

СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ КАК ВИД СПОРТА И ФОРМА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ю. Д. Овчинников¹, С. Н. Талызов²

¹Нубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма,
Краснодар, Россия

²Челябинский государственный университет, Челябинск, Россия

Рассматривается спортивный туризм не только как вид спорта, но и как форма деятельности человека в различных жизненных условиях — от активного отдыха до профессиональной сферы.

Ключевые слова: вид спорта, спортивный туризм, маршрут следования, судейство.

Спортивный туризм раньше рассматривали как модное увлечение молодёжи, затем спортивный туризм позиционировался на рынке оздоровительных услуг как сфера активного отдыха для населения. В последнее время спортивный туризм становится всё более значимым в профессиональной сфере.

Цель: рассмотреть спортивный туризм не только как вид спорта, но и форму деятельности человека в различных жизненных условиях — от активного отдыха до профессиональной сферы.

Проблема: отсутствие достаточной информации и пропаганды этого вида спорта. Потребность молодёжи заниматься этим видом спорта есть [3]. Необходима программа с чётким механизмом реализации этого вида спорта. Участие новичков и профессионалов — совершенно разные вещи. Желающие заниматься этим видом туризма не знают, с чего начать, и не имеют достаточного уровня физической подготовки, который необходим именно для этого вида спорта [11].

Более того для определённой части населения следует позиционировать этот вид спорта как форму деятельности профессионального и активного отдыха.

Спортивный туризм — вид спорта, в основе которого лежат соревнования на маршрутах, включающих преодоление категорированных по трудности препятствий в природной среде (дорог и троп с различным покрытием и бездорожья, переправ, перевалов, вершин, порогов, каньонов, пещер и пр.), на дистанциях, проложенных в природной среде и на искусственном рельефе. Задаётся трасса, маршрут следования, с определёнными местами.

Это подготовка и проведение спортивных путешествий с целью преодоления протяжённого пространства дикой природы на лыжах (лыжный туризм), с помощью средств сплава (водный туризм) или пешком в горах (горный туризм).

Различают два вида спортивного туризма: активный и пассивный. При активном виде туризма основной является потребность в занятии каким-либо видом спорта. При пассивном — это интерес к виду спорта, наблюдение. Спортивный туризм является традиционной формой деятельности. Новые формы спортивного туризма значительно оживили его в последнее время.

Это вид спорта, основной смысл которого прохождение определённого расстояния за определённое время с определённым набором препятствий в природных условиях с высокой степенью автономности. В спортивный туризм входят следующие виды туризма: пеший, горный, велотуризм, водный туризм, лыжный, на лошадях, автотуризм, спелеотуризм.

Спортивные походы делятся на категории сложности: от 1-й — самого простого (надо пройти 100 км не менее чем за 6 дней в пешеходном туризме) до 6-й категории — самой сложной. Если 1-я и 2-я категории сложности подходят для людей в нормальной физической форме, то для 3-й и выше уже надо быть в отличной спортивной форме, иметь хорошую выносливость, знания и высокие моральные качества. Не каждый выдерживает ежедневный тяжёлый физический труд на пределе своих возможностей в тесном коллективе и когда каждая капля комфорта достаётся трудом, при этом сохраняя позитивный настрой и в первую очередь думая о друге. В спортивном туризме присваиваются спортивные разряды вплоть до мастера спорта.

В спортивном туризме есть специализированные профессиональные звания, связанные с правом осуществления профессиональной или преподавательской деятельности в области спортивного туризма: гид-проводник, инструктор (старший инструктор, инструктор международного класса)

спортивного туризма. Как и в других официальных видах спорта, в спортивном туризме существует организованное и профессиональное судейство, деятельность которого регламентируется соответствующими нормативными документами. Приобретая опыт судейства и проходя необходимую профессиональную подготовку (школы, семинары), судьи приобретают соответствующие судейские звания вплоть до судьи всероссийской категории. В то же время определённой особенностью судейства в спортивном туризме является то, что вознаграждение спортивных судей небольшое либо судейство осуществляется на общественных началах. Многие из судей сами являются туристами — спортсменами с большим опытом и значительными спортивными достижениями. Спортивные судьи в спортивном туризме, без преувеличения, являются уважаемыми, почётными представителями спортивного сообщества.

Следует отметить, что многие туристы также занимаются смежными видами спорта: спортивным ориентированием и мультиспортом, скалолазанием, альпинизмом, рафтингом, маунтинбайком, горными лыжами, яхтенным спортом и другими видами активного отдыха и спорта. Туристы являются резервом для подготовки спасателей в природной среде [9; 10].

Спортивный туризм — прежде всего спортивные походы — является командным видом спорта, в котором сильны традиции взаимопомощи и взаимовыручки, спортивной дисциплины, самосовершенствования и взаимной передачи знаний и опыта. Увлечение спортивным туризмом позволяет познакомиться с культурой и бытом различных стран и народов, с замечательными и часто даже уникальными уголками природы, интересными достопримечательностями, получить удовольствие от общения, приобрести надёжных товарищей [2].

Участие в спортивных походах начальных категорий сложности и в соревнованиях на дистанциях, как правило, не требует значительных финансовых затрат, в то же время позволяет получить необходимые базовые навыки и удовольствие от участия в походах и соревнованиях. Занятие спортивным туризмом как комплексным видом спорта, осуществляемым в сложной природной и общественной среде, разумеется, несёт в себе определённые риски и требует от спортсмена разносторонних знаний, умений, опыта и хорошей физической, технической и психологической подготовки.

В крупных городах России имеется немало физкультурных организаций спортивного туризма и самостоятельных туристских клубов, которые среди прочего проводят школы подготовки туристских кадров. Обучение в таких школах является желательным, хотя и не обязательным для занятий туризмом. Именно поэтому спортивный туризм подразделяется на разные его виды: велосипедный, горный, водный, пешеходный и другой [4]. Возможны сочетания этих видов. Но в любом виде главное — это соревновательная составляющая.

Желающих заниматься спортивным туризмом становится всё больше. Причём данное желание не зависит от социального статуса, возраста и сферы занятий. Спортивный туризм — самый демократичный вид спорта, соизмеряющий физические потребности с материальными возможностями.

Многие люди, желающие приобщиться к такому виду спорта, не знают, с чего начать, чтобы не причинить вред здоровью [6].

Рекомендуем начинать заниматься туризмом с самого доступного вида — пешего спортивного туризма [7]. Он полезен для здоровья, низкокостратен и не требует специальной подготовки, как в других видах туризма [1; 2].

В Краснодаре развиты направления спортивного туризма — горный, пешеходный, спелео, водный, приобретает популярность лыжный. Альпинизм и скалолазание существуют малыми профессиональными группами.

Заключение. Следует отметить, что некоторые виды спортивного туризма не только травмоопасны, но и опасны для жизни человека в целом [5]. Поэтому занятие такими видами туризма следует проводить со специалистами и в специальной экипировке. Более того, определёнными направлениями могут заниматься профессионалы для выполнения жизненно важных задач и повышения профессиональных навыков [8].

Список литературы

1. Алексеева, О. В. Профессионально-спортивная подготовка студентов по спортивно-оздоровительному туризму / О. В. Алексеева // Учён. зап. ун-та им. П. Ф. Лесгафта. — 2012. — № 7 (89). — С. 12–17.
2. Бондаренко, А. В. Влияние занятия спортивным туризмом на развитие личности / А. В. Бондаренко, Г. В. Бондаренко // Экон. и гуманитар. исслед. регионов. — 2015. — № 6. — С. 99–101.
3. Гринёва, Т. И. Оценка уровня подготовленности мальчиков 10–12 лет под влиянием занятий спортивным туризмом / Т. И. Гринёва, Л. Н. Таран

// Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физ. воспитания и спорта. — 2012. — № 1. — С. 49–52.

4. Долгополов, Л. П. Методика скальной подготовки на искусственном рельефе (скалодромы) в спортивном горном туризме на этапе начальной подготовки / Л. П. Долгополов, А. И. Кузнецов // Курорты. Сервис. Туризм. — 2013. — № 1 (18). — С. 80–83.

5. Иванов, В. Д. Спортивное право: понятие, предмет, источники, проблемы и перспективы развития / В. Д. Иванов, А. А. Орехова, М. М. Ракитин // Образование и наука в соврем. условиях. — 2016. — № 4 (9). — С. 257–261.

6. Овчинников, Ю. Д. Педагогическая и эргономическая биомеханика в школе / Ю. Д. Овчинников // Здоровьесберегающее образование: современные факторы развития : коллектив. моногр. — Самара, 2016. — С. 39–51.

7. Овчинников, Ю. Д. Биомеханика спорта в системе движений / Ю. Д. Овчинников // Перспективы развития науки и образования : сб. науч. тр. по мате-

риалам Междунар. науч.-практ. конф. — М., 2014. — С. 127–129.

8. Овчинников, Ю. Д. Учебный предмет и его структурно-функциональная направленность / Ю. Д. Овчинников // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. — Краснодар, 2016. — Т. 1. — С. 156–158.

9. Роледер, Л. Н. Особенности занятий спортивным туризмом в вузе / Л. Н. Роледер // Молодой учёный. — 2016. — № 5 (109). — С. 772–774.

10. Сморгачев, В. Ю. Базовые компоненты и критерии психофизической подготовленности человека в спортивном туризме / В. Ю. Сморгачев, Г. Н. Голубева // Соврем. наукоём. технологии. — 2016. — № 10–1. — С. 190–194.

11. Чернавина, С. А. Развитие координационных способностей у школьников, занимающихся спортивным туризмом / С. А. Чернавина, Н. А. Евшель // Физ. культура в шк. — 2012. — № 4. — С. 56–60.

Поступила в редакцию 24 апреля 2017 г.

Для цитирования: Овчинников, Ю. Д. Спортивный туризм как вид спорта и форма деятельности / Ю. Д. Овчинников, С. Н. Талызов // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2017. — Т. 2, № 2. — С. 117–120.

Сведения об авторах

Овчинников Юрий Дмитриевич — кандидат технических наук, доцент кафедры биохимии, биомеханики и естественно-научных дисциплин, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. Краснодар, Россия. yurij.ovchinnikov@inbox.ru

Талызов Сергей Николаевич — кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и спорта, мастер спорта по спортивному туризму, спортивный судья всероссийской категории, Челябинский государственный университет, Челябинск, Россия. sergey.talozov@mail.ru

PHYSICAL CULTURE. SPORT. TOURISM. MOTOR RECREATION

2017, vol. 2, no. 2, pp. 117–120.

Sports Tourism as a Sport and Form of Activities

Yu.D. Ovchinnikov¹, S.N. Talasov²

¹Kuban State University of Physical Culture, Sport and Tourism, Krasnodar, Russia. yurij.ovchinnikov@inbox.ru

²Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. sergey.talozov@mail.ru

In this article the author examines sports tourism not only as a sport but also a form of human activity in different life circumstances, from active recreation, to the professional sphere.

Keywords: *sport, sports tourism, route, officiating.*

References

1. Alekseyeva O.V. Professional'no-sportivnaya podgotovka studentov po sportivno-ozdorovitel'nomu turizmu

[Vocational Training of Students in Sports Tourism]. *Uchenyye zapiski Universiteta im. P. F. Lesgafta* [Scientific Notes University P. F. Lesgaft], 2012, no. 7 (89), pp. 12–17. (In Russ.).

2. Bondarenko A.V., Bondarenko G.V. Vliyaniye zanyatiy sportivnym turizmom na razvitiye lichnosti [The Impact of Sport Tourism on the Development of the Personality]. *Ekonomicheskiye i gumanitarnyye issledovaniya regionov* [Economic and Humanitarian Researches of Regions], 2015, no. 6, pp. 99–101. (In Russ.).
3. Grinyova T.I., Taran L.N. Otsenka urovnya podgotovlennosti mal'chikov 10–12 let pod vliyaniem zanyatiy sportivnym turizmom [Estimation of Level of Preparedness of Boys 10–12 Years under the Influence of Sports Tourism]. *Pedagogika, psikhologiya i mediko-biologicheskiye problemy fizicheskogo vospitaniya i sporta* [Pedagogics, Psychology, Medical-biological Problems of Physical Training and Sports], 2012, no. 1, pp. 49–52. (In Russ.).
4. Dolgopolov L.P., Kuznetsov A.I. Metodika skal'noy podgotovki na iskusstvennom rel'yefe (skalodromy) v sportivnom gornom turizme na etape nachal'noy podgotovki [The Technique of Rocky Training on the Artificial Terrain (Climbing Walls) in the Sports Tourism Mountain on the Initial Training]. *Kurorty. Servis. Turizm* [Resorts. Service. Tourism], 2013, no. 1 (18), pp. 80–83. (In Russ.).
5. Ivanov V.D., Orekhova A.A., Rakitin M.M. Sportivnoye pravo: ponyatiye, predmet, istochniki, problemy i perspektivy razvitiya [Sports Law: Concept, Subject, Sources, Problems and Prospects]. *Obrazovaniye i nauka v sovremennykh usloviyakh* [Education and Science in Modern Conditions], 2016, no. 4 (9), pp. 257–261. (In Russ.).
6. Ovchinnikov Yu.D. Pedagogicheskaya i ergonomicheskaya biomehanika v shkole [Pedagogical and Ergonomic Biomechanics in the School]. *Zdorov'ye-sberegayushcheye obrazovaniye: sovremennyye faktory razvitiya* [Healthsaving Education: Current Development Factors]. Samara, 2016. Pp. 39–51. (In Russ.).
7. Ovchinnikov Yu.D. Biomekhanika sporta v sisteme dvizheniy [The Biomechanics of Sports Movement]. *Perspektivy razvitiya nauki i obrazovaniya. Sbornik nauchnykh trudov po materialam Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii* [Prospects of Development of Science and Education. Collection of scientific works on materials of the International scientific-practical conference]. Krasnodar, 2014. Pp. 127–129. (In Russ.).
8. Ovchinnikov Yu.D. Uchebnyy predmet i yego strukturno-funktsional'naya napravlennost' [Curriculum Subject and its Structural-functional Orientation]. *Materialy nauchnoy i nauchno-metodicheskoy konferentsii professorsko-prepodavatel'skogo sostava Kubanskogo gosudarstvennogo universiteta fizicheskoy kul'tury, sporta i turizma* [Materials of Scientific and Scientific-methodical Conference of the Faculty of the Kuban State University of Physical Culture, Sport and Tourism]. Krasnodar, 2016. Vol. 1. Pp. 156–158. (In Russ.).
9. Roleder L.N. Osobennosti zanyatiy sportivnym turizmom v vuze [The Features of Sports Tourism in the University]. *Molodoy uchyonyy* [Young Scientist], 2016, no. 5 (109), pp. 772–774. (In Russ.).
10. Smorchkov V.Yu., Golubeva G.N. Bazovyye komponenty i kriterii psikhofizicheskoy podgotovlennosti cheloveka v sportivnom turizme [Basic Components and Criteria of the Psychophysical Fitness of an Individual in the Sports Tourism]. *Sovremennyye naukovomkiye tekhnologii* [Modern High Technologies], 2016, no. 10–1, pp. 190–194. (In Russ.).
11. Chernavina S.A., Yevshel' N.A. Razvitiye koordinatsionnykh sposobnostey u shkol'nikov, zanimayushchikhsya sportivnym turizmom [The Development of Coordination Abilities of Schoolchildren Involved in Sports Tourism]. *Fizicheskaya kul'tura v shkole* [Physical Culture at school], 2012, no. 4, pp. 56–60. (In Russ.).