

*Основно училище „Иван Вазов“ с. Русокастро, Бургаска област
Работен лист - учебна седмица 11. 05 – 15. 05. 2020 г.*

Клас: 3 а

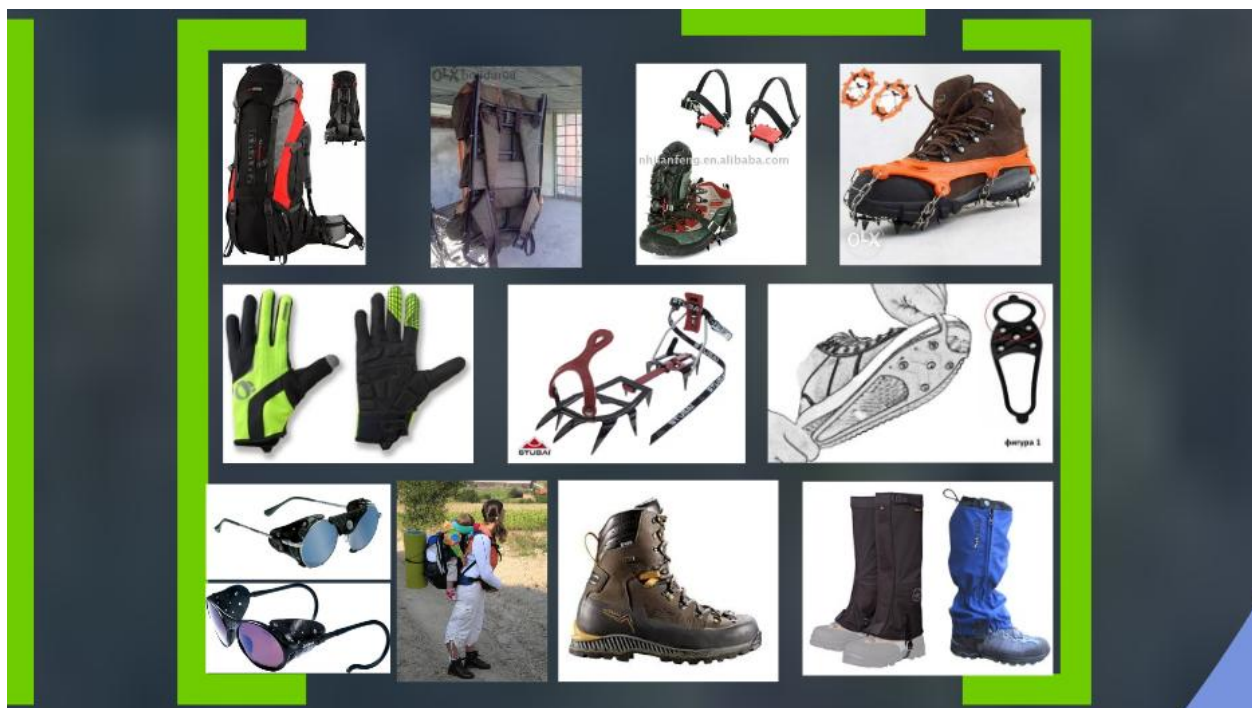
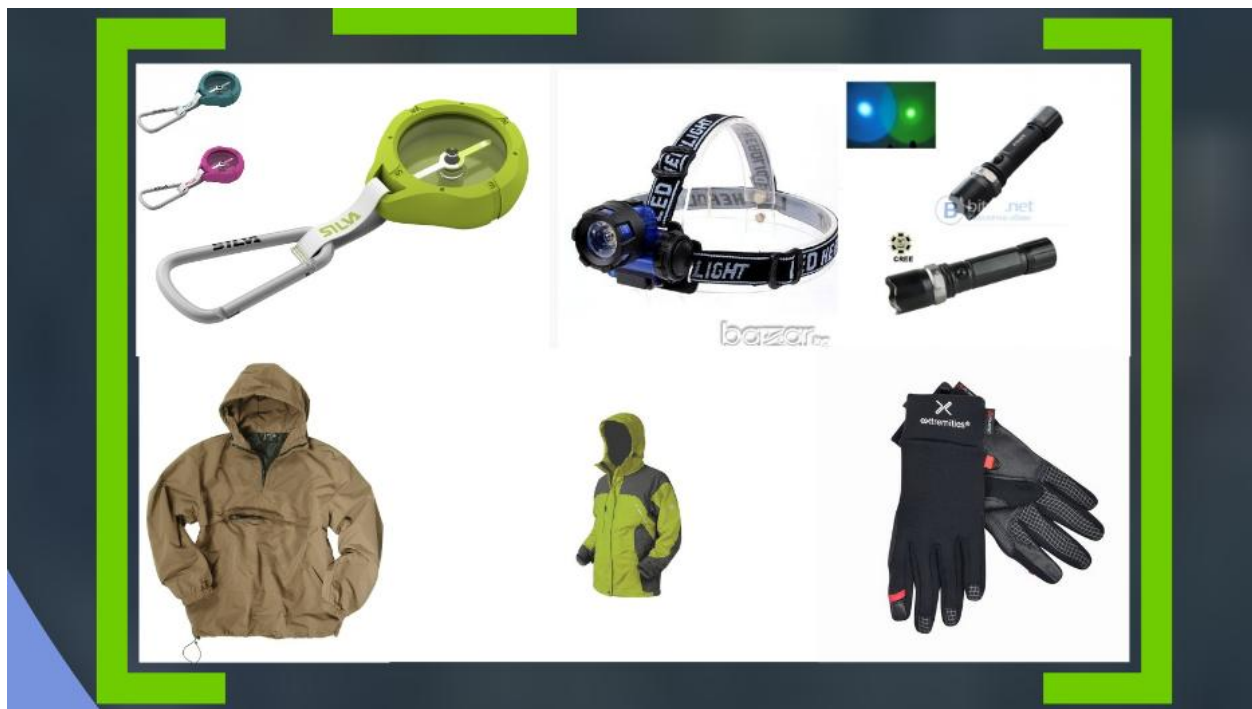
Ден и час от седмичното разписание: 11.05.2020г./ понеделник /, 5- ти час

Урок – тип на урока: Нови знания- Туризъм

Тема: Туристическа екипировка. Ориентиране. Определяне на разстоянието без уред – окомер.

Туристическа екипировка

- туристическа раница (с носеща шина или самар);
- подходящи туристически обувки с груб и едър грайфер;
- удобно и практично туристическо облекло и чорапи - недебели, но ветроупорни яке, панталон или гащеризон. Препоръчително е да са и водоустойчиви. През студените месеци не се препоръчват трикотажни дрехи и джинси. Трикотажът пропуска вятъра, а джинсите стават ледено студени;
- топла върхна дреха – за почивките, вечерта и ранната утрин;
- дрехи и обувки за хижите – свободен избор, но без обувките от прехода;
- шал, шапка и ръкавици – носят се винаги, независимо от сезона;
- калци (гетри, калцуни, гамаша) – задължителен през зимните месеци атрибут.
- дъждобрани – за човека и за раницата. При валеж най-важното е да се запази сух багажа;
- специални високопланински или слънчеви очила - носят се независимо от сезона;
- добре подобрени кремове за лице с висок фактор на защита от слънчевото греене
- документи и пари;
- шише за вода– пластмасово;
- електрическо фенерче- с резервни батерии и крушка;
- туристически нож;
- лекарства от първа необходимост;
- храна - чистият въздух и физическото натоварване изострят апетита. Добре е храната да не е обемиста и тежка, да е трайна и висококалорична. Желателно е диетите за отслабване да се преустановят за периода на прехода. Изключително редки са случаите турист да се завърне от планината напълнял;
- карта, компас, пътеводител;
- въже;
- специфични принадлежности за зимни преходи – пикели, щеки, котки, карабинери, снегоходки, ледокоп, индивидуален лавинен уред, ако нямате такъв не забравяйте други помощни средства - лавинен шнур, лопатка, сонда
- мобилен телефон с добре заредена батерия, GPS;
- ако смятате да нощувате на палатка, проучете подробно задължителната екипировка за устройване на бивак;
- задължително си направете планинска застраховка.



1. Ориентиране: <https://ucha.se/watch/1069/Orientirane-v-priroda>

По признаци на местните предмети.

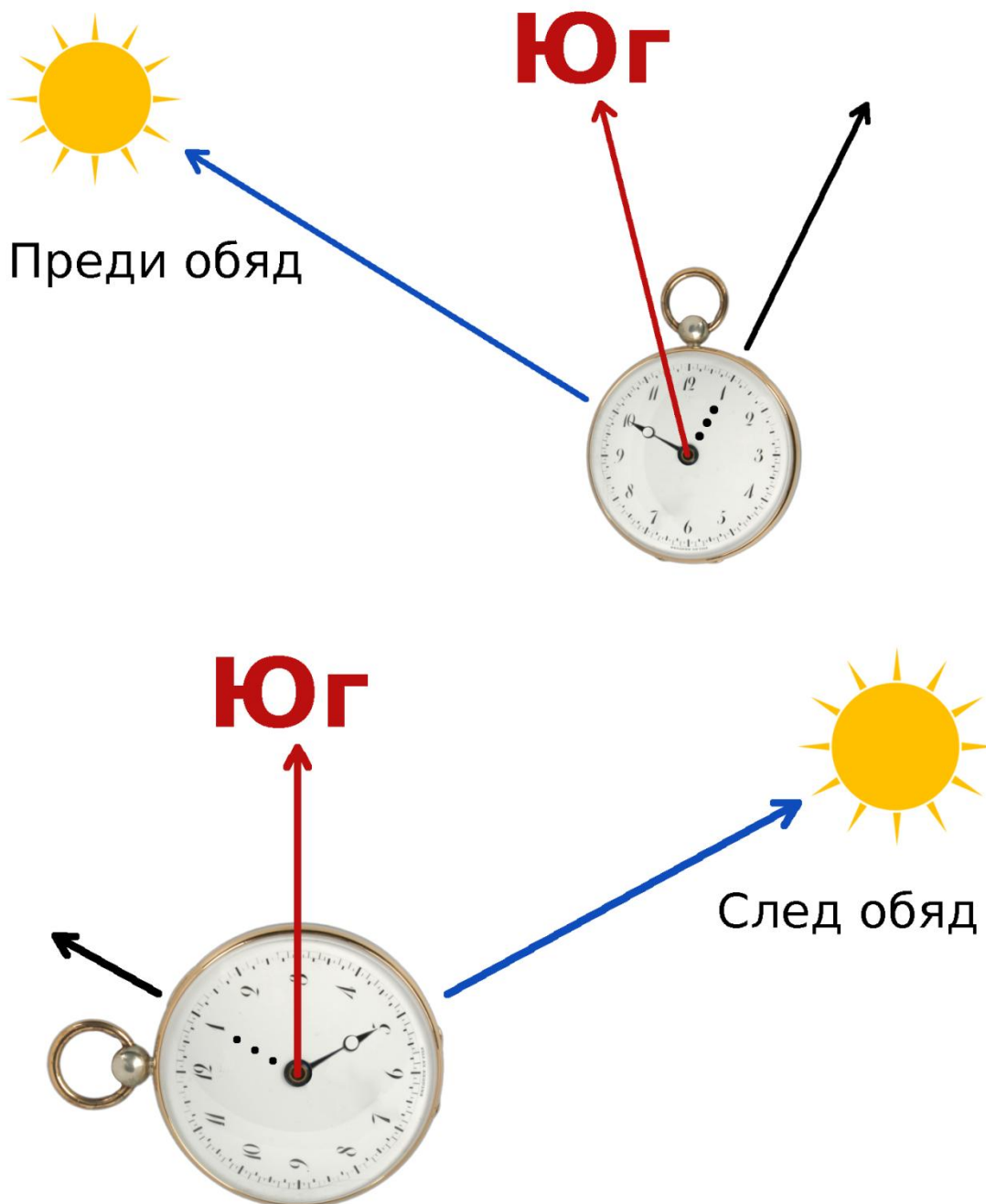
В някои случаи посоките на света могат да бъдат определени и по такива признаци. Този способ е с най-малка точност и затова когато се прибегва до неговото използване трябва да се използват няколко признака.

Много признаци определят разположението на местните предмети спрямо Слънцето:

1. Мъх и лишей по кората на дърветата, на скали и др. Ако го има то мъхът от север е повече и особено около корена.

2. Кората на дърветата от север обикновено е по-груба и тъмна. Това се забелязва особено при брезите.
3. Короната на дърветата е по-развита на юг.
4. В горещи години на стволовете на хвойновите дървета има повече смола от юг.
5. На южните склонове снегът се топи по-бързо.

Север може да се определи и по господстващите ветрове в дадена местност, ако предварително се знаят техните направления. Посоките на света могат да бъдат определени и по кръстовете на църквите, които са обърнати на изток.



2. Определяне на разстоянието без уред – окомер:

Този способ е основен, много прост и бърз, достъпен за всеки човек във всички условия на местността и времето. Достатъчно точен окомер се изработва по пътя на системни тренировки, извършвани в различни условия на местността, в различно време от годината и денонощието.

За да се развие окомер, трябва възможно по-често, при всяко излизане на местността, да се правят упражнения в определяне на око дадено разстояние, като задължително то се проверява с крачки, по карта или по някакъв друг начин.

В процеса на тренировките основно внимание трябва да се обръща на отчитането на страничните явления, които влияят върху точността на окомерното определяне на разстоянията. По-важни от тези явления са следните:

- по-големите предмети изглеждат по-близо от по-малките, намиращи се на същото разстояние;
 - по-близо разположени изглеждат предметите, които се виждат по-ясно и по-точно, при това, предметите с по-ярка окраска (бяла, жълта, червена) изглеждат по-близо от предмети с тъмни цветове (червен, кафяв, син). Ярко осветените предмети изглеждат по-близо от слабоосветените, намиращи се на същото разстояние. По време на дъжд, мъгла, здрач, облачни дни, наситеност на въздуха с прах наблюдаваните предмети изглеждат по-далече, отколкото в ясни слънчеви дни.
 - колкото по-малко предмети се намират между окото и наблюдавания предмет, толкова този предмет изглежда по-близо.
 - при наблюдаване от долу на горе, от подножието на възвишението към върха предметите изглеждат по-близо, а при наблюдение от горе на долу – по-далече.
- Окомерното определяне на разстоянието може да се улесни и контролира по следния начин:
- няколко човека измерват едно и също разстояние независимо един от друг. Средното от всички определения ще бъде най-точния резултат;

Изготвил: Ива Драганова
/ учител по ФВС/