

Перелік питань до заліку

1. Основні складові фізичної підготовки у спортивному туризмі.
2. Розвиток спеціальної витривалості у спортивному туризмі.
3. Розвиток сили у спортивному туризмі.
4. Уважність і спритність під час подолання складних ділянок маршруту.
5. Прикладні вправи для розвитку швидкості у спортивному туризмі.
6. Обов'язки ремонтного майстра у спортивному туристичному поході.
7. Техніка руху пересіченою місцевістю (тропа, крутопохилий схил тощо).
8. Траверс схилу.
9. Організація стоянок, бівуаків, привалів.
10. Визначення технічної складності походу, категорії складності походу.
11. Туристичне багаття, типи вогнища.
12. Харчування у туристичному поході.
13. Раціональна організація питного режиму під час походу.
14. Правила комплектації аптечки.
15. Основні документи для організації туристичних змагань.
16. Вимоги до керівників спортивних туристичних походів.
17. Класифікація туристичного спорядження.
18. Групове туристичне спорядження.
19. Раціональний режим руху туристичної групи.
20. Тактика руху за маршрутом.