестации

по программе «Спортивный туризм, дистанции пешеходные», 2 г. об.

ФИ обучающегося _____

1. Укажи верный порядок первой доврачебной помощи при ушибах?

- А. Холод, покой, давящая повязка.
- Б. Йодная сетка, давящая повязка, покой.
- В. Мазь при ушибах, давящая повязка.

2. Укажи верный порядок первой доврачебной помощи при кровотечении из носа?

- А. Запрокинуть голову назад, положить холод на переносицу, кровь глотать.
- Б. Наклонить голову вперед, положить холод на переносицу, кровь сплевывать.
- В. Хорошо высморкаться, прижать крылья носа пальцами, чтобы образовался сгусток.

3. Какие из перечисленных узлов используются для крепления веревки к опоре?

- А. Академический, брам-шкотовый, шкотовый.
- Б. Встречный, прямой, грейпвайн.
- В. Булинь, стремя, штык.

4. Какие из перечисленных должностей в группе являются временными?

- А. Дежурный, направляющий, замыкающий.
- Б. Медик, завснар, завпит.
- В. Руководитель, ответственный за отчет, физорг.

5. Какие требования к размещению бивуака являются основными?

- А. Безопасность, наличие дров, защищенность от ветра, наличие воды.
- Б. Ровное место, отсутствие комаров, близость к населенному пункту.
- В. Безопасность, ровное место, наличие воды, удаленность от населенного пункта.

6. Соотнесите рисунки костров с названиями:

7. Соотнесите рисунки узлов с их названиями:



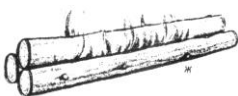
"шалаш"



"нодья"



"звездный"



"колодец"



"встречный"



"прямой"



"грейпвайн"



"восьмерка"



"серединный"

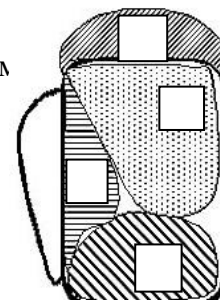
8. Соотнесите топонимы с их названиями: рюкзаке?



- вышка легкого типа**
- заправочная станция**
- капитальное сооружение башенного типа**
- памятник, обелиск**
- заводская, фабричная труба**

9. Как должны располагаться вещи в

- А – легкие вещи
- Б – мягкие вещи
- В – тяжелые вещи
- Г – часто используем



10. Рюкзак, коврик, спальник – это...

- А. Личное снаряжение
- Б. Групповое снаряжение
- В. Специальное снаряжение

11. Верно ли утверждение:

- Опущенный край нижней перекладины креста на куполе церкви обращен к северу, а приподнятый — к югу.
- Алтари православных церквей обращены на восток, а колокольни — на запад.
- Снег около скал, больших камней, пней, деревьев оттаивает быстрее с южной стороны.
- Мхи и лишайники на коре деревьев сосредоточены преимущественно на южной стороне.

12. Ребро квартального столба находящееся между наименьшими числами указывает на _____

13. Соотнесите рисунки сигналов международной системы «земля-воздух» с их названиями:

- |** **нужны компас и карта**
- **место для посадки вертолета**
- ↑** **не имеем возможности двигаться**
- ×** **следуем в этом направлении**
- △** **все в порядке**
- L L** **нужен врач**

14. При переходе замерзшего водоёма на лыжах необходимо:

- А. Отстегнуть крепления, снять рюкзак с одного плеча.
- Б. Снять с рук петли палок, снять рюкзак с одного плеча.
- В. Отстегнуть крепления, снять с рук петли палок, снять рюкзак с одного плеча.

15. Как должен размещаться шалаш относительно костра и направления ветра?

Вопросы аттестации
по программе «Спортивный туризм, дистанции пешеходные», 3 г. об.

А. Личное прохождения этапов т/м.

1. допускается применение жумара в качестве самостраховки?
2. на каких этапах участники могут работать без каски?

Б. Изучение правил.

1. диаметр опорных петель?
2. допускается участникам транспортировать на этапах веревку в бухте?

В. Тактическая подготовка.

- варианты командного прохождения этапа подъём по склону?

Г. Наведение этапов.

1. применение, какого полиспаста допускается при натягивании перильной страховки?
2. что можно использовать для прикрепления полиспаста к рабочей (натягиваемой) веревке?
3. чем разрешается натягивать перила при применении командной двойной основной веревки.

Д. Командная работа на этапах т/м.

1. как подключается сопровождение к переправляющемуся участнику на этапах переправа по бревну, переправа по верёвке с перилами?
2. как выполняется сопровождение на этапе наклонная навесная переправа?
3. какая страховка обеспечивается участнику при прохождении спуска дюльфером?

Практические задания

1. Восстановить навесную переправу длиной 17 метров, преодолев её, спуститься «дюльфером» по судейским перилам длиной 5 метров.
Оценка: «Отлично» – 1 мин. 30 сек., «Хорошо» – 2 мин. 30 сек., «Удовлетворительно» – 4 мин.
2. Наведение спуска длиной 18 метров. Оценка: «Отлично» – 1 мин. 30 сек., «Хорошо» – 2 мин. 30 сек., «Удовлетворительно» – 3 мин. 30 сек.
3. Переправа по бревну длиной 8 метров с помощью маятниковых перил.
Оценка: «Отлично» – 1 мин. 45 сек., «Хорошо» – 2 мин. 30 сек., «Удовлетворительно» – 3 мин. 30 сек.
4. Подъём по вертикальным перилам длиной 5 метров. Оценка: «Отлично» – 45 сек., «Хорошо» – 1 мин., «Удовлетворительно» – 1 мин. 30 сек.
5. Спуск «дюльфером» по вертикальным перилам длиной 5 метров с наведением перил.
Оценка: «Отлично» – 1 мин. 30 сек., «Хорошо» – 2 мин. 30 сек., «Удовлетворительно» – 3 мин. 30 сек.

Вопросы аттестации
по программе «Спортивный туризм, дистанции пешеходные», 4 г. об.

Билет 1

1. Нормативные документы по спортивному туризму
2. Характеристика карт. Особенности карт зимнего ориентирования

Билет 2

1. Обеспечение безопасности на занятиях и соревнованиях
2. Изображение рельефа на спортивных картах. Влияние рельефа на выбор пути движения

Билет 3

1. Причины возникновения аварийных ситуаций
2. Приемы выбора пути движения. Контроль направления движения

Билет 4

1. Личное и групповое снаряжение туриста-многоборца
2. Действия ориентировщика на различных участках дистанции

Билет 5

1. Специфика вида «Личная техника пешеходного туризма»
2. Характеристика различных видов соревнований по спортивному ориентированию

Билет 6

1. Специфика вида «Командная техника пешеходного туризма»
2. Походная медицинская аптечка

Билет 7

1. Специфика вида «Контрольно-туристский маршрут»
2. Основные приемы оказания первой помощи

Билет 8

1. Специфика вида «Поисково-спасательные работы»
2. Приемы транспортировки пострадавшего

Билет 9

1. Подготовка и проведение туристских слетов и соревнований
2. Организация бивака

Билет 10

1. Судейская подготовка
2. Питание в походе

Практические задания

Прохождение этапов

Навесная переправа, параллельные веревки, подъем и спуск по вертикальным перилам, бревно с маятниковыми перилами

Личное

Командное

Нормативы

Бег на 100м, Бег на 2000/3000м, Прыжок в длину, Прыжок в высоту, Кросс, Пресс, Подтягивание

Вопросы аттестации
по программе «Спортивный туризм, дистанции пешеходные», 5, 6 г. об.

А. Личное прохождения этапов т/м.

1. Разрешено ли передвижение на навесной переправе ТОЛЬКО на усе самостраховки?
2. Чем крепится к перилам при переправе методом «вертикальный маятник», в случае если он регулирует своё положение на верёвке? Чем он при этом должен быть обеспечен??

Б. Изучение правил.

1. Какой длины верёвки можно использовать на Чемпионатах, Кубках и Первенствах России?
2. Чем может быть опорная петля?

В. Tактическая подготовка.

- варианты командного прохождения этапа спуск по склону?

Г. Наведение этапов.

1. возможно ли крепление перил на жумар?
2. какое количество жумаров для закрепления перил используется при натяжении двойных командных перил?
3. что необходимо сделать участнику при многократном (более 2 раз) касании рельефа при движении по навесной переправе, при организации перил по п. 5.6 «Регламента...».

Д. Командная работа на этапах т/м.

1. как должна располагаться сопровождающая верёвка относительно бревна, при переправе по бревну?
2. наличие чего регламентируется пунктом 5.12.2 «Регламента...»?
3. разрешён «Регламентом...» переброс снаряжения с одной стороны этапа на другую, если это оговорено Условиями прохождения дистанции?

Практические задания

1. Восстановить навесную переправу длиной 17 метров, преодолев её, спуститься «дюльфером» по судейским перилам длиной 5 метров.
Оценка: «Отлично» – 1 мин. 20 сек., «Хорошо» – 2 мин. 10 сек., «Удовлетворительно» – 3 мин.
2. Наведение спуска длиной 18 метров. Оценка: «Отлично» – 1 мин. 20 сек., «Хорошо» – 2 мин. 10 сек., «Удовлетворительно» – 3 мин. 00 сек.
3. Переправа по бревну длиной 8 метров с помощью маятниковых перил.
Оценка: «Отлично» – 1 мин. 15 сек., «Хорошо» – 2 мин. 10 сек., «Удовлетворительно» – 3 мин. 00 сек.
4. Подъём по вертикальным перилам длиной 5 метров. Оценка: «Отлично» – 35 сек., «Хорошо» – 45 сек., «Удовлетворительно» – 1 мин.
4. Спуск «дюльфером» по вертикальным перилам длиной 5 метров с наведением перил.
Оценка: «Отлично» – 45 сек., «Хорошо» – 1 мин., «Удовлетворительно» – 2 мин. 30 сек.

Вопросы аттестации

по программе «Спортивный туризм, дистанции пешеходные», 7 г. об.

Участие во всероссийских соревнованиях.

