

## УДОСКОНАЛЕННЯ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

**ТОПОРКОВ А. Н.**, к. физ. восп.

*Харьковская государственная академия физической культуры*

## РАЗРАБОТКА МАРШРУТА В ЛЫЖНОМ ТУРИЗМЕ

**Аннотация:** описана значимость детальной разработки маршрута лыжного спортивного похода, как одного из важнейших факторов, определяющего успешность его прохождения.

**Ключевые слова:** туризм, поход, карта, маршрут.

**Введение.** Разработка маршрута лыжного туристского похода начинается с выбора района путешествия. Выбор района похода и сроков его проведения предполагает решение задач, связанных с финансированием, учебными, спортивными и другими целями, обеспечением безопасности участников, и определяется совокупностью реальных условий успешного осуществления похода. Важными факторами являются освоенность района, наличие необходимого картографического материала, правильное представление руководителя и участников похода о реальных возможностях группы. Учет опыта участников, их техническая, физическая и психологическая подготовленность, а также материально-техническое обеспечение группы является обязательным [1].

**Цель исследования.** Показать практическую значимость правильной разработки маршрута лыжного спортивного похода.

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

**Результаты исследования.** Выбор «большого района» (т.е. туристского района в целом) диктуется тактическими действиями. Маршрут должен быть проложен на основе картографического материала и «Перечня классифицированных туристских маршрутов». Наличие хорошей (подробной, точной) обзорной карты масштаба 1:500 000. «Пятикилометровка» удобна для общего планирования «нитки» маршрута и выработки общего тактического плана (общая схема маршрута, приблизительная оценка его протяженности, предварительная разбивка на дневные переходы, определение мест забросок, ночевки, дневки, оценка продолжительности похода).

Для детальной разработки маршрута, учета естественных препятствий, уточнения протяженности дневных переходов, мест забросок, дневки, определения основных технико-тактических задач и способов их решения, необходим более подробный картографический материал. К таким относятся туристские картосхемы: орографические, гипсометрические и гидрографические, выполненные в масштабе 1:100000 или 1:200000, крупномасштабные схемы (кроки) перевальных, лавиноопасных и других участков, а также районов сложного ориентирования. Такие схемы обычно выполняются в масштабе 1:50000 и 1:25000 [3].

Обзорную карту района можно сделать самостоятельно с использованием в качестве основы физико-географической (гипсометрической) карты масштаба 1:2500000.

Для разработки маршрута, составления календарного плана похода и решения разнообразных задач жизнеобеспечения группы картографического материала недостаточно. Важна не только ландшафтная, но также подробная климатическая, спортивно-техническая характеристика района и многое другое. Источниками сведений о районе служат учебники и учебные пособия, монографии и популярные издания по физической и экономической географии, а также по отдельным отраслям: метеорологии, климатологии, геоморфологии, гидрологии, физико-географические обзоры отдельных районов, статьи и очерки в сборниках и альманахах, обзорные статьи и описания маршрутов, фотоочерки и дневники путешествий.

Далее происходит оценка реальных возможностей группы, определения «нитки» маршрута и детальная разработка. Разработка маршрута – ключевой этап всей работы по организации и подготовке похода, который определяет успех его проведения. При организации лыжного похода особое значение имеет правильный выбор участков дневных переходов с обязательным достижением максимально удобных мест ночлега или населенных пунктов [1; 4].

Изучение района и подготовка картографического материала позволяют приступить к разработке маршрута и определению сроков похода. Последние, определяются, прежде всего, по метеорологическим условиям, характерным и наиболее благоприятным для данного района, а также по условиям обеспечения безопасности.

Для планирования маршрута по протяженности и продолжительности его прохождения,

по числу и характеру естественных препятствий необходимо, кроме того, ясное представление о «рисунке» маршрута: линейный, линейно-кольцевой или кольцевой [1; 6].

В лыжных походах, осуществляемых в среднегорных и высокогорных районах, сложная орография и гидрография этих районов определяют большое разнообразие маршрутных схем, однако всегда следует стремиться к сохранению логики маршрута и целесообразности того набора препятствий, который в этом маршруте заключен [2].

Основным пособием по разработке маршрута служит «Перечень классифицированных туристских маршрутов», который является неотъемлемой составной частью разрядных требований по туризму.

«Перечень» – важный методический документ, как для планирования маршрутов, так и для решения сложных, а иногда и спорных классификационных вопросов. При разработке своего лыжного маршрута руководитель и члены группы используют имеющиеся в «Перечне» эталоны как образцы, а включенные в эталоны препятствия – как минимум, необходимый для достижения требуемой категории сложности [5].

Подготовка предварительного описания маршрута и составление тактической схемы похода обеспечивают правильное решение спортивно-технических задач и задач по материально-техническому обеспечению похода. Этот раздел работы непосредственно предшествует составлению календарного плана похода, а потому, с одной стороны, создает предпосылки для составления плана обеспечения безопасности, а с другой обеспечивает разработку наиболее целесообразной и приемлемой тактической схемы похода с последующим составлением его календарного плана и надежным определением контрольных сроков. Кроме этого, выполнение этого раздела работы позволяет:

- подготовить информацию для составления раздела заявочной книжки «Сложные участки маршрута и способы их преодоления», что дает возможность маршрутно-квалификационной комиссии оценить готовность группы к походу;
- получить еще до выхода на маршрут такое его описание, которое достаточно для уверенного ориентирования на маршруте и в районе похода; последнее важно при необходимости исправления ошибки в ориентировке, а также при любых экстремальных ситуациях (заболевание или травма участника, стихийные бедствия);
- располагать максимально полной информацией об объективных опасностях маршрута (лавинная опасность, камнепады, возможная подвижка ледника, прогнозируемые землетрясения, возможные паводки);
- иметь основу для корректировки и пополнения имеющихся материалов с целью получения к концу похода завершеного и полного технического описания маршрута.

Собранная и обработанная при подготовке предварительного описания маршрута информация должна быть достаточной для решения различных задач, в том числе и по выпуску группы на маршрут. МКК при рассмотрении заявочных документов должна быть уверена, что группа грамотно планирует лыжный спортивный поход, способы и средства преодоления сложных и объективно опасных участков маршрута [1; 6].

Безупречное выполнение комплексного плана организации и подготовки похода в значительной мере определяет его успех и безаварийность. В полной же мере достижение цели и выполнение задач похода зависят от действий группы на маршруте.

**Выводы.** Детальная и грамотная разработка маршрута лыжного спортивного похода, является одним из основных комплексов параллельных и последовательных мероприятий, системное выполнение которых обеспечивает достижение поставленных целей, решение воспитательных, образовательных и спортивных задач при максимальном оздоровительном эффекте и полной безопасности участников похода.

#### Список использованной литературы:

1. Булашев А. Я. Спортивный туризм: учебник / Булашев А. Я. – Харьков, 2009. – 331 с.
2. Косовський Р. Лижний туризм як форма рекреаційно-оздоровчої діяльності населення / Р. Косовський // Матеріали 2-ої регіональної наук.-практ. конф. – Львів., 2000. – С. 46–47.
3. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии / В.М. Куликов, Ю.С. Константинов. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 2001. – 162 с.
4. Ремизов Л.П. Отдых на лыжах / Ремизов Л.П. – М.: Профиздат, 1989. – 296 с.
5. Русский турист: сб. нормативных документов по спортивному туризму. – М., 2001. – 37 с.
6. Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник / под общ. ред. Ю.Н. Федотова. – 2-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2004. – 328 с.