

## СПЕЦИФІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ – ШИРОКЕ ПОЛЕ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

А. Я. Булашев

*Харківська державна академія фізичної культури*

**Анотація.** У статті подані матеріали зі специфіки спортивного туризму: проведення походів (змагань) у природному середовищі в умовах автономного режиму, високий віковий рівень, навчальний і науковий ценз. Підкреслена необхідність наукових досліджень у межах наукового обґрунтування цього масового виду спорту, позначені основні специфічні аспекти.

**Ключові слова:** спортивний туризм, специфічні особливості спортивного туризму, наукове обґрунтування, спортивний полігон, автономний режим, технічна складність маршруту, віковий ценз, науковий потенціал.

**Постановка проблеми і аналіз останніх досліджень.** У теперішній час виникла необхідність у науковому обґрунтуванні спортивного туризму як повноправного виду спорту. Для досягнення високих результатів у спорті здебільшого використовуються наукові напрацювання. Якщо в олімпійських видах спорту проводяться наукові дослідження, функціонують контрольні-наукові групи (КНГ), то в спортивному туризмі цілеспрямованих і систематичних досліджень проводиться дуже мало. Зрідка в наукових виданнях України з'являються статті, деякі з них псевдонаукові, які завдають шкоди і всій системі спортивного туризму і його безпеки. Хіба можна назвати науковою тезою вислів А. Скибенко з Донецька «Можно сильным группам разрешить ходить в уменьшенном составе, например «двойкой». Два сильных и хорошо подготовленных спортсмена могут пройти походы III–IV к. сл. в присутствии наблюдателей.» Зроблена «вченим» спроба ревізії «Правил...» виду спорту і його класифікації. Стаття містить велику кількість ляпів і нісенітниць та опублікована в Гуманітарному віснику Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету ім. Г. Сковороди, спец. вип. Педагогіка, 2004. – с. 216-221.

У спортивних адміністраторів виникають сумніви щодо спортивності одного з масових і популярних видів спорту, яким є ось вже більше 50 років спортивний туризм. Очевидно специфіка і бентежить керівників спортивних відомств, оскільки вона, на їх думку, відрізняється від загальноприйнятих понять спортивної діяльності. Але ж слово «спорт» в «Словаре русского языка» С. І. Ожегова трактується абсолютно чітко: «Спорт – это физические упражнения для развития и укрепления здоровья». Подібне формулювання можна побачити і в БСЭ, видання 3. – т. 24. – кн. 1. «Спорт – это система организации и проведения соревнований и учебно-профилактических занятий по различным комплексам физических упражнений; имеет целью наряду с укреплением здоровья и общим физическим развитием человека, достижение высоких результатов и побед в состязаниях; составная часть физической культуры». Але, якби чиновники тільки сумнівалися, вони ж виносять ухвали про виключення спортивного туризму із списку неолімпійських видів спорту. Відміняють розряди і звання, що вже траплялось в історії спортивного туризму (у Російській федерації в теперішній час спортивний туризм виключений з переліку видів спорту, що культивуються). В Україні Федерація спортивного туризму робить безглузді дії (ревізія «Правил...», Положень з класифікації), щоб Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту не ухвалило аналогічне рішення [3, 4, 5].

**Мета дослідження.** Вивчити сучасний стан наукових досліджень у спортивному туризмі. Показати його специфічні особливості та обґрунтувати необхідність і доцільність наукових досліджень зі специфічних аспектів спортивного туризму.

**Результати дослідження.** Розглянемо деякі специфічні особливості спортивного туризму за нашу думку, найістотніші.

Спортивним полігоном для туристів завжди є природне середовище (гори, річки, пустелі, тундра, Арктика). Технічні перешкоди як комплексний показник складності маршруту не можуть бути постійними і незмінними. Їх характеристики під впливом метеорологічних чинників і людської діяльності міняються не тільки з року в рік, але і в перебігу одного сезону. Температурні коливання річні і сезонні, кількість опадів і їх характер, атмосферний тиск, сонячна радіація, вітряний режим, а також різні катаклізми в природному середовищі – все це може значно ускладнити проходження маршруту. Відмінити маршрут не є можливо, зійти з маршруту можна, що буває дуже рідко і лише при катастрофічному стані навколишнього середовища.

Щоб все-таки пройти маршрут безаварійно, дотримуючись правила максимальної безпеки, необхідно велику роботу провести в підготовчому, передпохідному періоді, чим вище категорія маршруту, тобто технічно складніше, тим більше тривало і ретельно готується група. Свого часу відомий норвезький полярний дослідник Руал Амундсен сказав: «Експедиція – это подготовка». Якщо маршрут 2 – 3 к. скл. можна підготувати за 2 – 4 місяці, то підготовка походу вищої категорії складності вимагає до 1 року роботи. Перерахувати весь обсяг роботи в рамках цієї статті неможливо.

Група (команда) на маршруті, особливо складному, працює в автономному режимі, тобто на самозабезпеченні і самообслуговуванні, не розраховуючи на будь-яку, що забезпечує проходження маршруту, допомогу ззовні. Учасники готують і несуть із собою особисте і групове спорядження (намети, устаткування, багаття, медаптечку, прилади зв'язку і метеоспостережень, кіно- і фотоапаратуру), спеціальне, залежно від виду туризму, – мотузки, кішки, льодоруби, системи, карабіни, спусковики тощо; рафти, катамарани, байдарки, каски, рятувальні жилети; лижі, санки, двохарові намети, печі, автоклави, спеціальні ремонтні набори, примуси тощо.

Учасники самостійно організують харчування на маршруті з узятих з собою продуктів в розрахунок до 1 кг в сухому вигляді на людину на день. Відомо, що витрата енергії спортсмена повинна відповідати енергетичній цінності їжі, зміряною у великих калоріях. Величина енерговитрат у спортсменів-туристів змінюється в широких межах: у походах 1 – 3 к. скл. – 3000 – 3500 ккал; у складних (4 – 6 к. скл.) – 5500-6500 ккал, що зрівнює витратою енергії спортсменів в різних видах спорту як альпінізм, біг на довгі дистанції, спортивна ходьба, марафон, лижні гонки, біатлон, велогонки, веслування. В особливо складних умовах і напружених періодах, добова витрата енергії у туристів може сягати 7000-8000 ккал, яка не покривається наявними продуктами, і компенсація витрат енергії йде за рахунок внутрішніх запасів жирової клітковини і м'язової тканини. Спортсмени-туристи і альпіністи втрачають у вазі від 2-х до 7 кг і це є системою.

У високогір'ї, в тундрових і арктичних умовах для приготування їжі необхідно мати з собою достатньо (спеціальний розрахунок) горючого матеріалу (газ, бензин). Маршрут, як правило, багатоденний – 20-30 днів і більше, природно, вагове навантаження на кожного учасника зростає від 30 до 60 кг. Таке навантаження вдвічі більше за рекомендоване середнє навантаження на одного десантника-розвідника при переході в гірських умовах для різних абсолютних висот: до 3500 м – 22-36 кг, до 5500 м – 16-22 кг, понад 5500 м – не більше 16 кг [5].

Складність маршруту в кожному з восьми культивованих видів спортивного туризму визначається конкретним і суто специфічним набором технічних перешкод, а на комбінованому (гірсько-пішохідний, пішо-водний, водно-лижний) маршруті число цих перешкод подвоюється.

У тренувальному періоді знайти відповідні до похідних технічні перешкоди не є можливо через переважно рівнинної території України.

У пішохідному туризмі – це величезні площі заболочених територій, значні масиви сланикової рослинності, тайгові буреломи, завали, переправи через бурхливі річки, льодовики, тощо.

Для лижного туризму характерні в лісових тайгових районах: глибокий сніг, незамерзлі річки, лавинонебезпечні схили і перевали, низькі температури, а в тундрових районах – труднощі орієнтування, затяжна заметіль, низькі температури, вітри, що дують постійно, іноді переходячи в штормові, вода під снігом на річках та інших водних об'єктах.

У гірському туризмі – складні в технічному відношенні перевали вищої категорії, скельні і льодові стінки, закриті і відкриті льодовики, тріщини на них, низька температура, вітри.

У водному туризмі – порожисті річки зі швидкою течією, шивери, перекочування, притиски, «бочки»-водоверти, деревні завали.

Описувати технічні труднощі інших видів спортивного туризму не дозволяє обсяг даної статті.

Для безаварійного проходження перешкод потрібна хороша загальнофізична підготовка, спеціальна, технічна, тактична і психологічна. При цьому ранжирувати всі види підготовки за їх пріоритетність неможливо, оскільки вони важливі і рівноцінні за своєю значущістю.

В учбовому процесі і при накопиченні практичного досвіду необхідно дотримуватися головного принципу – поступовість і послідовність, тобто від простого до складного, від малого до великого.

Віковий діапазон у спортивному туризмі досить широкий від 20 до 50 – 60 років, особливо в складних походах (рівень чемпіонату країни), чого фактично немає в інших видах спорту. Саме цю обставину спортивна адміністрація розцінює чи не як посягання на суть поняття – спорт. Нерідкі випадки, коли туристи виконують у спортивному туризмі нормативи майстра спорту в 50 років. В Україні відомий випадок, коли спортсмен вперше виконав майстровий норматив у 29 років, а в 70 – нормативи майстра спорту з лижного туризму і КМС з водного.

Потрібно міняти застарілі стереотипи відносно «стелі» в деяких видах спорту і насамперед у спортивному туризмі. Враховувати потрібно те, що спортсмен, який отримав звання майстра спорту в зрілому віці, володіє відмінним здоров'ям, а, отже, корисний для суспільства. І в цьому аспекті спортивний туризм має перевагу серед багатьох видів спорту – «стеля» активної життєвої позиції і довголіття в спорті дуже високі. До того ж при організації і проведенні спортивних походів важливе значення має і життєвий досвід кожного з учасників.

Загальноосвітній ценз і науковий рівень учасників спортивних походів (особливо складних) у спорті великих досягнень дуже високий. Значний контингент осіб, що займаються спортивним туризмом, має, як правило, вищу освіту, і частково вчені ступені і звання – кандидата наук, доктора наук і професора. Тому нерідкі випадки, коли в спортивному поході його учасники проводять наукові дослідження і спостереження різного ступеня важливості, що не характерно для інших видів спорту.

При підготовці до спортивного походу і розробки маршруту завжди виникає необхідність у деяких знаннях із різних галузей: географії, геодезії, геології, гідрогеології, метеорології, кліматології, біології, медицини та інших наук. Ці і інші специфічні якості спортивного туризму є його позитивом, а деякі з них підкреслюють ще й перевагу перед іншими видами спорту [1, 2, 7, 8].

### Висновки

1. З кожної із специфічних якостей спортивного туризму необхідно і можна проводити наукові дослідження і в стаціонарних, і в польових умовах.

2. Слід при федераціях спортивного туризму організувати наукові групи, для чого залучити весь науковий туристський потенціал регіону.
3. Українській федерації спортивного туризму необхідно створити координаційний центр, розробити основні напрями наукових досліджень у спортивному туризмі.

### Список літератури

1. *Аппелянский А. И.* Рекреология : тренировочный процесс в активном туризме, : уч. Пособие – М. : Сов. спорт, 2006. – 196 с.
2. *Байковский Ю. В.* Классификация и особенности формирования горных неолимпийских видов спорта, : уч-метод. пособие. – М. : Вертикаль. Анита-пресс, 2005. – 256 с.
3. *Булашев А. Я.* Современное состояние, проблемы и перспективы развития спортивного туризма в Украине // Гуманітарний науково-теоретичний вісник. Спец. вип. Педагогіка. – Переяслав-Хмельницький, 2008. – С. 27-30.
4. *Булашев А. Я.*, Особенности спортивного туризма как вида спорта на примере лыжных спортивных походов / Ю. Л. Шальков // Педагогіка, психологія та медико-психологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Запоріжжя: зб. наук. пр. 2007. – С. 43-47.
5. Десантная и походная подготовка разведчика, : хрестоматия, / сост. А. Е. Талас. – Мн. : Харвест, 2003. – 528 с.
6. *Скибенко А.* Совершенствование системы присвоения спортивных разрядов в туризме // Гуманітарній вісник Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету ім. Г. Сковороди. Спец. вип. : Педагогіка, 2004. – С. 216-221.
7. *Федотов Ю. Н.* Спортивно-оздоровительный туризм: учебник. / И. Е. Востоков- 2-е изд. испр. и доп. – М. : Сов. спорт, 2008. – 464 с.
8. *Штурмер Ю. А.* Туризму – научное обоснование // Ветер странствий. – М. : ФиС, 1977. – Вып. 7. – С. 5-12.

## СПЕЦИФІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ – ШИРОКЕ ПОЛЕ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

А. Я. Булашев

*Харківська державна академія фізичної культури*

**Аннотація.** В статті представлені матеріали по специфіці спортивного туризму: проведення походів (соревнувань) в природній середі в умовах автономного режиму, високий віковий рівень і освітній науковий ценз. Підкреслена необхідність проведення наукових досліджень в рамках наукового обґрунтування цього масового виду спорту, обзначені основні специфічні аспекти.

**Ключевые слова:** спортивный туризм, специфические особенности спортивного туризма, научное обоснование, спортивный полигон, автономный режим, техническая сложность маршрута, возрастной ценз, научный потенциал.

## SPECIFIC PECULIARITIES OF SPORTS TOURISM – WIDE FIELD OF SCIENTIFIC RESEARCH

A. Ya. Bulashev

*Kharkiv State Academy of Physical Culture*

**Annotation.** The article presented the materials on sport tourism specificity: holding of trips in a natural environment in the conditions of offline operation, high age level educational and scientific qualification. The necessity of conducting research is underlined within the scientific substantiation of mass kind of sports.

**Key words:** sports tourism, sports tourism specific, peculiarities, scientific substantiation sports ground, offline operation, technical innerary complication, age qualification, scientific potential.