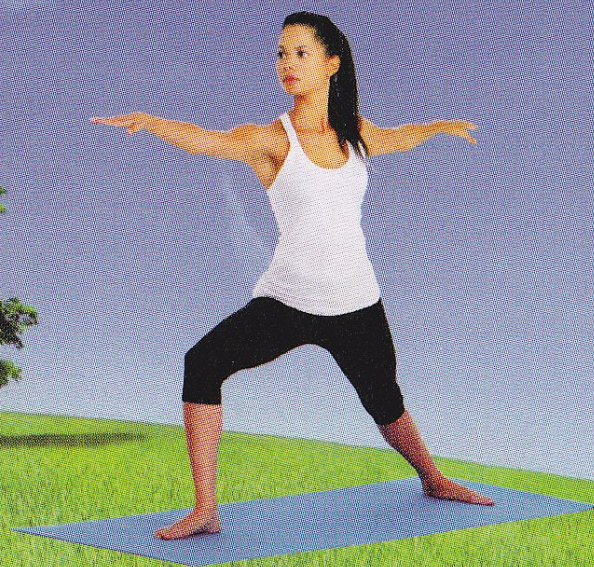


ПРОБЛЕМИ АКТИВІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАСЕЛЕННЯ

Матеріали

X Всеукраїнської науково-практичної конференції
з міжнародною участю

Львів 2016



WYŻSZA SZKOŁA WYCHOWANIA
FIZYCZNEGO I FIZJOTERAPII

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР
ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я НАСЕЛЕННЯ «СПОРТ ДЛЯ ВСІХ»
WYDZIAŁ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I FIZJOTERAPII POLITECHNIKI OPOLSKIEJ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кафедра
фітнесу та рекреації



ЛДУФК

*Конференція присвячується
70-річчю
Львівського державного університету
фізичної культури
і 20-річчю кафедри фітнесу та рекреації*

ПРОБЛЕМИ АКТИВІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАСЕЛЕННЯ

Матеріали

*X Всеукраїнської науково-практичної конференції
з міжнародною участю*

12–13 травня 2016 року

**Львів
ЛДУФК
2016**

УДК 796.035(063)

ББК 75.1

П 78

Оргкомітет конференції:

Керівник оргкомітету:

Ольга Жданова – зав. кафедри Фітнесу та рекреації ЛДУФК, кандидат педагогічних наук, професор

Члени оргкомітету:

Zbigniew Borysiuk – dziekan Wydziału Wychowania Fizycznego i Fizjoterapii, Dr.hab. profesor Politechniki Opolskiej;

Aleksander Stula – dyrektor Instytutu Turystyki i Rekreacji, Dr.hab. profesor Politechniki Opolskiej;

Мирослава Данилевич – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, декан факультету фізичної реабілітації;

Ірина Грибовська – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор кафедри фітнесу та рекреації;

Любов Чеховська – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фітнесу та рекреації; завідувач відділу аспірантури і докторантури;

Уляна Шевців – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фітнесу та рекреації;

Вікторія Іваночко – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фітнесу та рекреації;

Ростислав Турка – викладач кафедри фітнесу та рекреації;

Тетяна Моравська – старший лаборант кафедри фітнесу та рекреації.

П 78

Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали X Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. – Львів : ЛДУФК, 2016. – 396 с.

ISBN 978-966-2328-98-1

До збірки включено статті, які присвячені історичним, соціально-економічним аспектам рекреаційної і туристичної діяльності, проблемам розвитку рекреаційно-туристичних зон, територій, об'єктів; «Спорту для всіх» в Україні та за кордоном; змісту рекреаційно-оздоровчої діяльності різних груп населення; проблемам адаптивної фізичної культури; питанням підготовки фахівців.

*Матеріали публікуються в авторській редакції
з корективами співробітників кафедри фітнесу та рекреації ЛДУФК*

*Оргкомітет висловлює подяку директорові бібліотеки ЛДУФК,
кандидату наук з фізичного виховання і спорту,
доцентові Ірині Свістельник за активну допомогу в укладанні збірки.*

ISBN 978-966-2328-98-1

© Львівський державний університет
фізичної культури, 2016

ситуацію в економіці, оптимально використовувати існуючі ресурси, виявляти сильні і слабкі сторони території і в підсумку приймати обґрунтовані управлінські рішення. Тому ключовим питанням сьогодні є не збільшення кількості цих об'єктів та їх потужностей, а налагодження конкурентоспроможного ринку рекреаційно-оздоровчих послуг з використанням існуючої рекреаційної бази.

Література:

1. Актуальні проблеми розвитку економіки регіону: наук. зб. / за ред. І. Г. Ткачук. – Івано-Франківськ, 2011. – Вип. 7, т. 1. – 318 с.
2. Коберніченко Т. Підходи до методики оцінки рекреаційного потенціалу гірських територій / Т. Коберніченко, М. Сиротюк // Вісник Львів. нац. ун-ту. Серія географічна. – Львів, 2008. – Вип. 35. – С. 155–158.
3. Кравців В. С. Концептуальні засади розробки та реалізації державної програми сталого розвитку українських Карпат / Кравців В. С., Жук П. В. // Економіка України. – 2013. – № 1. – С. 4–11.
4. Мандюк Н. Формування політики просування туристичного продукту Львівської області / Н. Мандюк // Географія і туризм: європейський досвід : тези доп. міжнар. наук. конф., 27–30 верес. 2007 р. – Львів, 2007. – С. 85–87.

ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПРАВОВІ ОСОБЛИВОСТІ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ ТА МУЛЬТИСПОРТУ

Олександр Кільницький, Юрій Грабовський, Ірина Маляренко

Херсонський державний університет

Постановка проблеми. Спорт як суспільне явище не перестає формуватися та дає поштовх для розвитку нових видів рухової активності. Зокрема, одним з таких видів є мультиспорт. Багато в чому мультиспорт завдячує своїй популярності в світі елементами несподіванки, а також нескінченною різноманітністю і відсутністю заздалегідь встановлених рамок. За своїм змістом мультигонки, як правило, насичені елементами спортивного туризму: переміщення по пересіченій місцевості (біг, їзда на велосипеді, на байдарці чи катамарані, тощо), орієнтування на місцевості, подолання природних перешкод за допомогою спеціального альпіністського спорядження, тощо.

Тому проблема полягає в тому, щоб виявити спорідненість та відмінність між даними видами спорту, що, в свою чергу, сприятиме залученню більшої кількості осіб до участі у змаганнях та сприятиме популяризації даних видів спорту в Україні.

Окремі аспекти цієї проблеми висвітлено у працях О. Я. Булашева [2], який приділяв увагу історичним особливостям становлення туризму та тренувальному процесу туристів-спортсменів. А. В. Бабкін [1] у своїх працях розглядав передумови виникнення та розвитку видів екстремального туризму та мультиспорту.

Мета роботи: виявити шляхи інтеграції форм та засобів спортивного туризму в подальший розвиток мультиспорту в Україні.

Виклад основного матеріалу. Сучасний стан спортивного туризму як соціального явища обумовлений змінами суспільного життя протягом останніх десятиліть. В рамках єдиного виду спорту спортивний туризм об'єднує такі його види, як пішохідний, водний, велосипедний, гірський, спелеологічний, вітрильний, лижний, автомобільний та мотоциклетний [3].

Змагання зі спортивного туризму проводяться за двома видами програми: змагання туристських спортивних походів та змагання з видів спортивного туризму.

Змагання з видів спортивного туризму – це змагання, що передбачають проходження певних дистанцій з подоланням природних або штучних перешкод. В свою чергу змагання спортивних туристських походів – це комплексний захід, що полягає у проходженні маршруту, проведеного з певного виду спортивного туризму [3].

У програмі змагань з видів спортивного туризму є дистанції, що за своїм змістом наближені до мультиспорту. Це «Крос-похід» у пішохідному туризмі, «Лижний маршрут» – у лижному туризмі, «ралі» – у водному та велосипедному туризмі тощо.

В процесі історичного становлення мультиспорту склалося декілька понять які часто використовують разом, але вони мають певні відмінності: мультиспорт, мультигонки і пригодницькі гонки.

На думку Михайла Першина, організатора найбільшої пригодницької гонки в "Salomon Pro Race", мультиспорт – загальна назва для змагань, що включають в себе різні види спорту. Це може бути і пригодницька гонка, і

мультигонка, і будь-яке інше змагання з набором індивідуальних дисциплін – таких як орієнтування, їзда на велосипеді, біг, веслування, лижі, скелелазіння, та ін., які організатори з'єднують в єдину дистанцію [4].

З аналізу літератури можемо зазначити, що мультиспорт – це загальна назва змагань, що складаються з елементів багатьох видів спорту, які команди долають в режимі реального часу при повній автономності роботи на дистанції і без моторизованих засобів пересування, тобто за допомогою м'язової сили [4].

Проаналізувавши структуру проведених гонок спостерігаються певні відмінності між пригодницькими гонками та мультигонками. Пригодницька гонка – це змагання певного типу, що включають загальний старт і фініш в режимі реального часу команди з чотирьох осіб, мінімум один спортсмен жіночої статі, що поєднують в собі трекінг, гірський велосипед, веслування, мотузкові спеціальні етапи, а взимку – пересування на лижах і снігоступах, і головну дисципліну, що зв'язує все це – орієнтування на місцевості.

Мультигонки – це вид мультиспортивних змагань який може розділятися на декілька класів (VELO, трекінг, веслування) або може об'єднувати їх в одну дистанцію що проходить за вибором, кількісний склад команди визначається регламентом гонки та може складати від 1–4 учасників.

Точкою відліку мультиспортивних змагань прийнято називати дводенний «Карриморський міжнародний гірський марафон» (англ. Carrimor International Mountain Marathon), що вперше відбувся в 1968 році.

В Україні проводяться такі мультигонки, як «Gorgany Race» в Карпатах, «Milo-рейд X-Крим» та «X-Winter» в Криму, а також «Пригодницькі весняні перегони» на Донеччині.

Вперше в Україні мультиспортивні змагання стартували у жовтні 2004 року в Криму під назвою екстрем-марафон «X-КРИМ».

У перебігу гонки за 50 годин 149 спортсменів з 43 команд (13 команд X-класу і 30 команд M-класу) з 15 міст України намагалися подолати маршрут, пройти більше 10 спеціальних етапів і знайти 30 і більше контрольних пунктів, розміщених на площі понад 200 кв. км.

Дух перегонів у 2007 році підтримав захід України і у червні пройшли змагання «Gorgany Race», в яких брали участь понад 100 учасників – 14 команд з п'яти областей України.

Єдиних правил для мультиспортивних змагань не існує. Організатори для кожної гонки розробляють регламент, згідно якого проводяться змагання.

Гонки умовно можна розділити по тривалості: *Спринт* – це зазвичай двох або чотирьохгодинні змагання з мінімальною навігацією. Найчастіше в них використовуються елементи гри або спеціальні випробування на спритність, ерудованість і кмітливість учасників. Гонки на витривалість – це дванадцяти чотирьох годинні змагання з обмеженою навігацією і орієнтуванням. Тривалість коливається від 12 до 36 годин і більше. Часто в якості елемента змагань використовується базове володіння навичками роботи з мотузками. Багатоденні гонки можуть тривати від 36 годин до 4 днів із залученням поглиблених навичок у навігації і виборі маршруту. Істотним фактором таких змагань стає брак сну. Експедиційні гонки: від 4-х до 10 днів і більше, із застосуванням всіх елементів багатоденних гонок і додаткових дисциплін, таких як пересування верхи на тваринах.

Мультигонки, які проводились в різних державах, відзначені використанням наступних дисциплін: біг, ходьба, орієнтування, веслування, використання в'ючних тварин, таких як коні і верблюди, гірський велосипед, робота з мотузками та скелелазіння. Мультигонки, що поводяться в Україні, в якості пересування використовують біг, ходьбу, веслування, гірський велосипед; подолання дистанції здійснюється з використанням орієнтування на місцевості, роботи з мотузками та скелелазіння. В таблиці 1 наведено характеристику мультиспорту та спортивного туризму.

Таблиця 1

Порівняльна таблиця мультиспорту та туризму

Критерії порівняння	Мультиспорт	Спортивний туризм
Правові засади		
Керівні органи	Сформовані осередки, що не взаємодіють між собою	Створено федерацію та керується законом України про туризм
Правила та вимоги до спортсменів	Чітких правил проведення змагань не існує. Для кожної гонки складається окремий регламент, в якому окреслюється правила проведення гонки	Розроблена чітка структура правил та окреслено вимоги до учасників відповідно до виду туризму, похід то чи змагання

Критерії порівняння	Мультиспорт	Спортивний туризм
Правові засади		
Регулювання спортивних процесів державою	Як правило проведенням гонок займаються великі спортивні компанії для популяризації своїх брендів та рятувальні загопи для поліпшення технічної підготовки туристів в горах	Керівництво держави бере участь у розробці та затвердженні планів роботи туристської галузі
Наявність центрів підготовки спортсменів	Спеціалізованих центрів підготовки мультигонщиків не існує. Як правило, спортсмени – це дорослі спортсмени туристи або орієнтувальники	Сформовані центри туризму та позашкільної роботи, що спрямовують свою діяльність на виховання дітей та підлітків, а також підпорядковуються Міністерству освіти і науки України
Нормативи та кваліфікаційні вимоги	Виконання спортивних розрядів не передбачено. Це зумовлено відсутністю нормативних вимог	Розроблені нормативи виконання спортивних розрядів та звань за результатами спортивних походів та змагань
Вікові обмеження	В мультигонках не існує вікових обмежень, але в регламенті, як правило, прописується, що участь можуть брати спортсмени не молодші 16–18 років	У змаганнях можуть брати участь спортсмени не молодші 10 років (1-й клас дистанції). Мінімальний вік учасників категорійних походів – 12 років.
Проведення та підготовка змагань		
Наявність різноманітних дистанцій	Організатори гонки проводять її в залежності від можливостей району гонки	Залежать від ряду факторів (клас дистанції, вид туризму, тощо.)
Суддівська колегія	Суддівство здійснюється кваліфікованими суддями	Суддівство здійснюється кваліфікованими суддями
Кількісний склад команд	Склад команди в пригодницьких гонках 4 спортсмена (3+1) Склад команди в мультигонках від 1-го учасника і до чотирьох	Склад команди – 6 спортсменів. Склад групи мінімум 4–6 осіб, в залежності від складності походу

Критерії порівняння	Мультиспорт	Спортивний туризм
Проведення та підготовка змагань		
Проведення змагань	Змагання проводяться у віддалених районах та можуть проводитися в межах міста	Змагання проводяться в лісистих місцях зі скельними виходами, також в паркових зонах міста
Фінансування		
Фінансування змагань	Кошти на проведення змагань виділяються спонсорами, що зацікавлені в проведенні гонки	Фінансування змагань передбачено державними органами
Цінні призи та подарунки	Спонсорські призи: спорядження та пам'ятні сертифікати, тощо	Нагородження переможців грамотами та медалями, інколи призами
Стартовий внесок	Стартовий внесок складає значну суму з кожного учасника	Стартовий внесок присутній тільки на змаганнях дорослих

Висновки: проведений порівняльний аналіз мультиспорту та спортивного туризму дозволив виявити можливість інтеграції форм засобів спортивного туризму в подальший розвиток мультиспорту в Україні.

Але виявлені окремі складові мультиспорту які можуть бути впроваджені в розвиток спортивного туризму що є перспективою подальших досліджень.

Література:

1. Бабкин А. В. Специальные виды туризма [Электронный ресурс] / А. В. Бабкин. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2008. – 252 с. – Режим доступа: http://tourlib.net/books_tourism/babkin.htm
2. Булашев А. Я. Спортивный туризм : учебник / Булашев А. Я. – Харьков : ХГАФК, 2009. – 332 с.
3. Спортивный туризм: правила змагань. – Київ : Федерація спортивного туризму України, 2008. – 137 с.
4. Кільницький О. Ю. Аналіз змагальної діяльності спортсменів-мультигонщиків / Кільницький О. Ю., Грабовський Ю. А. // Туризм та краєзнавство : зб. наук. пр. ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». – Переяслав-Хмельницький, 2014. – С. 376–380.