

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кафедра спортивного туризму

Тимошенко Л.О.

Тактика спортивного туризму

Лекція з навчальної дисципліни

„Спортивний туризм ”

**Для студентів спеціальності 242 Туризм
(спеціалізація «Туризм»)**

“ЗАТВЕРДЖЕНО”
на засіданні кафедри
спортивного туризму
„4” вересня 2018 р. протокол № 1
Зав.каф _____ А.О.Кухтій

Тактика спортивного туризму.

План.

1. Тактика туризму: визначення та класифікація.
2. Особливості тактики спортивного туризму.
3. Особливості тактики навчально-тренувального походу.

Лекція – 2 години

Семінарське заняття – 2 години

1. Тактика туризму: визначення та класифікація.

Що ми розуміємо під визначенням «тактика туризму»? У спорті тактику визначають, як мистецтво ведення спортивної боротьби. За аналогією в туризмі тактику так само можна визначити як мистецтво проведення походів і змагань. Однак дамо більш інформативне визначення тактики туризму.

У туризмі під визначенням «тактика» будемо розуміти **вибір оптимальних технічних засобів, способів їх використання і дій для ефективного і безпечного досягнення поставлених цілей і вирішення необхідних завдань.**

Як (яким чином) з найменшими матеріальними, фізичними, психічними витратами досягти мети походу, подолати маршрут або виконати завдання змагань? Це і є основне питання туристської тактики, вирішення якого передбачає досягнення цілого ряду окремих тактичних завдань.

Як прийнято класифікувати тактику туризму? Часто в спеціальній літературі поняття тактики нерозривно пов'язують з поняттям туристської техніки і ведуть мову про вирішення техніко-тактичних завдань. Дійсно, туристська тактика часто втілюється у вигляді вибору відповідних технічних прийомів і технічних засобів з числа тих, якими володіють туристи для вирішення конкретної ситуаційної задачі. Відповідно, чим більше освоєних технічних прийомів і засобів, тим більше простір для тактичних рішень. І навпаки, якщо турист володіє одним єдиним прийомом для вирішення даної задачі, говорити про наявність тактики не доводиться.

Відповідно до класифікації туристської техніки ми можемо представити і класифікацію тактики:

- тактика страховки;
- тактика подолання природних перешкод;
- тактика бівуачних робіт і т.д.

Однак розуміння тактики, як вибору оптимальної техніки для вирішення конкретних завдань і відповідна їй класифікація є надто вузьким і не передає дійсного значення тактики в туризмі. Насправді поняття «тактика» слід застосовувати до всіх аспектів організації та проведення походів і змагань. Хіба оптимізація етапу підготовки не є важливим для досягнення цілей туристського заходу?

Так, наприклад, визначення головних рекреаційних і пізнавальних об'єктів з числа присутніх у даному районі; розробка нитки маршруту, що дозволяє найкращим чином виконати пізнавальні завдання походу, відпочити на обраних рекреаційних об'єктах - це, безсумнівно, тактичні завдання підготовчого періоду до початку походу.

Крім того, ми можемо розділити тактику туризму на підставі періоду прийняття тактичних рішень на:

- тактику організації походів і змагань;
- тактику їх проведення.

Крім наведеної класифікації, в тактиці туризму розрізняють тактику індивідуальну та групову.

Індивідуальна тактика полягає в оптимізації вирішення особистих ситуаційних і загальнотуристичних завдань таких, як: вибір особистого спорядження, розподіл сил на денному переході, вибір способу подолання тієї чи іншої перешкоди, визначення часу, необхідного для сну та ін.

Групова (командна) тактика, відповідно спрямована на ефективне вирішення різноманітних загальнокомандних завдань, характерних для підготовчого періоду і власне для походу.

2. Особливості тактики спортивного туризму.

Які тактичні завдання вирішують туристи в період підготовки до туристського походу?

В організаційному періоді тактика полягає в розробці оптимального плану походу. При цьому характерними тактичними завданнями при підготовці походу є наступні:

1. вибір цільових рекреаційних і пізнавальних об'єктів;
2. визначення протяжності маршруту і тривалості походу;
3. вибір оптимальної тактичної схеми маршруту (кільцевий, лінійний, комбінований);
4. визначення місць організації біваку;
5. розробка графіка походу, включаючи визначення протяжності денних переходів, кількості та місць днювань, напівднювань, термінів проведення змагань;
6. вибір оптимального варіанту матеріально-технічного забезпечення та комплектування групи;
7. вибір похідного режиму руху і навантажувального режиму;
8. вибір режиму і оптимального раціону харчування.

Всі перераховані вище питання тактики передпохідного періоду обговорювалися нами в темі «організація походу».

Вік, фізичні можливості (рівень тренуваності), туристський досвід учасників повинні обов'язково прийматися в розрахунок при тактичному плануванні походу - визначенні тривалості і його протяжності, типу біваку, виборі тактичної схеми маршруту і т.д.

Які тактичні завдання вирішують туристи в період проведення туристського походу?

До тактичних питань, що вирішуються безпосередньо в період здійснення походу, можемо сміливо віднести перераховані вище питання вибору техніки для вирішення конкретних ситуаційних завдань:

- вибір техніки подолання природних перешкод;

- вибір технічних прийомів і засобів орієнтування на місцевості;
- вибір техніки біваку;
- вибір техніки страховки.

Крім, того, до тактичних рішень у період проведення походу віднесемо всі рішення, які уточнюють, змінюють намічений план походу.

До їх числа відносяться, наприклад, зміни в запланованому часовому режимі руху; коригування графіка походу; навантажувального режиму походу тощо.

Дані зміни можуть знадобитися або через невдалі тактичні рішення у підготовчий період, або внаслідок непередбачуваних обставин (наприклад, внаслідок погіршення погодних умов, захворювання учасника та ін.) До тактики похідного періоду віднесемо і вміння прийняти правильне рішення в нестандартній (аварійній, критичній) ситуації.

Які критерії, за якими можна стверджувати про правильність обраної тактики походу? Відзначимо, що, невірні техніко-тактичні рішення в підготовчий і похідний періоди можуть у кращому випадку знизити ефективність походу, привести до неповного досягнення цілей походу, викликати негативні емоції учасників (наприклад, внаслідок їх перевтоми) або поразку в змаганнях і невиконання певних нормативів. У гіршому випадку, невірні рішення можуть бути причиною травм і захворювань учасників (реалізація суб'єктивного фактора ризику) та призвести до аварійних, критичних ситуацій і навіть до загибелі спортсменів-туристів.

Зазначимо два визначальні критерії для вибору оптимальної туристської техніки і тактики:

1. це ефективність вирішення головних і ситуаційних цілей і завдань туристського заходу (наприклад, виконання певних нормативів на змаганнях чи подолання всіх перешкод у поході);

2. це безпека учасників походу та змагань.

Уміння планувати графік руху і аналізувати відхилення від нього - важливий показник тактичної підготовки учасників туристських походів.

Ущільнення графіка в навчальних походах досягається максимальним використанням часу на привалах.

Крім того слід приділяти належну увагу вибору зручного місця для привалів. Важливо також, щоб проходження попередньої ділянки маршруту і вихід до місця привалу збігалися з початком можливої перешкоди. Так, привал на березі річки дозволить провести обговорення способів переправи. Місце привалу дає достатньо необхідної інформації для обговорення його переваг і недоліків з точки зору можливості організації бівачу.

Організація розбору походу - важливий елемент організаційно-методичної та тактичної підготовки. Аналіз маршруту, плану його проходження, графіка руху (за планом і фактичного) є складовою частиною походу. Розбір проводиться з використанням картосхеми маршруту і таблиць з аналізами графіка руху.

При розгляді питань тактичної підготовки туристів і вдосконалення педагогічних прийомів навчання тактиці важливо звернути увагу на істотну відмінність в організації технічної і тактичної підготовки.

Навчання різноманітним технічним прийомам організується перш за все в підготовчому періоді. При цьому величезну роль у вдосконаленні техніки руху і страховки грає участь туристів у змаганнях з техніки туризму. Подальше навчання техніці, причому на найбільш високому для даного контингенту туристів рівні, продовжується і в поході, але основи технічної підготовки закладаються в підготовчому періоді.

З тактичної підготовкою справа йде навпаки: основне навчання тактиці відбувається саме на маршруті (тобто в основному періоді підготовки). Значну роль відіграє і післяпохідний (перехідний) період - розбір походу, підготовка звітних матеріалів.

Значення підготовчого періоду в цілому менше, оскільки найважливіші питання тактики походу (вибір району, розробка маршруту, складання календарного плану походу та плану матеріально-технічного забезпечення) вирішує, як правило, керівник. Це перш за все відноситься до навчальних

походів. Що ж стосується спортивних походів (особливо вищої категорії складності), то в цих випадках роль підготовчого періоду в тактичній підготовці всіх учасників групи істотно зростає, так як в спортивних групах всі члени команди беруть безпосередню участь у вирішенні найважливіших тактичних завдань.

3. Особливості тактики навчально-тренувального походу.

Перш за все слід запам'ятати, що **навчально-тренувальний похід (НТП)** - не звичайний похід. На жаль, буває так: відсиділи певну кількість годин на лекціях або на заняттях, підготувалися до походу, але ще не встигли вийти на маршрут, як геть-чисто забули про мету походу, перетворивши його у звичайну розважальну поїздку (частіше так буває в школах початкової підготовки). І цим самим закреслили, по суті справи, всю теоретичну підготовку, тому що навчально-тренувальний похід - це закріплення теоретичних знань і навичок безпосередньо на місцевості, тобто на практиці. Основне завдання НТП - не просто рух за маршрутом, не покриття якоїсь відстані, а забезпечення навчального процесу в похідних умовах. І поведінка слухачів, студентів у поході тому має бути активно-творчою, а не пасивно-споживацькою.

Особливість НТП починає проявлятися ще на стадії підготовки до походу. Перш за все формування відділень-груп НТП починається на певному етапі - значно раніше комплектування груп звичайного категорійного походу; кількісний склад груп, відділень не випадковий, спрямований на те, щоб створити найкращі можливості для навчання слухачів. У школах початкового рівня - учасників походів I категорії складності, організаторів туризму в секціях установ і підприємств - склад відділення-групи повинен бути від 6 до 15 осіб (оптимальна кількість - 10-12 чоловік); в школах базового та спеціалізованого рівня - учасників походів II - IV категорій складності, гідів-провідників та інструкторів, старших гідів-провідників і старших інструкторів спортивного туризму - від 6 до 12 осіб

(оптимальний склад - 8-10 осіб); у школах вищого рівня-учасників походів V категорії складності, гідів-провідників та інструкторів спортивного туризму міжнародного класу - 6-10 чоловік (оптимальний склад - 6-8 чоловік).

Загальна тенденція в навчальному процесі при підвищенні рівня навчання - не тільки (точніше, не стільки) підвищення категорій складності походів, ускладнення похідних умов і збільшення природних перешкод у навчально-тренувальних походах, скільки більш глибоке та детальне проникнення в специфіку спортивного туризму різних видів, в його тактичну і технічну суть, розширення «асортименту» застосовуваних прийомів і засобів спорядження, а найголовніше - більш діяльний і творчий підхід всіх членів групи до організації походу, до розробки та проходження маршруту та оформлення його результатів.

Підготовка до звичайних категорійних походів проходить більшою чи меншою мірою автономно, учасники зустрічаються в основному на тренуваннях (в тренувальних походах вихідного дня). У рамках школи (семінару) справа йде інакше. Чим більше підготовчих процесів група-відділення буде здійснювати разом, тим успішніше пройде сам НТП, тим більш результативним буде навчання слухачів.

Корисно підготовчі заходи (особливо в школах початкової підготовки) проводити разом, під керівництвом інструктора, а не нарізно по домівках, при цьому члени відділення-групи, що володіють деякими практичними навичками, допомагають інструкторові навчати інших. Мова йде не тільки про школи I рівня. Положення про систему підготовки кадрів у спортивному туризмі рекомендує проводити заняття в школах III рівня у формі обміну досвідом. Справді, завжди хтось отримує великий досвід і навички в одному, хтось в іншому, і під час спільних практичних занять більший досвід стає надбанням інших членів групи, відділення або навіть всіх слухачів школи. У спільних ремонтно-підготовчих роботах краще і швидше засвоюються практичні навички, забезпечується своєчасна і більш ґрунтовна підготовка та спорядження для різних видів спортивного туризму.

Більш ефективно спільними зусиллями готується і загальногрупове спорядження. Особливо це відноситься до НТП складних категорій, в яких необхідне використання спеціального (наприклад, гірського) спорядження.

Не менш важливий психологічний аспект. Спільна підготовка сприяє згуртуванню групи, стає якимось компенсаційним чинником, оскільки навчальні збори і школи часто збирають не знайомих один одному людей.

У навчально-тренувальних походах вищої туристської підготовки більший акцент робиться на розбір слухачами/студентами конкретних похідних ситуацій.

Важливо перед НТП провести весь комплекс тренувань, а ще важливіше - повністю здійснити програму одно-дводенних тренувальних походів з поступовим нарощуванням навантажень і максимально можливим наближенням цих поїздок (особливо останньої двох-триденної) до тих умов (технічним і тактичним), які будуть в самому НТП. При цьому дуже важлива з самого початку стовідсоткова участь в цих поїздках всіх членів групи, що дає можливість своєчасно визначити рівень фізичної та технічної підготовленості до НТП (а часом виявляється навіть неготовність когось до багатоденного походу взагалі, особливо серед новачків в туризмі), провести з деякими додаткові тренування, або навіть переформувати відділення в огляду на фізичну підготовку і т.д.

У тренувальних походах обов'язково проводиться медичний контроль туристів, а після поїздок - докладний розбір їх фізичного стану з зазначенням на недоробки і помилки на маршруті, на способи їх виправлення.

До початку занять школи або семінару район проведення навчально-тренувального походу і маршрути відділень-груп повинні бути добре відомі інструкторському складу. Кожен маршрут НТП повинен передбачати, з одного боку, максимально можливу в межах даної категорії різноманітність похідних умов і перешкод, а з іншого - достатню кількість часу для проведення практичних занять, щоб технічно одноманітне переміщення по однорідних за характером протяжних ділянках доріг не поглинуло час,

необхідний на навчальні заходи. Саме тому протяжність маршруту НТП дозволяється зменшувати щодо нормативних (при збереженні набору перешкод) на 25%.

У школах II, а особливо III рівнів прокладання маршрутів повинно здійснюватися самими слухачами (звичайно, під керівництвом викладачів-інструкторів). Якщо є досить картографічних матеріалів, літератури на район походу, корисно кожному слухачеві дати завдання розробити маршрут з розбивкою по днях. При цьому задаються основні параметри походу: кілометраж, тривалість, певний набір перешкод, необхідність передбачити загальний збір всіх груп-відділень школи (якщо така зустріч передбачена) і т.д.

При розробці маршрутів слухачі повинні передбачити запасні варіанти маршрутів на непередбачені обставини і різке погіршення погодних умов. Розроблені маршрути розглядаються на заняттях, відзначаються їх позитивні і негативні моменти, приймається кращий варіант. Після обговорень з відділенням інструкторська рада школи затверджує остаточні варіанти маршрутів, місце для спільної зустрічі груп. Складається розклад занять на маршруті і на спільній зустрічі. Спільно зі слухачами заповнюється маршрутна книжка.

У навчально-тренувальних походах початкової підготовки переважає принцип навчання «викладач - учні». У НТП шкіл більш високих рівнів, у тому числі інструкторської підготовки, група досягає адекватної ефективності навчання в тому випадку, якщо вона йде по маршруту на принципах самоврядування. Ось один з варіантів здійснення на практиці цього принципу. Призначається керівник і його заступник. При цьому доцільно, щоб керівником був менш досвідчений, а його заступником - більш досвідчений турист. Психологічно це міцна і надійна система: з одного боку менш досвідчені-менш рішучі отримують досвід керівництва, але в той же час не обмежується самолюбство більш досвідчених: їм пропонується почесна роль наставників, з якими чергові керівники мають можливість

постійно радитися. (У маленькій групі-відділенні керівником повинен ставати кожен). А інструктор безпосередньо на маршруті стає «рядовим» учасником походу (причому самим дисциплінованим, подаючи добрий приклад іншим) і використовує всю повноту свій інструкторської влади у разі, якщо треба запобігти серйозному порушенню графіка або НТП.

У групі НТП, як і у звичайному поході, розподіляються обов'язки: завгосп, механік, санінструктор і т.д. Крім того неодмінно виявиться, що один любить і вміє добре готувати їжу, інший майстер розпалювати багаття, третій швидко орієнтується на місцевості.

Але мета навчально-тренувального походу - дати якомога більше різноманітних навичок всім слухачам/студентам, і тут важливо не піти шляхом найменшого опору (як, на жаль, нерідко буває), коли кожен робить те, що в нього добре виходить, а решта залишається в ролі пасивних споживачів-спостерігачів. Тому тут корисно ввести той же принцип, про який йдеться вище, тобто в групі неофіційно затверджуються головний кухар, головний костровий, головний механік і т.д., які не самі варять кашу, розпалюють багаття, стежать за спорядженням, а слідкують за тим, як це роблять чергові кухарі, вогнищеві і механіки, лише направляючи їх і підказуючи у разі потреби. Таким чином умільці стають найкращими помічниками інструктора.

Наприклад, турист, краще за всіх володіє технікою долавання перешкод, показує, як постаратися подолати важку ділянку, а інструктор в цей час з боку показує іншим особливості дій в цій конкретній обстановці, відзначає помилки (якщо вони є). Потім ділянку долають інші члени групи.

«Головний» костровий підказує черговим різні типи і види вогнищ, показує заходи протипожежної безпеки. «Головний» механік і інструктор не тільки вчать усувати в поході помилки і несправності, але і, припускаючи інші типові помилки, пояснюють, як їх виправляти. Те ж саме відноситься до першої невідкладної долікарської медичної допомоги.

Оскільки навчально-тренувальний похід формує похідний стиль і на подальше туристське життя, дуже важливо чітко виконувати заплановану програму, дотримуючись при цьому правил техніки безпеки та вимог Кодексу туриста.

Весь НТП повинен являти собою навчальний процес, але особливої уваги в методичному плані потребує вечір, тому група повинна вставати на бівак раніше, ніж у звичайному поході. Після вечері відбувається розбір дня і зміна «керівництва».

Запропонуємо в якості одного з варіантів наступний порядок розбору дня:

1. Висловлювання учасників походу по черзі про те, як пройшов день, характеристика дій чергового керівника та інших членів групи, пропозиції.
2. Звіт чергового керівника про минулий день, розбір тактики подолання пройдених складних ділянок, перешкод, аналіз аварійних ситуацій (якщо такі були), помилок учасників походу, відповіді на питання і зауваження членів групи.
3. Резюме інструктора, підведення підсумків дня.
4. Виступ чергового керівника, який оголошує (або нагадує), хто наступного дня буде чергувати біля багаття, хто спрямовує і замикає. Потім майбутній керівник знайомить групу з планами на майбутній день, повідомляє, який графік дня, де передбачається обід, які зустрінуться перешкоди і складні ділянки маршруту, які визначні пам'ятки, де повинні стати на наступний нічліг, пропонує варіанти у разі погіршення погоди. Зрозуміло, що до цього виступу майбутній керівник повинен підготуватися.

В кінці дня інструктор оцінює роботу учасників походу за минулий день. А щоб вони краще знали про свої сильні і слабкі сторони, корисно виставляти оцінки за рубриками або оцінювати окремі моменти діяльності групи:

1. Рішучість і впевненість у прийнятті рішень.
2. Орієнтування на місцевості, оперативність в отриманні інформації.
3. Точність дотримання графіка дня.
4. Дисципліна в групі.
5. Моральна обстановка в групі.
6. Чіткість руху на маршруті (дотримання порядку, компактність і т.д.).

Інструктор може оцінювати і оголошувати оцінки учасникам походу кожного вечора, а може вивести середні за весь похід і оголосити їх на розборі маршруту після проходження.

Добре, якщо звичка у туристів до вечірнього розбору закріпиться, і вони будуть відчувати в ньому потребу і в звичайних походах. Такий розбір корисний не тільки в навчально-методичному плані, не тільки заради відточування майстерності керівництва похідним колективом, велика його і психологічна роль.

Для того, щоб навчально-тренувальний похід груп-відділень школи представляв собою єдиний навчальний процес, його організують у вигляді туриади, тобто хоча б один раз десь у середині або в кінці маршруту всі групи збираються разом і встають одним табором, причому треба намагатися не обмежуватися загальною ночівлею, а й днювання організувати. Обмін думками тут корисний і між слухачами, і між інструкторами, адже навчання - це творчий процес, який постійно розвивається. Така зустріч доцільна і з тактичної точки зору, особливо якщо групи попарно йдуть по одних і тих же маршрутах назустріч один одному.

У місці зустрічі можна передбачити активний відпочинок з іграми в м'яч (наприклад), але основний час має бути приділено навчальним цілям. Причому всі спільні заходи мають бути побудовані на принципах змагальності. Мова йде про конкурси на кращий бівак, на найсмачнішу туристську вечерю, і корисно провести змагання з фігурного водіння

велосипеда (якщо це велопохід), з орієнтування, організувати тріал або ралі по трасі з різноманітними дорожніми труднощами і природними перешкодами. Тому для загального табору бажано знайти таке місце, щоб біля нього були крутий схил, піщана ділянка, ґрунтова дорога, колода через струмок чи яр і т.д.

Якщо загальний збір запланований на кінець навчально-тренувального походу, то на ньому зазвичай влаштовують і загальний розбір усього НТП - спочатку по групах, відділеннях, потім всі разом. Розбір проводиться за тією ж загальною схемою, що і розбір дня: спочатку висловлюють свої думки та зауваження учасники, потім підсумки підводить інструктор. Дуже корисний публічний обмін думками слухачів різних груп - не тільки для них самих, але і для інструкторського складу. Основна мета загального розбору для учасників - виправлення помічених у них тактичних і технічних недоліків, виявлених безпосередньо на маршруті, конкретизація шляхів подальшого вдосконалення в спортивному та туристичному плані.

Після навчально-тренувальних походів корисно писати звіти - це гарна можливість для осмислення здійсненого походу, до того ж, коли прийде пора в обов'язковому порядку скласти звіт, ця справа не буде представлятися чимось невідомим.

На всіх етапах семінарів інструкторської підготовки, у тому числі в навчально-тренувальному поході, слухачі/студенти повинні побути в ролі не тільки керівників, а й інструкторів. Після НТП слухачі школи інструкторської підготовки складають вдома методичні розробки на тему «Як провести навчально-тренувальний похід», виходячи з тих знань, навичок та особистих вражень, які вони набули в поході. Потім проводиться взаємне рецензування розробок слухачами, після чого робить свої висновки викладач-інструктор.

Запитання для самоконтролю та самоперевірки:

1. Що ви розумієте під тактикою спортивного туризму?
2. За якими критеріями можна класифікувати тактику походів і змагань?
3. В яких випадках можна стверджувати про правильність обраної тактики походу і в яких випадках – про правильність обраної тактики змагання зі спортивного туризму?
4. На що треба звернути увагу, обираючи оптимальну туристську тактику?
5. В чому полягають особливості тактики навчально-тренувального походу?
6. Чи є необхідним з тактичної точки зору здійснювати розбір походу?

Рекомендована література:

1. Нормативно-правові акти:

– Внутрішньодержавні нормативно-правові акти: 5, 6, 10, 11, 15, 20.

2. Підручники, посібники, монографії: 3, 4, 5, 9, 13, 14, 15, 19, 20, 24, 25, 26, 30, 31, 34, 37 - 39, 42, 52, 55, 56, 62, 66.

3. Додаткова (спеціальна) література: 1, 8, 10, 15, 16, 17, 31, 33.

4. Спортивний, спортивно-оздоровчий туризм : анот. бібліогр. покажч.

трьома мовами [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2017. – 21 с. – Режим доступу:

<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/6149>