

СЕМЕСТРОВЫЙ МОДУЛЬ 3
Содержательный модуль 3
Туризм

**Тема 14. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ СФЕРЫ ТУРИЗМА.
КЛАССИФИКАЦИЯ ТУРИЗМА**

ПЛАН ЛЕКЦИИ:

1. Определение основных понятий сферы туризма: «путешествие», «туризм», «рекреация».
2. Классификация туристской деятельности.

1. Определение основных понятий сферы туризма: «путешествие», «туризм», «рекреация»

Термин «туризм» происходит от французского слова *tour* – прогулка, поездка, путешествие. Но при этом понятия «путешествие» и «туризм» не равнозначны по смыслу.

В.А. Квартальнов, И.В. Зорин определяют «путешествие», как перемещение людей во времени и пространстве с научными, общеобразовательными, рекреационными, спортивными, деловыми и иными целями, связанное с временным изменением места жительства, а человек, совершающий путешествие, независимо от целей, направлений, средств передвижения и временных промежутков, именуется путешественником [10].

В свою очередь туризм обязательно подразумевает некое путешествие, но далеко не всякое путешествие относится к туризму. Туризм – это лишь разновидность путешествий, которая имеет четкие ограничения и множество определений в понятийном смысле. Поэтому среди всего разнообразия путешествий, обозначим только те из них, которые отвечают критериям туристской деятельности, и сформулируем понятие «туризм» [6].

Исследователи выделяют ряд признаков, по которым туристское путешествие можно отделить от иных (не туристских) путешествий (А.С. Кусков и др., 2005) [9]:

- туризм предполагает временное перемещение туристов из обычной среды в район посещения и непременно возвращение обратно;
- район посещения (район осуществления туристского мероприятия) это обязательно другая местность в пределах одной страны или другая страна, отличная от места постоянного проживания туриста;
- туристское путешествие имеет определенные, отличающиеся сугубо гуманитарным содержанием и направленностью цели;
- туристские путешествия обычно совершаются в свободное от учебы и работы время;
- туристы в районе временного пребывания не занимаются деятельностью, оплачиваемой из местного финансового источника.

В отличие от путешествий вообще, туризм предполагает обязательное, но временное перемещение с места своего постоянного проживания в иную местность в пределах своей страны или в иную страну в целях туризма (на срок не более 12 месяцев). Перемещения людей в пределах местности постоянного проживания не относятся к туризму. Точно так же к туризму не относятся путешествия предполагающие изменение постоянного места жительства. За редким исключением, туристские путешествия осуществляются в достаточно короткие промежутки времени (от 24 часов до месяца), в свободное от работы время (путешествия в отпускное время и в выходные дни) или во время учебы (например, учебно-туристские походы). Туристы (в отличие от иных категорий граждан) в месте осуществления туристского мероприятия не занимаются трудовой деятельностью, оплачиваемой из местных источников финансирования. Однако данные признаки туристских путешествий имеют существенное, но не определяющее значение для формулирования понятия «туризм». Важнейшей же категорией, которая позволяет четко выделить виды путешествий, относящиеся к туризму, является цель путешествия [2, 3, 9].

С точки зрения теории туризма и документов международных туристских организаций (например, Всемирной Туристской Организации (ВТО)) можно сформулировать ряд общих целей, которые отличают туристские путешествия, от иных видов путешествий (А.С. Кусков и др., 2005) [9]:

- цели отдыха и оздоровления (восстановления и развития физических, интеллектуальных возможностей, эмоциональной сферы, а так же лечения (реабилитации));
- цели познания (получение новых для себя знаний о природе, обществе, истории и настоящем человечества, культуре других стран и народов);
- спортивные цели (подготовка и участие в соревнованиях на профессиональном и любительском уровнях);
- профессионально-деловые цели (бизнес-поездки, участие в конгрессах, конференциях и пр.);
- религиозные цели (паломнические, культовые);
- гостевые и ностальгические (посещения родственников, мест исторического проживания).

Следовательно, туризм – это некие относительно непродолжительные путешествия, осуществляемые людьми в основном в свободное от работы время с указанными выше целями туризма. Тогда как, например, путешествия людей с целью заработка, перемены постоянного места жительства, научно-исследовательскими целями не относятся к туристским путешествиям [9].

ВТО определяет «туриста», как гражданина любого государства, временно прибывшего в страну, определенную местность в пределах страны либо конкретный населенный пункт в пределах определенной местности на срок от 24 часов до 6 месяцев, путешествующего ради удовольствия или с деловыми целями и не занимающегося при этом оплачиваемой деятельностью в месте временного пребывания. Однако данное определение туризма (и туриста)

не содержит важнейших для изучаемого предмета функций туризма – оздоровительной и спортивной [3].

В Законе Республики Беларусь «О туризме» даются следующие определения [11]:

- туристическое путешествие - организованное самостоятельно или с помощью субъектов туристической деятельности путешествие (поездка, передвижение, пребывание) физических лиц за пределы их места жительства (места пребывания) с туристической целью; (в ред. Закона Республики Беларусь от 18.07.2016 № 410-3);

- туризм - туристическое путешествие, а также деятельность юридических лиц, физических лиц, в том числе индивидуальных предпринимателей, по его организации;

- турист - физическое лицо, совершающее туристическое путешествие на период от 24 часов до одного года или осуществляющее не менее одной ночевки в стране (месте) временного пребывания (в ред. Закона Республики Беларусь от 18.07.2016 № 410-3).

Из множества предложенных определений остановимся на определении, сформулированном В.И Ганопольским (2002), где кратко и четко выражено содержание туристской деятельности (путешествия, поездки) и ее важнейшие цели (познавательные, рекреационные и спортивные), которые будем изучать в рамках модуля: «Туризм – это путешествие, поездка с познавательными, рекреационными или спортивными целями». Соответственно турист – человек, занимающийся туризмом либо в свободное от основных занятий время, либо в процессе учебы и профессиональной деятельности [1].

Люди путешествуют в основном с целью рекреации (рекреационный туризм). При этом под термином «рекреация» понимается расширенное воспроизводство сил человека (физических, интеллектуальных и эмоциональных) затраченных в процессе производственной, учебной и иной повседневной деятельности. Сам термин «рекреация» отечественными специалистами трактуется достаточно широко. Под рекреацией понимают многие виды туристской деятельности в свободное время (пассивный отдых на курорте, экскурсионно-познавательные мероприятия, спортивные походы, альпинистские восхождения и т.д.), а так же как наиболее быстро развивающийся сегмент индустрии досуга, связанный с участием населения в активном отдыхе на открытом воздухе, приходящийся преимущественно на уик-энд [10]. Таким образом, любая туристская деятельность является по сути рекреационной. Однако нас больше интересует рекреационный туризм, как деятельности, направленной на удовлетворение потребностей туристов к отдыху, оздоровлению, восстановлению физических сил и здоровья, после перенесенных заболеваний, развитию физических и духовных возможностей.

Существуют формы активного и пассивного рекреационного туризма. Пример пассивных форм: курортный отдых, отдых в санаториях, профилакториях. Пример активных форм: походы, в которых туристы передвигаются пешком, на гребных судах, на лыжах, на велосипеде (то есть с помощью мышечной силы) [3].

К познавательному туризму относится целый спектр мероприятий: начиная от экскурсионных поездок, заканчивая краеведческими, экологическими походами. Экскурсионно-познавательный туризм, как и пассивный рекреационный туризм, в целом не является предметом нашего изучения. Но есть особые формы рекреационно-познавательного туризма, требующие достаточно продолжительного перемещения туристов за счет мышечной силы – это краеведческие и экологические походы в природной среде [3].

В спортивном туризме основным мотивом к совершению путешествия являются желания преодолеть сложный, объективно опасный маршрут похода; познать и расширить пределы собственных физических и психических возможностей; повысить свою спортивную квалификацию (получить соответствующие разряды и звания). При этом в таком путешествии главными являются именно спортивные задачи: совершенствование в технике и тактике преодоления естественных препятствий на маршруте похода и на дистанциях соревнований, выполнение разрядных требований. Характерными мероприятиями, которые мы относим к категории спортивного туризма, являются: пешие, водные, велосипедные, лыжные походы по классифицированным маршрутам; соревнования по спортивному туризму; соревнования по виду спорта «туристско-прикладное многоборье» [3].

Из представленного выше материала следует, что путешествие (в смысле перемещения в иную среду) является лишь обязательным элементом туризма.

2. Классификация туристской деятельности

Из общего массива туристской деятельности выделяем частные ее виды: «спортивный» и «рекреационный» туризм.

Классификации туризма весьма разнообразны и в специальной литературе активно используются, скажем, такие определения, как плановый и самодеятельный туризм, спортивный, оздоровительный, реабилитационный туризм, въездной и выездной туризм, активный и пассивный туризм и т.д. [2, 3, 4, 5, 7]. Причем с каждым подобным термином должна ассоциироваться совершенно определенная деятельность и смысл туристского мероприятия. Разделение туристской деятельности на указанные выше разновидности основано на определенных существенных признаках мероприятий, называемых основаниями для классификации. Например, деление мероприятий на «активные» и «пассивные» осуществляют на основании уровня физической активности их участников. Деление мероприятий на «плановые» или «самодеятельные» подразумевает разную форму их организации и финансирования. Таким образом, становится ясен общий подход к классификации: систематизируя какую-либо деятельность, явление, объекты и пр., неизбежно выбираем для себя основания (родовые понятия) классификации, и разделяем на данных основаниях общую разнородную совокупность видов деятельности, явлений, объектов на ряд внутренне однородных групп. Определим, что классификация туризма – это выделение

внутренне однородных таксонов туристской деятельности по принятым основаниям. Вид туризма – результат классификации туризма (выделенная область) по тем или иным основаниям [10].

Основаниями для классификации туристской деятельности могут выступать: субъект деятельности, регион проведения туристских мероприятий, направление туристских потоков, способ организации и характер финансирования туристских мероприятий, социальный и демографический состав участников мероприятий, транспорт и способ передвижения в путешествиях, цель путешествия и т.д. Ряд общепринятых оснований классификации и соответствующие им категории туризма представлены в таблице 1 [10].

Таблица 1 –Классификация туристской деятельности по единым основаниям (по И.В. Зорину, В.А.Квартальнову, 2003)

Классификационное основание	Категория туристской деятельности (выделяемый таксон туризма)
Цель деятельности	Познавательный туризм, рекреационный туризм, спортивный туризм
Субъект деятельности	Индивидуальный туризм, групповой туризм, семейный туризм
Возраст участников	Детский туризм, молодежный туризм, туризм экономически-активных людей молодого и среднего возрастов, туризм третьего возраста (пенсионеров)
Регион отдыха	Туризм в пределах страны; зарубежный туризм
Направление туристских потоков	Туризм въездной и выездной
Основные ресурсы	Горный туризм, морской туризм, туризм в пустыне и пр.
Средство передвижения	Автомобильный, конный, велосипедный, пешеходный и пр.
Социальный состав участников	Школьный туризм, студенческий туризм, корпоративный туризм и пр.
Способ организации и финансирования	Туризм самодеятельный, туризм социальный, туризм коммерческий

Системообразующим основанием для классификации туризма, служит цель данной деятельности. Тогда, исходя из главных целей, функций туризма, систему туристской деятельности можно подразделить на три подсистемы (три рода туризма): туризм познавательный, туризм рекреационный и туризм спортивный. При желании данные подсистемы туризма можно разделять и далее, в соответствии с более конкретными целями и содержанием тех или иных туристских мероприятий. Так в подсистеме познавательного туризма можно выделить виды краеведческого, экологического, экскурсионного (историко-культурного) туризма и пр. В подсистеме спортивного туризма – спортивно-классификационный туризм (походы по классифицированным

маршрутам) и туристское многоборье. В любом случае, классификация деятельности, основанная на ее целях (мотивах ее участников) и содержании, является наиболее удачной для применения, так как она вскрывает сущность данной деятельности (ее внутреннее содержание, а не внешнюю форму).

Кроме главных целей деятельности, в туризме используются иные, перечисленные выше, основания для классификации (таблица 1). Классификация туризма, основанная на не целевых основаниях – это систематизация по «внешним» признакам деятельности и такие основания не являются родовыми (системообразующими). Однако и такая классификация может быть весьма полезной, в зависимости от того, кто и для чего её использует. Например, для туроператора (туристская организация), при определении своего поля деятельности на рынке туристских услуг, равноценное значение может быть как цель (содержание) потенциальных туристских мероприятий, так и регион их осуществления, вид используемого транспорта, возраст участников и т.д. [10].

На основании географического места проведения туристских мероприятий туризм можно подразделить на туризм в пределах страны (внутренний и въездной) и туризм вне пределов страны (выездной международный). Внутренний туризм предполагает, что местом осуществления туристской деятельности является Республика Беларусь. При этом сами туристские мероприятия преследуют разные цели и имеют разное содержание.

На основании формы организации туристских мероприятий и характера их финансирования, туризм подразделяют на туризм социальный, самодеятельный и коммерческий. При этом спортивный туризм является в основном самодеятельным: походы организуются и финансируются самими его участниками. В то же время походы, организуемые, например, детским городским туристско-экологическим центром (бюджетное финансирование) относятся к социальному туризму. На основании социально-демографического состава участников туристской деятельности, туризм можно подразделить на туризм детско-юношеский, молодежный, школьный, студенческий и пр. Наконец, на основании уровня двигательной активности участников в процессе проведения туристских мероприятий, туризм можно подразделить на туризм активный и пассивный.

Итак, классификация туристской деятельности на основании целей, функций туризма – первична и имеет определяющее значение. Все подходы к классификации туризма на иных основаниях – вторичны и имеют уточняющее, подчиненное значение.

Туристская деятельность осуществляется различными средствами и в различных формах. Прогулки, походы, путешествия, поездки – это примеры средств туризма. Характерным средством познавательного туризма является поездка; характерными средствами активного рекреационного и спортивного туризма являются походы и соревнования. Под категорией «форма» будем понимать совокупность внешних черт, отличительных признаков, отражающих внутреннее содержание туристской деятельности. Иносказательно – форма это внешняя «оболочка» туристского мероприятия, по которой определяется его

сущность. Тогда, например, распространенными формами познавательного туризма являются экскурсионные поездки, научно-образовательные экспедиции, образовательные туристские лагеря, экологические походы. Спортивный и рекреационно-спортивный туризм осуществляется, прежде всего, в форме туристских походов по классифицированным маршрутам, оздоровительных походов, спортивных туристских соревнований, развлекательных (рекреационных) туристских соревнований [8, 10].

Туристскую деятельность, классифицированную нами на основе целей и мотивов ее участников, представим в виде наглядной, графической модели. В общей системе туристской деятельности, выделим три взаимодействующих подсистемы: экскурсионно-познавательный, рекреационно-оздоровительный и спортивный туризм (рисунок 1). К туристским мероприятиям, в рамках подсистем экскурсионно-познавательного, рекреационного и спортивного туризма, следует относить те мероприятия, где соответствующие цели являются доминирующими. Так экскурсионные поездки, основная цель которых познание «нового» для себя, самообразование отнесем к подсистеме экскурсионно-познавательного туризма. Походы по классифицированным маршрутам, сопровождающиеся преодолением естественных препятствий, соответственно, отнесем к подсистеме спортивного туризма. Поездки на курорт с целью купально-пляжного отдыха – к подсистеме рекреационно-оздоровительного туризма [1].

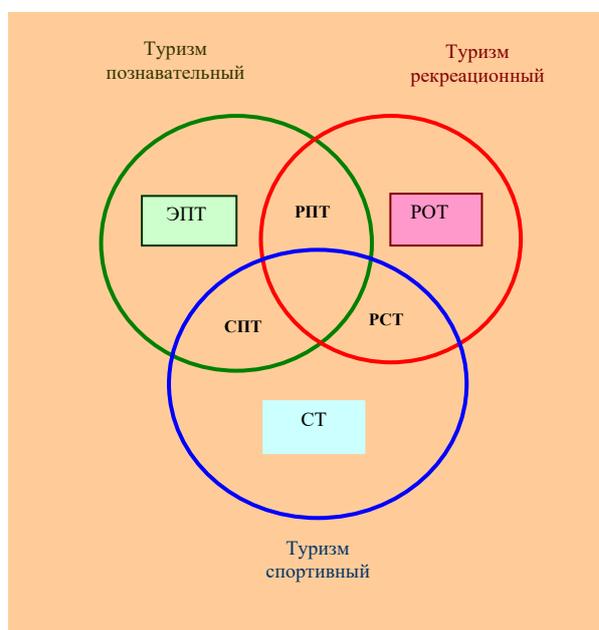


Рисунок 1 – Структурно-функциональная модель туристской деятельности (по В.И. Ганопольскому, 2001)

Использованные на рисунке обозначения:

ЭПТ – экскурсионно-познавательный туризм; РОТ – рекреационно-оздоровительный туризм; СТ – спортивный туризм; РПТ – рекреационно-

познавательный туризм; СПТ – спортивно-познавательный туризм; РСТ – рекреационно-спортивный туризм.

Выделенные три целевых подсистемы туризма очевидно тесно взаимосвязаны друг с другом. Редко то или иное туристское мероприятие является «в чистом виде» рекреационным, спортивным или познавательным. Несомненно, что собственно рекреационно-оздоровительным туризмом является, например, пассивный пляжно-купальный отдых на морском курорте или на турбазе, на берегу озера. Собственно рекреационно-оздоровительным туризмом мы вправе назвать и отдых в санатории, сопровождающийся лечением хронических заболеваний (в литературе такую разновидность туризма часто обозначают как реабилитационный туризм). Но, в современный «пакет» курортных туристских услуг обычно наряду с пляжно-купальным времяпровождением, включают и активные формы отдыха: виндсерфинг, дайвинг, рафтинг и пр. (отдых и оздоровление, с использованием средств видов спорта). Точно так же и в случае поездки на горнолыжный курорт основная цель (рекреация) достигается средствами горнолыжного спорта; у туристов при этом явно выражен мотив совершенствования в технике катания на горных лыжах. В таком случае мы вправе данные туристские мероприятия отнести к рекреационно-спортивным мероприятиям.

Приведем другие примеры туристских мероприятий, в которых программа направлена на достижения нескольких целей. Так экологические экскурсионные поездки или экологические походы (организованные с целью ознакомления туристов с характерными экосистемами, представителями флоры и фауны региона) несмотря на познавательную направленность, естественно преследуют и цель отдыха туристов. Такое мероприятие мы относим, соответственно, к рекреационно-познавательному туризму. Поход по классифицированному маршруту с доминирующими спортивными целями, может сочетаться с познанием истории и культуры коренного населения, природных особенностей района похода (краеведческие цели похода, запланированные программой тура). Следовательно, такой пример туристского мероприятия мы можем отнести к спортивно-познавательному туризму [1, 5, 6, 7].

Таким образом, целый ряд туристских мероприятий преследует три сравнимых для туристов по важности целей: познания, отдыха, спорта. Такое «переплетение» функций конкретного туристского мероприятия отражено в представленной структурно-функциональной модели туристской деятельности, в виде зон перекрытия подсистем туристской деятельности (рисунок 1). На модели взаимодействие подсистем туристской деятельности (сознательное сочетание целей туризма), приводит к образованию трех взаимных подсистем – рекреационно-познавательного туризма, спортивно-познавательного и рекреационно-спортивного туризма [1].

Список рекомендуемой литературы

1. Ганопольский, В.И. Туристская деятельность: проблемы терминологии и пути их решения применительно к моделированию и программированию системы туристского образования / В.И. Ганопольский. – Мир спорта, 2001. - №1. – С. 18–20.

2. Вяткин, Л. Д. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / Л. А. Вяткин, Е. В. Сидорчук. – 5-е изд., испр. – М. : Академия, 2013. – 221 с.

3. Подлиских, В. Е. Спортивный и рекреационный туризм. Вопросы и ответы : пособие / В. Е. Подлиских, В. М. Литвинович ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2013. – 143 с.

4. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник/ Под общ. Ред. Ю.Н. Федотова. – М.: Советский спорт, 2002. – 364с.

5. Курилова, В.И. Туризм / В.И. Курилова. – М: Физкультура и спорт, 2-е изд., 1998. – 182 с.

6. Лысогор, Н.А. Туризм: учебник для высших учебных заведений / Н.А. Лысогор, Л.А. Толстой, В.В. Толстая. – М.: Просвещение, 1980. – 210 с.

7 Толстой, Л.А. Туризм: учебник для высших учебных заведений / Л.А. Толстой, В.В. Толстая. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 182 с.

8 Квартальнов В.А. Туризм: учебник. – М.: Финансы и статистика, 2002. – 320 с.

9 Рекреационная география: учебно-методический комплекс / А.С. Кусков, В.Л. Голубева, Т.Н. Одинцова. – М.: Флинта: МПСИ, 2005. – 495 с.

10. Зорин, И.В. Энциклопедия туризма: Справочник / И.В. Зорин, В.А. Квартальнов. – М.: Финансы и статистика, 2003. – 368 с: ил.

11. Закон Республики Беларусь «О туризме» от 25 ноября 1999 г. № 326-3 (в ред. Законов Республики Беларусь от 09.01.2007 № 206-3, от 16.06.2010 № 139-3, от 22.12.2011 № 326-3, от 18.07.2016 № 410-3). - Электронный ресурс <http://mst.by/ru/law-laws-ru/>

Тема 15. СОДЕРЖАНИЕ И ФОРМЫ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ТУРИСТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

ПЛАН ЛЕКЦИИ:

1. Содержание, виды и формы рекреационного туризма.
2. Содержание видов спорта, образующих подсистему спортивного туризма.

1. Содержание, виды и формы рекреационного туризма

Рекреационный туризм – одна из трех подсистем туристской деятельности. Туристские мероприятия, составляющие содержание данной подсистемы туризма направлены на восстановление и развитие физических, интеллектуальных и эмоциональных сил, возможностей человека [1]. Цель рекреационного туризма можно сформулировать как полноценный отдых,

реабилитация и оздоровление человека средствами туризма, а само понятие рекреационный туризм – как путешествие, поездка с данными рекреационными целями [9, 11].

Задачи оздоровления участников туристских рекреационных мероприятий фактически неотделимы от задач их полноценного отдыха (решаются совместно). Практически любое туристское мероприятие, направленное на полноценный отдых, развлечение его участников, имеет так же и оздоровительный мотив; при этом процесс оздоровления проходит «сам по себе» в контексте пассивного или активного отдыха. Поэтому можно называть рекреационный туризм одновременно с оздоровительным туризмом, используя понятия «рекреационный туризм» и «оздоровительный туризм», как синонимичные. В случае если в туристских мероприятиях специально применяется та или иная технология оздоровления (выбирается метод, средства оздоровления, планируются соответствующие мероприятия), то, подчеркивая данную их направленность, будем называть их рекреационно-оздоровительными [3].

Рекреационный туризм, особенно его активные формы, позволяют устранить или ослабить воздействие на человека неблагоприятных факторов повседневной действительности: нервно-эмоциональной перегрузки, гипокинезии, избыточного нерационального питания и т.д. Эффективному отдыху и оздоровлению участников рекреационно-туристской деятельности способствует целый ряд условий и особенностей, присущих активным формам туристских мероприятий. Во-первых, это обеспечение достаточной мышечной активности туристов, устранение неблагоприятных последствий гиподинамии с тренировкой функциональных систем, обеспечивающих работоспособность организма: сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательной, нервно-эндокринной и пр. систем.

Во-вторых, оздоровительным эффектом обладает сама по себе смена обстановки и положительный эмоциональный фон от общения с природой и приятной компанией. «Выход» человека из повседневных, однообразных условий, обеспечивает переключение нервно-эмоциональной сферы туриста на новые объекты. Туристские походы обеспечивают «тесный контакт» с природой, учат наблюдать ее и наслаждаться ею; развивают бережное отношение к ней и облагораживают человека духовно. Именно на таком положительном эмоциональном фоне предлагаемые физические нагрузки не воспринимаются, как утомительные, однообразные. Напротив, они легко переносятся и в целом обеспечивают отдых и оздоровление участников.

Оздоровлению участников похода способствуют, в-третьих, сами природные рекреационные ресурсы территории отдыха (совокупность природных компонентов природно-территориального комплекса, положительно воздействующих на организм человека и обладающих оздоровительным эффектом). Очевидно и закаляющее воздействие водно-воздушных процедур в походных условиях. В природной рекреационной среде происходит стимуляция естественного иммунитета; у регулярно участвующих в

оздоровительных походах людей отмечено повышение невосприимчивости к болезнетворным микроорганизмам.

Оздоровлению и полноценному отдыху туристов способствует так же, в-четвертых, качественный туристский сервис, и (в-пятых) регулярный (в отличие от городской суеты) режим питания, нагрузки и отдыха; здоровая диета [3].

В целом для рекреационного туризма характерен целый комплекс оздоравливающих факторов, восстанавливающих и развивающих физическое и психологическое состояние человека. Именно комплексное их воздействие, где умеренные мускульные усилия сочетаются с нервной «разрядкой», положительными эмоциями, закаливающим эффектом природных источников здоровья – составляет оздоровительную эффективность рекреационного туризма [1, 3].

Исходя из конкретных целей, задач и содержания рекреационных туристских мероприятий (общая их направленность ясна – это рекреация участников) выделяют в подсистеме рекреационного туризма «частные» виды туристской деятельности: рекреационно-развлекательный (релаксационный) туризм, рекреационно-оздоровительный туризм, рекреационно-познавательный и рекреационно-спортивный туризм. Мероприятия рекреационно-развлекательного туризма преследуют цель полноценного отдыха и развлечения участников. В данном случае туристы «удаляются» из привычной среды «погружаются», «релаксируют» в новом природном или социокультурном контексте, обладающим значимым рекреационным потенциалом и несущим яркие впечатления, приключения. Пример (одна из форм) такого мероприятия – поездка на морской курорт с целью пляжно-купального отдыха [3, 11].

В случае рекреационно-оздоровительного туризма в туристских мероприятиях целенаправленно используются некие оздоровительные технологии; акцент при планировании тура делается на полноценный отдых и укрепление здоровья туристов. При этом для реабилитационного туризма (форма – поездка на санаторно-курортный отдых) характерны технологии, позволяющие вернуть состояние здоровья к статусу, характерному для человека до заболевания. К таким технологиям относятся дозированные прогулки в природной среде, особое диетическое питание, употребление лечебных минеральных вод и пр. Для оздоровительного туризма (форма – оздоровительный поход выходного дня) характерны технологии, позволяющие сохранить и даже улучшить состояние здоровья участников. К таким технологиям, прежде всего, относится дозированная физическая нагрузка в природной среде, процедуры закаливания, банные процедуры, употребление целебных травяных чаев и пр. [3].

Рекреационно-познавательный туризм лежит в области взаимодействующих подсистем рекреационного и познавательного туризма. К данному виду рекреационного туризма отнесем туристские мероприятия с двумя доминирующими целями: отдых и приобретение новых знаний. Следовательно, в этом таксоне рекреационного туризма «лежат» любые

рекреационные туристские путешествия, где кроме программы отдыха планируется и некая познавательная (экскурсионная) программа. Например, участники мероприятия с активными способами передвижения как экологический поход, имеют явный познавательный мотив, и оно относится к этому разделу туристской деятельности. При этом собственно экскурсионные поездки скорее отнесем к роду познавательного туризма, т.к. цель познания в них явно доминирует над иными целями.

К рекреационно-спортивному туризму отнесем все рекреационные туристские мероприятия, где для полноценного отдыха и оздоровления участников активно используются технологии различных видов спорта (горнолыжного, подводного плавания, бега, лыжных гонок и пр.). В таких мероприятиях, кроме мотива полноценного отдыха, у участников явно прослеживается мотив личного спортивного совершенствования, (желание улучшить технику катания на лыжах, технику ориентирования на местности, технику сплава на плотках и байдарках и т.д.), присутствует спортивный азарт [1, 3, 5, 6, 7].

Кроме классификации, основанной на содержании, цели туристских мероприятий («внутренние характеристики»), специалистам в области физической культуры, весьма важна и классификация туристской деятельности с точки зрения уровня двигательной активности ее участников (вспомогательная классификация, основанная на «внешних» признаках мероприятия). В туристской деятельности, можно выделить «активные» и «пассивные» формы туристских мероприятий. Формами пассивного отдыха являются, упомянутые выше путешествия с целями, где уровень двигательной активности минимален, а оздоровление происходит за счет рекреационных ресурсов места отдыха и смены обстановки. Пассивным, с минимумом двигательной активности, можно назвать и санаторный (реабилитационный) отдых. Относительно «пассивной» формой рекреационно-познавательного туризма является сельский туризм (агротуризм) – жизнь и отдых в деревенском доме, с экологически чистым питанием. Это вид туризма направлен на познание сельского быта, фольклора, ремесел, промыслов, окружающей природы.

Туризм активного отдыха и оздоровления, более эффективен для целей физического, интеллектуального и психического восстановления и развития, чем туризм пассивного отдыха. Активные формы туризма, обеспечивают дозированную по объему и интенсивности физическую нагрузку для участников туристских мероприятий, что является важнейшим фактором их полноценного отдыха и эффективного оздоровления.

Примером активных форм рекреационно-развлекательных туристских мероприятий является особая форма корпоративного отдыха на природе «team building» (тренинг по командообразованию, и его особенно близкая к технике туризма форма – веревочные курсы). В данном случае команды, сформированные по производственному принципу (команды коллег), соревнуются в преодолении естественных и искусственных препятствий,

выполнении неких «подвижных» конкурсных заданий, применяя при этом, в том числе, технику туризма.

Несомненно, активной формой рекреационно-оздоровительного туризма является оздоровительный поход выходного дня или многодневный оздоровительный поход. В данном случае само путешествие по району, обладающему рекреационными ресурсами (лес, чистый воздух, чистые водоемы, красивые ландшафты), с использованием нормированных оздоровительных физических нагрузок является технологией отдыха и укрепления здоровья. Ярким примером активных форм рекреационно-познавательного туризма являются экологические туристские походы по «диким» чистым территориям, с максимально бережным отношением к данным территориям, с познавательными экскурсиями по экологической тропе. Все рекреационно-спортивные туристские мероприятия, где с целью отдыха и оздоровления используются технологии видов спорта, относятся исключительно к «активному» туризму. Характерными примерами такого вида туризма являются поездки для занятия подводным плаванием и наблюдением за обитателями морских глубин; отдых на горнолыжном курорте [1, 3, 5, 6, 7].

Рамки между выделенными видами не четкие. Например, пляжно-купальный отдых на курорте (релаксационный туризм), дополненный грязелечением, относится уже к оздоровительному туризму. Отдых на курорте с включением в программу рафтинга, можно отнести к рекреационно-развлекательному туризму. Агротуризм, с использованием экологических экскурсий (туристских прогулок) плавно перейдет из разряда «пассивный» в разряд «активный» и т.д.

Предметом изучения модуля «Туризм» являются исключительно формы активного рекреационного туризма, с определенными ограничениями по физическим нагрузкам (с дозированными физическими нагрузками в рамках физической рекреации).

На основании выше изложенного материала можно сформулировать следующие основные признаки, присущие активным формам рекреационного туризма:

- при осуществлении мероприятия используются средства активного туризма (прогулка, поход, соревнования);
- при осуществлении мероприятия используются технологии видов спорта (горнолыжного, водного слалома, подводного плавания, конного спорта, игровых видов спорта и т.д.);
- мероприятия, тем самым, основаны на использовании двигательной активности участников или их двигательная активность составляет существенную часть программы;
- мероприятия, за редким исключением, включают культурно-познавательные аспекты и содержат интеллектуальные и эмоциональные компоненты;
- носят преимущественно развлекательный (гедонистический) характер;
- осуществляются в природных условиях;

– имеют определенную научно-методическую базу [1, 3, 5, 6, 7].

2. Содержание видов спорта, образующих подсистему спортивного туризма

В специальной литературе высказывается мнение о том, что к спортивному туризму относятся широкий круг мероприятий: поездки спортсменов и сопровождающего их персонала для подготовки и участия в любых профессиональных и любительских соревнованиях, поездки зрителей на спортивные мероприятия, собственно спортивные туристские походы (А.С.Кусков и др., 2005) [10].

Спортивный туризм, одна из трех подсистем туристской деятельности (по В.И. Ганопольскому, 2001) [1], которая включает туристские мероприятия с преобладанием спортивных целей: туристско-спортивные походы и соревнования. Спортивный туризм в Республике Беларусь имеет все официальные атрибуты не олимпийского вида спорта: включает систему соревнований со своими правилами, имеет разрядные требования. В странах Европы, США, Канаде и др., данная разновидность туризма так же имеет место, но не является видом спорта. В данном случае речь идет о так называемом приключенческом туризме, путешествиям по «диким» природным территориям, скаутском движении и пр. Таким образом, люди, занимающиеся спортивным туризмом в Беларуси, так же как спортсмены в других видах спорта, мотивированы к росту своего спортивного мастерства, выполнению разрядных требований и получению соответствующих спортивных разрядов и званий. Спортивное мастерство имеет свою специфику. Прежде всего, это мастерство владения разнообразной туристской техникой и тактикой, применяемой для успешного преодоления маршрутов походов и дистанций соревнований [1, 5].

Спортивный туризм в Республике Беларусь включает в себя два самостоятельных вида спорта, внесенных в Единую спортивную классификацию [12]: спортивный туризм и туристско-прикладные многоборья. Основное содержание вида спорта «спортивный туризм» – совершение спортсменами походов по классифицированным маршрутам разных категорий сложности.

Содержание туристско-прикладных многоборий – преодоление относительно не протяженных дистанций на местности, содержащих установленный набор технических этапов (естественных и искусственных препятствий), предполагающих применение спортсменами разнообразной туристской техники и тактики. Оба указанных вида спорта тесно взаимосвязаны: дистанции соревнований в туристско-прикладных многоборьях являются моделью маршрутов спортивных походов с соответствующим набором естественных препятствий; умения и навыки во владении туристской техникой и тактикой, приобретенные спортсменами, занимающимися туристскими многоборьями востребованы при преодолении реальных

маршрутов походов. И наоборот, походный опыт может способствовать росту мастерства в туристских многоборьях [4].

К системе спортивного туризма можно отнести и иные туристские мероприятия очевидной спортивной направленности, не относящиеся к видам спорта. Сюда относятся, например, школьные соревнования туристов, туристские слеты с очевидным спортивным уклоном (в отличие от развлекательных корпоративных слетов). Данные соревнования часто имеют целью приобщение молодежи к занятию активным туризмом и входят в программу начальной туристской подготовки. Тем самым они способствуют вовлечению молодежи в спортивно-туристскую деятельность [4].

Содержанию спортивного туризма соответствуют и формы туристских мероприятий. Для вида спорта «спортивный туризм» главная форма его реализации – спортивный поход по классифицированным маршрутам. Кроме того, в данном виде спорта применяется и форма туристского соревнования. Форма туристско-прикладных многоборий (ТПМ) – это туристско-спортивные очные соревнования на местности [3, 4].

Повышенные физические нагрузки (по сравнению с другими разновидностями туристской деятельности) никак не отрицают оздоровительной эффективности занятий спортивным туризмом. Действительно, занятие спортивным туризмом подразумевает расширение физических и психических возможностей человека, планомерное укрепление его здоровья. На спортивном маршруте туристы осуществляют в основном многочасовую работу умеренной мощности (равномерное циклическое движение с рюкзаком на лыжах, пешком, на велосипеде, циклическая работа веслами при сплаве на гребных судах), которая обладает тренирующим, оздоровительным эффектом. На физическое совершенствование человека оказывает значительное влияние процесс регулярной спортивной тренировки и подготовки к соревнованиям и походам.

Существует тесная взаимосвязь между подсистемами рекреационного и спортивного туризма. Отметим, что мероприятия явно рекреационно-развлекательной направленности часто имеют соревновательный характер с элементами преодоления полосы препятствий, использованием туристской техники передвижения и страховки. К таким мероприятиям, например, отнесем корпоративные туристские слеты, упоминавшиеся выше «веревочные курсы» и т.д. При проведении рекреационных туристских мероприятий используют технологии видов спорта, в том числе и технологии спортивного туризма (рафтинг, каньонинг). С другой стороны, функция рекреации обязательно присутствует в рамках спортивных туристских мероприятий. Это регулярное пребывание спортсменов туристов в горных районах, со своим уникальным микроклиматом, целебными источниками, природой и т.д. В сущности, грань между оздоровительным и спортивным туризмом часто сложно определить, тем не менее, есть ряд серьезных отличий между данными категориями мероприятий (таблица 1) [3].

Таблица 1 – Существенные отличительные особенности спортивных и рекреационных туристских мероприятий

Категории мероприятий	Доминирующая цель	
	Рекреационный туризм	Спортивный туризм
Уровень физической активности участников	Ограниченный рамками физической рекреации: дозированный, оздоровительный	Выходящий за рамки физической рекреации
Тренировочный процесс	Специальной тренировки участников не требуется, либо она ограничивается оздоровительной тренировкой	Требуется регулярный спортивно-тренировочный процесс
Уровень риска	Обычный	Повышенный
Правила осуществления	Нет единых правил и требований к порядку осуществления мероприятий	Есть «Правила» туристских видов спорта и «Разрядные требования», внесенные в Единую спортивную классификацию

Спортивный туризм и ТПМ тесно связаны с другими видами спорта: спортивным ориентированием, скалолазанием, водным слаломом, альпинизмом, лыжным спортом и др. Связь эта носит многосторонний характер. Во-первых, она проявляется в том, что в спортивном туризме активно применяется техника иных видов спорта. Скажем техника передвижения по скальному рельефу – это техника скалолазания. Техника передвижения по горной реке и управления гребным судном – это техника водного слалома. Техника ориентирования на местности обязательно применяется в туристских походах и соревнованиях и, одновременно, составляет сущность вида спорта «спортивное ориентирование». Соответственно, сходны применяемые в туризме и связанных с ним видах спорта тренировочные технологии и подходы.

Во-вторых, участие в соревнованиях по «родственным» туризму видам спорта имеет важнейшее значение в подготовке к участию в походах и к стартам в ТПМ. Это весьма существенный компонент циклов тренировочного процесса. Например, участие в соревнованиях по спортивному ориентированию неременный компонент тренировки техники ориентирования на местности. Участие в соревнованиях по скалолазанию – компонент подготовки в технике лазания по скалам и организации страховки. В-третьих, прослеживается явная взаимосвязь и взаимовлияние нормативных баз туризма и перечисленных выше видов спорта. Скажем, заложенные в «Правила» принципы постановки дистанций в соревнованиях по ТПМ в технике водного туризма во многом основаны на принципах постановки трассы сплава в водном слаломе. Принцип присуждения спортивных разрядов и званий на основе накопления спортивного опыта аналогичен в спортивном туризме и альпинизме и т.д. [3, 4, 6, 7, 9].

Список рекомендуемой литературы

1. Ганопольский, В.И. Туристская деятельность: проблемы терминологии и пути их решения применительно к моделированию и программированию системы туристского образования / В.И.Ганопольский. – Мир спорта, 2001. - №1. – С. 18–20.

2. Вяткин, Л.Д. Туризм и спортивное ориентирование / Л.Д. Вяткин, Е.В. Сидорчук, Д.Н. Немытов; под ред. Л.Д. Вяткина. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 208 с.
3. Подлиских, В.Е. Спортивный и рекреационный туризм. Вопросы и ответы : пособие / В. Е. Подлиских, В. М. Литвинович ; Министерство спорта и туризма Республики Беларусь, учреждение образования "Белорусский государственный университет физической культуры". – Минск : БГУФК, 2013. – 143 с.
4. Федотов, Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник/ Под общ. Ред. Ю.Н. Федотова. – М.: Советский спорт, 2002. – 364с.
5. Ганопольский В.И. История спортивного туризма в Республике Беларусь. – Ресурс доступа: <http://belvirtclub.narod.ru/>. – Дата доступа 15.11.2016.
6. Курилова, В.И. Туризм / В.И. Курилова. – М: Физкультура и спорт, 2-е изд., 1998. – 182 с.
7. Лысогор, Н.А. Туризм: учебник для высших учебных заведений / Н.А. Лысогор, Л.А. Толстой, В.В. Толстая. – М.: Просвещение, 1980. – 210 с.
8. Толстой, Л.А. Туризм: учебник для высших учебных заведений / Л.А. Толстой, В.В. Толстая. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 182 с.
9. Квартальнов, В.А. Туризм: учебник / В.А. Квартальнов. – М.: Финансы и статистика, 2002. – 320 с.
10. Рекреационная география: учебно-методический комплекс/ А.С. Кусков, В.Л. Голубева, Т.Н. Одинцова. – М.: Флинта: МПСИ, 2005. – 495с.
11. Зорин И.В., Квартальнов В.А. Энциклопедия туризма: справочник / И.В. Зорин, В.А. Квартальнов. – М.: Финансы и статистика, 2003. – 368 с: ил.
12. Единая спортивная классификация Республики Беларусь от 31.08.2018. – Режим доступа: www.mst.by – 274 с.

Тема 16. ПОНЯТИЕ «ТУРИСТСКИЙ ПОХОД». КЛАССИФИКАЦИЯ, СОДЕРЖАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И СПОРТИВНЫХ ПОХОДОВ

ПЛАН ЛЕКЦИИ:

1. Поход, как разновидность путешествия; классификация туристских походов.
2. Цели и содержание спортивных походов.
3. Содержание рекреационно-познавательных и оздоровительных походов.

1. Поход, как разновидность путешествия; классификация туристских походов

Туристский поход – это короткое по продолжительности путешествие (в большинстве случаев от 1–2-х до 15–20 дней) с активными способами передвижения (пешком, на лыжах, на велосипеде, на гребных судах) по всему маршруту. Таким образом, поход это всего лишь частный случай

(разновидность) туристских путешествий, где туристы передвигаются по маршруту за счет их мышечной силы. Следовательно, иные виды путешествий, где для передвижения по маршруту туристы используют любые типы транспорта или животных (вьючных, ездовых), походом не являются [2].

Туристские походы, согласно своей цели, подразделяются на походы рекреационные (учебно-рекреационные) и походы спортивные (учебно-спортивные). Учитывая ранее указанную классификацию рекреационного туризма, рекреационные походы подразделяются на походы рекреационно-оздоровительные (оздоровительные), рекреационно-познавательные (например, экологические походы), рекреационно-спортивные (например, приключенческие). Доминирующими целями рекреационно-оздоровительных походов являются – полноценный отдых и оздоровление их участников. Перед рекреационно-познавательными походами, кроме того, ставятся еще и познавательные (образовательные) цели и задачи.

В рекреационно-спортивных походах активный отдых участников реализуется в преодолении ими относительно сложного маршрута, содержащего естественные препятствия (спортивный компонент). При этом участники похода не ставят для себя спортивных целей, не стремятся получить спортивный разряд, участвовать в официальных соревнованиях. Их цель – испытать себя в необычных, выходящих за рамки «комфорта» условиях. В учебно-рекреационных походах главной целью является обучение участников необходимой туристской технике и тактике проведения походов, а так же овладение участниками методикой проведения рекреационных походов (подготовка будущих туристских специалистов в походных условиях) [2].

Доминирующей целью спортивных походов является совершенствование возможностей участников в преодолении классифицированных маршрутов и повышение их спортивного мастерства, квалификации. Спортивные походы дополнительно классифицируются по их категории сложности. В учебно-спортивных походах, кроме того, преследуется цель обучения участников разнообразной туристской технике (технике преодоления естественных препятствий) и методике проведения спортивных походов. Учебно-спортивные походы являются непременным компонентом системы подготовки руководителей и инструкторов спортивного туризма [2, 3, 4].

На основании способа и условий передвижения рекреационные и спортивные походы подразделяются, согласно действующим в Республике Беларусь «Правилам проведения туристских походов» (в дальнейшем, «Правилам») на десять видов [10]. А именно: пешеходные, горные, лыжные, водные, велосипедные, мотоциклетные, автомобильные, конные, спелеопходы и походы на парусных судах. В дальнейшем мы будем вести речь исключительно о походах в их классическом понимании – т.е. о тех, где для передвижения по маршруту туристы используют собственные физические силы (о горно-пешеходных, лыжных, водных и велосипедных походах). Тем более что до настоящего времени в случае спортивного туризма только данные четыре вида походов включены в разрядные требования Единой спортивной классификации (ЕСК) Республики Беларусь [10].

На основании продолжительности похода (в днях) все походы можно подразделить на походы выходного дня и многодневные походы. Поход с активными способами передвижения, но не предусматривающий организации ночлега (осуществляется в течение светового дня) собственно походом не является – это т.н. туристская прогулка. Поход, предусматривающий организацию одного двух ночлегов (обычно, осуществляемый в выходные дни) принято называть походом выходного дня. Походы выходного дня организуются с целью оздоровления и отдыха участников. Кроме того, они могут преследовать учебные цели и тренировочные цели (как часть программы подготовительного периода перед осуществлением спортивных походов). Многодневные походы могут быть как рекреационными походами, так и спортивными [2, 3, 4].

2. Цели и содержание спортивных походов

Спортивные походы проводятся обязательно по классифицированным маршрутам, параметры которых устанавливаются принятыми в Республике Беларусь «Правилами проведения туристских походов» [10]. Причем, спортивные походы проводятся в десяти видах туризма, четыре из которых включены в Единую спортивную классификацию Республики Беларусь, а именно: пешеходный (горно-пешеходный), лыжный, водный и велосипедный. По форме организации и финансирования, спортивные туристские походы являются, за редким исключением, самостоятельными туристскими мероприятиями. Маршрут похода составляется самими участниками с учетом нормативных требований «Правил». Участники осуществляют и всю организационную подготовительную работу (подбирают необходимое снаряжение, составляют тактический план, финансируют путешествие и пр.).

Спортивный туристский поход, прежде всего, отличается от рекреационного похода тем, что он проводится по классифицированному маршруту. «Правилами», в зависимости от сложности заявляемого маршрута, спортивные походы подразделяются на шесть категорий сложности (походы первой категории – наименее сложные; шестой – наиболее сложные). Отнесение маршрута похода к той или иной категории сложности, а так же оценка совершенного туристской группой похода по представленному отчету осуществляются экспертными уполномоченными комиссиями (маршрутно-квалификационными комиссиями), являющимися общественными органами республиканских и местных органов управления физической культуры, спорта и туризма. Понятие «классифицированный» маршрут означает лишь то, что он имеет определенную спортивную категорию сложности.

Категория сложности спортивных походов определяется целым рядом факторов. Наибольшее значение, при этом имеет техническая сложность похода, которая в свою очередь определяется сложностью преодолеваемых на маршруте естественных препятствий. Кроме того, сложность спортивного похода определяется его количественными параметрами: протяженностью

маршрута и продолжительностью похода. Наконец, на оценку категории сложности похода оказывают существенное влияние климатогеографическая характеристика района похода, и степень «автономности» группы при совершении похода. Под «автономностью» похода следует понимать уровень объективной изоляции группы от «человеческого сообщества» (измеряется плотностью сети населенных пунктов в районе похода, количеством населенных пунктов, лежащих непосредственно на маршруте, плотностью пассажирских путей сообщения в районе похода).

Показатели «продолжительность» и «протяженность» обязательно учитываются экспертами при определении категории сложности похода, но при этом они носят контрольный характер и не являются определяющими. В таблице 2 представлены сведения о категорировании маршрутов, разработанные РТСС РБ в 2013 году [10].

Таблица 2 – Требования к параметрам маршрута (РТСС РБ 2013)

Показатель маршрута	Категория сложности					
	I	II	III	IV	V	VI
Продолжительность маршрута (t), включая дневки, дни	6	8	10	13	16	20
Протяженность маршрута (L), км	100	120	140	170	210	250
Категория трудности учитываемых (зачетных) ЛП и ПП, не ниже	н/к	н/к	1А	1А	1Б	1Б
Суммарное количество ЛП, идущих в зачет, не менее	2	3	4	5	6	6
В том числе определяющих ЛП, не менее	2х н/к	2х1 А	1х1Б	2х1Б	1х2А	2х2А
Общее количество баллов, набранных категорируемым маршрутом, не менее (КС)	5	22	70	107	222	255

ЛП – локальные препятствия, ПП – протяженные препятствия

В.И. Ганопольский [2] предложил, в частности, следующую систему определения количественных параметров горно-пешеходных и лыжных походов. Минимальная продолжительность походов в данных видах туризма, как это и принято действующими «Правилами», составляет 6 дней. С ростом категории сложности похода на единицу, данная величина возрастает на два дня (поход 2-й категории – 8 дней, 3-й категории – 10 дней и т.д.). С учетом специфики заявляемого маршрута (увеличения протяженности маршрута, сложности препятствий, запасного времени на непогоду, тактической схемы и пр.), протяженность похода может быть в той или иной степени увеличена (до 30–35 дней в походах шестой категории сложности) [2].

Классифицированными являются только участки маршрута, содержащие различные по трудности преодоления препятствия (горные перевалы, болота, фрагменты рек с порогами и пр.). Их обязательное включение в маршрут и составляет сущность его технической сложности. Классифицированные участки – это участки, содержащие локальные и (или) протяженные

естественные препятствия. Безаварийное преодоление таких участков требует от участников похода владения определенной туристской техникой (техникой передвижения, наведения переправ, страховки, ориентирования, бивака), а так же принятия правильных тактических решений [2].

Техническая сложность маршрута определяется количеством и категорией трудности, включенных в него классифицированных участков (они, как и маршруты в целом, делятся на 6 категорий трудности). «Правилами» прямо не указывается количество и категория трудности классифицированных участков, необходимых для преодоления в походах разной сложности. Данный вопрос решает окончательно маршрутно-квалификационная комиссия, выпускающая группу в поход, основываясь на имеющемся перечне эталонных маршрутов в каждом виде туризма [10].

Выбор района для спортивных походов определяют следующие критерии:

- спортивно-техническая характеристика района похода (наличие классифицированных участков, определяющих необходимую техническую сложность похода);
- соответствие района по показателям технической сложности и климатогеографическим характеристикам опыту участников предполагаемого похода;
- наличие достаточной информации о районе похода, в том числе необходимого картографического материала;
- соответствие района долгосрочным спортивным планам группы;
- широта возможностей для проложения маршрута в данном районе (в том числе широта выбора походной тактики);
- наличие в группе необходимого для похода в данном районе снаряжения и финансового обеспечения [2, 4, 6].

При разработке маршрута спортивного похода обязательно учитываются следующие факторы:

- маршрут должен быть составлен так, чтобы он соответствовал всем классификационным требованиям, предъявляемым к походу данной категории сложности (требованиям по протяженности, продолжительности и технической сложности);
- маршрут должен быть логичным, т.е. должен быть составлен так, чтобы набор естественных препятствий органично «вписывался» в нитку маршрута;
- маршрут должен являться основой тактического плана (быть линейным, кольцевым или комбинированным; определять пункты продуктовых и иных забросок, определять какие естественные препятствия будут преодолеваются с полной выкладкой, а какие радиально, налегке и т.д.);
- маршрут – основа календарного плана похода. Он должен учитывать требования постепенности возрастания физической нагрузки для участников и постепенности в наборе технической сложности;

– при составлении маршрута следует учитывать возможности для экстренного схода с маршрута и выхода в населенные места (например, для оказания пострадавшим квалифицированной врачебной помощи).

В отличие от рекреационных походов, порядок комплектования спортивной группы обусловлен требованиями «Правил». Спортивные туристские группы формируются на добровольных началах из людей, объединенных общими спортивными интересами и обладающими спортивно-техническим опытом и уровнем подготовки, соответствующими сложности заявляемого к прохождению маршрута и необходимыми для успешного и безаварийного совершения похода. «Правила» спортивного туризма определяют, что только участники походов 1-й и 2-й категорий сложности могут быть новичками в туризме. Участники походов 3-й – 6-й категорий сложности непременно должны иметь опыт походов предыдущих категорий сложности в том же виде спортивного туризма.

В спортивных походах 1-й к.с. согласно «Правилам» могут участвовать туристы, начиная с возраста 13 лет, а в походе 6-й к.с. – начиная с возраста 18 лет. Руководить походом 1-й к.с. могут туристы, имеющие необходимый туристский опыт, начиная с возраста 18 лет. Походом 6-й категории сложности могут руководить туристы, начиная с возраста 20 лет.

Туристская группа обладает определенной структурой, основанной на постоянном или временном распределении обязанностей на началах добровольности и самоорганизации. «Правилами» ясно определена одна обязанность в группе – руководитель похода, несущий ответственность (в том числе уголовную) за безопасность участников, организацию и проведение похода в целом. Им должен быть авторитетный, опытный, требовательный человек, обладающий организаторскими способностями и необходимым туристско-спортивным опытом. Руководитель похода 1-й к.с. должен иметь как минимум опыт участия в соответствующем походе, а руководители походов последующих категорий – опыт участия в походах данной к.с. и руководства походом предыдущей категории сложности. Туристская группа сама выбирает своего руководителя.

В обычной практике совершения спортивных походов принято участникам похода вменять следующие обязанности: завхоз, санинструктор, ответственный за ремонт снаряжения (ремонтник), ответственный за фотоотчет (фотограф), специалист по ориентированию на маршруте (штурман), казначей группы и ряд других. Назначения проводит руководитель группы в подготовительный период, причем «должности» завхоза, санинструктора, ремонтника присутствуют в группе практически всегда; остальные – по решению руководителя.

Основной документацией спортивной группы является маршрутная (заявочная) книжка похода и отчет о проведении спортивного похода. Маршрутная книжка заполняется перед походом и является заявочным документом группы: рассматривается, наряду с иными материалами маршрутно-квалификационной комиссией, для принятия решения о выпуске группы на маршрут [2, 3, 4, 6, 8, 9, 10, 11].

3. Содержание рекреационно-познавательных и оздоровительных походов

Среди рекреационных походов мы в данной лекции рассмотрим только оздоровительные (рекреационно-оздоровительные) походы, как наиболее массовую их разновидность. Активный отдых может осуществляться при содействии туристских организаций и самостоятельным образом, он может быть продолжительным и не очень (выходные дни), но, в любом случае, он требует определенных навыков в организации и проведении.

К организации и проведению оздоровительных походов в общем случае не предъявляются, какие либо стандартные, установленные нормативными документами требования, кроме случая походов с учащимися [6, 7]. Для походов с учащимися Министерством образования подготовлена специальная «Инструкция по организации и проведению походов и экскурсий с учащимися». Этот документ направлен в целом на соблюдение требований техники безопасности участниками и руководителями походов, определяет их права и обязанности в походе. Ни этим, ни иными нормативными документами не регламентируются количественные параметры оздоровительного похода (продолжительность похода и протяженность маршрута), выбор района похода, комплектование походной группы, выбор снаряжения, порядок питания участников в походных условиях и т.д. Это определяют сами организаторы похода (туристские фирмы или руководители самостоятельных походов), исходя из поставленных перед походом целей и задач, требований безопасности, наличия организационных и материальных ресурсов и пр. Таким образом, сама эффективность достижения целей каждого конкретного похода будет диктовать основные требования к его организации и проведению [6].

В период подготовки оздоровительного похода, туристы решают целый ряд организационных вопросов. Среди них выделяют следующие вопросы и мероприятия [2, 3, 5, 9]:

- выбор района похода;
- разработка маршрута похода (нитки маршрута);
- комплектование походной группы и распределение обязанностей в походной группе;
- составление плана похода;
- выбор необходимого походного снаряжения;
- составление походного рациона питания и определение походного режима питания;
- оформление походной документации (при необходимости).

При выборе района проведения похода следует учитывать, прежде всего, поставленные перед походом цели и задачи, состав конкретной походной группы (возраст, состояние здоровья, мотивы и пожелания участников), объем свободного времени, которым располагают участники похода. Для оздоровительных походов выбирается район, обладающий высоким

рекреационно-туристским потенциалом, который позволит наилучшим образом выполнить задачи оздоровления, полноценного отдыха участников в природной среде. Под рекреационным потенциалом территории понимают при этом совокупность природных и социокультурных предпосылок для организации рекреационной деятельности [3]. С рекреационными задачами могут успешно сочетаться и познавательные задачи – расширение кругозора участников, их знаний природы, культурно-исторического наследия предков и пр. Обычно такие походы совершаются «по родному краю» и преследуют, в том числе, краеведческие цели.

Выбор района оздоровительного похода продиктован, в частности, наличием в нем природных рекреационных ресурсов – природных явлений, процессов или отдельных элементы географической среды, которые могут быть использованы для организации рекреационного похода [9, 11]. В условиях Беларуси в качестве территорий, обладающих богатыми природными рекреационными ресурсами, выступают территории с благоприятным климатом, наличием высококачественных лесов (преимущественно сосновых), чистых рек и озер, эстетически привлекательных ландшафтов, минеральных вод. Кроме того, он определяется наличием целевых рекреационно-познавательных объектов посещения, которые вызовут наибольший интерес у участников похода. К таким объектам можно отнести, например, участки маршрута с уникальными ландшафтами, живописные озера или группы озер; реки, привлекательные участки лесных массивов или особые лесные фитоценозы (светлые сосновые боры с ягодниками, рощи из широколиственных пород деревьев) и т.д. [2, 3, 4, 5, 9, 11].

В районе похода должны иметься удобные пункты для подъезда к началу маршруту и пункты отъезда от окончания маршрута. Район похода должен иметь хорошую «проходимость» – желательно, чтобы он включал достаточно густую сеть пригодных для осуществления пешего, велосипедного похода лесных, полевых дорог и троп. В таком случае участники, при движении по маршруту, с одной стороны, не будут испытывать физических и эмоциональных перегрузок, а с другой стороны, не будут нарушать естественный почвенно-растительный покров леса, вытаптывая новые тропы. Кроме указанных критериев, район похода должен содержать достаточное количество источников чистой воды для организации питания; места, удобные для организации ночлега и отдыха туристов (в том числе оборудованные туристские стоянки). Наиболее распространенная разновидность оздоровительных походов – это походы в течение выходного дня. Поэтому ограниченность походного времени так же накладывает отпечаток на выбор района похода: выбираются рекреационные районы из числа близлежащих к месту жительства участников.

После выбора района похода, по имеющемуся картографическому материалу и иной информации, разрабатывают конкретный маршрут похода (нитку маршрута). Нитка маршрута, разработанная по топографической карте района похода, включает следующую совокупность ориентиров: пункт старта, опорные ориентиры дневных переходов, места организации туристских

биваков, целевые рекреационные и (или) спортивные объекты и пункт финиша. Данные ориентиры последовательно объединяются на карте линией в очередности их посещения (преодоления) на маршруте. В случае маркированных маршрутов (например, маркированных маршрутов экологических походов, экскурсионных экологических троп) нитка маршрута не только нанесена на карту, но так или иначе обозначена (маркирована) на местности [2, 3, 5].

При разработке маршрута вновь главными факторами, которые принимаются во внимание, являются цели оздоровления, отдыха, познания. Готовый маршрут должен способствовать наиболее эффективному, без лишних физических, организационных, финансовых затрат, их достижению.

Выбор района похода и разработка маршрута это определяющие задачи подготовительного периода. При разработке маршрута рекреационного похода выполняется следующая работа с топографической картой и иными информационными материалами:

- определяется необходимая протяженность маршрута (с учетом состава группы, намеченных целей похода);

- из всех присутствующих в районе похода, выбираются конкретные рекреационно-познавательные целевые объекты посещения;

- определяются конкретные удобные для достижения намеченных рекреационно-познавательных объектов посещения пункты приезда (пункты начала маршрута) и пункты отъезда группы с маршрута;

- определяются места организации биваков и больших привалов, которые должны в максимальной степени удовлетворять задачам безопасности, отдыха и оздоровления участников, а так же выполнению экскурсионно-познавательных задач;

- определяется тактическая схема маршрута (линейная, кольцевая, с участками радиального движения);

- определяются пути достижения намеченных главных рекреационно-познавательных объектов и пунктов организации обеденных привалов и биваков (собственно трасса движения группы);

- маршрут, вследствие выше указанных действий, разбивается на отдельные, посильные для участников, дневные переходы определенной протяженности;

- на дневных переходах намечаются опорные ориентиры для точного движения по маршруту (точечные, линейные, площадные) [4].

Особо отметим, что нитка маршрута оздоровительного похода обычно не включает классифицированных естественных препятствий. Тем не менее, нельзя говорить о том, что маршрут рекреационного похода обязательно должен быть «избавлен» от препятствий, но маршрут рекреационного похода не должен включать технически-сложных препятствий, преодоление которых требует особенных спортивных умений и навыков.

Организация туристского похода непременно включает и комплектование группы. В случае рекреационных походов, нормативные ограничения по

составу группы существуют для походов с учащимися (регламентируются вышеупомянутой «Инструкцией» Министерства образования). Инструкцией, в частности, определено количество учащихся при проведении походов – их в группе должно быть не менее шести. Кроме того, определен минимальный возраст, с которого учащиеся допускаются к участию в походе – шесть лет. В иных случаях, каких либо нормативных ограничений по составу туристской группы нет [6, 7].

Группа оздоровительного похода формируется на основе общности интересов и желания принять участие в конкретном туристском мероприятии. В случае походов выходного дня и многодневных рекреационно-оздоровительных походов ограничением может служить состояние здоровья участников (оно должно позволять переносить физические нагрузки похода). Рекомендуются комплектовать группу из участников примерно одного возраста и социального статуса (тогда достигается общность интересов и легкость общения). Например, можно создать школьную, студенческую, семейную группу и пр. В то же время сходную мотивацию к участию в походе (например, знакомство с природной средой родного края) могут иметь люди различных возрастов и профессий, что позволяет успешно комплектовать группу «широкого» социально-демографического спектра. В то же время из туристской практики известно, что эффективность управления группой и достижения целей похода будет максимальной, если группа туристов не превышает 12–15 участников. В случае более массовых походов, всю походную группу желательно разделить на «отделения» со своими туристскими руководителями (инструкторами) [2, 4].

При любой форме организации оздоровительного похода (самодеятельной, коммерческой, социальной) в группе существует формальный или не формальный руководитель, который берет на себя ответственность за успешное его проведение. Когда поход осуществляет туристская организация, руководитель назначается официальным образом (приказом по организации). «Инструкцией» регламентируется, что руководителем похода с учащимися обязательно должен быть педагогический работник учреждения образования, проводящего поход, имеющий опыт участия в многодневных походах [6, 7]. В проводимых туристскими организациями рекреационно-познавательных походах с группой, кроме руководителя, может работать гид-проводник или экскурсовод. Иные участники, в отличие от спортивного похода, о котором речь пойдет ниже, могут в принципе не иметь никаких особых ролевых функций, или, по договоренности, выполнять обязанности завхоза, санинструктора, фото-кинодокументалиста и т.д. [4, 5, 7, 8].

Календарный план-график – это важнейший элемент плана похода; это график движения группы по маршруту и график осуществления запланированных походных мероприятий. В частности, именно план-график определяет дату и время прибытия к началу маршруту и отъезда от конечной точки маршрута; количество, даты и места организации дневков и полудневков на маршруте, даты ночевков в намеченных пунктах и протяженность определенных дневных переходов. Кроме того, план-график определяет сроки посещения и

время, затрачиваемое на отдых на рекреационных объектах; сроки и время, затрачиваемое на проведение экскурсий и рекреационных мероприятий (соревнований, игр, пляжно-купального отдыха и пр.). План-график – это один из компонентов эффективного достижения намеченных целей похода. Грамотно составленный план-график движения по маршруту учитывает конкретные особенности группы (возрастной состав, физические возможности участников, их интересы и пр.), необходимые физические нагрузки (по объему и интенсивности) и основан на разработанном маршруте похода.

Самодеятельный оздоровительный поход (поход выходного дня) может проводиться без всякой специальной документации (нормативных требований нет). В качестве проводящей поход организации могут выступать туристские фирмы (туроператоры), Центры туризма и краеведения учащейся молодежи, туристские клубы, физкультурно-оздоровительные центры и т.д. [2, 3, 4, 5]. В этом случае формальным подтверждением того, что в поход отправляется организованная туристская группа, служит маршрутный лист [10].

Список рекомендуемой литературы

1. Ганопольский, В.И. Туристская деятельность: проблемы терминологии и пути их решения применительно к моделированию и программированию системы туристского образования / В.И. Ганопольский. – Мир спорта, 2001. - №1. – С. 18–20.

2. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. для ин-тов и техникумов физ. культуры / [сост. В. И. Ганопольский]. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 240 с.

3. Вяткин, Л. Д. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / Л. А. Вяткин, Е. В. Сидорчук. – 5-е изд., испр. – М. : Академия, 2013. – 221 с.

4. Подлиских, В. Е. Спортивный и рекреационный туризм. Вопросы и ответы : пособие / В. Е. Подлиских, В. М. Литвинович ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2013. – 143 с.

5. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник / Под общ. Ред. Ю.Н. Федотова. – М.: Советский спорт, 2002. – 364с.

6. Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися. – Постановление Министерства образования Республики Беларусь от 3.12.2002 г. № 50.

7. Константинов, Ю.С. Организация и проведение туристских походов с учащимися [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Г.И. Зорина, А.Г. Маслов, Ю.С. Константинов. – М. : Советский спорт, 2011 .— 208 с. : ил. – (Профессиональное туристское образование) .— ISBN 978-5-9718-0548-9 . – Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/271122>.

8. Курилова, В.И. Туризм / В.И. Курилова. – М: Физкультура и спорт, 2-е изд., 1998. – 182 с.

9. Лысогор, Н.А. Туризм: учебник для высших учебных заведений / Н.А. Лысогор, Л.А. Толстой, В.В. Толстая. – М.: Просвещение, 1980. – 210 с.

10. Правила вида спорта «Туризм спортивный» / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. турист.-спортив. союз. – Минск : РУМЦ ФВН, 2017. – 127 с.

11. Толстой, Л.А. Туризм: учебник для высших учебных заведений / Л.А. Толстой, В.В. Толстая. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 182 с.

СЕМЕСТРОВЫЙ МОДУЛЬ 4
Содержательный модуль 4
Туризм

**Тема 27. ТУРИСТСКИЕ СОРЕВНОВАНИЯ И ИХ
КЛАССИФИКАЦИЯ. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ МАССОВЫХ
ТУРИСТСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ**

ПЛАН ЛЕКЦИИ

1. Определение туристских соревнований как особой формы мероприятий в спортивно-оздоровительном туризме. Классификация туристских соревнований.
2. Содержание комплексной дистанции учебно-контрольных соревнований.
3. Виды и содержание дистанций туристских соревнований школьников.
4. Цели и содержание соревнований на туристских слетах.
5. Цели и содержание рекреационно-спортивных туристских соревнований («мультигонки», корпоративные тренинги).

1. Определение туристских соревнований как особой формы мероприятий в спортивно-оздоровительном туризме. Классификация туристских соревнований

Кроме походов существует еще одна не менее, если не более массовая форма проведения активных туристских мероприятий – это соревнования туристов. Соревновательная деятельность в туризме весьма разнообразна. Существенными основаниями для классификации служат при этом: цели проведения соревнований; социально-демографический состав участников соревнований, форма проведения соревнований, масштаб соревнований, техника видов туризма по способу передвижения [1, 3].

Как и в случае классификации туристской деятельности в целом, системообразующим, важнейшим основанием для классификации туристских соревнований являются их цель. Общую систему туристских соревнований можно разделить на две подсистемы: спортивно-туристские соревнования (СТС) и рекреационно-туристские соревнования (РТС). Главной целью участников спортивно-туристских соревнований является совершенствование их мастерства в технике туризма и рост их спортивной квалификации (выполнение требований для присуждения очередных спортивных разрядов и званий). Главной целью рекреационных туристских соревнований является активный отдых участников, максимально полное восстановление их физических, духовных, интеллектуальных сил и возможностей. Когда речь идет о соревнованиях туристов (независимо от их главной цели), то спортивная составляющая в том или ином объеме присутствует в данных мероприятиях всегда [1, 3, 10].

Детализируя подсистему спортивно-туристских соревнований, выделяют в ней соревнования туристов в виде спорта «спортивный туризм» и соревнования в виде спорта «туристско-прикладное многоборье», а так же учебно-спортивные соревнования школьников и студентов. Детализируя подсистему рекреационных туристских соревнований, выделяют в ней спортивно-рекреационные соревнования (например, соревнования в рамках туристских слетов разного масштаба, туристские марафоны и пр.) и рекреационно-спортивные (развлекательные) соревнования (корпоративные туристские слеты, тренинги по командообразованию «веревочные курсы» и пр.).

Исходя из социально-демографического состава участников, выделяют, например, туристские соревнования школьников, туристские студенческие соревнования. В рамках вида спорта ТПМ проводят чемпионаты разного масштаба среди юношей и взрослых. Согласно форме проведения, среди туристских соревнований можно выделить очные (чемпионаты, первенства, кубковые встречи, состязания в рамках туристских слетов) и заочные (походы) соревнования. По масштабу (региональному представительству участников) соревнования туристов можно подразделять на соревнования районные, городские, областные, республиканские, международные.

Кроме официальных соревнований (чемпионатов, первенств, кубковых встреч и т.д.) в спортивном туризме выделяют и так называемые учебно-контрольные соревнования. Определим, что учебно-контрольные соревнования – неперенный компонент обучения учебной дисциплины «Туризм» в учреждениях общего среднего и высшего образования.

Главная цель учебно-контрольных соревнований – контролировать и совершенствовать достигнутый туристами в процессе тренировок и обучения дисциплине «Туризм» уровень специальной туристской подготовки. Одновременно такие соревнования являются и эффективным средством обучения туристской технике и тактике, так как заставляют работать учащихся в обстановке приближенной к настоящим походным условиям: с преодолением характерных для данного вида похода естественных препятствий в условиях дефицита времени. Таким образом, учебно-контрольные соревнования не являются официальными стартами; их результаты не служат основанием для присвоения очередных разрядов и званий участникам.

Задачами учебно-контрольных соревнований являются закрепление и оценка полученных учащимися знаний, умений и навыков в различных компонентах туристской техники. А именно:

- оценка ЗУН в индивидуальной технике передвижения по естественным препятствиям с обеспечением страховки и самостраховки;
- оценка ЗУН в индивидуальной технике ориентирования;
- оценка ЗУН в командной технике туристского бивака;
- оценка ЗУН в командной технике транспортировки «пострадавшего» подручными средствами [1, 3, 5, 6, 7].

2. Содержание комплексной дистанции учебно-контрольных соревнований

Дистанция – это оборудованный для проведения соревнований, обозначенный на естественном рельефе, искусственных сооружениях маршрут или система маршрутов с установленными техническими этапами. По условиям соревнований, в случае, если дистанция достаточно протяженная, ее маршрут наносится на карту местности, которую выдают участникам на старте. Технический этап – основной элемент дистанции, на котором соревнующиеся участники выполняют заданное условиями соревнований определенное технико-тактическое задание. Название этапа обычно соответствует типу препятствия, характеру рельефа на котором он установлен, с указанием специфики действия («Траверс склона»; «Транспортировка пострадавшего на вязаных носилках»; «Навесная переправа через реку» и др.) [11].

Программа обучения туризму в школе, описанная В.И. Ганопольским [1, 5] предусматривает поэтапное обучение школьников разного возраста всем компонентам туристской техники в объеме, соответствующем начальному или базовому уровню туристского образования. Учащиеся постигают основы ориентирования на местности: учатся читать карту и двигаться в заданном направлении с чтением карты; осваивают технику измерения азимутов и движения по азимуту и т.д. Они получают первичные умения и навыки в технике преодоления характерных для походов естественных препятствий: «горных» склонов, водных преград, заболоченных участков местности и т.д. При этом особое внимание на начальном этапе обучения уделяется технике самостраховки туристов на склонах и переправах с использованием веревочных перил, альпенштока, лыжных палок. Кроме того, программа начального этапа туристской подготовки предусматривает освоение учащимися элементарных командных навыков организации лагеря в полевых условиях: навыков сборки, установки и демонтажа палаток, разжигания костра, приготовления горячего питания. Определенное внимание уделяется и технике спасательных работ: учащиеся приобретают умения и навыки транспортировки «пострадавших» с помощью разнообразных подручных средств [1, 2, 3, 5, 11].

В соответствии с программой, для каждой возрастной группы школьников предусмотрены контрольные упражнения разной сложности в вышеперечисленных компонентах техники туризма. По существу каждое упражнение в определенной технике туризма можно рассматривать, как технический этап, а совокупность всех упражнений в различных «техниках» – является комплексной дистанцией учебно-контрольных соревнований. Например, содержание контрольных упражнений и комплексной дистанции учебно-контрольных соревнований школьников 4–5 и 8–9 классов представлено в таблице 3 [5].

Таблица 3 - Содержание контрольных упражнений по туристско-прикладным навыкам (По В.И. Ганопольскому)

Группа учащихся	Упражнения в технике ориентирования	Упражнения в технике передвижения и страховки	Упражнения в технике транспортировки и пострадавшего	Упражнения в технике туристского бивака	Суммарная исходная оценка (баллы)
Учащиеся 4–5 классов	Азимутальное ориентирование – 2КП, длина этапа 0.3-0.4 км. Исходная оценка – 2 балла	Вязка узлов – узлы прямой и проводник. Исходная оценка – 2 балла. Переправа по бревну с перилами (над условным ручьем), 3м; исходная оценка – 2 балла	Транспортировка «пострадавшего» на носилках из двух шестов и двух курток; ровный участок местности протяженностью 0.2 км. Исходная оценка – 2 балла	Установка палатки. Исходная оценка – 2 балла	10
Учащиеся 8–9 классов	Ориентирование в заданном направлении (4 КП, длина этапа 1.5-1.8 км). Исходная оценка – 4 балла. Или ориентирование по выбору – 4 КП, длина этапа 1.0-1.5 км.	Вязка узлов – узлы встречный, брамшкотовый, восьмерка (одним концом), двойной проводник, схватывающий (одним концом). Исходная оценка – 6 баллов. Подъем и спуск по склону с перепадом высот 10-15м, с использованием перильных веревок с самостраховкой схватывающими узлами, с перестежкой. Исходная оценка – 4 балла. Переправа по бревну через реку с самостраховкой скользящим карабином на перилах. Исходная оценка – 3 балла.	Транспортировка «пострадавшего» на вязаных носилках; ровный участок местности – 0.3 км; участок подъема с перепадом высот 10-15м и протяженностью 0.1 км. Исходная оценка – 4 балла	Установка, снятие и упаковка палатки; разведение костра. Исходная оценка – 4 балла	25

Постановка и проведение соревнований на комплексной дистанции – оптимальный метод организации учебно-контрольных соревнований и контроля достигнутого уровня владения туристской техникой. Дело в том, что

при планировании комплексной дистанции педагог учитывает ряд важнейших принципов, которые позволяют достичь главную цель соревнований – эффективно контролировать достигнутый учащимися уровень владения элементами туристской техники. Во-первых, контрольные упражнения комплексной дистанции, так или иначе, оценивают все компоненты туристской техники. Во-вторых, выбор педагогом контрольных упражнений для постановки дистанции прямо зависит от возраста и уровня подготовленности (туристского опыта) учащихся. Упражнения дистанции должны быть доступны для выполнения средне подготовленному учащемуся в каждой возрастной категории и должны усложняться в соответствии с увеличением срока обучения и возраста школьников. Например, упражнения (этапы) в технике ориентирования могут быть представлены в комплексной дистанции тремя видами: азимутальное ориентирование, ориентирование по выбору, ориентирование в заданном направлении. В азимутальном ориентировании учащиеся младших классов проходят этап с компасом по заданным им направлениям (азимутам) и расстояниям. Такое упражнение способствует закреплению элементарных навыков движения по заданному азимуту. В ориентировании по выбору участники проходят маршрут, выбранный ими самостоятельно, и берут заданное по условию соревнований количество контрольных пунктов (КП) (при этом число установленных на местности КП в 1,5–2 раза превышает их заданное число). Здесь участники ориентируются с чтением карты и сами определяют оптимальный путь и технику движения к контрольным пунктам. При этом, однако, у них имеется возможность выбора наиболее «легких» для поиска с их точки зрения КП. Этап ориентирования в заданном направлении жестко определен поставленными на местности контрольными пунктами. Он наиболее сложен. Каждый участник должен обнаружить все установленные на этапе КП в заданной последовательности. Упражнения в ориентировании по выбору и в заданном направлении направлены на оценку и закрепление комплекса умений и навыков использования различных приемов ориентирования: от движения по азимуту – до движения с чтением карты. В данных случаях участник соревнований сам выбирает оптимальные с его точки зрения приемы ориентирования для преодоления технического этапа. Содержание контрольных упражнений по технике ориентирования на местности на учебных соревнованиях школьников (студентов) различного возраста и туристской подготовки представлено в таблице 4 [1, 5].

Таблица 4 - Содержание контрольных упражнений по технике ориентирования на местности

Группы школьников, сдающих нормативы	Содержание упражнения	Исходная оценка (баллы)
Учащиеся 4–5 классов	Азимутальное ориентирование (2 КП). Длина дистанции 0.3–0.4 км.	2
Учащиеся 6–7 классов	Азимутальное ориентирование (3 КП).	3

	Длина дистанции 0.4–0.5 км или ориентирование по выбору – 3 КП, длина дистанции 0.6-0.8 км.	
Учащиеся 8–9 классов	Ориентирование в заданном направлении (4 КП), длина дистанции 1.5–1.8 км.	4
Учащиеся 10–11 классов	Ориентирование в заданном направлении (5 КП), длина дистанции 1.8–2 км.	5

Тот же принцип соответствия содержания упражнений туристскому опыту и подготовке участников применяется и при планировании других упражнений. Так в технике передвижения и страховки этапы контрольных соревнований на самых ранних этапах обучения оценивают лишь технику передвижения по простейшим препятствиям (например, технику движения по бревну через условный ручей). В старшем школьном возрасте для преодоления естественных препятствий на дистанции учащиеся применяют уже не только технику передвижения, но и технику самостраховки на веревочных перилах и т.д.

В-третьих, комплексная дистанция оценивает уровень владения участниками как индивидуальной, так и командной туристской техникой. В частности у учащихся разных классов контроль над владением индивидуальной техникой осуществляется в рамках упражнений по ориентированию на местности, преодолению склонов и переправ. Напротив, в упражнениях по транспортировке пострадавшего подручными средствами, организации бивака (установка и демонтаж палатки, разжигание костра, кипячение воды на костре) оцениваются соответствующие командные умения и навыки туристов [1, 5].

3. Виды и содержание дистанций туристских соревнований школьников

Комплексная дистанция контрольных соревнований – это в обычном случае маршрут определенной протяженности, проведенный на местности с естественными (искусственными) препятствиями, включающий вышеуказанный ряд технических этапов (упражнений).

При выборе местности для постановки дистанции, преподаватель (тренер) руководствуется в общем случае следующим [5]:

- выбор местности определяется наличием на данный район цветной спортивной карты масштаба 1: 10 000–1:20 000 (для постановки этапа ориентирования);

- местность должна содержать, необходимый «набор» естественных препятствий: склоны, водные препятствия;

- местность (параметры естественных препятствий, сложность ориентирования и, соответственно, карты соревнований) должна соответствовать начальным навыкам и умениям участников в технике туризма;

– район постановки дистанции (особенно район этапа ориентирования) не должен включать потенциально опасных участков: железнодорожных путей, автомагистралей, труднопроходимых болот и пр.

Непосредственно при планировании дистанции учебно-контрольных соревнований надо стремиться к следующему:

– содержание дистанции (технических этапов) должно соответствовать вышеуказанным (таблицы 3, 4) параметрам и требованиям по оценке туристской техники у школьников разных возрастных групп. Все ее этапы по определению должны быть преодолимыми для прошедших соответствующую туристскую подготовку участников;

– дистанция должна быть предельно безопасной;

– дистанция должна обслуживаться минимумом судей (преподавателем и судьями, выбранными из числа учащихся).

Группы учащихся последовательно выполняют заданные упражнения на местности, при этом они же по очереди выступают или в качестве участников, или в качестве судей. Время прохождения дистанции в целом никак не оценивается; учитывается лишь время преодоления участниками и командами отдельных этапов дистанции. Соответственно дистанция не содержит общепринятых участков старта, финиша для дистанции в целом. Старт и финиш осуществляется на месте выполнения каждого отдельного упражнения.

Сама схема расположения этапов на дистанции диктуется местонахождением подходящих естественных препятствий и подходящих участков для постановки этапов ориентирования. Контрольные соревнования направлены, прежде всего, на оценку технической, а не физической подготовленности учащихся. Поэтому протяженность дистанции не играет существенной роли (четко должны соблюдаться лишь параметры протяженности этапов ориентирования). Остальные упражнения могут выполняться на ограниченном участке местности, если соответствующие естественные препятствия располагаются вблизи друг от друга. В целом, не следует увеличивать протяженность дистанции свыше трех километров для детей старшего школьного возраста и свыше полутора километров для младших школьников. Обычно для оценки туристской техники достаточно простой последовательности заданных технических этапов, компактно расположенных на местности (полоса препятствий). Последовательность выполнения упражнений может быть произвольной. В принципе, не исключается работа команд одновременно на различных этапах дистанции, если есть возможность организации соответствующего судейства [5].

Технические этапы располагаются на естественных или искусственных препятствиях в соответствии с техническими заданиями. Например, этап преодоления склона – на склоне оврага, на искусственной скальной стенке; этап преодоления водного препятствия – на ручье, на реке и т.д. Важно, чтобы параметры выбранных для установки этапа препятствий соответствовали подготовке тестируемых участников (их потенциальным умениям и навыкам) и целям соревнований. Для этого каждой возрастной группе тестируемых определены средние параметры различных технических этапов (протяженность

этапа, количество КП, крутизна и протяженность склона, примерная длина бревна при переходе через реку и т.д.). Важно, чтобы и сами технические задания соответствовали возрасту и уровню готовности участников соревнований (таблицы 3, 4).

Технические этапы планируются с обязательным учетом требований по безопасности. С этой точки зрения, важно, во-первых, удачно выбрать место постановки этапа и соблюсти принятые параметры соответствующих естественных препятствий (таблицы 3, 4). Во-вторых, следует провести тщательную предварительную подготовку этапов с точки зрения их безопасности. Особое внимание следует обратить на выбор местности для постановки этапов ориентирования. В данном случае участники с разным уровнем начальной подготовки работают на протяженном участке дистанции «безнадзорно» со стороны преподавателя и могут элементарно заблудиться. Чтобы этого избежать для установки КП следует выбрать район с очевидными ориентирами-ограничителями движения на этапе, и довести соответствующую информацию до участников. Перед стартом этапа участникам следует так же указать «аварийное» направление движения, пользуясь которым они неминуемо выйдут на ясный линейный ориентир (дорогу, просеку и пр.), ведущий до места старта этапа. На этапах преодоления склона судьями (преподавателем) проводится предварительная подготовка: удаляются «живые» камни со склонов, опасные сучья и пр. Бревно, уложенное через водное препятствие, надежно закрепляется. Если на этапе навесной переправы (для учащихся 10–11 классов) натянутые, перильные веревки расположены высоко от поверхности земли (1,5–2 м и более), следует на опоры для закрепления перил повесить вспомогательные петли, чтобы облегчить участникам процесс «водружения» на транспортную веревку, и обеспечение самостраховки [5].

До начала соревнований этапы маркируются: обозначаются точки начала и окончания этапа; опасные, безопасные и рабочие зоны; коридоры движения; опоры, необходимые для организации страховки и пр. Не следует пренебрегать маркировкой, во избежание ненужных конфликтов с участниками соревнований и субъективизма в судейских решениях. Особенно тщательно следует обозначить границы опасной зоны (в пределах которой участнику требуется страховка). Хорошо, если эти границы будут естественными и, соответственно, понятными для участников (например, берег реки при преодолении навесной переправы). Однако сама конфигурация препятствий на учебных соревнованиях новичков (например, пологий склон) далеко не всегда позволяет определить естественные границы опасной зоны. Тогда необходимо применить и надежно закрепить маркировочную ленту («волчатник»).

При непосредственной постановке этапов на местности следует учитывать все возможности для оптимизации дистанции – добиться наиболее быстрого движения участников и команд по дистанции без потери качества оценки их техники. Примером такой оптимизации является организация движения на этапах по параллельным, равноценным маршрутам, что позволяет одновременно преодолевать этап двум командам (участникам). Так

относительно просто сделать равноценные спуски со склона с самостраховкой спортивным способом, навесные переправы через водные препятствия, маршруты движения через ручей по бревну. Примером оптимизации дистанции является так же известный метод постановки «кругового этапа» азимутального ориентирования. Контрольные пункты на этапе ориентирования по азимуту устанавливаются таким образом, чтобы они располагались по кругу, с единой точкой старта и финиша, размещенной в условном центре этого круга. Тогда старт могут принимать одновременно несколько участников (в том числе, участники из разных команд). Они преодолевают одну и ту же дистанцию, начиная с разных контрольных пунктов (Старт – 1 КП – 2 КП – 3 КП – 4 КП – Финиш; Старт – 2 КП – 3 КП – 4 КП – 1 КП – Финиш и т.д.), что позволяет ускорить преподавателем оценку данного упражнения [1, 5, 10, 11].

Статус учебных соревнований не предполагает разработки положения о соревнованиях, их финансирования. В обычном случае состав участников соревнований ограничен составом учебной группы или класса (нескольких групп, классов) одного учебного заведения. Соревнования проводятся в течение одного дня, не требуют размещения команд в палатках, гостиницах.

Все необходимые сведения о дистанции (последовательность преодоления этапов, порядок и условия их преодоления, порядок маркировки этапов и пр.) преподаватель сообщает участникам до начала соревнований. Последовательность старта команд (участников) на этапах определяется жеребьевкой. В протокол каждого технического этапа заносится название команды (ФИО участников команды) и соответствующий стартовый номер; отмечается общее время, затраченное на преодоление командой (участниками) этапа; фиксируются технические ошибки (соответствующие штрафные баллы).

Специфика учебных соревнований состоит в том, что участники не только демонстрируют свой уровень технической туристской подготовки, но и обучаются судейству туристских соревнований. Идеально организованные учебные соревнования те, когда каждый выступает как в роли участника, так и в роли судьи. Преподаватель планирует дистанцию (определяет расположение и последовательность этапов, находит подходящие естественные препятствия и определяет их сложность (исходную оценку в баллах)). Он же в целом отвечает за проведение соревнований и определение их результатов (проверяет проведенные расчеты и утверждает результаты соревнований). Судья-секретарь, исходя из представленных судейских протоколов отдельных этапов, рассчитывает окончательные результаты соревнований. Судьи на этапах соревнований фиксируют время преодоления этапа участниками, отмечают технические ошибки участников в виде штрафных баллов. После преодоления этапа всеми участниками (командами) они предоставляют итоговый протокол преодоления этапа судье-секретарю [1, 5, 10].

4. Цели и содержание соревнований на туристских слетах

Важная составная часть массовой работы по туризму - организация и проведение туристских слетов и соревнований. Туристские слеты и,

проводимые в программе, соревнования и конкурсы преследуют различные цели и решают разнообразные задачи.

Туристские слеты - это соревнования спортсменов и не спортсменов (корпоративных команд) в туристской технике, тактике, проводимые в лесных массивах, зонах отдыха. Слет для не корпоративных команд может проходить в виде игр, фестивалей с конкурсами и развлекательными мероприятиями.

Программа туристского слета любого ранга включает две группы мероприятий: массово-идеологические и спортивные. Первую группу составляют: встречи с ветеранами Великой Отечественной войны и труда, митинги, манифестации, конференции туристского актива, творческие конкурсы (военно-патриотической и туристской песни, кинофильма, фотографии, отчета о походе, боевого листка, бивака, командной эмблемы и т. д.). Ко второй группе относятся спортивные соревнования. В зависимости от задач слета, его ранга, уровня подготовленности участников, а также опыта судей – постановщиков дистанций программа соревнований на слете может включать самые разнообразные виды.

Туристская полоса препятствий (или туристская эстафета) включает элементы техники, характерной для пешеходного, лыжного, водного или велотуризма. Например: различные виды переправ (вброд, по кладу, навесная), подъемов и спусков по крутым склонам, различные способы транспортировки «пострадавшего».

Комбинированная полоса препятствий включает элементы туристской техники и военно-прикладные навыки в самых разнообразных сочетаниях.

Различные виды соревнований по ориентированию на местности проводятся на слетах в двух формах: либо как соревнования по спортивному ориентированию (индивидуальные или эстафетные в заданном направлении, на маркированной трассе, по выбору; тогда они проводятся в соответствии с правилами таких соревнований по спортивным картам), либо как соревнования по технике туристского ориентирования (в этом случае они проводятся как по спортивным картам, так и по специально подготовленным туристским картосхемам или на «азимутальном маршруте», т. е. без карты - по заданным расстояниям и направлениям). Соревнования по технике туристского ориентирования проводятся, как правило, в форме командных, часто с рюкзаками и контрольным грузом, в ряде случаев - ночью.

За исключением соревнований по спортивному ориентированию все остальные виды соревнований правил не имеют и проводятся в соответствии с Положением о слете и условиями соревнований, разрабатываемыми специально для данного слета с учетом его цели и задач.

Конкурсная программа слета и массовые мероприятия также планируются в полном соответствии с целью, задачами слета и составом его участников. В maximume на слете проводятся конкурсы на лучший кинофильм, слайдфильм, фотографию, фотостенд о походе, отчет (фотоальбом) о походе, на лучшее исполнение песни и авторскую песню, пропаганду туризма, туристские самоделки, боевой листок слета, бивак, эмблему, значок слета, причем при

демонстрации кинофотоматериалов и исполнении песни возможен двойной конкурс - по туристской и военно-патриотической тематике.

Соревнования по технике отдельных видов туризма заключаются в командном прохождении дистанции с преодолением участков пересеченного рельефа, естественных или искусственных препятствий и выполнением специальных заданий (организация спасательных работ, оказание доврачебной медицинской помощи, вязка узлов, зачет по топографии и т. п.) [1, 2, 3, 5, 7].

5. Цели и содержание рекреационно-спортивных туристских соревнований («мультигонки», корпоративные тренинги)

Веровочный парк – это парк приключений, состоящий из маршрутов различной степени сложности. Городок расположен, как правило, на некоторой высоте над землей. Препятствия сооружены из веревок и деревянных элементов, это могут быть всевозможных видов мосты, канаты, сетки и лестницы, а также другие переправы.

Веровочный курс – это систематизированный тренинг личного и командного роста, проводимый с целью создания, сплочения и развития команд специалистов любой профессиональной направленности

В контексте группы веровочный курс позволяет:

- повысить эффективность индивидуальной и командной работы членов группы;

- создать возможность для лучшего понимания себя и других в сложившихся командных взаимоотношениях;

- сформировать навыки межличностного и делового взаимодействия членов команды в сложных и изменяющихся ситуациях;

- выявить и решить скрытые и явные конфликты, существующие между членами команды, осознать и преобразовать их в цели, развивающие команду и каждого в отдельности и выводящие ее на новый уровень взаимодействия;

- сформировать дух команды и выработать способности к постановке целей и нахождению наилучших путей их решения.

В личностном плане веровочный курс позволяет:

- укрепить уверенность в себе;

- воздействовать на самооценку: сделать ее более реалистичной;

- развивать силу воли - способность сознательно делать усилие над собой;

- развивать самоконтроль;

- развивать навыки конструктивного взаимодействия.

Веровочный курс представляет собой последовательность упражнений («событий»). Упражнения построены таким образом, что в большинстве случаев успех или неудача группы зависят от усилий каждого, поэтому участникам приходится учиться действовать «как команда». Схематичный принцип любого этапа – всей командой надо перейти из точки А в точку Б при выполнении определенных условий. Если же хоть один из команды не

справляется, все возвращаются к началу этапа. Это позволяет участникам с максимальной эффективностью приобрести опыт достижения командных целей, сотрудничества и доверия. Это подразумевает изменение поведения, совместную работу в решении проблем, постоянное развитие и совершенствование командного взаимодействия. Оказываясь в ситуациях, предполагающих элементы физического и эмоционального риска, участники по-новому воспринимают свои чувства и мысли, поддерживают друг друга.

Веревочный курс – это сочетание азарта игры с элементами полосы препятствий. Это не соревнование и соперничество, а приключение, в котором участники получают опыт создания команды и достижения общих целей, осознают свои возможности. В веревочном курсе может участвовать любой, достигший 12 лет, без остро выраженных заболеваний.

Веревочный курс развивает такие ценные качества, как сотрудничество и доверие, уверенность в себе и своих силах, готовность к риску, творческий подход и способность к быстрому принятию решений, ответственность за общий результат и опыт максимально эффективно достигать цели.

Кроме того, это не только обучение, но и важный для каждого отдых и разрядка. Это возможность поволноваться и повеселиться, испытать себя и свои силы, пережить новые ощущения и почувствовать вкус победы, когда препятствие, кажущееся непреодолимым, оказывается позади и невозможное становится возможным [12].

Мультигонки, или приключенческие гонки - вид туристских соревнований, который в последнее время приобрел популярность.

Соревнования основаны на прохождении определенной дистанции в сложных природных условиях пешком или на велосипеде, или на байдарке с прохождением различных технических этапов. Мультигонка включает в себя две или более спортивных дисциплин. Основной составляющей мультигонки есть ориентирование, поскольку соревнования предусматривает прохождение определенного количества контрольных пунктов, обозначенных на карте. Такие гонки могут быть разной продолжительности, от нескольких часов до нескольких дней, поэтому участники должны быть физически подготовленными. Технические этапы представляют собой преодоление препятствий с использованием туристического снаряжения - разнообразные переправы, подъемы на вертикальные скалы с использованием альпинистского снаряжения. Единых правил для мультигонок не существует. Для каждой гонки организаторы утверждают отдельные Положения, согласно которым и проводится соревнование. Однако есть ряд правил, общих для всех приключенческих гонок. К таким правилам относятся: запрет использования моторизованных средств передвижения; запрет использования какой-либо внешней помощи (кроме случаев, когда существует угроза жизни); требование иметь при себе утвержденное положениями гонки снаряжение.

Участие в мультигонках принимают как опытные спортсмены, так и любители, которые ищут приключений, адреналина и хотят испытать собственные силы. Основными целями проведения приключенческих гонок является популяризация видов активного отдыха и здорового образа жизни,

совершенствования собственного мастерства туристов и спортсменов, экологическое просвещение [13].

Список рекомендуемой литературы

1. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. для ин-тов и техникумов физ. культуры / [сост. В. И. Ганопольский]. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 240 с.
2. Вяткин, Л. Д. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / Л. А. Вяткин, Е. В. Сидорчук. – 5-е изд., испр. – М. : Академия, 2013. – 221 с.
3. Подлиских, В. Е. Спортивный и рекреационный туризм. Вопросы и ответы : пособие / В. Е. Подлиских, В. М. Литвинович ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2013. – 143 с.
4. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник / Под общ. Ред. Ю.Н. Федотова. – М.: Советский спорт, 2002. – 364с.
5. Ганопольский, В.И. Уроки туризма: пособие для учителей / В.И.Ганопольский. – Мн.: НМЦентр, 1998. – 216 с. – (Туризм в школе).
6. Кодыш, Э.Н. Соревнования туристов: пешеходный туризм / Э.Н. Кодыш. – М.: ФиС 1990. – 175 с.
7. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТиК, 2003. – 228с.
8. Курилова, В.И. Туризм / В.И. Курилова. – М: Физкультура и спорт, 2-е изд., 1998. – 182 с.
9. Лысогор, Н.А. Туризм: учебник для высших учебных заведений / Н.А. Лысогор, Л.А. Толстой, В.В. Толстая. – М.: Просвещение, 1980. – 210 с.
10. Правила вида спорта «Туризм спортивный» / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. турист.-спорт. союз. – Минск : РУМЦ ФВН, 2017. – 127 с.
11. Правила соревнований. Спортивная дисциплина «Туристско-прикладное многоборье. Техника пешеходного и лыжного туризма» / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. турист.-спорт. союз. – Минск : РУМЦ ФВН, 2017. – 148 с.
12. Веревошный парк: польза и преимущества. – Режим доступа: <http://journal.avers3.com/verevochnyj-park-polza-i-preimushhestva/>.
13. Федерация приключенческих гонок. – Режим доступа: <https://www.arf.by>.

Тема 28 СОДЕРЖАНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ И КЛАССИФИКАЦИЯ ДИСТАНЦИЙ ПО ТУРИСТСКО-ПРИКЛАДНЫМ МНОГОБОРЬЯМ

ПЛАН ЛЕКЦИИ:

1. Содержание соревнований по ТПМ; группы соревнований.
2. Виды и классы дистанций ТПМ.
3. Характеристика дистанций ТПМ

1. Содержание соревнований по ТПМ; группы соревнований

В 90-х годах прошлого века желание проводить очные туристские соревнования по единому принципу и с едиными Правилами соревнований, наконец, было реализовано. В Республике Беларусь появился новый вид спорта – туристско-прикладные многоборья. Заслуга в его появлении, прежде всего, принадлежит мастеру спорта по горному и лыжному туризму, неоднократному победителю и призеру Всесоюзных соревнований по спортивному туризму Владимиру Ильичу Ганопольскому, который является автором-разработчиком первых Правил соревнований по ТПМ. Первый чемпионат по ТПМ был проведен в конце лета 1995 г. на созданном тогда первом в республике полигоне на р. Вилии у деревни Жодишки [1].

Масштаб соревнований по ТПМ указывает так называемая группа соревнований. Соревнования по ТПМ проводятся по пяти группам: V группа – первенства коллективов физкультуры (соревнования «класса новичков»). IV группа – городские и районные первенства (в том числе среди учащейся молодежи), соревнования крупных коллективов физкультуры (в том числе высших учебных заведений) (соревнования класса массовых разрядов). III группа – юношеские первенства Республики Беларусь, первенства, Кубки и молодежные первенства областей и города Минска. II группа – Чемпионат, Кубки Республики Беларусь и молодежные первенства (соревнования класса высших разрядов и мастеров). Соревнования I группы – международные соревнования с участием команд не менее чем из 3 государств [7].

Соревнования по ТПМ, в технике различных видов туризма, заключаются в преодолении дистанций, требующих от туристов владения всеми компонентами туристской техники, а так же решения комплекса тактических задач в данных компонентах. При этом под компонентами туристской техники подразумеваются разновидности туристской техники: техника передвижения и страховки на естественных препятствиях; техника ориентирования на местности, техника бивака и поисково-спасательных работ.

Дистанция ТПМ – это спланированный на местности и оборудованный для проведения соревнований по ТПМ маршрут или система маршрутов движения команд и участников с установленными техническими этапами или участками. Данный маршрут (система маршрутов) для движения команд и участников обозначен на локальных препятствиях (естественном рельефе, искусственных сооружениях) или нанесен в том или ином объеме на карте местности. Технический этап – основной элемент дистанции, на котором соревнующиеся участники выполняют определенное условиями соревнований технико-тактическое задание [4].

Состав дистанций туристско-прикладного многоборья одинаков для соревнований по технике всех четырех видов туризма. В соревнованиях по ТПМ, начиная с IV группы соревнований командами преодолеваются два вида дистанций: длинная дистанция и короткая дистанция. На соревнованиях класса новичков команды преодолевают одну дистанцию промежуточную по

протяженности и числу технических этапов между длинной и короткой дистанциями.

Все соревнования по ТПМ проводятся как лично-командные. Начиная с четвертой группы соревнований, кроме командных дистанций, участники преодолевают две личные дистанции – длинную и короткую. По результатам, показанных участниками на данных личных дистанциях определяются победители соревнований в личном первенстве. Кроме того, результаты, показанные участниками команды на личных дистанциях (средний балл) учитываются при определении места команды в общекомандном зачете. Соревнования V группы (класса «новичков») проводятся на одной лично-командной дистанции. Победители личного первенства определяются по результатам преодоления участниками отдельных личных технических этапов такой объединенной дистанции.

Длинная дистанция ТПМ – это пешеходнотуристский, лыжнотуристский, воднотуристский или велотуристский протяженные маршруты (до 12 км на местности в соревнованиях по технике горно-пешеходного и лыжного туризма), содержащие набор технических этапов. Длинная дистанция является своеобразной моделью маршрута похода, а ее технические этапы моделируют, в свою очередь, естественные препятствия, характерные для данного вида спортивного похода. На этой дистанции оценивается уровень мастерства спортсменов, прежде всего, в следующих компонентах туристской техники и тактики:

- в технике и тактике ориентирования на местности;
- в технике и тактике передвижения по элементам естественного рельефа местности и по выделенным в виде технических этапов естественным препятствиям;
- в технике и тактике организации командной страховки и самостраховки при преодолении естественных препятствий;
- в технике и тактике спасательных работ;
- в технике туристского бивака [2].

В соответствие с оцениваемыми компонентами техники на длинной дистанции устанавливают ряд технических этапов. Характерными для соревнований по ТПМ в технике горно-пешеходного туризма являются следующие этапы: преодоление склона со страховкой (подъем, траверс, спуск); переправы через реку с организацией страховки (переправа вброд, по клади, навесная), ориентирование на местности (по азимуту, в заданном направлении, по заданной линии), транспортировка «пострадавшего» по различным элементам рельефа и различными средствами (на вязаных носилках, по склону с сопровождающим и т.д.) и ряд других [7, 8].

В соревнованиях по ТПМ в технике лыжного туризма вышеперечисленные технические этапы преодоления склона, переправ, транспортировки «пострадавшего» так же присутствуют в том или ином объеме. Характерным этапом для оценки техники ориентирования на местности в зимних условиях является этап ориентирования на маркированной трассе. Для

соревнований в лыжнотуристской технике характерны и технические этапы передвижения на лыжах: различные виды техники подъема и спуска на лыжах со склона, преодоление на лыжах участков труднопроходимого леса, «тропление» лыжни в глубоком снегу и пр. [7, 8].

Короткая дистанция – это дистанция пешеходнотуристской, лыжнотуристской и пр. техники. Она не подразумевает движения команды и участников по сколько-нибудь протяженному маршруту на местности, а заключается в преодолении характерных для каждого вида туризма естественных локальных препятствий с выполнением командами заданных условиями соревнований технико-тактических действий. В соревнованиях по ТПМ в технике горно-пешеходного и лыжного туризма короткая дистанция – это, прежде всего, преодоление командами и участниками локальных участков склонов различной сложности и с разным характером покрытия: глинистых, скальных, снежных и пр. Соответственно, короткая дистанция не разбивается на отдельные технические этапы (с отдельной оценкой за их преодоление), а является единой.

На короткой дистанции ТПМ в технике горно-пешеходного и лыжного туризма акцент делается на оценку двух компонентов туристской техники: техники передвижения по естественным препятствиям; техники организации страховки. Характерная короткая дистанция на соревнованиях в технике горно-пешеходного туризма заключается в преодолении склонов (подъем-траверс-спуск) с организацией страховки. На соревнованиях по технике лыжного туризма та же дистанция подъем-траверс-спуск преодолевается частично в технике пешего передвижения и частично на лыжах (но вновь с организацией страховки на указанных условиях соревнований участках). Кроме того, на соревнованиях ТПМ класса высших разрядов и мастеров, на коротких дистанциях может оцениваться и техника транспортировки «пострадавшего» по склону (на вязаных носилках, на сопровождающем участнике и пр.) [1, 2, 3, 5, 7, 8].

2. Виды и классы дистанций ТПМ

Соревнования по ТПМ это, прежде всего, соревнования в мастерстве владения техникой и тактикой туризма. Чем больше масштаб соревнований, тем более сложные дистанции преодолевают спортсмены. На соревнованиях по ТПМ I, II, групп устанавливаются наиболее сложные дистанции (в отношении технико-тактической и физической сложности их преодоления); на соревнованиях V группы – наименее сложные. При этом уровень сложности дистанций (этапов) ТПМ определяется понятием «класс дистанции (этапа)».

Всего правилами ТПМ установлено пять классов сложности дистанций. Дистанция V класса – наименее сложная; дистанция I класса – наиболее сложная. В свою очередь класс дистанций определяется, во-первых, естественной сложностью преодолеваемых командами и участниками естественных препятствий на местности. Например, на этапе «преодоление склона (подъем-траверс-спуск)» он зависит от крутизны преодолеваемого

склона и сложности лазания; на этапе «переправа через водное препятствие» – от скорости течения, глубины, ширины преодолеваемых рек; на этапе «ориентирование в заданном направлении» – от наличия или отсутствия очевидных ориентиров, уточняющих местоположение контрольного пункта («привязок») и т.д. Во-вторых, класс дистанций определяется сложностью поставленных перед участниками соревнований технико-тактических задач. Например, один и тот же склон, по условиям соревнований команды могут преодолевать с использованием разных по назначению и сложности технико-тактических приемов и средств: преодолевать склон с самостраховкой; с командной страховкой; с командной страховкой и транспортировкой «пострадавшего» и пр. В основном класс дистанции в целом определяется классом установленных на ней технических этапов (участков), образующих логичную комбинацию [8].

Количественная оценка сложности дистанций и этапов определяется так называемым СПС, выраженным в баллах. Правилами ТПМ установлено, что основой для балльной оценки дистанций (этапов) различных классов сложности является шкала, выраженная в числах последовательности Фибоначчи: 5, 8, 13, 21, 34 (соответственно для классов дистанции (этапа) V, IV, III, II, I). Эти балльные оценки принимаются за исходные для классифицирования дистанции (этапа) судьями экспертами, причем каждая из них обладает своим, возрастающим диапазоном варьирования, позволяющим дать окончательную оценку в виде:

5 ± 1 (V класс); 8 ± 2 (IV класс); 13 ± 3 (III класс); 21 ± 5 (II класс); 34 ± 8 (I класс).

Сами числа Фибоначчи определяют оценки стандартных (эталонных) дистанций и этапов соответствующих классов сложности. Это исходные оценки, на которые ориентируются судьи эксперты при планировании дистанции и технических этапов. Используя установленный диапазон их варьирования, они дают их окончательные оценки выше или ниже эталонных, в зависимости от конкретных характеристик препятствий, метеоусловий и предложенных участникам технико-тактических действий. Оптимальными показателями сложности коротких и длинных дистанций являются соответственно: 4,5-кратное и 9-кратное значение приведенных выше значений последовательности Фибоначчи. Для дистанций V группы, занимающих промежуточное положение между короткой и длинной дистанциями, установлено 7-кратное значение исходной оценки 5 ± 1 [1, 2, 3, 4, 5, 7, 8].

3. Характеристика дистанций ТПМ

Правилами проведения соревнований по ТПМ предписывается, что на соревнованиях II группы обе дистанции, как правило, планируются II класса сложности; допускается, что одна из двух дистанций может быть III класса и одна дистанция – I класса. На соревнованиях III группы две дистанции должны быть не ниже III класса; допускается, что одна из дистанций может быть II класса. На соревнованиях IV группы обычно устанавливаются обе дистанции IV

класса (допускается планировать короткую дистанцию V класса). Наконец, соревнования V группы (класс новичков) проводятся на одной дистанции V класса.

Для иллюстрации вышеприведенных положений об уровне сложности дистанций в зависимости от группы соревнований приведем конкретные примеры (содержание) дистанций ТПМ V и IV класса в технике горно-пешеходного туризма. Так, протяженность дистанции V группы, поставленной на первенстве вуза, составила 6км. Участники команд преодолевали следующие этапы в индивидуальной технике: «Переправа через сухой каньон по веревке с перилами (параллельные перила)», «Преодоление склона (подъем-траверс-спуск) с самостраховкой на перилах», «азимутальное ориентирование». При этом на двух первых этапах у участников оценивалась индивидуальная техника передвижения по естественным препятствиям и техника самостраховки на вертикальных и горизонтальных перилах (перила наведены судьями соревнований). На третьем этапе оценивалась индивидуальная техника движения по азимуту. В дистанцию входили так же следующие этапы командной техники: «Навесная переправа через ручей» (по наведенным судейским веревкам, с командной организацией страховки для первого участника, переходящего ручей вброд и организацией сопровождения основной веревкой переправляющихся по перилам участников); «транспортировка «пострадавшего» на вязаных носилках», «ориентирование по заданной линии». Техническая сложность указанных этапов не выходила за рамки начальной туристской подготовки студентов.

Для «эталонных» технических этапов разного класса сложности Правилами ТПМ определены балльные оценки их СПС в зависимости от средних параметров естественных препятствий и сути тактико-тактических действий участников. В таблице 1 отражена данная информация (с определенными дополнениями) в приложении к соревнованиям V группы в технике горно-пешеходного туризма. Так, табличная оценка технического этапа преодоления глинисто-песчаного склона с самостраховкой на веревочных перилах (подъем-траверс-спуск) с участками крутизной до 30°, и протяженностью 20-30м равна 10±2 (таблица 4) [8].

Таблица 4 - Оценки СПС технических этапов соревнований по ТПМ V группы в технике горно-пешеходного туризма (этапы техники преодоление склонов и переправ через водные препятствия)

Естественное препятствие	Технико-тактические действия (содержание технического этапа)	Средние значения основных параметров			СПС (баллы)
		Средняя крутизна склона (градусы)	Участки максимальной крутизны (градусы)	Протяженность склона (м)	

Склоны средней крутизны (глинисто-песчаные откосы и травянистые склоны)	Преодоление склона с самостраховкой на судейских перилах (подъем-траверс-спуск). Спуск спортивным способом	15	30	20-30	10±2
Снежные (заснеженные) склоны средней крутизны	Преодоление склона с самостраховкой на судейских перилах (подъем-траверс-спуск). Спуск спортивным способом	15	30	20-30	10±2
Склоны средней крутизны с разным характером покрытия (песчано-глинистые, травянистые, снежные)	Только подъем, или только спуск по склону с самостраховкой на судейских перилах (комбинации подъем-траверс; спуск-траверс)	15	30	20-30	5±1
Пологие склоны с разным характером покрытия (песчано-глинистые, травянистые, снежные)	Преодоление склона с самостраховкой на судейских перилах (подъем-траверс-спуск). Спуск спортивным способом	10	20	20-30	5±1
Переправа вброд через водное препятствие	Переправа вброд с самостраховкой на судейских перилах	0,5-1,2	До 1	10-15	5±1
Переправа по кладу	Переправа по бревну с самостраховкой на перилах (переправа наведенная судьями)	0,5-1,2	До 1	До 5	5±1
Естественное препятствие	Технико-тактические действия (содержание технического этапа)	Средние значения основных параметров			СПС (баллы)
		Глубина реки (оврага) (м)	Скорость течения (м/с)	Протяженность переправы (м)	
Переправа навесная	Навесная переправа по наведенным судьями перилам с самостраховкой.	0,5-1,2	До 1	10-15	5±1
Переправа по веревке с перилами через овраг.	Переправа по веревке с перилами (параллельные перила) через овраг.	До 2 (высота натяжения транспортно й веревки над землей)	-	15-20	5±1

Использованные сокращения: СПС – суммарный показатель сложности.

Если параметры выбранного для проведения соревнований склона и объем технических действий в целом совпадают с параметрами, указанными в таблице, такой этап можно считать «эталонным» и судья-эксперт может оценить его в 10 баллов. Если параметры выбранного для проведения соревнований склона немного ниже табличных, но все технические действия сохраняются в полном объеме, судья будет исходить из показателя СПС 10-2 = 8 баллов (ПТС+ПТ= 4+4 или 5+3). Если при совпадающих с «табличными» параметрах склона значительно сокращен объем технических действий участников (до формулы «траверс-спуск» или один «спуск»), то исходить уже следует из СПС этапа 5 ± 1 . То же самое произойдет, если параметры высоты, крутизны склона являются намного ниже табличных [4, 5, 7, 8].

Список рекомендуемой литературы

1. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. для ин-тов и техникумов физ. культуры / [сост. В. И. Ганопольский]. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 240 с.
2. Подлиских, В. Е. Спортивный и рекреационный туризм. Вопросы и ответы : пособие / В. Е. Подлиских, В. М. Литвинович ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2013. – 143 с.
3. Ганопольский, В.И. Уроки туризма: пособие для учителей / В.И.Ганопольский. – Мн.: НМЦентр, 1998. – 216 с. – (Туризм в школе).
4. Кодыш, Э.Н. Соревнования туристов: Пешеходный туризм / Э.Н.Кодыш. – М.: ФиС, 1990. – 175 с.
5. Константинов, Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся / Ю.С.Константинов. – М.: ЦДЮТиК, 2003. – 228 с.
6. Курилова, В.И. Туризм / В.И. Курилова. – М: Физкультура и спорт, 2-е изд., 1998. – 182 с.
7. Правила вида спорта «Туризм спортивный» / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. турист.-спорт. союз. – Минск : РУМЦ ФВН, 2017. – 127 с.
8. Правила соревнований. Спортивная дисциплина «Туристско-прикладное многоборье. Техника пешеходного и лыжного туризма» / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. турист.-спорт. союз. – Минск : РУМЦ ФВН, 2017. – 148 с.