

Подготовка к походу¹

Список необходимых в походе вещей

Перечень необходимого может меняться в зависимости от выбранной программы и маршрута. Но есть то, пригодится всегда и везде.

Рюкзак

Это то, без чего не обходится ни один поход. Он должен подходить именно вам, чтобы его было комфортно нести на плечах. Отдавайте предпочтение рюкзаку с жесткой спинкой и широкими лямками. Он должен быть подходящего объема, и вы не должны нести еще что-то в руках.

Палатка

Должна быть легкой, для начала незамысловатой в использовании, главное – водонепроницаемой и обязательно с защитой от различных насекомых.

Спальный мешок

Спальник – одна из основных вещей в походе, именно он обеспечивает вам комфортный и безопасный сон. Спальный мешок подбирается к определенному времени года, поэтому при выборе обращайте внимание на то, на какую температуру он рассчитан.

Туристический коврик

Нужен, чтобы подкладывать его под спальник. Он поможет защитить вас от холода во время сна, обеспечить комфорт.

Обувь

Удобная и прочная туристическая обувь обеспечит максимальный комфорт и защиту на неровных поверхностях, не даст вам поскользнуться и получить травму. Кеды или городские кроссовки в спортивном стиле не подойдут, если тропы сложнее парковых дорожек. Обязательно разносите свою обувь перед первым пешим походом, чтобы она не натирала. И надевайте трекинговые носки.

Одежда

Главными критериями при выборе одежды для похода является удобство, универсальность и защитные свойства. Также при выборе одежды важно учитывать, что погода может резко меняться. Выбирайте вещи из легких технологичных материалов, которые быстро сохнут и пропускают воздух. Важно, чтобы вещи были по размеру, а не обтягивающими или висящими мешком.

Придирчиво относитесь к подбору комплекта одежды, все лишнее, объемное и тяжелое — долой! Но с учетом прохладных ночей нужно взять с собой теплый свитер или куртку.

Защита от солнца

Солнце может стать страшным врагом, способным испортить весь поход в первое же утро, если не позаботиться о защите. Кепка с большим козырьком

¹ Задание разработано в рамках ОНТП «Научно-методическое обеспечение формирования функциональной грамотности обучающихся в образовательном процессе» («Функциональная грамотность», № ГР 20212108).

или панама, легкий бафф (снуд) для защиты шеи, солнцезащитные очки, гигиеническая помада для губ, одежда с длинными рукавами и УФ-защитой, тонкие перчатки.

Защита от дождя

Промокнув и не имея возможности просушиться в холода вы неизбежно замерзнете, можете простудиться, возможно, потребуется вносить корректировки в маршрут. Так что берите объемный дождевик, гермомешки для вещей, которые точно должны оставаться сухими (спальник, термобелье, продукты, документы и т. п.), непромокаемый чехол на рюкзак, мембранную одежду и обувь, тент для привалов, особенно если идете группой и есть общая «кухня».

Защита от насекомых

Еще одна напасть – комары, мошки, клещи. Сетка-накомарник, отпугивающий аэрозоль (хорошо, если он и против клещей), гель, чтобы кожа не чесалась – все это однозначно может потребоваться.

Аптечка и гигиена

Набор лекарств составляется в зависимости от потребностей конкретного человека. Из основного – бинт, мозольные пластыри, йод, перекись водорода, активированный уголь и антигистаминные препараты, а также обезболивающее и жаропонижающее. Также не забудьте взять и те лекарства, которые вы принимаете индивидуально. По пути вам вряд ли будут встречаться аптеки.

Не забываем и о гигиене в походе. Для нее вам понадобятся полотенце, мыло, зубная щетка и зубная паста, небольшое зеркало, туалетная бумага, влажные и сухие салфетки, антисептик, маникюрные ножницы, гигиеническая помада, расческа.

Подготовка к походу

Прочитайте введение. Затем приступайте к выполнению заданий.

Введение

8 «Б» одной из школ г. Столбцы собрался в двухдневный поход по местам боевой славы своего района. На собрании класса учитель предупредил учащихся о необходимости тщательной подготовки к походу. Он отметил, что любой поход – это не простой отдых, к подготовке нужно подойти очень серьезно и основательно. Учитель предложил всем познакомиться со списком необходимых в походе вещей и обсудить его, чтобы поход прошел без серьезных осложнений. «Нам повезло с погодой, – отметил он. – Будет солнечно, без осадков и без сильного ветра».

Задание 1/6

Прочитайте текст «Список необходимых в походе вещей».

Определите высказывания, которые соответствуют / не соответствуют содержанию текста. Отметьте «Да» или «Нет» для каждого высказывания.

Информация	Да	Нет
Важно, чтобы вещи были по размеру, а не обтягивающими или висящими мешком.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Перечень необходимых в походе вещей не зависит от выбранной программы и маршрута.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Набор лекарств является общим для группы и хранится у руководителя.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Туристический коврик нужен, чтобы подкладывать его под спальник.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Спальный мешок подбирается к определенному времени года.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Задание 2/6

Прочитайте текст «Список необходимых в походе вещей».

Отметьте вещи, которые, согласно списку, обязательно должны быть в любом походе.

Отметьте все правильные ответы.

- обезболивающее и жаропонижающее средства
- кепка с большим козырьком или панама
- гаджеты

- средства от насекомых
- письменные принадлежности

Задание 3/6

Собираясь с классом в поход по местам боевой славы, Вера Т. сложила в рюкзак свои личные вещи (одежду).

Какие из приведенных в списке вещей могут быть исключены, учитывая условия предстоящего для восьмиклассников похода?

Отметьте все правильные ответы.

- теплый свитер
- косметический набор
- брюки и шорты
- две пары носков и футболки
- зонтик

Задание 4/6

Сергей М. похвастался, что он как раз купил кроссовки для туризма и опробует их в предстоящем походе. Как вы считаете, это правильно или нет?

Воспользуйтесь текстом «Список необходимых в походе вещей».

Ответьте на вопрос.

Отметьте один правильный ответ.

- правильно
- неправильно

Объясните свой ответ, используя информацию из текста. Запишите его одним предложением.

Задание 5/6

Светлана Л, мама которой работает медсестрой в местной амбулатории, сказала, что она возьмет с собой аптечку на всю группу с необходимыми медикаментами. А ее одноклассница Лариса Р. сообщила, что у нее астма и она принимает специальные таблетки. Ещё несколько учащихся также сказали, что они принимают медикаменты, которые Светлана может не взять с собой.

Что бы вы посоветовали тем ребятам, которые принимают некоторые лекарственные препараты индивидуально?

Руководствуясь информацией текста «Список необходимых в походе вещей», выберите один правильный ответ.

- нужно передать такие лекарственные препараты Светлане, которая собирает общую аптечку
- не нужно брать такие лекарства с собой
- каждый сам берет с собой лекарственные препараты, которые он принимает индивидуально
- можно будет при необходимости купить такие лекарственные препараты в аптеке, которая встретится по дороге

Задание 6/6

При выборе маршрута для посещения мест боевой славы мнения ребят разделились. Кто-то хотел посетить как можно более таких мест, кто-то предлагал ограничиться двумя-тремя, некоторые учащиеся настаивали на посещении конкретных мест, которые находились в разных точках района.

Рассмотрите карту Столбцовского района с отмеченными на ней братскими могилами. Составьте наиболее подходящий для двухдневного похода по местам боевой славы маршрут. Запишите названия населенных пунктов в соответствующую строку. Кратко объясните свой выбор.

Ответы

Задание 1

Да – 1, 4, 5; Нет – 2, 3.

Задание 2

Ответ: 1, 2, 4.

Задание 3

Ответ: 2, 5.

Задание 4

неправильно

Обувь перед первым пешим походом нужно разносить, чтобы она не натирала.

Задание 5

Ответ: 3.

Задание 6