

UDK 796:379.85

Рыльский С.В.

Белгородский государственный национальный исследовательский университет, Россия

ОБОСНОВАНИЕ СТРУКТУРЫ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОГО УЧЕБНО – ТРЕНИРОВОЧНОГО ПОЛИГОНА КАК ОСНОВНОГО СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЮ ПРЕОДОЛЕНИЮ ЕСТЕСТВЕННЫХ И ИСКУССТВЕННЫХ ПРЕПЯТСТВИЙ В СПОРТИВНОМ ТУРИЗМЕ.

Полигон (от греческого слова *poligonos* - многоугольный) участок суши или моря, предназначенный для испытания оружия, боевых средств, техники и боевой подготовки войск (Г.Н.Блахин, 1996).

Под туристским специализированным учебно - тренировочным полигоном мы понимаем оборудованную природную территорию, зал, с естественными и искусственными препятствиями, регулярно используемую образовательным учреждением для проведения учебно - тренировочных занятий по определенному виду спортивного туризма.

Идея обучения техники спортивного туризма на полигоне не является новой. Однако в имеющейся научно – методической литературе, методики обучения преодолению естественных и искусственных препятствий в пешеходном туризме в условиях специализированного учебно – тренировочного полигона нами не обнаружено.

Теоретический анализ и обобщение научно - методической литературы (В.Г.Варламов, 1983; И.В.Бормотов, 2001; В.А.Иванов, 2007), а также многолетний опыт подготовки туристов – пешеходников позволил нам сформулировать содержание СУТП. В его состав вошли природные и искусственные препятствия для обучения техники преодоления различных по сложности препятствий в соответствии со спецификой соревновательной деятельности туристов пешеходников. На основании проведенного нами анализа в главе 3.1 (таблица 4) основных естественных препятствий встречающихся на пешеходных маршрутах нами разработано содержание учебно – тренировочного полигона в естественных условиях для обучения преодолению естественных и искусственных препятствий студентами туристами пешеходниками.

По нашему мнению к подобному СУТП должны предъявляться следующие требования:

1. Доступность. Расположение недалеко от места жительства обучаемых (места учебы, нахождения тур.клуба, в черте города или населенного пункта куда можно добраться обучаемым самостоятельно без больших затрат времени).
2. Учебно-тренировочный полигон должен содержать природные и искусственные препятствия для обучения техники передвижения и преодоления

различных по сложности препятствий в зависимости от вида спортивного туризма, категории обучаемых, и соответствующего уровня подготовки: обрывы, овраги, склоны различной крутизны, переправ (навесных, наклонных навесных, по бревну, по камням, «маятником»), элементы «завала», «кочки», движение по жердям (гать).

3. Безопасность и тщательная подготовка мест занятий.

4. Апробированные и установленные точки крепления оборудования, страховки и самостраховки для участников на объекте.

5. Возможность наблюдения в процессе обучения за группой каждым участником.

6. Наличие карты этой местности.

7. При разработке туристского полигона в естественных условиях необходимо согласовать действия с сотрудниками местного лесничества, охраной природной территории (если такая имеется), лесниками, егерями и др.

При подборе мест занятий на специализированном учебно – тренировочном полигоне, мы, прежде всего, стремились подобрать и оборудовать такие препятствия, которые бы форме и содержанию напоминали горный рельеф, отражали особенности реального пересеченного рельефа, требовали проявления определенных физических качеств, морально – волевых, технических и тактических действий, приобретению необходимых умений и навыков работы в условиях максимально приближенных к реальным.

В соответствии с вышеизложенным нами был создан специализированный учебно – тренировочный полигон в ур.Пушкарное г. Белгорода.

Географическое расположение СУТП было следующим:

Полигон расположен на окраине города, практически в черте города. К нему удобно добраться на общественном транспорте, а также возможен подъезд на личном транспорте. Представляет собой лесной массив, рабочая площадь используемая под полигон примерно 250м x 300м. В центре массива находится два параллельно идущих меловых оврага (расстояние между оврагами 100м). Длина рабочей зоны оврагов – 200м, ширина оврага – от 9 до 40м, глубина – от 3м до 10м. Крутизна склонов оврага – 25 – 90°. Характер склонов – травянистые, осыпные (меловые).

Найти место, которое содержало бы в себе все необходимые естественные препятствия не всегда реально. Например, наличие на полигоне реального болота, или реки, труднопроходимого лесного участка, завалов. Поэтому недостающие элементы естественных препятствий необходимо моделировать (создавать искусственно). Так для преодоления болота подготавливается участок на ровном месте с обозначенными кочками, оборудованным местом для прохождения гати. Для преодоления завалов искусственным способом делается нагромождение бревен, поваленных деревьев, веток. Для переправы по камням – «сухое русло реки» с уложенными камнями для передвижения по ним на противоположный берег.

Организационные меры безопасности:

Постоянный контроль за состоянием оборудованных станций полигона.

Занятия только в присутствии или с разрешения преподавателя.

Наличие медицинской аптечки.

Наличие связи (телефон).

Контроль за качеством снаряжения.

Контроль за соблюдением мер безопасности.

Организация верхней страховки.

Места занятий должны быть очищены от нагромождения веток, поваленных деревьев, подлеска, материалов не природного происхождения (бытового мусора, торчащих из земли элементов металла, бетона и прочего).

Все обучаемые, руководители учебных групп или преподаватели, работающие на технических этапах, должны находиться в касках и быть обеспечены индивидуальными страховочными системами.

10.С инструкцией по проведению практических занятий все слушатели и преподавательский состав должны быть ознакомлены под роспись.

Полигон оборудован 9-ю станциями. Для каждой станции разработан «паспорт станции», в которой отражается вид препятствия, решаемые учебные задачи, техническая характеристика, оборудование, указания по мерам безопасности. Практически все станции (за исключением станции №9-«движение по растительному покрову») оборудованы двумя параллельными «нитками», для увеличения моторной плотности занятия, применения соревновательного метода. План размещения станций на СУТП представлен на рисунке 5.

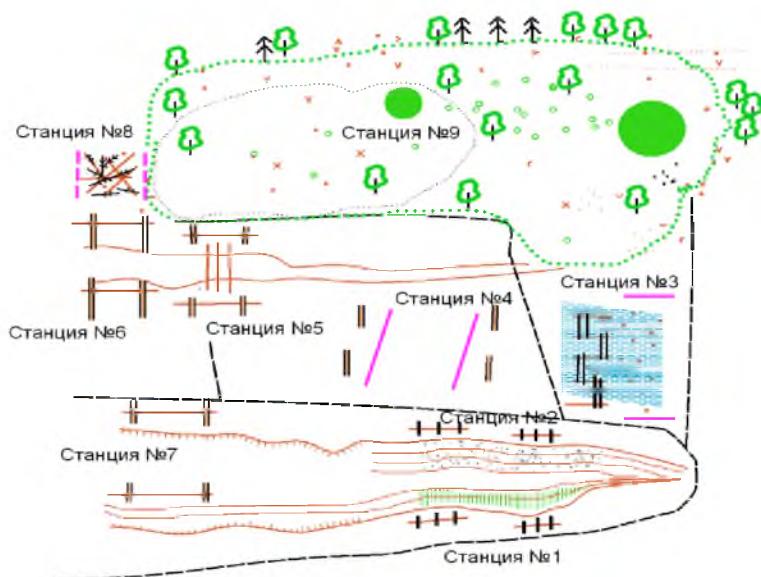


Рис.5 План размещения учебных станций на полигоне.

Станция №1 предназначена для обучения преодолению травянистых склонов; станция №2 – обучение преодолению осыпных склонов; станция №3 – обучение преодолению болота; станция №4 – предназначена для обучения переправ вброд; станция №5 – обучение технике переправы по бревну; станция № 6 – предназначена для обучения технике переправы над водой (навесная, параллельная); станция №7 – «спуск, подъем по вертикальным перилам», обучение технике организации и преодоления наклонных навесных переправ; станция №8 – «завал» (преодоление лесных завалов, буреломов); станция № 9 – предназначена для обучения технике передвижения по растительному покрову (движение по тропе и без троп, по пересеченным участкам местности, техника движения в колонне, темп движения, постановка стоп на опору и др.)

К достоинствам полигона можно отнести:

- Возможность работы с обучаемыми различного возраста и уровня спортивной подготовки;
- Обучение в условиях приближенных к реальным;
- Возможность моделировать препятствия или дистанцию, согласно программ, возрасту, уровню подготовки, определенным целям и задачам обучения;
- возможность применения стандартных форм и методов обеспечения безопасности;
- возможность одновременной работы на нескольких препятствиях;
- возможность использования различных форм и методов организации учебного процесса;
- нахождение различных видов препятствий в непосредственной близости друг от друга;
- прохождение препятствий в реальных погодных условиях (дожде, снеге, морозе, ветре);
- возможностью организации трассы для соревнований по технике пешеходного туризма. По своим параметрам полигон дает возможность постановки дистанции 5 класса для проведения соревнований по туристскому многоборью;
- обучаемые постоянно находятся в поле зрения преподавателя;
- в зимний период времени возможность отрабатывать преодоление снежных и фирновых склонов.
- Процесс обучения и совершенствования знаний умений и навыков в преодолении препятствий может проходить круглогодично.

ЛИТЕРАТУРА

Блахин, Г.Н. (1996). Преодоление препятствий: Учебник.- Спб.: ВИФК, р. 269. In Russian

Бормотов, И.В. (2001). Содержание и методика подготовки специалистов спортивно – оздоровительного туризма в условиях учебно – тренировочного полигона: Автореф. дис. ...канд. пед. наук / И.В. Бормотов. – М., р. 23. In Russian

Варламов, В.Г. (1979). Физическая подготовка туристов пешеходников / В.Г. Варламов. -М.: ЦРИБ «Турист», р. 47. In Russian

Иванов В.А. (2007). Полигон для совершенствования тактико – технической подготовки спортсменов в туристском многоборье./ В. А. Иванов// «Развитие спортивного туризма в России» // Тезисы докладов Всероссийской научно-практической конференции // под общей ред. С.Н.Панова. – Москва, р. 170. In Russian