

**Проверочная работа по теме
«Безопасный туризм»**

1 вариант

1. Определите истинное высказывание о туристическом походе.

- А) Значительное число людей предпочитают тихий спокойный отдых;
- Б) Малоподвижный образ жизни отрицательно сказывается на состоянии человека;
- В) Туризм нужен только специалистам.

2. Трудности, возникающие в походе по независящим от туриста обстоятельствам – это?

- А) Субъективные;
- Б) Объективные;
- В) Когнитивные.

3. Выберите все правильные варианты ответа. К объективным трудностям относятся?

- А) Метеорологические условия;
- Б) Переправы через водотоки;
- В) Недостаточный опыт руководителя;
- В) Недостаточная физическая и техническая подготовка туристов;
- Д) Конфликт среди участников туристической группы;
- Е) Характер подстилающей поверхности.

4. Вес пустого рюкзака не должен превышать:

- А) 1,5 кг.;
- Б) 2 кг.;
- В) 1,2 кг.;

5. Соотнесите виды опасностей с различными заболеваниями. Опасности: 1.

Неблагоприятные метеорологические условия; 2. Отличный от привычного режим дня и питания; 3. Укусы насекомых. Возможные заболевания: А) Клещевой энцефалит; Б) Гастрит; В) Простудные заболевания.

1	2	3

6. При планировании многодневного похода необходимо предусмотреть:

- А) 1-2 запасных дня;
- Б) 2-3 запасных дня;
- В) 3-4 запасных дня.

7. После приема пищи в туристическом походе, необходимо предусмотреть время на:

- А) Отдых;
- Б) Физические упражнения;
- В) Гигиенические процедуры.

8. Укажите правильные действия туристов при преодолении препятствий:

- А) двигаться по лесу по одному;
- Б) Если нет тропы, идти ускоренным шагом, чтобы быстрее пройти участок пути;
- В) Идущие впереди должны предупреждать об опасностях

9. Безопаснее всего переходить водоем по прозрачному льду, безопасная толщина льда для одного человека:

- А) 5 см;
- Б) 10 см;
- В) 7 см.

10. Укажите места где не рекомендуется организовывать бивак, не менее 3 – примеров.

**Проверочная работа по теме
«Безопасный туризм»
2 вариант**

1. Определите ложное высказывание о туристическом походе.

- А) Выбирая туризм мы делаем выбор в пользу здоровья и интересной жизни;
- Б) Если человек проводит в лежачем состоянии 36 недель, его тело стареет на 10 лет;
- В) Туризм-это постоянные неудобства, связанные с неустроенностью быта, отсутствием комфорта.

2. Трудности, возникающие в походе целиком и полностью зависящие от туриста – это?

- А) Субъективные;
- Б) Объективные;
- В) Когнитивные.

3. Выберите все правильные варианты ответа. К субъективным трудностям относятся?

- А) Несоответствие избранного туристического маршрута физическим силам и опыту;
- Б) Преодоление препятствий на плавсредствах;
- В) Неудовлетворительное состояние снаряжения;
- В) Заболоченные участки местности;
- Д) Лихачество на маршруте;
- Е) ледовые трещины.

4. Для похода на байдарке лучше взять рюкзак:

- А) Небольшой;
- Б) С жесткой конструкцией;
- В) Рюкзак который размещается на багажнике.

5. Соотнесите виды опасностей с различными заболеваниями. Опасности: 1.

Длительное физическое напряжение; 2. Высокогорье; 3. Яркий солнечный свет.

Возможные заболевания: А)Нарушение сердечной деятельности; Б) Глазные заболевания;

В) Расширение вен.

1	2	3

6. Длина дневного перехода, даже для опытных туристов обычно не превышает:

- А) 10-15 км.
- Б) 15-20 км.
- В) 20-25 км.

7. Оптимальная скорость движение туриста по равнине с невысокой травой составляет:

- А) 1-2 км/ч;
- Б) 2-3 км/ч;
- В) 3-4 км/ч.

8. Укажите правильные действия туристов при преодолении препятствий:

- А) Следует соблюдать осторожность при преодолении канавы или ручья;
- Б) Особо опасные места лучше не обходить, чтобы не потерять время;
- В) При планировании похода необязательно изучать маршрут по карте.

9. Безопаснее всего переходить водоем по прозрачному льду, при пешеходной переправе дистанция между людьми должна быть:

- А) 5 -6 м;
- Б) 1-2 м;
- В) 3-4 м.

10. Укажите известные вам способы переправы через водоемы, не менее 3 – примеров.
