



نمونه سؤالات:

استقرار و بقا در طبیعت در

شرایط دشوار

کد استاندارد: ۵۱۱۳۲۰۵۵۰۰۸۰۰۳۱

معاونت پژوهش، برنامه ریزی و سنجش مهارت
دفتر سنجش مهارت و صلاحیت حرفه ای

۱- کدام عمل برای زمانی که آب به مقدار کافی در اختیار ندارید صحیح است؟

الف - آب را جیره بندی کنیم

ب - آب را کم کم استفاده کنیم

ج - هر جایی که آب دیدیم از آن استفاده کنیم

د - هر وقت کاملاً تشنه شدیم آب بنوشیم

۲- مجموع وزنی که یک فرد در تورهای طبیعت گردی مجاز به حمل آن می باشد چقدر است؟

الف - یک پنجم وزن خودش

ب - یک چهارم وزن خودش

ج - یک سوم وزن خودش

د - وزن تأثیری ندارد

۳- خاصیت تنفسی بودن در کدام یک از چادر ها تعبیه شده است ؟

الف - کوهنوردی

ب - تک پوش

ج - کمپینگ

د - دوپوش

۴- هنگام چیدمان کوله پشتی وسایل نیمه سنگین در کدام قسمت کوله پشتی جا می گیرد؟

الف - نزدیک به کمر

ب - زیر کوله

ج - قسمت بالای کوله

د - درب بالای کوله

۵- در مورد کفش کوهنوردی کدام مورد صحیح نیست ؟

الف - استفاده از جوراب ضخیم

ب - استفاده از جوراب نازک برای راحتی بیشتر

ج - انتخاب کفش یک سایز بزرگ تر از پا

د - انتخاب کفش مناسب با پا

۶- بهترین مارک کوله پشتی ؟

الف - CAT -

ب - Osprey -

ج - Deuter -

د - UHLSPORT -

۷- کدام جنس از پارچه های نامبرده ضد آب نیست ؟

الف - گورتکس

ب - تینسولیت

ج - پروپلین

د -سیمپاتکس

۸- کدام یک در مورد لایه زیر کفش های کوهنوردی صحیح نمی باشد؟

الف -بهترین مدل آن ایتالیایی است

ب -ضربه گیر است.

ج -بهترین مدل آن امریکایی است.

د -ارتجاعی است

۹-پیام SOS به معنی کدام کلمه است؟

الف-Save our save

ب-Soul our save

ج-Soul our soul

د-Save our soul

۱۰-بهترین پیام تصویری چیست؟

الف -آتش

ب -آب

ج -خاک

د -باد

۱۱-انتخاب محل عبور رودخانه باید به چه صورت باشد؟

الف -نقطه عبور و جریان پایین دست مسیر رودخانه باشد

ب -نقطه عبور و جریان پایین دست مسیر رودخانه نباشد

ج -جریان بالا باشد

د -جریان بالا نباشد

۱۲-کدام مورد در اقدامات عبور از رودخانه صحیح نمی باشد؟

الف -باید پوشاک مناسب و لازم پوشیده شود

ب -تسمه کوله پشتی شل باشد

ج -سگک تسمه پایین و کوله باز باشد

د -کفش ها را در بیاوریم

۱۳-SOS به چه معناست؟

الف -کمک

ب -فرار

ج -حریق

د -آتش

۱۴-برای حرکت شکل گوه از رودخانه حداقل اعضا باید چند نفر باشند؟

الف -۳ نفر

ب -۵ نفر

ج -۷ نفر



د - ۹ نفر

۱۵- کدام روش برای عبور از رودخانه کاربرد کمتری دارد؟

الف - زیگزاک

ب - طناب

ج - گوه ای

د - سه گوشه

۱۶- در حرکت گروهی نفر آخر چه کسی است؟

الف - بلند قد ترین فرد گروه

ب - چابک ترین

ج - ضعیف ترین

د - قوی ترین

۱۷- انتقال وزن بار کوله بر روی بدن باید به چه نحوی باشد؟

الف - ۷۰ درصد وزن روی کتف و شانه

ب - درصد روی کمر و شانه

ج - ۸۰ درصد روی کمر و لگن

د - ۸۰ درصد شانه های کوهنورد

۱۸- برای تنظیم بار در کوله کدام گزینه صحیح است؟

الف - وسایل سنگین در سر کوله

ب - وسایل سنگین در پایین کوله

ج - وسایل سبک سر کوله

د - وسایل سبک پایین کوله

۱۹- حرکت گروهی در کوهستان در صورتی که امنیت کامل وجود داشته باشد، باید به چه صورت انجام شود؟

الف - هر دو نفر کنار هم

ب - تقسیم به گروه های ۳ تایی و ۴ تایی

ج - هر فرد ضعیف کنار یک فرد قوی

د - به شکل ستونی و پشت هم

۲۰- سرعت ماهواره به طور متوسط چقدر است؟

الف - ۱۰۰۰۰ مایل بر ساعت

ب - ۱۲۰۰۰ مایل بر ساعت

ج - ۷۰۰ مایل بر ساعت

د - ۷۰۰۰ مایل بر ساعت

۲۱- ماهواره ها به ترتیب نیروی خود را از چه منابعی تامین می کنند؟

الف - گردشی - باتری

ب - خورشیدی - باتری

ج - خورشیدی نیروی حاصل از سایه زمین



د - نیروی مداری - خورشیدی

۲۲- کار DGPS چیست و چگونه آن را انجام می دهد؟

الف - تشخیص موقعیت دقیق تر با کمک گیرنده ثابت در محل

ب - تعیین دورترین محل با کمک اطلاعات دریافتی از گیرنده ثابت

ج - وسیله ای است که ضروری نمی باشد و خطای تشخیص دار

د - نوعی از GPS است که توسط گیرنده های سیار دقت را بالاتر می برد

۲۳- در صفحه GPS pointer مدل eTrex Summit چه اطلاعاتی به ما می دهد؟

الف - زمان سرعت

ب - موقعیت مکانی

ج - اطلاعات جغرافیایی

د - جهت حرکت - اطلاعات جغرافیایی

۲۴- روش محاسبه مسافت و سرعت معمول فرد سالم با داشتن وسایل در طبیعت به ترتیب ؟

الف - زمان (ساعت) × سرعت کیلومتر در ساعت) برابر است با مسافت

ب - مسافت × سرعت کیلومتر در ساعت برابر است با زمان / ساعت

ج - مسافت ÷ سرعت / کیلومتر برابر است با زمان / (ساعت)

د - زمان (ساعت) × سرعت کیلومتر در ساعت) × مسافت

۲۵- علامت بین المللی روشن کردن آتش جهت فرستادن پیام کدام است؟

الف - روشن کردن آتش با فاصله کم

ب - روشن کردن چهار آتش به صورت مربع با فاصله ۲۵ متر

ج - روشن کردن سه آتش به صورت مثلثی با فاصله ۲۵ متر

د - روشن کردن آتش با فاصله زیاد

۲۶- از کاپاک های بادی برایمورد استفاده قرار می گیرد.

الف - حمل مسافر

ب - امداد و نجات

ج - حمل قایقرانان

د - پرش از آبشار

۲۷- کدام مورد زیر نشان دهنده کلمه SOS است؟

الف - سه پیام کوتاه، سه پیام بلند، سه پیام کوتاه

ب - سه پیام کوتاه، یک پیام بلند، سه پیام کوتاه

ج - سه پیام بلند، سه پیام کوتاه، سه پیام بلند

د - سه پیام بلند، یک پیام کوتاه، سه پیام بلند

۲۸- کدام نقشه جزء نقشه های پایه یا مادر به حساب می آید؟

الف - نقشه توپوگرافی

ب - نقشه هیدروگرافی

ج - نقشه کلیماتولوژی

د - نقشه سیاسی

۲۹- علائم فرهنگی در نقشه، عبارتست از:

الف - کلیه علائمی که موضوع مورد نمایش آن ها وجود خارجی ندارد یا فاقد شکل قابل مشاهده است

ب - عناصر و پدیده های فیزیکی و قابل رویت را نشان می دهد

ج - علائمی که عموماً به رنگ آبی است.

د - علامت پدیده هایی که ساخت دست بشر هستند و عموماً به رنگ سیاه و قرمز است

۳۰- کدام یک از موارد زیر در دسته علائم هیدروگرافیک در نقشه ها قرار می گیرند؟

الف - شهرها، راه های ارتباطی و نظایر آن.

ب - رودها، چشمه ها، قنات ها، دریاچه ها، دریاها، باتلاق ها و ...

ج - تراکم جمعیت، میزان سواد، مهاجرت و ...

د - موضوعاتی که قابل نمایش نیستن

۳۱- اگر چاره ای نداشته باشید که در سرایشی سر پناه بسازید باید چه کنید؟

الف - کانال آبی در قسمت بالا بسازید

ب - اطراف سر پناه خود را بکنید

ج - زیر پناهگاه خود را با خاک بالا آورید و اطراف آن را خاک بریزید

د - کانال آبی در قسمت بالا و اطراف سر پناه را بکنید

۳۲- در سفرهایی که شما راهنما و مسئول یک گروه هستید مهم ترین قسمت های اجرای تور چیست؟

الف - غذا

ب - کمپینگ و چادر زدن

ج - حمل و نقل

د - آب

۳۳- برای انتخاب محل کمپ کدام گزینه را باید بیشتر در نظر گرفت؟

الف - مسطح بودن سطح مورد نظر

ب - دسترسی به آب شرب

ج - بادگیر نبودن منطقه مورد نظر

د - بارندگی و برف

۳۴- انواع کمپ کدام است؟

الف - منظم / پراکنده

ب - نا منظم / پراکنده

ج - طبیعی / منظم

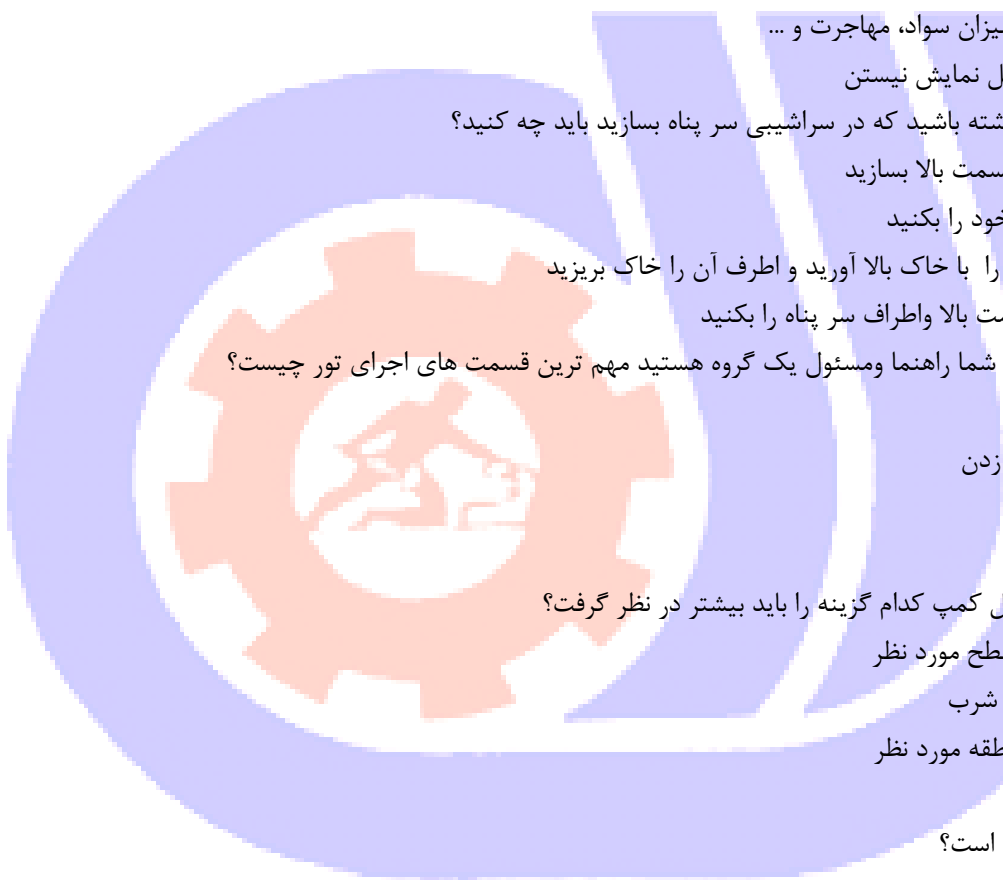
د - منظم / نا منظم

۳۵- از ویژگی های صاعقه چیست؟

الف - ولتاژ بالا و نیروی انفجاری

ب - خطرناک بودن

ج - زمان بسیار بالای اصابت



د - شدت گرما کم

۳۶- بر طبق قوانین و تجربیات زنده مانی ، بدون غذا چقدر می توان زنده ماند؟

الف - سه دقیقه.

ب - سه ساعت.

ج - سه روز.

د - سه هفته.

۳۷- بهترین منبع غذایی موجود در حیات وحش کدام است؟

الف - استفاده از قارچ ها و خزه ها

ب - استفاده از گیاهان سبز کوچک و برگ دار

ج - استفاده از حشرات شش پا و حیوانات کوچک خردار

د - استفاده از علف ها و شاخ و برگ های جوان درختان

۳۸- اقدامات اولیه جهت روشن نمودن آتش کدام است؟

الف - انداختن چند درخت برای تهیه هیزم

ب - جمع کردن سه نوع ماده سوختنی (آتشگیرانه ، ترکه ، هیزم)

ج - به کمک فندک موادی را که برای سوزاندن جمع کردیده اید امتحان کنید

د - دو قطعه چوب را به شدت به هم بمالید تا ذغال گرم و قرمز به دست آورید و سپس در آن بدمید تا شعله ور شود.

۳۹- بهترین روش برای استحصال آب سالم جهت نوشیدن کدام است؟

الف - استفاده از تی شرت ، جوراب و یا هر پارچه کتانی دیگر جهت فیلتر کردن آب.

ب - قرار دادن آب در معرض نور خورشید به جهت از بین رفتن میکرو ارگانیسم ها توسط اشعه UV.

ج - جوشاندن آب.

د - اضافه کردن برگ ها و علف های سبز به آب جهت از بین رفتن طبیعی میکروب ها توسط گیاهان.

۴۰- در حال پیاده روی هستید که ناگهان متوجه می شوید گم شدید. تاریکی شب به سرعت نزدیک می شود و هوا رو به سرد

شدن است ، بهترین تدبیر چیست؟

الف - جهتی را انتخاب می کنید و در آن مسیر حرکت می کنید به امید پیدا کردن نشانه ای از شهر یا آبادی قبل از برخورد با

طوفان.

ب - مکث(همان جا می مانید). آتش بزرگی برپا می کنید و منتظر جستجو گران و یا امدادگران می شوید.

ج - شروع می کنید به جمع کردن آب باران زیرا ممکن است به آن نیاز پیدا کنید و اگر می توانید ، برای سرپا نگه داشتن خود غذا

پیدا می کنید.

د - شروع می کنید به پیدا کردن یک سرپناه در برابر باران و با شماره ۱۱۰ و یا هر ارگان امدادی دیگر مانند امداد هلال احمر

تماس می گیرید.

۴۱- بهترین و کارآمدترین ابزار در کیف بقای شما برای برپایی هرچه سریع تر آتش کدام است؟

الف - یک فندک کوچک.

ب - کبریت ضد آب.

ج - سنگ چخماق و استیل های جرقه زن.

د - یک چاقو که توسط آن بتوانید لوازم مورد نیاز ایجاد آتش به روش مته و کمان را فراهم کرده و شروع به برپایی آتش کنید.

۴۲- کدام یک از موارد زیر صحیح است؟

- الف - یک چاقوی کوچک نمی تواند همانند یک چاقوی بزرگ عمل کند و بهترین ابزار بقا باشد.
- ب - یک چاقوی بزرگ می تواند تمامی کارهای یک چاقوی کوچک را انجام دهد و بهترین ابزار بقا می باشد.
- ج - اندازه چاقو در شرایط بقا در حیات وحش هیچ تفاوتی ندارد.
- د - یک چاقو در شرایط بقا در حیات وحش فایده خاصی ندارد.

۴۳- مطمئن ترین روش جهت یابی طبیعی کدام است؟

- الف - جهت یابی کردن با استفاده از خورشید و ستاره ها.
- ب - مشخص کردن جهت شمال با استفاده از جهت روییدن خزه ها روی درختان.
- ج - حرکت کردن به سمت ماه به منظور قرار گرفتن در یک جهت ثابت.
- د - دنبال کردن رد پا های موجود در محیط ، زیرا حیوانات حس جهت یابی خوبی دارند.

۴۴- اگر گم شوید و هوا نیز سرد باشد ، بهترین وسیله برای گرم شدن کدام است؟

- الف - اقدام به شکار جهت استفاده از پوست شکار برای گرم شدن.
- ب - روشن کردن آتش ، گرم کردن مقداری آب و نوشیدن آن.
- ج - ساخت یک پناهگاه بزرگ . با انجام این فعالیت گرم می شوید.
- د - (۵) پاره کردن شکم یک جانور بزرگ و استفاده از گرمای داخل آن.

۴۵- زمانی که در حیات وحش گم شدید، مهمترین اقدام کدام است؟

- الف - ذخیره انرژی و در صورت امکان خوابیدن.
- ب - پیدا کردن گیاهان و جانوران خوراکی به مقدار زیاد.
- ج - شروع به حرکت کردن به امید پیدا کردن راهی برای نجات.
- د - دوش گرفتن و تمیز کردن بدن در اولین فرصت.

۴۶- کدام یک از عبارات زیر صحیح است؟

- الف - تقریبا تمامی گیاهان به جز قارچ ها قابل خوردن هستند.
- ب - تقریبا تمامی پستانداران خردار قابل خوردن هستند
- ج - تقریبا تمام آب های جاری قابل شرب هستند.
- د - تقریبا تمامی ماهی ها و خزندگان قابل خوردن هستند.

۴۷- هر فرد با شرایط بدنی عالی می تواند چند کیلومتر در روز طی کند؟

الف - بین ۱۵ تا ۱۷ کیلومتر

ب - بین ۲۰ تا ۳۰ کیلومتر

ج - بین ۳۰ تا ۶۰ کیلومتر

د - بین ۴۰ تا ۶۰ کیلومتر

۴۸- برای تصفیه آب با قرص کلر کدام یک از موارد زیر صحیح است ؟

الف - ۱ قرص - ۲۰ دقیقه در یک لیتر

ب - ۵ قرص - در چهار لیتر به مدت ۳۰ دقیقه

ج - ۵ قرص - در یک لیتر به مدت ۳۰ دقیقه

د - ۲ قرص - در یک لیتر به مدت ۲۰ دقیقه

۴۹- هنگام گم شدن در کویر بهترین نشانه برای نشان دادن حضور خود در آن مکان چیست؟

الف - استفاده از سوت و شیپور

ب - استفاده از تفنگ

ج - استفاده از کاغذ رنگی

د - آتش

۵۰- چه نوع موادی برای دود زا کردن آتش مناسب است ؟

الف - علوفه خشک

ب - بوته های کروی شکل

ج - بوته های تر

د - چوب

۵۱- کدام یک از جملات هنگام گم شدن در کویر نادرست است؟

الف - به شناسایی موقعییت خود بپردازید

ب - وقتی به جاده بر خوردید همان جا بمانید

ج - میانبر نزنید

د - از آتش دودزا در شب واز آتش روشن در روز استفاده کنید

۵۲- یک انسان معمولی برای زنده ماندن در دمای ۴۹ درجه (با احتساب توقف در روز و حرکت در شب - به چند لیتر آب در یک

شبانه روز نیاز دارد)؟

الف - به ۴ لیتر آب

ب - به ۳ لیتر آب

ج - به ۱ لیتر آب

د - به ۲ لیتر آب

۵۳- کدام یک روش های تهیه ی آب نیست؟

الف - کندن زمین

ب - تعقیب رد پای جانوران

ج - استفاده از گیاهان کویری با شیره سفید

د - دریاچه ی نمک

۵۴- پیاده روی در کویر به چه صورت باید باشد؟

الف - سریع وتند باهر ۱ ساعت ۱۰ دقیقه استراحت

ب - آهسته و یکنواخت هر ۱ ساعت ۱۰ دقیقه استراحت

ج - هر ۱۰ دقیقه در هر ساعت به استراحت بپردازد

د - با شرایط بدنی عالی هر ۶ کیلومتر یک ساعت استراحت

۵۵- اگر موقع رعد و برق در محل باز و در امتداد درختان هستید بهترین راهکار چیست؟

الف - نشستن بر روی درخت

ب - نشستن بر روی یک سنگ و جمع کردن بدن بر روی آن است سنگی را انتخاب می کنید که از زمین جدا شده است

ج - موقع رعدو برق در شیب تند بنشینیم

د - نزدیک قله یا ته دره ها باشیم

