

Топорков Олександр Миколайович

кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри зимових видів спорту,
велоспорту і туризму

Харківська державна академія фізичної культури

Топорков Александр Николаевич

кандидат наук по физическому воспитанию и спорту,
доцент кафедры зимних видов спорта,
велоспорта и туризма

Харьковская государственная академия физической культуры

Toporkov A.N.

Candidate of Sciences on Physical Training and Sports,
Associate professor
Kharkov State Academy of Physical Culture

ПІДГОТОВКА, ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ

КАТЕГОРІЙНОГО ВЕЛОПОХОДУ

ПОДГОТОВКА, ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ

КАТЕГОРИЙНОГО ВЕЛОПОХОДА

PREPARATION, ORGANIZATION AND CARRYING

OF CYCLING TRIP OF DIFFERENT COMPLEXITY OF CATEGORIES

Анотація: Розглянуто усі етапи щодо здійснення багатоденного категорійного велосипедного спортивного походу.

Ключові слова: велосипедний туризм, маршрут, туристський похід, група, підготовка.

Аннотация: Рассмотрены все этапы по осуществлению многодневного категорийного велосипедного спортивного похода.

Ключевые слова: велосипедный туризм, маршрут, туристский поход, группа, подготовка.

Abstract: All stages of the implementation of the multi-day cycling sport trip of different complexity of categories are considered.

Key words: bicycle tourism, route, hiking, group, preparation.

Спортивний туризм – самостійний вид спорту, який входить в єдину спортивну класифікацію і представляє найбільш гармонійний вигляд спортивно-оздоровчої діяльності людини, представляє собою групу різних типів, видів і форм туризму, об'єднаних мотивами занять, характером маршрутів, організаційними формами. Спортивний туризм передбачає подолання маршруту активним способом, тобто без використання транспортних засобів, покладаючись лише на власні сили, реалізуючи вміння та навички пересування пішки, на лижах, плавзасобах, велосипеді і т.д. [4].

Велосипедний туризм (велотуризм) – це один з видів спортивного туризму, метою якого є подолання відстаней, різних перешкод на велосипеді, в якому велосипед служить головним або єдиним засобом пересування. З велосипедного туризму проводяться змагання різного рангу, присвоюються спортивні розряди і звання, так само, як і в інших видах спорту.

Велосипед простий, надійний, спортивний, доступний, економічний засіб пересування. Також велосипед є екологічно чистим видом транспорту. [2, 3].

Велосипедний туризм містить в собі як елементи велосипедної гонки на час, так і елементи тривалого багатоденного курсування по заданому маршруту із застосуванням навігаційних приладів (GPS-приладу), або компаса і карт з використанням навичок орієнтування.

До особливостей велотуризму можна віднести: протяжні маршрути, рух групою, вміння обслуговувати і ремонтувати велосипеди, рух по стежках і бездоріжжю, подолання категорійних перешкод, тощо [7].

Різновидами велопоходів є : одноденний велопохід – велопохід без ночівель, як правило, виїзд – вранці, приїзд – ввечері того ж дня; похід вихідного дня – велопохід з одною ночівлею, як правило, виїзд в суботу

вранці і приїзд в неділю ввечері; багатоденний велопохід – велопохід тривалістю в кілька днів з ночівлями [5].

Категорійний велопохід – це спортивний велосипедний похід, здійснений групою велотуристів по маршруту, за складністю і протяжністю, умови проведення якого відповідають правилам проведення спортивних походів. Існуюча методика категорювання велопоходів дозволяє проводити на теренах України велопоходи 1-5 к/с.

Будь-який велосипедний туристський похід – від походу вихідного дня до категорійного спортивного походу планується, організовується і готується. По суті, він починається задовго до виходу групи на маршрут і завершується через деякий час після закінчення активної частини походу, тобто тоді, коли будуть вирішені питання, пов’язані з підведенням його підсумків і оформленням всіх документів. Ця багатогранна і трудомістка робота включає чотири послідовні етапи: організацію, підготовку, проведення і підведення підсумків походу [1, 3,6].

Етап організації спортивного велопоходу, починаючи із задуму, визначення мети і завдань, планування і рішення достатньо широкого кола організаційних питань, завершується переїздом в місце початку маршруту, а іноді і декілька пізніше – після організації розвідних операцій, якщо такі виконувалися не активним способом, а за допомогою транспорту.

Організаційний етап підготовчого періоду включає: визначення мети і головних завдань основного (похідного) періоду, комплектування групи, вибір району походу і підготовку документів – кошториси витрат і накази (ухвали) про похід. Цей етап співпадає в часі з перехідним періодом і лише в найбільш складних випадках частково накладається безпосередньо на підготовчий період. У будь-якому випадку доцільно завершити роботу з комплектування групи (команди) на цьому етапі, щоб забезпечити якісну підготовку учасників походу в підготовчому періоді [2, 6].

При комплектуванні туристських груп важливі не тільки наявність туристського досвіду, спеціальних знань і навичок, потрібних для походу,

у поєднанні з хорошим рівнем фізичної і технічної підготовленості учасників походу і керівника групи, але також і облік питань соціально-психологічного плану. Від авторитету керівника, відчуття товариства в групі, рівня дисципліни, психологічної підготовленості групи до маршруту і т.п. в першу чергу залежить успіх планованого походу, його безаварійність, всебічна корисність походу не тільки для його учасників, але і для колективу, що готував групу до походу.

Комплектування туристської групи зазвичай проводиться з числа членів одного колективу, що займалися в секції з туризму, що дозволить забезпечити монолітність групи, яка в умовах спортивного походу повинна бути саме спортивною командою. При цьому обов'язки керівника на маршруті походу істотно ширші, глибше, відповідальніше, чим обов'язки просто капітана команди. У туристській групі в екстремальних умовах необхідне не тільки повне взаєморозуміння учасників, але і хороше знання можливостей, характеру та звичок кожного зі своїх товаришів по походу. Таке знання можливе лише при постійному спілкуванні, спільних тренуваннях, навчанні, при єдності цілей і єдиному розумінні завдань не тільки конкретного походу, але і обраного виду туризму [1, 2, 5, 8].

Етап підготовки проходить з деяким тимчасовим зрушенням по відношенню до етапу організації. Фактично повна підготовка до велопоходу закінчується тоді, коли завершується робота по здійсненню прибуття на місце початку походу (самостійно, активним способом), розвідок, акліматизації учасників.

Важливим інструментом управління підготовкою велотуриста є поетапні контрольні перевірки фізичної, технічної і теоретичної готовності учасників майбутнього походу на основі контрольного тестування, результатів змагань і медичного контролю. Спеціальні корективи вносяться до підготовки велотуриста не тільки в результаті періодичного і поетапного отримання інформації про стан тренуваності тих, що займаються, але і у міру збору і обробки інформації про район

майбутнього велопоходу, особливостях біокліматичних умов з урахуванням характеристики природних перешкод на планованому маршруті. Ці корективи торкаються не тільки власне тренувального процесу, але також і поетапного плану підбору, виготовлення і випробування різних видів спорядження і раціонів харчування.

На етапі проведення велопоходу туристською групою виконується різноманітна робота, що за своїм змістом далеко виходить за рамки простого проходження маршруту: ведення похідного щоденника, опис складних ділянок маршруту і фотографування, коректування картографічного матеріалу, виконання різноманітних наукових завдань тощо. Все це є матеріалом для підготовки звіту про похід – головною і найбільш трудомісткою складовою частиною етапу підведення підсумків походу [3, 6].

Організація, підготовка, проведення і підведення підсумків велосипедного спортивного туристського походу – це комплекс паралельних і послідовних заходів, що забезпечують досягнення поставленої мети і рішення основних задач при максимальному оздоровчому ефекті і повній безпеці учасників.

Література:

1. Буйленко В.Ф. Туризм [Текст]: учебное пособие / В.Ф. Буйленко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. – 416 с.
2. Булашев А.Я. Спортивный туризм: Учебник. – Харьков: ХГАФК, 2009. – 332 с.
3. Булгаков А.А. Велосипедный туризм [Текст]: учебное пособие / А.А. Булгаков. – Москва: Ключ, 2008. – 624 с.
4. Евсеев, С.П Спортивный туризм [Текст]: учебное пособие / С.П. Евсеев, Ю.Н. Федотов. – СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1999. – 54 с.
5. 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.

6. Попчиковский, В.Ю. Организация и проведение туристских походов [Текст] : учебное пособие / В.Ю. Попчиковский. – Москва: Профиздат, 1987. - 224 с.
7. Соколов В.А., Ильин В.С. Велосипедный туризм [Текст]: учебное пособие / В.А. Соколов, В.С. Ильин. – Москва: Турист, 1992. – 158 с.
8. Топорков О. М., Криничанський Є. В. Забезпечення безпеки у велосипедному туризмі / О. М. Топорков // Основи спортивного туризму в рекреаційній діяльності: збірник наукових праць [Електронний ресурс]. - Харків : ХДАФК, 2016. – 358 с. – Режим доступу : <http://journals.uran.ua/index.php/wissn055>