

TEST – REGIJSKO TEKMOVANJE MLADINA IN GORE

18. november 2023

IME EKIPE: _____

OSNOVNA ŠOLA: _____

PLANINSKO DRUŠTVO: _____

ČLANI EKIPE:

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

MENTOR/-ICA

EKIPE: _____

NAVODILA ZA PISANJE TESTA:

Na zgornje črte lepo in čitljivo napišite IME EKIPE, OSNOVNE ŠOLE in PLANINSKEGA DRUŠTVA ter VAŠA IMENA IN PRIIMKE in ime in priimek vašega MENTORJA. Nato se skupaj lotite reševanja testa.

Vsi skupaj pozorno preberite vprašanja in **obkrožite črko** pred pravilnim odgovorom.

Čas pisanja je **45 minut**.

REZULTATI:

	ŠTEVILO	TOČKE	SKUPAJ TOČK
ŠTEVILO PRAVILNIH ODGOVOROV ZA 5 TOČK		X 5	
ŠTEVILO PRAVILNIH ODGOVOROV ZA 3 TOČKE		X 3	
ŠTEVILO PRAVILNIH ODGOVOROV ZA 2 TOČKI		X 2	
ŠTEVILO PRAVILNIH ODGOVOROV ZA 1 TOČKO		X 1	
ŠTEVILO PRAVILNIH ODGOVOROV ZA 0,5 TOČKE		X 0,5	
ŠTEVILO NEODGOVORJENIH VPRAŠANJ IN NAPAČNIH ODGOVOROV		X 0	
SKUPAJ	43 odgovorov		

POPRAVLJAL: _____

EKIPA JE DOSEGLA _____ TOČK, KAR JE _____ MESTO.

34. regijsko tekmovanje Mladina in gore

1. Športno plezanje je bilo leta 2020 prvič del olimpijskih iger.

Kateri gorski šport pa bo premiero doživel na zimskih olimpijskih igrah leta 2026?

- a) Dvoransko športno plezanje
- b) Gorski tek
- c) Ledno plezanje
- d) Turno smučanje

Točke 0 3

2. Planinska društva so pomembni inkubatorji idej ter učinkoviti prenašalci novih rešitev v prakso. Znotraj njega delujejo planinske skupine in odseki, s katerimi vzdržujejo planinsko omrežje.

Katera trditev o planinskih društvih je pravilna?

- a) Planinsko društvo mora za svojo registracijo imeti v lasti planinsko kočo, ki jo upravlja.
- b) Strokovni kadri v planinskem društvu (vodniki, markacisti, mentorji ...) prejemajo mesečno plačo in skrbijo za nemoteno vzdrževanje in delovanje planinskega omrežja.
- c) Planinsko društvo deluje na krajevni ali občinski ravni.
- d) Planinsko društvo lahko vodi samo ravnatelj šole ali župan občine.

Točke 0 2

3. Da so gorski reševalci res veliki humanitarci, dokazuje poleg nudenja pomoči ponesrečenim tudi ustanovitev Ustanove Sklad Okrešelj. Na njihovo pobudo se jo je ustanovilo skupaj s še nekaterimi podporniki.

Komu je namenjena Ustanova Sklad Okrešelj?

- a) Prenovi planinske kočice na Okrešlju, ki je pogorela leta 2019.
- b) Perspektivnim mladim gorskim reševalcem.
- c) Družinam ponesrečenih gorskih reševalcev iz leta 1997, ko se je na Okrešlju smrtno ponesrečilo pet gorskih reševalcev.
- d) Prizadetim v poplavih 2023.

Točke 0 2

4. Slovenski alpinisti v Himalaji ne puščajo pomembnega pečata samo z osvajanjem vrhov, temveč tudi z izobraževanjem tamkajšnjih lokalnih vodnikov. Od leta 1979 do 2013 je namreč delovala Slovenska šola za gorske vodnike, več o tem projektu pa lahko preberemo v knjigi Z znanjem do zvezd, ki je lani izšla pri PZS.

V katerem kraju se je nahajala omenjena šola?

- a) Lhasa (Tibet)
- b) Manang (Nepal)
- c) Zermatt (Švica)
- d) Kranjska Gora (Slovenija)

Točke 0 3

34. regijsko tekmovanje Mladina in gore

5. Planinska zveza Slovenije je prek planinskih društev prisotna praktično v celotni Sloveniji. Določene njene aktivnosti pa so vezane na specifične lokacije.

Poveži lokacijo z aktivnostjo Planinske zveze Slovenije.

- | | |
|--------------|--|
| 1. Bavšica | A. planinski muzej |
| 2. Koper | B. planinsko učno središče |
| 3. Mojstrana | C. sedež PZS |
| 4. Ljubljana | D. tekma svetovnega pokala v športnem plezanju |

Točke **0** **4 x 0.5**

6. Igre na planinskih izletih in taborih je treba izbirati preudarno in jih prilagajati trenutnim razmeram v skupini.

Katera vrsta iger je najprimernejša, ko udeleženci planinskega tabora prispejo na taborni prostor in se med sabo še ne poznajo?

- Pantomima, saj udeležencem ni treba govoriti, temveč se izražajo z gibi.
- Planinski kviz, da lahko udeležence razvrstimo glede na znanje.
- Spoznavne igre, s katerimi lahko prebijemo začetno nelagodje v skupini.
- Štafetne igre, s katerimi lahko hitro ustvarimo tekmovalni duh in tako povežemo člane skupine.

Točke **0** **2**

7. Tako ogljikovi hidrati kot tudi maščobne kisline potrebujejo za pravilno sproščanje navzočnost nekaterih mikrohranil. Njihova poglobljena naloga je pospeševanje pretvorbe ogljikovih hidratov v glukozo, presnavljanje beljakovin in maščob ter zagotavljanje normalnega delovanja živčevja in črevesja.

Katera skupina mikrohranil oz. vitaminov je opisana zgoraj?

- Omega 3
- B-vitami
- D-vitamin
- Škrob

Točke **0** **3**

8. Med pokrajinskimi lastnostmi, ki so najbolj značilne za gorski svet, so veliki nakloni (strmine). Različne stopnje naklona vplivajo na procese spreminjanja površja in njegov pomen za prebivalce gora in planinstvo.

Katera lastnost NE velja za naklone med 32 in 54,9 stopinjami?

- Prevladuje zmerno površinsko (ploskovno) odnašanje prsti.
- Velik delež gozda, redki pašniki so ogroženi zaradi erozije.
- Pogosti so padajoče kamenje, skalni podori in snežni plazovi.
- Hoja in plezanje potekata pretežno po skalnem površju.

Točke **0** **2**

34. regijsko tekmovanje Mladina in gore

9. Eno izmed gorskih reševanj letos je bila tudi pomoč mladeniču, ki ga je na Okrešlju ugriznil gad. Kačo je prijel, ne vedoč, da gre za strupenjačo. Če bi ravnal skladno s planinskimi vrednotami, ki naj bi jih posedoval vsak planinec, bi ravnal drugače.

Kako se planinci vedemo do živali v naravi?

- a) Približati bi se ji morali počasi, jo zgrabiti takoj za glavo. S tem bi preprečili ugriz in si jo lahko ogledali od blizu. Izkoristili bi lahko priložnost tudi za odlično fotografijo in za pridobivanje všečkov na družabnih omrežjih.
- b) Prijeti jo je treba za glavo in jo odnesti stran od poti, da ne bi ogrožala drugih mimoidočih.
- c) Kači bi se umaknili in se ji sploh ne približevali ter je po nepotrebem vznemirjali.
- d) Kačo je nujno treba fotografirati in poklicati Kačofon, da jo odnesejo iz narave.

Točke **0** **2**

10. Lahko se zgodi, da bo na planinskem izletu strupena kača ugriznila nas ali koga iz naše družbe. Prva pomoč, ki jo nudimo ponesrečencu, je zelo pomembna, saj lahko strup izredno hitro poslabša zdravstveno stanje poškodovanca in onemogoči njegovo nadaljevanje poti.

Izmed štirih obkrožite dva (2) najpomembnejša koraka prve pomoči, ki jih nudimo ponesrečencu.

- a) Ponesrečenca pomirimo in mu zapovemo mirovanje.
- b) Mesto ugriza močno stisnemo, da iztisnemo strup, in ga ohladimo z alkoholnim obkladkom, da zaustavimo otekanje.
- c) Odstranimo vse predmete, kot so ure ali zapestnice, in zrahljamo tesne rokave oz. hlače.
- d) Dokler se strup še ni razširil po telesu, s ponesrečencem stečemo do najbližje kočje ali doline po pomoč, da zagotovimo čim hitrejši prevoz ponesrečenca v bolnišnico.

Točke **0** **2 x 1**

11. Slovenija je v florističnem pogledu zelo bogata, saj leži na stiku več naravnogeografskih enot. Rastlinske ali živalske vrste, ki so razširjene samo na določenih območjih, pa imenujemo endemiti. Rastlina, ki je prikazana na fotografiji, spada med endemite.



Kako se imenuje rastlina na fotografiji?

- a) Clusijev svišč
- b) Kranjski jeglič
- c) Triglavsko roža
- d) Zoisova zvončica

Točke **0** **3**

34. regijsko tekmovanje Mladina in gore

12. Alpski svet v Sloveniji členimo na alpska visokogorja, alpska hribovja in alpske ravnine.

Ustrezno poveži!

- | | |
|-----------------------|-------------------------|
| 1. Alpska ravnina | A. Kaninski podi |
| 2. Alpsko visokogorje | B. Bohinj |
| 3. Alpsko hribovje | C. Paški Kozjak |
| | D. Škofjeloško hribovje |
| | E. Triglav |
| | F. Savska ravan |

Točke **0** **6 x 0.5**

13. Na fotografiji je pripomoček, s katerim lahko rešujemo življenja. Zaradi vedno večje razširjenosti naprave in osveščanja lahko prvo pomoč ponesrečencem uspešno nudijo tudi laiki.



Kaj prikazuje fotografija?

- a) Plazovno žolno
- b) Digitalni kompas
- c) Defibrilator
- d) UT 2000

Točke **0** **3**

14. Med največje nevarnosti obiskovanja gora štejemo snežne plazove. Snežna odeja se lahko spreminja na kratke razdalje, zato moramo biti še posebej previdni. To velja tudi za prečenje plazovitega območja, kjer na podlagi poznavanja ali zemljevida lavinske ogroženosti lahko pričakujemo plazove.

Kako na najbolj varen način prečimo takšno območje, če hodimo v skupini?

- a) Območje prečimo navezani na skupno vrv. V primeru, da nas odnese plaz, bomo tako ostali na vrhu plazovine.
- b) Območje prečimo posamično s povečano varnostno razdaljo. Drugi udeleženci skrbno opazujejo napredujočega.
- c) Območje prečimo v tesni skupini in čim hitreje, saj tako zmanjšamo verjetnost, da nas bo odnesel plaz.
- d) Območje prečimo na varnostni razdalji dva metra, saj uporabljamo palice. Ves čas opazujemo razmere okoli nas.

Točke **0** **5**

34. regijsko tekmovanje Mladina in gore

15. Lena in Aja sta se s Planine Dol povzpeli na Konja. Pot želita nadaljevati proti Presedljaju (glej priložen zemljevid).

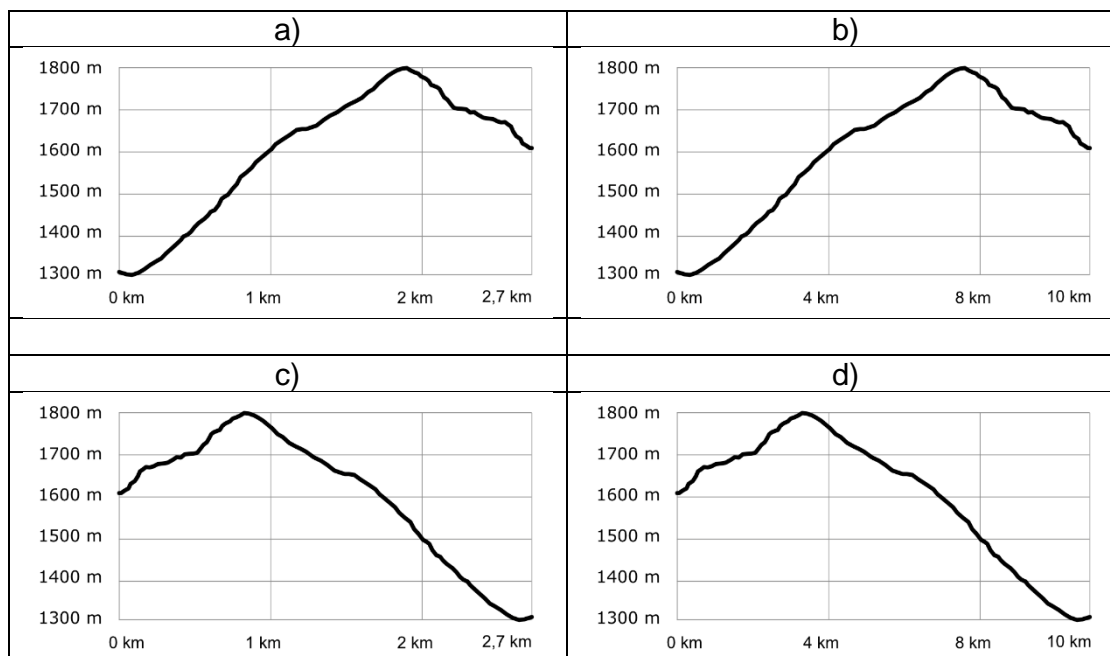
Kakšne zahtevnosti je pot med Konjem in Presedljajem?

- a) V celoti je lahka pot, na kateri si ni treba pomagati z rokami.
- b) To je zahtevna pot, kjer si na nekaterih mestih pomagamo z rokami zaradi varnosti.
- c) To je zelo zahtevna pot, na kateri je pri hoji nujno potrebna uporaba rok.
- d) Pot je zaprta, na kar opozarjajo križci na zemljevidu.

Točke 0 3

16. Napravili sta si tudi profil poti, ki je zelo dobro orodje za načrtovanje planinskih izletov.

Izberi pravi profil poti za planinsko pot med Planino Dol, Konjem in Presedljajem (pomagaj si z zemljevidom).



Točke 0 3

17. Po spustu proti Dolini Kamniške Bele ju ujame nevihta.

Kateri kos oblačila bosta uporabili, da ju bo najbolje zaščitil pred vetrom in dežjem?

- a) Dolgo majico, izdelano iz merino volne.
- b) Majico, izdelano iz bombaža.
- c) Jakno, izdelano iz goreteksa.
- d) Jopo, izdelano iz flisa.

Točke 0 3

34. regijsko tekmovanje Mladina in gore

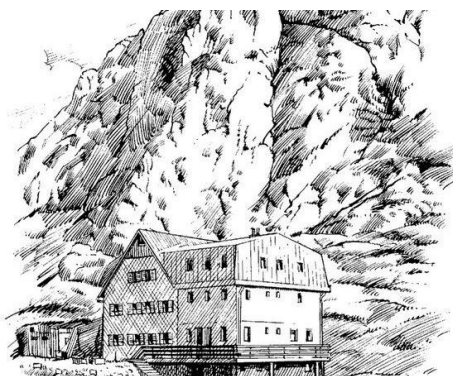
18. Kakšna vegetacija ju spremlja na poti med vrhom Konja in Presedljajem?

Obkroži pravilen odgovor!

- a) Pot leži v nivalnem pasu, za katerega je značilen smrekov gozd. Ves čas bosta hodili v prijetni senci.
- b) Hodita v subnivalnem pasu, spremljata pa lahko le golo skalo z izjemno redko rastlinsko odejo, kjer le tu in tam iz skal pogleda nizko blazinasto rastlinstvo.
- c) Tura poteka v spodnjegorskem pasu, prevladovali bodo bukovi gozdovi. Vrh Konja bo nerazgleden, saj je pod gozdno mejo.
- d) Hodita v visokogorskem in subalpinskem pasu, obdaja ju predvsem ruševje, iz skalnih razpok pa vidita tudi kakšno rastlino.

Točke 0 3

19. Na spodnji risbi je upodobljena priljubljena planinska koča v Alpah. Obiščemo jo lahko, ko se podamo na najvišji vrh Kamniško-Savinjskih Alp. Za kočo je upodobljena Kalška gora.



Katera koča je narisana na na levi risbi?

- a) Valvasorjev dom pod Stolom
- b) Prešernova koča na Stolu
- c) Cojzova koča na Kokrskem sedlu
- d) Kamniška koča na Kamniškem sedlu

Točke 0 3

20. Med poletnimi počitnicami na planinskem izletu po slovenskem visokogorju Matevž opazi 4–5 m visok drog, ki je opremljen s smernimi puščicami in je rdeče obarvan. Vodnico Vlasto vpraša, čemu služi tako visoko nameščena tabla. Vlasta mu odgovori.

Obkroži pravilni odgovor.

- a) Za visokogorje je značilen močan veter. Močnejši je pri tleh, zato smerne table nameščajo na visoke drogove, da so tam dlje obstojni.
- b) Ključ je v rdeči barvi, ki jo planinec hitreje zazna ob potencialni sončni slepoti, ki si ji v visokogorju bolj izpostavljen.
- c) Gre za zimske markacije. Drogovi so višji, da se smeri vidi tudi pozimi, ko je snežna odeja visoka. Postavijo jih, ker sneg pokrije običajne markacije.
- d) Najbrž so markacisti opremljali pot s predolgim drogom, pa niso imeli opreme, da bi ga skrajšali.

Točke 0 3

34. regijsko tekmovanje Mladina in gore

21. Nevarnost v gorah je splet dejavnikov, ki sprožijo naravne sile in njihove pojave, ki lahko privedejo do nesreče. Nevarnost je tudi vsako kritično stanje, ki ga povzročijo naravne sile, ljudje ali živali in nam preprečuje načrtovan potek izleta.

En tak dejavnik je tudi vejavica. Kaj je to?

- a) Sneg oz. vetrni transport snega s površine snežne odeje.
- b) Vrsta zdrsa po nalomljenih vejah, na katere je padlo jesensko listje in jih skrilo.
- c) Vrsta ozeblina, kjer prsti pomrznejo in se razmaknejo, da smo videti kot razvejano drevo.
- d) Izraz za doma pozabljeno plazovno žolno. »Žolna je ostala na veji.«

Točke 0 3

22. Poznavanje vremena je med pomembnejšimi dejavniki, ki pripomorejo k varnejšemu obiskovanju gora. Pri tem je nujno upoštevanje nekaterih značilnosti vremena v gorskem svetu.

Obkroži, katere izmed spodnjih trditev so pravilne in katere ne.

Vreme v gorah se spreminja hitreje kot v dolini.	DRŽI	NE DRŽI
Vremenski pojavi so v gorah manj izraziti.	DRŽI	NE DRŽI
Če se spodnji rob oblakov (oblačne kape) dviga, to nakazuje na izboljšanje vremena.	DRŽI	NE DRŽI

Točke 0 3 x 1

23. Samovarovalni komplet je obvezen del samovarovalnega sestava, ki ob morebitnem padcu omogoča varnejše dinamično zaustavljanje.

Kateri so še preostali OBVEZNI deli samovarovalnega sestava?

- a) Plezalni pas.
- b) Plezalni pas in plezalna čelada.
- c) Plezalni pas, plezalna čelada in popkovina.
- d) Plezalni pas, plezalna čelada, popkovina in rokavice.

Točke 0 3

24. Kljub uporabi sodobnih navigacijskih pripomočkov (GNSS-naprave, telefoni, ure) sta kompas in zemljevid še vedno nepogrešljiva pripomočka za orientiranje na neznanem terenu.

Obkroži trditev, ki NE velja za kompase.

- a) Kompas za svoje delovanje ne potrebuje energije.
- b) Magnetna igla kaže proti geografskemu severu.
- c) Magnetna igla se postavi vzporedno z magnetnimi silnicami.
- d) Na nekaterih kompasih je kotna razdelitev v gradih ali tisočinah.

Točke 0 3

34. regijsko tekmovanje Mladina in gore

25. Kako nepogrešljiva je Gorska reševalna služba, so pokazale tudi letošnje poplave, ko so njeni člani nesebično pomagali številnim ujetim in prizadetim družinam. Seveda pa pomagajo tudi vsem pomoči potrebnim obiskovalcem gora.

Obkroži, ali trditev drži ali ne drži.

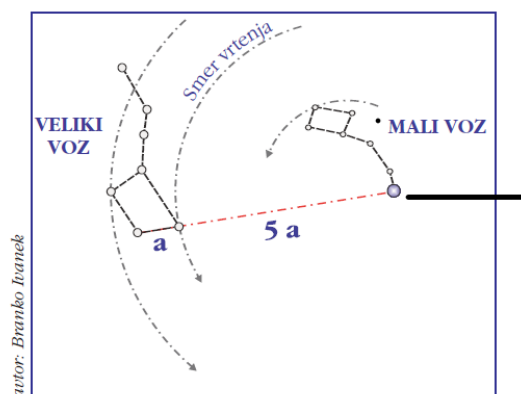
- | | | |
|--|------|---------|
| 1. Število reševalnih akcij v zadnjih letih narašča. | DRŽI | NE DRŽI |
| 2. Mednarodna komisija za reševanje v gorah se imenuje ReCo. | DRŽI | NE DRŽI |
| 3. Vsak gorski reševalec je prostovoljec. | DRŽI | NE DRŽI |

Točke 0 3 x 1

26. V jasnih nočeh se lahko orientiramo tudi z opazovanjem naravnih teles. Najzanesljivejša je orientacija s pomočjo izjemno svetlega nebesnega telesa, ki je del Malega voza.

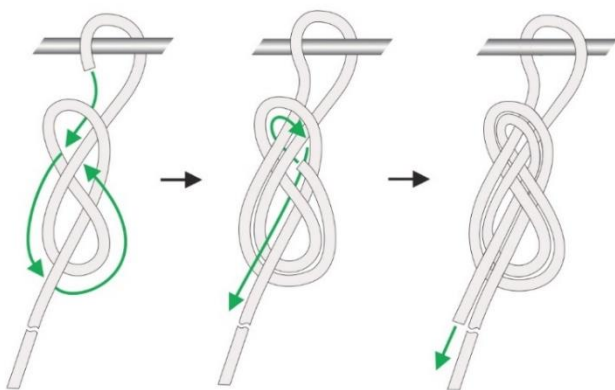
Do katerega nebesnega telesa nas pripelje petkratna razdalja med zadnjimi kolesi Velikega voza?

- a) Edinega Zemljinega satelita
- b) Lune
- c) Severnice
- d) Mednarodne vesoljske postaje



Točke 0 3

27. Med samovarovanjem in varovanjem gibanjem uporabljamo vrvi in trakove za različne namene, zato je nujno poznavanje izdelave in uporabe vozlov.



Kateri vozel je na sliki in kakšen je njegov namen uporabe?

- a) Osmica – za navezovanje vrvi na plezalni pas
- b) Osmica – za samovarovanje na debelejši vrvi
- c) Prusikov vozel – za navezovanje vrvi na plezalni pas
- d) Prusikov vozel – za samovarovanje na debelejši vrvi

Točke 0 5

34. regijsko tekmovanje Mladina in gore

28. Veliko več gorskih nesreč je posledica subjektivnih in ne objektivnih nevarnosti.

Katera izmed naštetih nevarnosti je objektivna?

- a) Nepoznavanje terena
- b) Močna sončna svetloba
- c) Zdrs
- d) Neprimerna priprava na turo

Točke 0 3

29. Poleti se zrak pri tleh močno segreje, zaradi česar lahko nastanejo velike temperaturne razlike v ozračju, ki je zato nestabilno. Posledica tega so lahko tudi nevihte.

Kateri vremenski pojavi so značilni za nevihto?

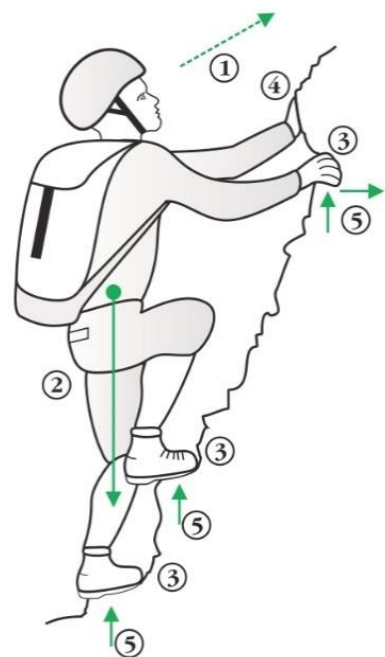
- a) Bliskanje in grmenje
- b) Halo
- c) Naraščanje zračnega pritiska
- d) Ivje

Točke 0 3

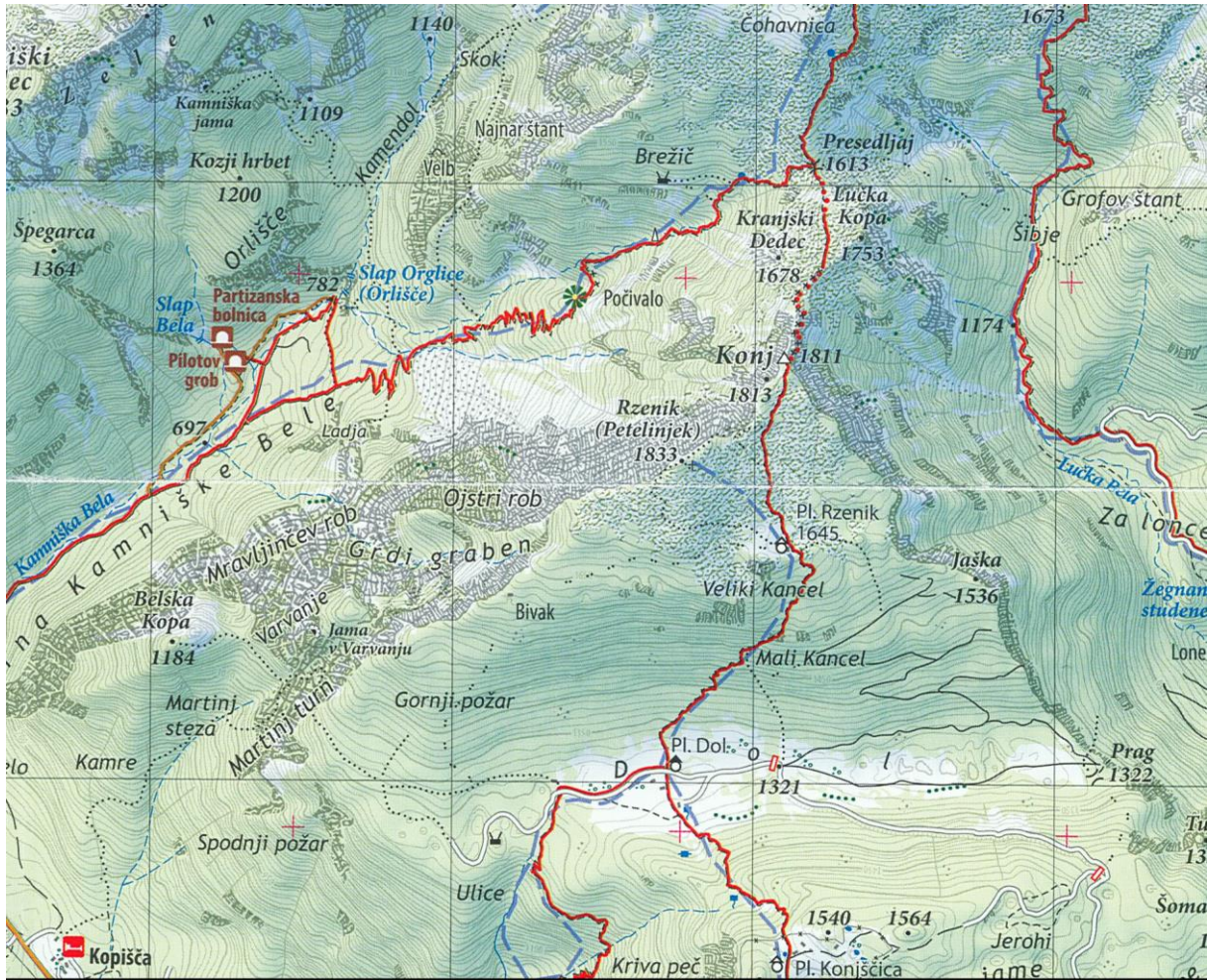
30. Med gibanjem po zelo zahtevnih poteh moramo pogosto tudi plezati. Pri tem načinu gibanja si velja dobro zapomniti in dosledno izvajati pet osnovnih pravil.

S pomočjo skice izberi pravilo, ki NE DRŽI.

- a) Pravilo "plezanja" z očmi
- b) Pravilo dobre obutve
- c) Pravilo pravilne telesne drže
- d) Pravilo treh opornih točk

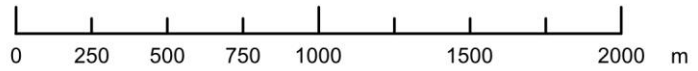


Točke 0 5



Zemljevid: Kamnik in okolica
(Planinska zveza Slovenije, 2021).

Merilo: 1 : 25.000



Št.	Rešitev	Točke	PŠ 2011/ 2016/ 2021	www	TEMA
1	D	3		https://www.pzs.si/novice.php?pid=15621	Splošno
2	C	2	PŠ 2011/ str. 34		Planinska organizacija
3	C	2	PŠ 2011/ str. 115		GRS
4	B	3	PŠ 2011/ str. 28		Zgodovina planinstva
5	1B, 2D, 3A, 4C	4 x 0,5	PŠ 2011/ 37, 38; PŠ 2016/ 37, 40		Planinska organizacija
6	C	2	PŠ 2011/ 71-78; PŠ 2016/ 73-80		Družabnost
7	B	3	2011/ str. 60-63		Prehrana v gorah
8	A	2	PŠ 2011/ 134; PŠ 2016/ 138		Gorska pokrajina
9	C	3	PŠ 2011/ 43		Planinske vrednote
10	A, C	2 x 1	PŠ 2011/ 110		Prva pomoč
11	D	3	PŠ 2011/ 154; PŠ 2016/ 160		Poznavanje in varstvo gorske narave
12	1B, 1F, 2A, 2E, 3C, 3D	6 x 0.5	PŠ 2011/ 148		Gorska pokrajina
13	C	3	PŠ 2011/ 85		Prva pomoč
14	B	5	PŠ 2011/ 258-259; PŠ 2016/ 270-271		Nevarnosti v gorah
15	C	3	PŠ 2011/ 171-172; PŠ 2016/ 177-178		Planinske poti
16	A	3	PŠ 2011/ 206-208; PŠ 2016/ 214-216		Orientacija
17	C	3	PŠ 2011/ 270-275; PŠ 2016/ 282-287		Osebnostna in tehnična oprema
18	D	3	PŠ 2011/ 155- 158		Poznavanje in varstvo gorske narave
19	C	3	/	https://www.pzs.si/koce.php?pid=84	Splošno
20	C	3	PŠ 2011/ 174		Planinske poti
21	A	3	PŠ 2011/ 252		Nevarnosti v gorah
22	DRŽI, NE DRŽI, DRŽI	3 x 1	PŠ 2011: 234; PŠ 2016: 242		Vremenslojve
23	B	3	PŠ 2011/ 279; PŠ 2016/ 291		Osebnostna in tehnična oprema
24	B	2	PŠ 2011: 197-198; PŠ 2016: 205-206		Orientacija
25	DRŽI, NE DRŽI DRŽI	3 x 1	PŠ 2011/ 120		GRS
26	C	3	PŠ 2011/ 183		Orientacija
27	A	5	PŠ 2011: 314; PŠ 2016: 326-327		Gibanje v gorah
28	B	3	PŠ 2016/ 242		Nevarnosti v gorah
29	A	3	PŠ 2011/ 232; PŠ 2016/ 240		Vremenslojve
30	B	5	PŠ 2011: 296; PŠ 2016: 308		Gibanje v gorah
	TOTAL	89			