

**Горіна Вікторія Вікторівна**

старший викладач кафедри зимових видів спорту, велоспорту та туризму  
Харківська державна академія фізичної культури

## **КОМПЛЕКТУВАННЯ ГРУПИ ДО ВЕЛОПОХОДУ**

**Анотація.** У роботі описана важливість правильного комплектування групи для проведення велопоходу, що є однією з головних умов успішного проходження маршруту без ускладнень та аварійних ситуацій.

**Ключові слова:** туристська група, велопохід, маршрут.

**Вступ.** Комплектування туристської групи – важливий підготовчий етап походу. Туристська група це тимчасове соціальне утворення, колектив людей, які об'єдналися для здійснення велопоходу. Способи комплектування туристської групи можуть бути самими різними. Залежно від мети велоподорожі ставляться вимоги до учасників. Якщо велоподорож організовується заради відпочинку і спілкування, істотними будуть психологічні властивості велотуристів, їх інтереси, захоплення. Якщо у велоподорожі мета спортивна і передбачається подолання складних перешкод, то додатковим важливим критерієм у відборі буде тренуваність велотуристів [ 3].

**Мета дослідження:** виявити важливість правильного комплектування групи для успішного проведення велопоходу.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз і узагальнення спеціальної науково-методичної літератури з цього питання, аналіз звітів про велопоходи.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Успішна організація і проведення велопоходу багато в чому залежать від чисельності групи.

Правила проведення туристських спортивних походів визначають мінімальний чисельний склад групи походів V-VI категорії складності - 4 людини (табл.1), групі меншого складу важко здійснити транспортування вантажу і велосипедів при подоланні перешкод в складних походах, забезпечити допомогу потерпілому в разі потреби. Але і навпаки, велика велосипедна група стає маломаневрованою, важкокерованою особливо у походах високої категорії складності.

*Таблиця 1*

**Основні вимоги до керівників і учасників категорійних велосипедних походів і подорожей**

Категорія складності і походу	Досвід участі та керівництва у велопоходах (Категорії складності)			Мінімальний вік (років)		Мінімальний склад групи
	Учасник	Керівник		Учасник	Керівництво	
	Участь	Участь	Керівництво			
I	н/к	I или н/к	н/к	13 (14)	18	2
II	I	II	I	14	18	2
III	II	III	II	15	18	2
IV	III	IV	III	16	19	4
V	IV	V	IV	17	19	4
VI	V	VI	V	18	20	4

Оптимальна чисельність групи у багатоденних походах 4-8 чоловік, а початківцю керівнику краще не набирати групу більше 6 чоловік.

По можливості потрібно, щоб в групі були велосипеди одного типу: похідний ремонтний набір буде більш компактним.

Похідні правила допускають до участі у походах I категорії складності підлітків з 13 років. Але велосипедний туризм на відміну від інших видів туризму регламентується ще одним зведенням законів – Правилами дорожнього руху, які дозволяють виїзд на велосипедах на дороги з 14 років, тому велопохід з дітьми меншого віку можливий лише в тому випадку, якщо маршрут прокладений по місцевих дорогах [2, 4].

Всі члени групи повинні володіти необхідним для запланованої категорії складності досвідом і підготовкою. При комплектуванні групи потрібно пояснити всім мету і завдання велопоходу. Кожен учасник повинен бути обізнаний про кліматичні умови даної місцевості, про труднощі і негаразди з якими прийдеться зіштовхуватися.

Розподіл обов'язків у групі. Обов'язки в поході розподіляються між членами групи не перед виходом, а на самому початку підготовки до походу. З цього часу кожен відповідає за доручену йому справу і опановує уміння, які можуть знадобитися у поході.

Перелік обов'язків у велопоході.

*Керівник велопоходу.* Основне завдання керівника велопоходу полягає у тому, щоб похідний колектив був згуртованим. Керівник велопоходу повинен володіти туристським і життєвим досвідом, активністю, працьовитістю, психологічними якостями, необхідними для успішного проведення походу. Керівник повинен підібрати відповідних походу учасників, підібрати маршрут згідно туристської класифікації, фізичної, тактичної та технічної підготовленості. Керівник повинен уміти згуртувати учасників велопоходу. Потім керівник повинен організувати всебічну підготовку людей до майбутньої велоподорожі, намагаючись заздалегідь якомога більше дізнатися про маршрут, перешкоди, про погоду в даний час.

Особливо добре потрібно продумати, яке взяти з собою спорядження, інвентар, яким має бути харчування.

Найголовнішим обов'язком керівника будь-якого походу є турбота про безпеку всіх членів групи, попередження аварійних ситуацій і травматизму при різних метеоумовах.

Перед кожним тренуванням керівник пояснює цілі та завдання даного заняття, тактику і техніку їзди групою, призначає лідера велогрупи, визначає швидкість руху і т.д. [1].

При підготовці до походу керівник повинен виділити терміни тих чи інших завдань, розумно розподіляти учасників велопоходу по групах, продумати, хто і як буде виконувати доручені справи. Максимум уваги керівник повинен проявляти до здоров'я і самопочуття учасників, особливо на складних ділянках маршруту. Керівник повинен обов'язково вести шляховий щоденник. Керівник велопоходу вибирається туристами і затверджується організаціями, які проводять велопохід.

*Заступник керівника* – безпосередній помічник керівника, в разі необхідності заміняє керівника.

*Завгосп з харчування* зобов'язаний розпланувати на весь похід поживну і збалансовану їжу.

*Завгосп зі спорядження* складає список необхідного для походу групового спорядження і обладнання.

*Літописець-штурман* допомагає керівнику групи підготувати перед походом необхідну документацію, веде щоденник упродовж походу, допомагає підготувати звіт про похід.

*Скарбник* – разом з керівником складає кошторис на похід, зберігає гроші, видає гроші за розпорядженням керівника групи або завгоспа.

*Механік* – займається інвентарем і зберігає ремонтний інструмент, а також запасні частини та деталі, в поході спостерігає за станом велосипедів.

*Санітар* повинен пройти відповідну медичну підготовку, знати правила надання першої медичної допомоги, зберігати аптечку, спостерігати за станом здоров'я учасників походу і видавати ліки.

*Фізорг* забезпечує групу необхідним для походу спортивним інвентарем, вранці проводить зарядку, керує підготовкою до походу і прийомом контрольних нормативів, при пересуванні на маршруті дає поради учасникам походу в виконанні технічних прийомів.

*Фотограф* реєструє на фотокамеру проходження групою маршруту

та окремих технічно складних ділянок, бере участь в оформленні звіту.

Допускається суміщення обов'язків у групі.

Перед виходом на маршрут велотуристи повинні пройти обов'язкове медичне обстеження і мати довідку з дозволом про можливість участі у велопоході [2].

**Висновки.** На підставі вищезазначеного можна констатувати, що правильне комплектування групи є однією з головних умов успішного проходження велопоходу без ускладнень, аварійних ситуацій і травматизму.

### **Література:**

1. Горіна В. В. Характеристика трас в BMX-RACING, види перешкод та техніка їх подолання / В. В. Горіна // Матеріали II Всеукраїнської науково-практичної Інтернет – конференції «Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту» (Харків, 24-25 березня 2016 р.) Харків : ХДАФК, 2016. – С. 3–4.

2. Горіна В. В. Методичні рекомендації для фахівців велосипедного спорту (правила змагань з велосипедного спорту) / В. В. Горіна, М. С. Пруднікова. – Харків : ХДАФК, 2015. – 84 с.

3. Топорков О. М. Комплектование туристической группы (на примере лыжного спортивного похода III категории сложности) / О. М. Топорков // Матеріали II Всеукраїнської науково-практичної Інтернет–конференції «Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту» (Харків, 24-25 березня 2016 р.) Харків: ХДАФК., 2016. – С. 120–123.

4. 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.