

КВАЛИФИКАЦИОННЫЙ ЭКЗАМЕН ПРИ АТТЕСТАЦИИ ИНСТРУКТОРОВ-ПРОВОДНИКОВ ПО АЛЬПИНИЗМУ И ГОРНОМУ ТУРИЗМУ.

Вопросы для тестирования.

1. Нормативно – правовое обеспечение деятельности.

- 1.1. Какой документ регулирует туристскую отрасль в России?
- 1.2. Какое ведомство в России отвечает за деятельность туристской отрасли?
- 1.3. Какой документ утверждает трудовые функции, необходимые знания, навыки, а также требования к образованию инструкторов-проводников?
- 1.4. В каком документе содержатся достоверные сведения об аттестованных инструкторах-проводниках России?
- 1.5. Что подтверждает право инструктора-проводника на оказание услуг туристу инструктором – проводником?
- 1.6. На какой срок действует аттестация инструктора-проводника?
- 1.7. В каком случае разрешается инструктору-проводнику оказывать услуги без прохождения аттестации?
- 1.8. В каком случае соискателю откажут в прохождении практической части квалификационного экзамена для аттестации на инструктора – проводника?
- 1.9. В каком случае инструктор – проводник, аттестованный на вторую категорию сложности маршрутов, вправе оказывать услуги на маршрутах третьей категории сложности?
- 1.10. Как должен поступить инструктор – проводник при получении претензии по договору оказания услуг с туристом?

2. Особо охраняемые природные территории.

- 2.1. Что такое ООПТ?
- 2.2. Что означает режим особой охраны ООПТ?
- 2.3. Как установление ограничений хозяйственной деятельности на ООПТ влияет на природу?
- 2.4. Выберите самую высокогорную ООПТ в России.
- 2.5. Какой вид ответственности установлен за нарушение режима ООПТ?
- 2.6. По каким признакам можно определить, что Вы точно находитесь на ООПТ?
- 2.7. Какая деятельность человека не запрещена на территории заповедника.
- 2.8. Какая деятельность человека не запрещена на территории национального парка.
- 2.9. Какая деятельность человека запрещена на территории заказника.
- 2.10. Что такое памятник природы?

3. Взаимодействие со службами спасения.

- 3.1. Где необходимо обязательно зарегистрировать группу перед выходом в поход или на восхождение в высокогорье?
- 3.2. Что нужно сделать в первую очередь после завершения похода или восхождения?
- 3.3. Какие данные помогут спасателям МЧС максимально быстро прибыть к месту расположения вашей группы?
- 3.4. Какие действия необходимо предпринять, если вы ожидаете помощи спасателей при НС в группе?
- 3.5. Какие данные необходимо в первую очередь передать спасателям при НС в группе?

4. Радио и телефонная связь в горах.

- 4.1. В какой ситуации опасно пользоваться рацией в горах?
- 4.2. В какой ситуации опасно пользоваться мобильным или спутниковым телефоном в горах?
- 4.3. Как определить рабочую частоту поисково-спасательных отрядов МЧС в районе вашего похода или восхождения?
- 4.4. Как можно быстрее всего сообщить в МЧС о НС на маршруте при наличии только телефонной сотовой связи?
- 4.5. На каких частотах разрешается сообщать по рации о НС и просить помощь?
- 4.6. В каком случае инструктор-проводник вправе нарушить установленный порядок радиообмена во время сеанса связи?
- 4.7. Как дать понять по связи, что передача информации завершена?
- 4.8. Какое действие обозначает слово «приём» при сеансе радиосвязи?
- 4.9. Что нужно обязательно сделать, если произнёс слово «приём» при сеансе радиосвязи?
- 4.10. Как правильно обращаться с радиостанцией?

5. Сигнализация при отсутствии радио и телефонной связи.

- 5.1. Как правильно передать сигнал бедствия при помощи фонарика или другого источника света?
- 5.2. Как правильно передать сигнал бедствия при отсутствии источника света?
- 5.3. Каким способом можно передать сигнал бедствия на большое расстояние в солнечную погоду при отсутствии звукового контакта?
- 5.4. Как с помощью жестов и положения тела передать пилоту вертолётa сигнал «всё хорошо»?
- 5.5. Как с помощью жестов и положения тела передать пилоту вертолётa сигнал «заберите нас»?
- 5.6. Как с помощью жестов и положения тела передать пилоту вертолётa сигнал «нужна медицинская помощь»?

6. Действия при работе с вертолётom.

- 6.1. Что важнее сделать при подготовке площадки для посадки вертолётa?
- 6.2. Каким способом лучше показать пилоту вертолётa направление ветра на площадке приземления?
- 6.3. Выберите самое правильное действие инструктора на земле во время посадки вертолётa.
- 6.4. С какой стороны необходимо подходить к вертолёту с работающим винтом для посадки?
- 6.5. Выберите правильные действия при размещении травмированного туриста в вертолётe.

7. Общие вопросы обеспечения безопасности.

- 7.1. В каком месте безопаснее поставить базовый лагерь в горах?
- 7.2. Что важнее при выборе места бивуака?
- 7.3. Какой стороной палатка ставится к ветру?
- 7.4. Какое место нахождения будет наиболее опасным при грозе в горах?
- 7.5. Как правильнее обезопасить себя от попадания молнии при грозе в горах?
- 7.6. В какое время суток возникает наибольшая опасность камнепада?
- 7.7. Что чаще всего служит руслом камнепада?
- 7.8. В чём состоит наибольшая опасность при подъёме по снежному склону и приближении к выходу скал?

- 7.9. Что важно учесть при строительстве снежной пещеры, чтобы избежать удушья во время ночёвки?
- 7.10. Выберите опасность, связанную с повышенной солнечной радиацией в высокогорье.
- 7.11. Выберите правила безопасности при организации ночёвки на террасе скального маршрута?
- 7.12. Выберите более безопасное место для приготовления пищи на газовой горелке с реактором
- 7.13. Выберите обстоятельства, которые чаще всего приводят к «холодной» вынужденной ночёвке?
- 7.14. Выберите правильные действия при близкой (10м-12м) встрече с медведем.

8. Страховка и самостраховка на горном рельефе.

- 8.1. Что является основной целью гимнастической страховки?
- 8.2. Когда организуется страховка туриста через поясницу?
- 8.3. Как распределяется нагрузка при рывке на правильно надетую страховочную систему, состоящую из верхней и нижней частей?
- 8.4. Чем страховочные спусковые станции отличаются от других страховочных станций?
- 8.5. Что уменьшает трение протравливаемой верёвки через промежуточные точки страховки при смене направления движения лидера связки?
- 8.6. Какое максимальное усилие по требованиям UIAA должно возникать в динамической веревке при испытании её нормальным рывком (фактор рывка 1,78, вес груза 80 кг)?
- 8.7. Что должен делать инструктор в первую очередь, придя на точку, с которой будет организована страховка туриста?
- 8.8. Как называется одно из основных правил лазания по скалам?
- 8.9. Как осуществляется самозадержание с помощью ледоруба при срыве на ледовом склоне в кошках?
- 8.10. Как организовать страховку на крутом снежном склоне с помощью ледоруба?

9. Оказание первой помощи в полевых условиях.

- 9.1. Что такое СЛР?
- 9.2. Для чего важно провести первоначальный осмотр места НС?
- 9.3. Для чего важно провести обзорный осмотр пострадавшего?
- 9.4. Что правильнее сделать при черепно – мозговой травме у пострадавшего?
- 9.5. Как оказать первую помощь пострадавшему от укуса ядовитой змеёй?
- 9.6. Что необходимо предпринять при отсутствии сознания, но наличии дыхания у пострадавшего?
- 9.7. Что необходимо сделать при переломе руки у пострадавшего?
- 9.8. Как обрабатывать герпес, спровоцированный травмой, переохлаждением или солнечным ожогом?
- 9.9. Как оказать помощь пострадавшему, поражённому молнией?
- 9.10. Как оказать помощь туристу при гипоксии?
- 9.11. Как действовать при переохлаждении туриста?
- 9.12. Что необходимо сделать при «снежной слепоте» у туриста?
- 9.13. Что делать при травме позвоночника у пострадавшего в горах?
- 9.14. Что делать с пострадавшим при обморожении пальцев рук или ног в горах?

10. Транспортировка пострадавшего в горах.

- 10.1. В каком случае нельзя транспортировать пострадавшего на мягких носилках?
- 10.2. В какой позе необходимо транспортировать пострадавшего с травмой грудной клетки?
- 10.3. В какой позе необходимо транспортировать пострадавшего с переломом таза?
- 10.4. В какой позе необходимо транспортировать пострадавшего с ЧМТ?
- 10.5. В каком случае необходима экстренная переноска пострадавшего в безопасное место до оказания первой помощи?
- 10.6. Выберите приём, подходящий для транспортировки пострадавшего с закрытым переломом кости стопы на 300 метров по тропе силами двух спасателей
- 10.7. Выберите приём, предпочтительный для транспортировки пострадавшего с открытым переломом бедра на 3 км по широкой тропе силами большой группы.
- 10.8. Выберите приём, предпочтительный для транспортировки пострадавшего с открытым переломом бедра на 8 км по горной местности силами большой группы
- 10.9. Выберите приём, предпочтительный для транспортировки пострадавшего с закрытым переломом пятки по узкой горной тропе силами двух спасателей
- 10.10. Для чего необходимо наблюдать за пострадавшим во время транспортировки?

11. Минимизация негативного воздействия на природу.

- 11.1. Какой способ воспитания правильного отношения к экологии самый действенный?
- 11.2. Одно из правил международной экологической программы «leave no trace» переводится как: «Не оставляй следов». Что это значит?
- 11.3. Правило грамотного экологического поведения звучит: «Уважай диких животных». Что это значит?
- 11.4. Одной из экологических проблем, связанных с горами, является сокращение площади горных лесов. С чем это связано?
- 11.5. Одним из правил экологической безопасности является запрет на хождение в зоне альпийских лугов вне троп. По какой причине?
- 11.6. В чём экологическая проблема, с точки зрения экологии, если туристы вашей группы оставили на ночёвках остатки еды (хлеб, крупу и макароны)?
- 11.7. Какой мусор является на сегодняшний день самый распространённым в высокогорной зоне?
- 11.8. Ледниковые трещины какого размера лучше всего подходят для утилизации пластиковых отходов?
- 11.9. В чём заключается экологическая проблема, связанная с прикормом диких животных в высокогорье?
- 11.10. Правило гласит «Устраивай бивуак там, где до тебя это делали другие». В чём его экологический смысл?

12. Основы психологии общения и способы поддержания коммуникации с туристами.

- 12.1. Как психологический климат (ПК) в группе влияет на эффективность её действий в достижении поставленных целей?
- 12.2. Выберите приёмы, положительно влияющие на создание хорошего психологического климата в группе.
- 12.3. По каким признакам можно определить, что турист чувствует себя некомфортно?
- 12.4. Что такое социальный стресс?
- 12.5. Выберите приёмы, позволяющие помочь туристу преодолеть страх

высоты.

- 12.6. Выберите правильную последовательность основных стадий развития группы.
- 12.7. Выберите известный вам стиль лидерства.
- 12.8. Выберите приёмы пассивного слушания.
- 12.9. Выберите приём активного слушания.
- 12.10. Что такое групповые правила?
- 12.11. Выберите основные формы коммуникации.
- 12.12. С какой целью в каждой группе вырабатываются групповые правила?

13. Конфликтные ситуации и забота о туристе.

- 13.1. Выберите правила профилактики конфликтов.
- 13.2. Выберите правильные приёмы разрешения конфликта.
- 13.3. Выберите успешно разрешенного конфликта между туристами.
- 13.4. Что такое «комплекс героя»?
- 13.5. Какие негативные последствия для группы может нести «комплекс героя» у туриста?
- 13.6. Выберите действия инструктора в случае стрессовой истерики у туриста.
- 13.7. Чем наиболее опасно возникновение паники в группе в условиях НС?
- 13.8. Выберите наиболее эффективные приемы предупреждения паники
- 13.9. Почему нельзя укутывать и согревать человека при нервной дрожи?

14. Спортивная физиология.

- 14.1. Что такое АД?
- 14.2. Что такое адаптация?
- 14.3. С чем связана выработка молочной кислоты в мышцах?
- 14.4. Выносливость - это способность человека
- 14.5. Акклиматизация – это процесс адаптации организма человека к работе в условиях
- 14.6. Гипоксия – это состояние, при котором для поддержания нормальной жизнедеятельности органов и тканей человека не поступает достаточное количество кислорода
- 14.7. Какие физиологические изменения происходят в организме человека в высокогорье с ростом высоты?
- 14.8. Выберите способы контроля физического состояния человека во время привалов.
- 14.9. Что такое ступенчатая акклиматизация?
- 14.10. Выберите симптомы горной болезни.
- 14.11. До какой высоты можно подняться сразу, не опасаясь горной болезни?
- 14.12. Выше какой высоты человек без акклиматизации обычно начинает испытывать гипоксию?
- 14.13. Что такое отёк лёгких?
- 14.14. Что такое отёк мозга?
- 14.15. С какой высоты организм человека перестаёт адаптироваться к недостатку кислорода?
- 14.16. Что такое функциональные резервы организма?

15. Горный рельеф.

- 15.1. Что такое горная цепь?
- 15.2. Что такое горный массив?
- 15.3. Что такое горный хребет?
- 15.4. Что такое водораздел?
- 15.5. Что называется вершиной?

- 15.6. Чем отличается гребень вершины от ребра вершины?
- 15.7. Чем отличается терраса от плато?
- 15.8. Чем отличается контрфорс от ребра вершины?
- 15.9. Чем отличается камин от расщелины?
- 15.10. Что такое бергшруд или подгорная трещина?
- 15.11. Что такое ледопад?
- 15.12. Что такое рантклюдт?
- 15.13. Что такое нунатак?
- 15.14. Что такое «бараньи лбы»?
- 15.15. Какие бывают морены?
- 15.16. Чем отличается закрытый ледник от открытого?
- 15.17. Может ли один и тот же ледник быть открытым и закрытым одновременно?
- 15.18. Какая из представленных форм не относится к ледовому рельефу?

16. Передвижение по простому горному рельефу.

- 16.1. Что важнее контролировать при одновременном движении связки по простому скальному рельефу?
- 16.2. Как с меньшими затратами усилий подниматься по мелкой осыпи?
- 16.3. Как следует ставить ногу, чтобы избежать падения при спуске по травянистому склону?
- 16.4. Как следует спускаться по мелкой осыпи?
- 16.5. Какой способ передвижения вверх по неглубокому снегу и фирну крутизной до 20 градусов более эффективен?
- 16.6. Как осуществляется спуск по снежному или фирновому склону малой крутизны?
- 16.7. Как задержаться без помощи ледоруба при падении на некрутом фирновом склоне?
- 16.8. Какой должна быть длина между туристом и инструктором в связке-двойке при движении по закрытому леднику на Кавказе, если общая длина верёвки 50 метров?
- 16.9. Как преодолевать крутой боковой склон морены в составе группы?
- 16.10. Как осуществляется подъём в кошках по некрутому (20-25 градусов) ледовому склону?
- 16.11. Как осуществляется спуск в кошках по ледовому склону средней крутизны (до 30 градусов)?

17. Личное и групповое снаряжение. Часть 1.

- 17.1. Что означает этот знак на конце верёвки?
- 17.2. Что означает этот знак на конце верёвки?
- 17.3. Что означает этот знак на конце верёвки?



- 17.4. Как влияет влага на характеристики динамических верёвок?
- 17.5. Как маркируются карабины, сертифицированные для работы с узлом УИАА?
- 17.6. Что означает аббревиатура «Н» на карабине?
- 17.7. Что означает символ «Т» на ледорубе?
- 17.8. Что означает символ «В» на ледорубе?

18. Личное и групповое снаряжение. Часть 2.

- 18.1. Почему рекомендуется выбирать термобелье из синтетических тканей?

- 18.2. В каком случае вы порекомендуете альпинистам использовать спальный мешок с пуховым утеплителем?
- 18.3. Выберите плюс использования кошек с мягким креплением?
- 18.4. Выберите важный для альпиниста плюс кошек со сменными передними зубьями?
- 18.5. Что общего у френда, стопера, гексы и эксцентрика?
- 18.6. Что общего у коперхеда и скайхука?

19. Лавины и их прогнозирование.

- 19.1. Выберите одно из свойств пылевой лавины.
- 19.2. Выберите характерные свойства мокрой лавины.
- 19.3. Выберите один из признаков опасности снежных карнизов.
- 19.4. Склоны какой экспозиции считаются наименее лавиноопасными?
- 19.5. Что не относится к индикаторам лавинной опасности?
- 19.6. Для чего роют снежный шурф?

20. Передвижение по лавиноопасному рельефу.

- 20.1. Почему перед движением по лавиноопасному склону нужно снять темляки палок и расстегнуть поясной ремень рюкзака?
- 20.2. Выберите самый надёжный способ обезопасить себя от попадания в лавину.
- 20.3. Выберите наименее опасное направление движения группы вниз по потенциально лавиноопасному склону.
- 20.4. Выберите форму рельефа, по которому безопаснее передвигаться в условиях лавинной опасности.
- 20.5. Какая особенность биперов не позволяет носить их вместе с сотовыми телефонами?
- 20.6. Выберите предпочтительно - необходимые предметы лавинного снаряжения.
- 20.7. Почему при поиске бипером, цифра на экране прибора не всегда соответствует реальному расстоянию до находящегося в лавине?
- 20.8. При нахождении человека в лавине, какую часть тела необходимо стараться освободить от снега в первую очередь?
- 20.9. Какую опасность важно учитывать при проведении поисково – спасательных работ в лавине?

21. Переправы.

- 21.1. В какое время суток уровень воды в верховьях горных рек достигает своего максимума?
- 21.2. Какая температура воды преобладает в верховьях горных рек, текущих с ледника?
- 21.3. Как должен двигаться турист при переправе через бурную горную реку вброд по перилам?
- 21.4. Как должны быть закреплены перила при переправе через реку по бревну?
- 21.5. Куда крепятся страховочные верёвки к инструктору, переправляющемуся первым через реку вброд с шестом?
- 21.6. В какой обуви рекомендуется переходить горные реки вброд?
- 21.7. При какой глубине потока горной реки возможна переправа вброд?
- 21.8. Какой должна быть длина самостраховки при преодолении водного препятствия со страховкой за перила?
- 21.9. Как при переправе через горную реку вброд с помощью шеста необходимо упираться?
- 21.10. Выберите фактор, влияющий на выбор места переправы через реку вброд.

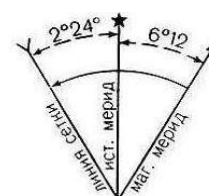
22. Метеорология и признаки изменения погоды.

- 22.1. Что происходит с тёплыми воздушными массами при охлаждении?
- 22.2. Что происходит с холодными воздушными массами при нагревании?
- 22.3. О чем говорит появление на небе перистых облаков в виде параллельных нитей или волокон, уплотняющихся со временем, при падении атмосферного давления?
- 22.4. О чем говорит появление высоких кучевых облаков в виде башен или рваных хлопьев при быстром падении атмосферного давления?
- 22.5. О чем говорит низкий ночной туман, расходящийся утром?
- 22.6. Выберите основную причину выпадения осадков.
- 22.7. Выберите определение «точки росы».
- 22.8. Что такое атмосферный фронт?
- 22.9. Что такое циклон?
- 22.10. Что такое антициклон?
- 22.11. О чем говорит появление перистых облаков?
- 22.12. Как по звуку грома определить удалённость зоны разряда молнии?
- 22.13. О чем свидетельствует близкое расположение изобар на карте погоды?
- 22.14. На сколько градусов теоретически понижается температура в горах на каждые 150 метров подъёма при нормальной влажности?
- 22.15. Выберите признак улучшения погоды в горах.
- 22.16. Выберите признак ухудшения погоды в горах.
- 22.17. Что такое ветро-холодовой индекс?

23. Ориентирование на местности.

- 23.1. Выберите определение азимута.
- 23.2. Для чего применяется «метод обратных засечек» при ориентировании?
- 23.3. Что такое магнитное склонение?
- 23.4. Почему важно учитывать магнитное склонение при движении по азимуту?
- 23.5. Что такое бергштрих на топографической карте?
- 23.6. Вы взяли азимут от бивака на объект 130 градусов. По какому азимуту вы сможете вернуться от объекта к биваку?
- 23.7. О чем говорит увеличение частоты горизонталей на топографической карте?
- 23.8. В чем недостатки применения GPS при ориентировании в горной местности?
- 23.9. В чем недостатки применения в высокогорье смартфона с приложениями для ориентирования?
- 23.10. Как правильнее выбрать направление движения, если заблудился, чтобы с большей вероятностью выйти к жилью?

- 23.11. Что означает эта отметка на топографической карте?



24. Организация бивуака и быта.

- 24.1. В чём основная опасность организации ночёвки на берегу горной реки?
- 24.2. Какое снаряжение может больше помочь группе в случае незапланированной ночёвки в горах?
- 24.3. Выберите лучший вариант организации бивуака на снежном плато, если у вас нет палатки.
- 24.4. Зачем палатки делают двухслойными?
- 24.5. Как негативно отразится на организации быта вашей группы наличие пастбище рядом со стоянкой?

24.6. Какой водой лучше пользоваться, чтобы почистить зубы в горах?

25. Организация питания.

25.1. Как бы Вы распределили (в процентном отношении) количество потребляемых калорий на завтрак, перекус и ужин?

25.2. Какие особенности туристов необходимо учитывать при составлении раскладки?

25.3. Часто в высокогорье пропадает аппетит, с чем это связано?

25.4. Что такое питьевой режим?

25.5. Почему не рекомендуется утолять жажду ледниковой водой?

25.6. Какую основную функцию несут белки в рационе человека?

25.7. Какую основную функцию несут жиры в рационе человека?

25.8. Какую основную функцию выполняют углеводы в рационе человека?

25.9. Какие продукты вы выберете для включения в перекус (карманное питание)?

25.10. Выберите продукты питания богатые белками.

25.11. Выберите продукты питания богатые жирами.

25.12. Выберите продукты питания богатые углеводами.

Утверждено

28.02.2026 г.

Председатель:



Астахов С.Е.

Ответственный
Секретарь:



Тютерева О.И.