

Zaliczono wykonanie próby:

Dnia,..... podpis.....

Sprawność przyznano rozkazem:.....

Dnia,..... podpis.....

OBÓZ ZIMOWY

Winter Camping



Sprawność zdobywana przez:

.....

Opracowanie: KZS, 2018 r.

Zaliczono wykonanie próby:

Dnia,..... podpis.....

Sprawność przyznano rozkazem:.....

Dnia,..... podpis.....

OBÓZ ZIMOWY

Winter Camping



Sprawność zdobywana przez:

.....

Opracowanie: KZS, 2018 r.

Wymagania próby na sprawność

1. Zdobyl sprawność: Obozowicz.

Zaliczono: data, podpis

2. Sporządził listę kompletnego wyposażenia i sprzętu obozowego niezbędnego podczas obozowania w warunkach zimowych, takich jak występowanie: temperatur poniżej 0°C (aż do -18°C), zamieci, śnieżycy.

Zaliczono: data, podpis

3. Omówił zasady utrzymywania ciepłoty i suchości ciała poprzez odpowiedni dobór i zastosowanie ubrań oraz śpiwora, we wszystkich temperaturach aż do silnych mrozów (-18°C) w trakcie podróżowania, odpoczywania i snu.

Zaliczono: data, podpis

4. Sporządził listę cech dobrego miejsca na obóz zimowy, a następnie omówił każdą z nich.

Zaliczono: data, podpis

5. Opisał lub, jeżeli to możliwe, zademonstrował przygotowanie podłoża pod namiot w śniegu. Rozbił namiot w warunkach zimowych.

Zaliczono: data, podpis

6. Przygotował zbilansowane trzydniowe menu, które później zastosował w czasie zimowego biwakowania.

Zaliczono: data, podpis

7. Dowiedział się jak pozyskiwać wodę ze śniegu.

Zaliczono: data, podpis

8. Wymienił pięć zasad bezpiecznego obozowania zimą.

Zaliczono: data, podpis

9. Wymienił jakie kroki powinna podjąć, osoba w sytuacji bez odpowiedniego wyposażenia i sprzętu w zimowych warunkach.

Zaliczono: data, podpis

10. Omówił oraz zaprezentował umiejętności zapobiegania, rozpoznawania i udzielania pierwszej pomocy w przypadku: łagodnych odmrożeń (1. stopnia), hipotermii, lekkiej ślepoty śnieżnej i odwodnienia.

Zaliczono: data, podpis

11. Spędził łącznie sześć dób (dzień i noc), obozując w zimowych warunkach, przy czym:

- każdej nocy temperatura powietrza nie powinna przekraczać 10°C,
- podczas co najmniej dwóch nocy, temperatura powietrza powinna nie przekraczać 0°C,
- każda noc powinna być spędzona w namiocie, pod tarpem, w tymczasowym schronieniu (igloo, szałas, itp.) lub na wolnym powietrzu.

Zaliczono: data, podpis

Wymagania próby na sprawność

1. Zdobyl sprawność: Obozowicz.

Zaliczono: data, podpis

2. Sporządził listę kompletnego wyposażenia i sprzętu obozowego niezbędnego podczas obozowania w warunkach zimowych, takich jak występowanie: temperatur poniżej 0°C (aż do -18°C), zamieci, śnieżycy.

Zaliczono: data, podpis

3. Omówił zasady utrzymywania ciepłoty i suchości ciała poprzez odpowiedni dobór i zastosowanie ubrań oraz śpiwora, we wszystkich temperaturach aż do silnych mrozów (-18°C) w trakcie podróżowania, odpoczywania i snu.

Zaliczono: data, podpis

4. Sporządził listę cech dobrego miejsca na obóz zimowy, a następnie omówił każdą z nich.

Zaliczono: data, podpis

5. Opisał lub, jeżeli to możliwe, zademonstrował przygotowanie podłoża pod namiot w śniegu. Rozbił namiot w warunkach zimowych.

Zaliczono: data, podpis

6. Przygotował zbilansowane trzydniowe menu, które później zastosował w czasie zimowego biwakowania.

Zaliczono: data, podpis

7. Dowiedział się jak pozyskiwać wodę ze śniegu.

Zaliczono: data, podpis

8. Wymienił pięć zasad bezpiecznego obozowania zimą.

Zaliczono: data, podpis

9. Wymienił jakie kroki powinna podjąć, osoba w sytuacji bez odpowiedniego wyposażenia i sprzętu w zimowych warunkach.

Zaliczono: data, podpis

10. Omówił oraz zaprezentował umiejętności zapobiegania, rozpoznawania i udzielania pierwszej pomocy w przypadku: łagodnych odmrożeń (1. stopnia), hipotermii, lekkiej ślepoty śnieżnej i odwodnienia.

Zaliczono: data, podpis

11. Spędził łącznie sześć dób (dzień i noc), obozując w zimowych warunkach, przy czym:

- każdej nocy temperatura powietrza nie powinna przekraczać 10°C,
- podczas co najmniej dwóch nocy, temperatura powietrza powinna nie przekraczać 0°C,
- każda noc powinna być spędzona w namiocie, pod tarpem, w tymczasowym schronieniu (igloo, szałas, itp.) lub na wolnym powietrzu.

Zaliczono: data, podpis