|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **Педагог дополнительного образования** | **Шевчук Татьяна Леонидовна** |
| **2** | **Название объединения** | **Туристское многоборье** |
| **3** | **Дата проведения занятия, №5 группы** | **15.02.2025**  |
| **4** | **Тема занятия** | **Основы техники и тактики спортивного туризма.** |
|  |  |  |

**Основы техники и тактики спортивного туризма.**

Основы туристской техники и тактики.

1. Техника туризма: определение и классификация.

2. Особенности применения туристской техники в рекреационных и спортивных походах.

3. Тактика туризма: определение и классификация.

*1. Техника туризма: определение и классификация.*

*Что мы понимаем под определением «техника туризма»?* Технико-тактическая подготовка туристов – одно из важнейших слагаемых туристской деятельности. Что понимается под понятием туристской техники, и владение, какими видами туристской техники необходимо для эффективного и безаварийного преодоления маршрута похода или дистанций туристских соревнований? Техника туризма – многогранное понятие. В простейшем определении – *это совокупность технических приемов и средств, используемых для эффективного решения туристских задач.* При этом по отношению к рекреационному (оздоровительному, развлекательному, познавательному) туризму характерными задачами являются: преодоление простейших естественных препятствий на маршрутах похода и дистанциях соревнований, организация полевого лагеря и горячего питания для группы туристов; безошибочное ориентирование на местности. По отношению к спортивному туризму характерными задачами, кроме перечисленных выше, являются: преодоление классифицированных участков маршрута различной категории трудности (в том числе организация страховки), эффективное жизнеобеспечение туристов в различных условиях внешней среды. Решение данных задач собственно и требует от участников туристских мероприятий владения определенным объемом туристской техники. Уровень владения разнообразной туристской техникой, среди прочих качеств, свидетельствует об уровне профессионализма туристов. Техника туризма разнообразна и знакомство с ней следует начинать с ее классификации. Классификация, как обычно, поможет нам систематизировать знания об изучаемом разделе предмета, в данном случае – знания о технике туризма.

*Как (по каким основаниям) принято классифицировать технику туризма?*Определим три наиболее значимые по нашему мнению основания для классификации техники туризма. *Во-первых*, это цель (*назначение*) применяемой туристской техники. Разумеется, приемы и средства, применяемые в туристских походах и на дистанциях соревнований специфичны по отношению к решаемым задачам. Например, технические приемы и средства, применяемые для ориентирования на маршруте, отличны от приемов и средств организации страховки при переправе через горную реку. В первом случае туристы используют приемы ориентирования по небесным светилам, определения точки стояния обратной засечкой, движения с чтением карты и т.д. В качестве средств ориентирования на местности служат топографическая карта, компас, прибор  системы глобального позиционирования GPS и т. д.  Во втором случае в качестве приема страховки туристов на переправе используется самостраховка туристов в движении по горизонтальным перилам. В качестве средств страховки на переправе используют основную веревку, индивидуальную страховочную систему, ус самостраховки с карабином и пр.  Итак, по назначению, технику туризма принято классифицировать на следующие разновидности.

· техника передвижения по  естественным препятствиям (техника преодоления естественных препятствий)

· техника страховки;

· техника бивачных работ;

· техника ориентирования на местности;

· техника поисково-спасательных работ.

Отметим далее, что техника туризма достаточно специфична и по отношению к видам туризма. Приведем пример из области водного и лыжного туризма. Техника передвижения по маршруту водного похода и лыжного похода, очевидно, будет различной (различаются как технические приемы, так и средства передвижения). При идентичности ряда приемов и средств ориентирования на местности, техника ориентирования в водном и лыжном походе так же имеет свои особенности. В водном походе круг ориентиров во многом ограничен прибрежной (видимой с судна) зоной. Общая линия движения (река) совершенно очевидна и на первый план выступает определение своего местонахождения на реке в каждый момент времени, местонахождение естественных препятствий (порогов, отмелей и т.д.), трасса эффективного преодоления естественных препятствий. В связи с этим в водном туризме основа техники ориентирования – движение по течению реки с чтением карты и опознаванием видимых с реки ориентиров. В качестве средств ориентирования (кроме обычной топографической карты) туристы используют специфическое средство – туристскую лоцию. Лоция – это *руководство для плавания на гребных судах по определенной реке с подробным описанием ее навигационных особенностей (сложных участков течения реки с подробным указанием характера берегов; ориентиров на реке; препятствий в русле реки и способов их преодоления)*. В лыжном туризме, напротив, линия маршрута на местности часто не очевидна. Туристы используют весь комплекс приемов и средств ориентирования, доступный набор существенных ориентиров местности для точного движения по маршруту. Специфичны для рассматриваемых видов туризма и остальные «техники» (страховки, бивачных и поисково-спасательных работ). Таким образом, *во-вторых*,  на основании *вида туризма* мы можем подразделить технику туризма на следующие разновидности:

· техника водного туризма;

· техника пешеходного туризма;

· техника лыжного туризма;

· техника велосипедного туризма и т. д.

И, наконец, *в-третьих*, любую туристскую технику мы смело можем разделить на две разновидности на основании *числа субъектов* (туристов), ее использующих:

· техника индивидуальная

· техника групповая (командная).

В дальнейшем в нашем курсе мы отдельно рассмотрим теоретические и практические основы всех разновидностей туристской техники разного предназначения. Причем внимание сконцентрируем на индивидуальной и групповой технике пеших и лыжных походов. Поэтому давать подробные пояснения ко всем указанным видам техники туризма в данной лекции не имеет смысла. Отметим лишь особенности и объем применения туристской техники в оздоровительных и спортивных походах.

2. Особенности применения туристской техники в рекреационных

 и спортивных походах.

Прежде всего, отметим, что в любых по цели и содержанию походах техника поисково-спасательных работ применяется по необходимости (в случае аварии на маршруте) или в качестве элемента обучения на маршруте. Разумеется, вероятность использования данной техники в спортивном туризме (как виде спорта с повышенным риском) выше, нежели в туризме пешеходном. Другие же разновидности «техник» по назначению применяются всегда, как в рекреационных, так и в спортивных походах.

Какова специфика применения техники ориентирования в рекреационных и спортивных походах? Сама техника ориентирования на местности (по содержанию используемых приемов, применяемым средствам ориентирования) вряд ли существенно отличается в рекреационных и спортивных походах (см. так же материалы лекции «Основы техники ориентирования на местности»). Данное утверждение (не подтвержденное какими либо исследованиями) мы основываем на том, что сами задачи ориентирования (определение точки стояния, определение направления движения и движение в заданном направлении) идентичны в разных по содержанию походах. Иное дело, что сложность ориентирования в рекреационных и спортивных походах в одном и том же виде туризма может различаться. Очевидно, например, что ориентирование на часто посещаемом рекреационном маршруте в целом проще, чем ориентирование на относительно уникальном маршруте спортивного похода. Более того, сложность ориентирования на маршруте спортивного похода составляет, среди прочих признаков, основу для их классификации по категориям сложности. То есть по определению сложность ориентирования в целом растет с повышением категории сложности спортивного похода. Такая закономерность диктуется характером района похода – чем выше категория сложности похода, тем меньше плотность населения в районе похода; реже сеть простых для чтения и движения ориентиров (населенных пунктов, дорог, просек, железных дорог и пр.), больше вероятность применения техники ориентирования в неблагоприятных погодных условиях. Напротив, уровень сложности ориентирования на маршрутах рекреационных походов стремятся свести к минимуму, для чего, в частности, разрабатывают и прокладывают маркированные трассы маршрутов (обозначенные на местности трассы движения). В итоге, более высокая сложность ориентирования в спортивных походах определяет в целом большее разнообразие  и объем применения используемых для ориентирования приемов, чем это присуще рекреационным походам.

Какова специфика применения техники бивачных работ в рекреационных и спортивных походах? Те же соображения, что и по поводу ориентирования на местности, мы можем высказать по отношению к технике бивачных работ. С одной стороны, техника бивачных работ, как в многодневном рекреационном походе, так и в спортивном походе используется на всем протяжении маршрута. Другое дело, что содержание и объем используемой в спортивных и рекреационных походах техники бивачных работ, как правило, различаются. Сложность жизнеобеспечения туристов в спортивных походах, в общем, значительно выше, чем в походах рекреационных (что, кроме прочего, определяется намеренным усложнением характера маршрута в спортивном туризме). Соответственно и набор применяемых в спортивном туризме приемов и средств организации ночлега в полевых условиях, приготовления горячего питания значительно шире, чем в рекреационном туризме. Например, отдельные применяемые в спортивном походе способы организации ночлега в экстремальных условиях среды (ночлег в снежных пещерах и снежных хижинах, ночлег в лыжном походе в шатровой палатке с ветрозащитной снежной стенкой, во временных укрытиях и пр.) редко используются в оздоровительном туризме. Напротив, в рекреационном походе туристам создаются наиболее комфортные условия для полевого ночлега (не говоря уже о ночлеге в специальных помещениях). Места ночлегов на посещаемых рекреационных маршрутах специальным образом оборудуются: заранее готовятся площадки для установки палаток, туристы используют уже заготовленные дрова, используют относительно комфортные типы палаток и т.д.

Какова специфика применения техники преодоления естественных препятствий и страховки в рекреационных и спортивных походах? Техника преодоления естественных препятствий и страховки может применяться на маршрутах рекреационных походов (в противоположность спортивным походам) в ограниченном объеме и лишь по необходимости. В рекреационном походе вообще не ставиться задачи преодолевать какие-либо классифицированные естественные препятствия, однако маршрут может их, тем не менее, включать (например, маршрут рекреационно-познавательного экологического похода с целью ознакомления с экосистемами болот; маршрут рекреационного (приключенческого) похода в горной местности и т.д.). Если в рекреационном походе приходится применять технику передвижения по естественным препятствиям и технику страховки, то обычно она включает использование наиболее простых по содержанию (легко доступных для быстрого обучения) индивидуальных приемов и средств. Напротив, преодоление естественных препятствий на маршруте является основным содержанием спортивных походов. Соответственно на маршрутах спортивных походов техника движения по естественным препятствиям и техника страховки применяются во всем их многообразии и в соответствие с конкретными классифицированными участками маршрута.

Из вышеизложенных особенностей применения туристской техники в различных по целям и задачам походах следует еще одно существенное отличие между рекреационными и спортивными походами. В рекреационных походах чаще всего достаточно, чтобы хорошо технически подготовленным был лишь руководитель группы (гид-проводник, инструктор). Остальные участники приобретают начальные навыки и умения в технике туризма в процессе преодоления маршрута и  этот факт не должен сказаться на их безопасности (уровень риска на маршруте рекреационного похода должен быть сведен к допустимому минимуму за счет грамотной подготовки маршрута, плана похода, подбора снаряжения и других организационных мероприятий). Напротив, все, без исключения, участники (а не только руководитель) спортивных походов должны иметь базовый уровень технической подготовки достаточный для осуществления похода заявленной категории сложности. Следовательно, у участников рекреационной и спортивной туристской деятельности кардинально различается и подходы к технической и тактической подготовке, которые мы будем рассматривать на специальных занятиях.

3. Тактика туризма: определение и классификация.

*Что мы понимаем под определением «тактика туризма»?* В спорте тактику определяют, как искусство ведения спортивной борьбы. По аналогии в туризме тактику так же можно определить как искусство проведения походов и соревнований. Однако мы дадим более информативное определение тактики туризма. В туризме под определением «тактика» будем понимать *выбор оптимальных технических средств, способов их использования и действий для эффективного и безопасного достижения поставленных целей и решения необходимых задач.* Как (каким образом) с наименьшими материальными, физическими, психическими затратами достигнуть цели похода, преодолеть маршрут или выполнить задания соревнований? Это и есть основной вопрос туристской тактики, решение которого предполагает решение целого ряда отдельных тактических задач.

*Как принято классифицировать тактику туризма?* Часто в специальной литературе понятие тактики неразрывно связывают с понятием туристской техники и ведут речь о решении технико-тактических задач. Действительно туристская тактика часто воплощается в виде *выбора*подходящих*технических приемов* *и технических средств* из числа тех, которыми владеют туристы для решения конкретной ситуационной задачи. Соответственно, чем больше освоенных технических приемов и средств, тем больше простор для тактических решений. И наоборот, если турист владеет одним единственным приемом для решения данной задачи, говорить о какой-либо тактике не приходится. В соответствие с классификацией туристской техники мы можем представить и классификацию тактики:

· тактика страховки;

· тактика преодоления естественных препятствий;

· тактика бивачных работ и т.д.

Однако понимание тактики, как выбора оптимальной техники для решения конкретных задач и соответствующая ее классификация является слишком узким и не передает действительного значения тактики в туризме. В действительности понятие «тактика» следует применять ко всем аспектам организации и проведения походов и соревнований. Разве оптимизация этапа подготовки не важна для достижения целей туристского мероприятия? Так, например, определение главных рекреационных и познавательных объектов из числа присутствующих в данном районе; разработка нитки маршрута, позволяющей наилучшим образом выполнить познавательные задачи похода, отдохнуть на выбранных рекреационных объектах – это, несомненно, тактические задачи подготовительного периода к совершению оздоровительного похода. Тогда мы можем разделить тактику туризма на основании периода принятия тактических решений на:

· тактику организации походов и соревнований;

· тактику их проведения.

Кроме вышеназванной классификации, в тактике туризма различают тактику *индивидуальную и групповую*. Индивидуальная тактика заключается в оптимизации решения *личных* ситуационных и общетуристских задач таких, как: выбор личного снаряжения, распределение сил на дневном переходе, выбор способа преодоления того или иного препятствия, определение времени затрачиваемого на сон и пр. Групповая (командная) тактика, соответственно направлена на эффективное решение разнообразных общекомандных задач, характерных для подготовительного и походного периода.

*Какие тактические задачи решают туристы в период подготовки к туристскому походу?* В организационный период тактика заключается в разработке *оптимального плана* похода. При этом характерными тактическими задачами при подготовке рекреационного похода являются следующие.

· Выбор целевых рекреационных и познавательных объектов; определение протяженности маршрута и продолжительности похода.

· Выбор оптимальной тактической схемы маршрута (кольцевой, линейной, комбинированной).

· Определение мест организации биваков.

· Разработка графика похода, включая определение протяженности дневных переходов, количества и места дневок, полудневок, сроков проведения экскурсий и развлекательных соревнований.

· Выбор оптимального варианта материально-технического обеспечения и комплектования группы.

· Выбор походного режима движения и нагрузочного режима.

· Выбор режима походного питания и оптимального рациона питания.

 Поясним только, что возраст, физические возможности (уровень тренированности), туристский опыт участников должны обязательно приниматься в расчет при тактическом планировании оздоровительного похода – определении продолжительности похода и его протяженности,  типа биваков (палатки, деревенские «гостиницы», мотели и пр.), выборе тактической схемы маршрута и т.д.

*Какие тактические задачи решают туристы в период проведения туристского похода?* К тактическим вопросам, решаемым непосредственно в период осуществления похода, можем смело отнести перечисленные выше вопросы выбора техники для решения конкретных ситуационных задач.

· Выбор техники преодоления естественных препятствий.

· Выбор технических приемов и средств ориентирования на местности.

 Выбор техники бивака.

· Выбор техники страховки.

Кроме, того, к тактическим решениям в период проведения похода отнесем все решения, уточняющие, изменяющие намеченный план похода. К их числу относятся, например, изменения в запланированном временном режиме движения; корректировка графика похода, нагрузочного режима похода и пр. Данные изменения могут потребоваться либо из-за неудачных тактических решений в подготовительный период, либо вследствие непредвиденных обстоятельств (например, вследствие ухудшения погодных условий, заболевания участника и пр.). К тактике походного периода отнесем и умение принять правильное решение в нестандартной (аварийной) ситуации.

*Каковы критерии, по которым можно судить о правильности выбранной техники и тактики?* Отметим, что, неверные технико-тактические решения в подготовительный и походный периоды могут в лучшем случае снизить эффективность похода, привести к неполному достижению целей рекреации, вызвать негативные эмоции участников (например, вследствие их переутомления). В худшем случае, неверные решения могут быть причиной травм и заболеваний участников (реализация субъективного фактора риска). Укажем два определяющих критерия для выбора оптимальной туристской техники и тактики. *Во-первых*, это эффективность решения главных и ситуационных целей и задач туристского мероприятия (например, цели полноценного отдыха и оздоровления участников рекреационного похода). *Во-вторых*, это безопасность участников похода и соревнований.