



## Zimsko logorovanje

1. Trebaš imati položen ispit iz vještine u kampiranju.
2. Načini cjeloviti popis opreme za kampiranje potrebne u zimskim uvjetima, kad su temperature ispod nule ( $-18^{\circ}\text{C}$ , oluje i snijeg).
3. Objasni principe održavanja tjelesne topline i suhoće pravilnom upotrebom odjeće i opreme za spavanje u svim temperaturama ispod nule za vrijeme putovanja, odmora i spavanja.
4. Navedi i objasni karakteristike izbora logora zimi.
5. Opiši, ili pokaži ako je moguće, pripremu mjesta za šator u snijegu i podigni šator u zimskim uvjetima.
6. Pripremi uravnoteženi trodnevni jelovnik kojeg možeš upotrijebiti u kampiranju zimi.
7. Kako napraviti vodu iz snijega.
8. Kako glasi pet sigurnosnih pravila za kampiranje zimi?
9. Objasni pravilne postupke za slučaj da se nađeš u situaciji bez zimske opreme.
10. Pokaži znanje i sposobnost da spriječiš, prepoznaš i pobrineš se za manje smrztine, pothlađivanje (hipotermiju), slabu snježnu sljepoću i dehidraciju.
11. Provedi ukupno šest dana i noći kampirajući u hladnom vremenu.
  - a. Svake noći temperatura treba biti oko  $5^{\circ}\text{C}$ .
  - b. Dvije noći temperatura se treba spustiti ispod ništice.
  - c. Svaku noć trebaš provesti u šatoru, pod vodonepropusnim platnom ili na otvorenom.

Vještina – 2. razina

Originalna vještina 1970.