

4. Гавердовский Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики: Учебник в 2-х томах. Том 1./ Ю.К. Гавердовский. – Советский спорт. – 2014. – 368 с.

ТОПОРКОВ А.Н., к.физ.восп., ст.преподаватель

Харьковская государственная академия физической культуры

КОМПЛЕКТОВАНИЕ ТУРИСТСКОЙ ГРУППЫ (НА ПРИМЕРЕ ЛЫЖНОГО СПОРТИВНОГО ПОХОДА III КАТЕГОРИИ СЛОЖНОСТИ)

Аннотация. Описана значимость правильного комплектования туристской группы для проведения лыжного спортивного похода, как одного из важнейших факторов, определяющего успешность его прохождения.

Ключевые слова: группа, туризм, поход, маршрут.

Введение. Правильный подбор и комплектование туристской группы является одним из основных факторов успешного прохождения похода. Способы создания туристской группы могут быть самыми различными. О каком-то волевом влиянии на этот процесс говорить можно с известной долей условности. Туристская группа – это временное социальное образование, коллектив людей, объединившихся для совершения похода на добровольных началах. Объединения эти происходят на основе совместной трудовой деятельности, учебы, места жительства, родства, дружбы и др. Группы создаются, распадаются или существуют многие годы.

Цель исследования. Показать значимость правильного комплектования туристской группы для успешного прохождения лыжного спортивного похода.

Материалы и методы исследования. Обработка и обобщение литературных источников по данному вопросу, анализ отчетов о лыжных спортивных походах различной категории сложности.

Результаты исследования и их обсуждение. Туристская группа обладает определенной структурой, основанной на постоянном или временном распределении обязанностей на началах добровольности и самоорганизации. Ее формирование, предъявляемое к участникам и руководителю похода, требования регламентируются Правилами проведения туристских спортивных походов.

Успешная организация и проведение похода во многом зависит от численности группы. Если она малочисленна, труднее будет организовать прохождение сложных участков маршрута, оборудовать место ночлега, а в случае необходимости обеспечить помощь пострадавшему и его транспортировку. Поэтому Правилами установлено минимальное число участников для походов разной категории сложности. Слишком большой группой трудно управлять, особенно в сложных походах. Практика показывает, что оптимальный состав группы – это 6–10 человек. Количественный состав туристской группы, собирающиеся на маршрут III категорий сложности должен состоять не менее чем из шести человек [2, 6, 7].

Комплектование групп проводится задолго до выхода на маршрут для того,

чтобы как следует подготовиться к походу. При комплектовании группы надо объяснить всем туристам цель и задачи похода. Они должны принимать активное участие в выборе района похода и конкретизации линии маршрута. Каждый участник должен представлять климатические условия района похода, трудности и невзгоды, с которыми придется встретиться, экскурсионные объекты.

За одну-две недели до выхода на маршрут группа в полном составе и с полной выкладкой должна совершить проверочный поход на расстояние, равное отрезку, намеченному на первый день пути. При подготовке лыжного похода III категорий сложности надо организовать ночлег в полевых условиях для проверки снаряжения, слаженности работы участников группы и их физической подготовленности [2, 5, 6].

Необходимые требования к руководителю и участникам похода:

Руководитель похода выбирается туристами и утверждается организациями, проводящими путешествия. Руководитель должен быть образованным, культурным, волевым, физически развитым, обладающим организаторскими способностями и необходимыми туристскими навыками. Он обязан соблюдать меры безопасности и быть готов оказать необходимую помощь своим товарищам, следить за бережным отношением туристов к природе, тактичным поведением по отношению к местным жителям. Руководитель похода III и выше категорий сложности должен иметь опыт руководства походом на одну категорию выше и опыт участия в походах той же категории сложности по лыжному туризму. Указания руководителя группы во время похода обязательны для всех членов группы [5].

Участники лыжных походов утверждаются организациями, проводящими путешествия. В состав группы для похода III категорий сложности включаются те, кто уже имел опыт походов соответственно I и II категорий по лыжному туризму. В связи с тем, что иногда бывает трудно подобрать ровный состав группы, действующие правила допускают участие в походах II категории сложности начинающих туристов с опытом походов выходного дня, а в походе III категории – туристов с опытом I категории. Однако количество тех, кто имеет такой незначительный туристский опыт, не должно превышать в группе одной трети от числа всех туристов. В случае временного разделения группы на маршруте в каждой подгруппе выделяются старшие, обеспечивающие согласованные действия туристов и выполнение ими указаний руководителя группы [2, 4].

Все участники похода III категории сложности должны владеть техникой лыжных ходов, иметь опыт полевых ночлегов в зимних условиях, знать приемы спасения и уметь оказывать доврачебную помощь. Участники и руководитель лыжных походов III категорий сложности, предусматривающих переходы через высокогорные (классифицированные) перевалы, должны иметь специальную подготовку если:

- на маршруте есть перевалы 1А категории сложности, то участники группы должны пройти обучение в объеме предпоходной подготовки, а руководитель – подготовку в объеме специальной части программы для инструкторов лыжного туризма и опыт прохождения двух перевалов 1А

категории сложности;

- на маршруте есть перевалы 1Б категории сложности, то участники группы должны пройти подготовку в объеме специальной части программы для инструкторов горного туризма и опыт прохождения перевала категории 1А, а руководитель – иметь дополнительно опыт прохождения в качестве участника похода перевала 1Б и в качестве руководителя перевала 1А категории сложности;

- на маршруте есть перевалы 2А категории сложности, то участники группы должны дополнительно (к опыту преодоления перевалов 1Б) иметь опыт прохождения перевала 1Б категории сложности, а руководитель – иметь дополнительно опыт прохождения перевала 2А как участник группы и перевала 1Б категории трудности в качестве руководителя.

Распределение общественных обязанностей в группе проводится с учетом туристского опыта участников, их практических навыков, заинтересованности в исполнении тех или иных поручений [1, 2, 3, 6].

Руководитель группы. Возглавляет подготовку и проведение похода, организует деятельность других участников, отвечает за их безопасность и успешное прохождение маршрута.

Заместитель руководителя группы. Второй по опыту турист в группе, является главным помощником руководителя во всех вопросах, а при его отсутствии (например, на отдельных этапах при подготовке к походу или при временном разделении группы на маршруте) – руководитель группы.

Заведующий хозяйством (завхоз). Распределяет среди участников обязанности по подготовке продуктов и снаряжения, размещает их по рюкзакам, ведет учет продуктов и снаряжения на маршруте, заботится об их состоянии и пополнении, составляет меню.

Санинструктор. Проходит перед путешествием специальную подготовку по оказанию первой доврачебной помощи, комплектует и хранит походную аптечку, следит за соблюдением туристами санитарно-гигиенических требований, оказывает при необходимости первую помощь [2, 5, 7].

Ответственный за дневник. Ведет запись походных событий, составляет хронометраж ходовых дней.

В походе III категории сложности и выше дополнительно выделяется из числа участников казначей, фотограф, ответственный за ремонт снаряжения (ремонтника). Допускается совмещение обязанностей в группе.

Выводы. Правильное комплектование группы – одно из основных условий удачного и безаварийного похода. Из практики работы туристских организаций известно, что многие туристские группы, прошедшие маршруты III категорий сложности, в том же составе ранее проходили маршруты I, II категории сложности. Такие группы в дальнейшем легче преодолевают и более сложные маршруты.

Список использованной литературы:

1. Биржаков М.Б. Введение в туризм / Биржаков М.Б. [7-е изд., перераб. и доп.]. – СПб.: Невский фонд, 2005. – 443 с.
2. Булашев А.Я. Спортивный туризм: учебник / Булашев А.Я. – Харьков,

2009. – 331 с.

3. Даниличева Е.А. Сплоченность туристской группы как один из факторов обеспечения безопасности и успешности туристского похода / Е.А. Даниличева // Педагогіка, психологія, філософія: зб. наук. праць. Гуманітарний вісник. – Переяслав-Хмельницький, 2011. – Вип. 20. – С. 444–447.

4. Единая Всероссийская спортивная классификация. 2001-2005 гг.: часть 1.– М.: Советский спорт, 2002.– 376 с. (альпинизм, скалолазание, ледолазание, спортивный туризм).

5. Лукоянов П.И. Зимние спортивные походы / Лукоянов П.И. – М.: ФиС, 1988. – 150 с.

6. Мулик К.В. Спортивно-оздоровчий туризм в системі фізичного виховання школярів і студентів : монографія / К.В. Мулик. – Х. : ФОП Бровін А.В., 2015. – 418 с.

7. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов / Попчиковский В.Ю. – М.: Профиздат, 1987. – 224 с.

ЧЕКМАРЬОВА Н. Г., к.фіз.вих., доцент

Національна металургійна академія України

ВИЗНАЧЕННЯ НОРМАТИВІВ ОЦІНКИ ЗДІБНОСТІ ДО ВІДЧУТТЯ РИТМУ У ДІТЕЙ ДЛЯ ВДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ

Анотація. В статті визначені онтогенетичні особливості розвитку здібності до відчуття ритму у дітей 10-14 років, розраховані нормативи оцінки та надані рекомендації щодо вдосконалення системи спортивного відбору.

Ключові слова: відчуття ритму, оцінка, сигмальні шкали, спортивний відбір.

Постановка проблеми. Дослідження останнього часу в галузі фізичного виховання та спорту свідчать про те, що система підготовки спортсменів вимагає постійного вивчення [8, 10, 11]. Проблеми, які виникають перед фахівцями різносторонні, але всі вони потребують успішного розв'язання на науковій основі для підвищення ефективності різних сторін спортивного вдосконалення. Серед широкого кола питань, що досліджуються науковцями, значне місце займає проблема відбору, яка охоплює як теоретичні, так і методичні аспекти спортивної обдарованості [8, 10, 11]. Завдання відбору полягає в тому, щоб своєчасно і правильно виявити задатки, якості та можливості початківців, що відповідають специфіці того чи іншого виду спорту. Об'єктивна оцінка розвитку індивідуальних особливостей дітей і підлітків для системи спортивного відбору можлива на основі комплексного вивчення морфологічних показників, рухових здібностей, психомоторики та інших систем і показників [2, 3]. У даній роботі ми розглянемо здібність до відчуття ритму, як одну із складових психомоторних здібностей людини.