



International
Life Saving Federation
of Europe



Urząd Miasta
Bydgoszczy



Wyższa Szkoła Gospodarki
w Bydgoszczy

STAN, PERSPEKTYWY I ROZWÓJ RATOWNICTWA, KULTURY FIZYCZNEJ I SPORTU W XXI WIEKU

*STATE, PROSPECTS AND DEVELOPMENT OF RESCUE,
PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN THE XXI CENTURY*



**RATOWNICTWO
KULTURA FIZYCZNA I SPORT**

**STAN, PERSPEKTYWY I ROZWÓJ RATOWNICTWA, KULTURY
FIZYCZNEJ I SPORTU W XXI WIEKU**

**STATE, PROSPECTS AND DEVELOPMENT OF RESCUE,
PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN THE XXI CENTURY**

Redakcja

**Marek Napierała
Aleksander Skaliy**

University of Economy in Bydgoszcz

Bydgoszcz 2017

Scientific Committee

The Chairman:

prof. WSG dr inż. Ryszard Maciołek (Vice Rector For Research and Cooperation)

The Vice-chairmans:

Honorary Life-President of ILSE dr Klaus Wilkens (Germany)
Rektor Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy prof. WSG dr inż. Wiesław Olszewski
Prezydent Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy doc. Krzysztof Sikora
prof. dr hab. Wojciech Wiesner (Wrocław, Poland)

The Members:

prof. dr hab. Wiktor Moszyński (Równe, Ukraina), prof. dr hab. Ruslan Postolowski (Równe, Ukraina),
prof. dr hab. Ihor Kotsan (Łuck, Ukraina), prof. dr hab. Petro Saykh (Żytomierz, Ukraina), prof. dr hab. Ihor Botschan (Lwów, Ukraina),
prof. dr Ludmiła Szeliuk (Równe, Ukraina), prof. dr Vasyl Baitsym (Łuck, Ukraina), prof. dr hab. Stratonov Vasyl (Cherson, Ukraina),
prof. dr hab. Rustan Akhmetov (Żytomierz, Ukraina), prof. dr hab. Yuriy Briskin (Lwów, Ukraina), prof. dr hab. Anatoliy Coś (Łuck,
Ukraina), prof. dr hab. Anna Dutka (Lwów, Ukraina), prof. dr hab. Igor Grygus (Równe, Ukraina), prof. dr hab. Siergii Iermakov (Charków,
Ukraina),
prof. dr hab. Tamara Kutek (Żytomierz, Ukraina), prof. dr hab. Bohdan Myckan (Iwano-Frankowsk, Ukraina),
prof. dr hab. Yuriy Pelech (Równe, Ukraina), prof. dr hab. Evgen Prystupa (Lwów, Ukraina),
prof. dr hab. Mykola Soja (Iwano-Frankowsk, Ukraina), prof. dr hab. Igor Zurba (Chmielnicki, Ukraina)
prof. dr hab. Arkadiusz Stanula (Katowice, Polska), prof. nadzw dr hab. Vlastimila Karaskova (Olomuniec, Czechy)
prof. dr Alicja Kozubska (Bydgoszcz, Polska), prof. dr Wadim Kindrat (Równe, Ukraina),
prof. nadzw dr hab. Radosław Muszkieta (Toruń, Polska), prof. dr Natalia Pankiv (Lwów, Ukraina),
prof. nadzw dr hab. Krzysztof Prusik (Gdańsk, Polska), prof. dr Marzena Sobczak (Bydgoszcz, Polska),
prof. nadzw dr hab. Walery Żukow (Bydgoszcz, Polska), prof. dr hab. Oksana Zabolotna (Umań, Ukraina),
prof. zw. dr hab. Włodzimierz Jastrzębski (Bydgoszcz, Polska), doc. Filip Sikora (Bydgoszcz, Polska)
doc. dr Aleksander Skaliy (Bydgoszcz, Polska), dr hab. Elżbieta Szczot (Lublin, Polska), dr Jerzy Telak (Łódź, Polska)
dr Małgorzata Ostrowska (Bydgoszcz, Polska), dr Robert Brudnicki (Bydgoszcz, Polska), dr Anna Nalazek (Bydgoszcz, Polska)
dr Tatiana Skaliy (Bydgoszcz, Polska), dr inż. Dorota Łoboda (Bydgoszcz, Polska), dr inż. Anna Długosz (Bydgoszcz, Polska)
dr Andrzej Ostrowski (Kraków, Polska), dr Dariusz Skalski (Gdańsk, Polska), dr Piotr Lizakowski (Gdynia, Polska)

Reviewers:

prof. dr hab. Tamara Kutek (Żytomierz, Ukraina)
prof. dr hab. Vlastimila Karaskova (Czech Republic)
prof. dr hab. Rustan Akhmetov (Żytomierz, Ukraina)
prof. dr hab. Wojciech Wiesner (Wrocław, Poland)
prof. dr hab. Robert Keig Stallman (Oslo, Norwegia)

Edited by

Marek Napierała
Aleksander Skaliy

© Copyright by University of Economy, Bydgoszcz, Poland, 2017
The responsibility for the content value of the publication is left to the author of the paper.
All correction aiming at unification of the text are limited to minimum.
Number of characters: 671 262 (with abstracts).

ISBN 978-83-65507-09-9

STAN BEZPIECZEŃSTWA LUDNOŚCI I PORZĄDKU PUBLICZNEGO NA PRZYKŁADZIE POWIATU STAROGARDZKIEGO <i>STATE OF SECURITY AND PUBLIC SECURITY AT THE EXAMPLE OF STAROGARD</i> Dariusz Skalski, Piotr Lizakowski, Sławomir Stanisław Dębski, Patryk Gabriel, Damian Kowalski ...	148
WYBRANE PROBLEMY ZAPEWNIENIA BEZPIECZEŃSTWA NA LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO <i>SELECTED PROBLEMS OF SAFETY DURING PHYSICALEDUCATION CLASSES</i> Małgorzata Ostrowska	162
<i>MODEL CHARACTERISTICS FOR PSYCHOPHYSIOLOGICAL PREPARATION OF ROWERS</i> Pipayeva Natalia, Shalar Oleg, Strykalenko Yevgeniy.....	172
СПЕЦИФИКА ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ВОЛЕЙБОЛУ В ШКОЛЕ <i>SPECIFICITY FOR FORMING COMPETENCIES WITH USE OF INFORMATION AND COMMUNICATION TECHNOLOGIES FOR VOLLEYBALL SCHOOL ACTIVITIES</i> Ботагариев Тулеген, Жолдыбай Нурат, Нуролла Мамбетов, Жадыра Азаматова.....	182
ДОСЛІДЖЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЮНИХ СКВОШІСТІВ <i>RESEARCH OF TECHNICAL PREPAREDNESS OF THE YOUNG SQUASH PLAYERS</i> Артемій Перун, Регіна Андрєєва, Вікторія Коваль, Оксана Швець	190
ДИНАМІКА РОЗВИТКУ ПІШХОДНОГО ТУРИЗМУ В ХЕРСОНСЬКІЙ ТА МИКОЛАЇВСЬКІЙ ОБЛАСТЯХ У ДРУГІЙ ПОЛОВИНІ ХХ ТА НА ПОЧАТКУ ХХІ СТОЛІТТЯ <i>DYNAMICS OF HIKING IN KHERSON AND MYKOLAIV REGION IN THE SECOND HALF OF XX AND EARLY XXI CENTURY</i> Грабовський Юрій, Кільницький Олександр, Степанюк Світлана, Городинська Інна.....	203
OCENA ZWYCZAJÓW ŻYWIENIOWYCH WYBRANEJ GRUPY ŻOŁNIERZY ZAWODOWYCH Z REGIONU KUJAWSKO - POMORSKIEGO <i>ASSESSMENT OF FOOD HABITS OF A SELECTED GROUP OF PROFESSIONAL SOLDIERS FROM THE KUYAVIAN – POMERANIAN REGION</i> Dorota Łoboda, Anna Długosz, Angelika Świdarska.....	216
MOTYWY PODEJMOWANIA AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ PRZEZ SENIORÓW NA PRZYKŁADZIE UNIwersytetu TRZECIEGO WIEKU <i>MOTIVES TO EXERCISE PHYSICAL ACTIVITY BY SENIORS ON THE EXAMPLE OF THE THIRD UNIVERSITY</i> M. Urbanowicz, A. Danielewicz.....	237
WPŁYW UŻYWEK NA AKTYWNOŚĆ FIZYCZNĄ STUDENTÓW <i>EFFECTIVENESS ON STUDENT PHYSICAL ACTIVITY</i> Agnieszka Danielewicz, Agnieszka Ładna, Marlena Urbanowicz	245
ZWYCZAJE I ZACHOWANIA ŻYWIENIOWE POLSKICH ZAWODNIKÓW WINDSURFINGU W OKRESIE STARTOWYM <i>DIETARY HABITS AND NUTRITIONAL BEHAVIORS AMONG POLISH WINDSURFING ATHLETES INMAIN COMPETITIVE PHASE</i> Joanna Karolkiewicz, Joanna Szurkowska, Jakub Bartkowiak.....	251
ВОЗМОЖНОСТИ ИНТЕГРАЦИИ МУЛЬТИСПОРТА И СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА <i>POSSIBILITIES OF MULTISPORT AND SPORTS TOURISM INTEGRATION</i> Кильницкий Александр Юрьевич.....	264

**ВОЗМОЖНОСТИ ИНТЕГРАЦИИ МУЛЬТИСПОРТА И СПОРТИВНОГО
ТУРИЗМА**
POSSIBILITIES OF MULTISPORT AND SPORTS TOURISM INTEGRATION

Кильницкий Александр Юрьевич

**преподаватель кафедры олимпийского и профессионального спорта, факультета
физического воспитания и спорта
Херсонский государственный университет**

Razem: Liczba znaków: 30 154 (ze streszczeniami)
Total: Number of characters: 30 154 (with abstracts)

Ключевые слова: мультиспорт, приключенческие гонки, мультигонка, спортивный туризм, поход, соревнования, виды туризма

Key words: multisport, adventure racing, multisport racing, sports tourism, camping, sporting competition, types of tourism

Аннотация

В статье говорится об экстремальных видах спорта, таких как мультиспорт и спортивный туризм. Мультиспорт – это вид спорта, который в последнее время становится все более популярным на территории Украины и в мире в целом. Свои лидирующие позиции среди любителей экстрима этот вид спорта завоевал благодаря своей доступности и универсальности, что проявляется способами преодоления дистанции и задачами, которые необходимо выполнять в ходе гонки. Много внимания нами было уделено историческим аспектам становления мультиспорта в Украине и на мировом уровне. Из анализа следует, что популярность этих соревнований и количество участников с каждым годом растет, регламент соревнований меняется, вводятся новые классы для того, чтобы каждый участник с разным уровнем подготовки смог проявить себя и показать все свои возможности в ходе соревнований. В нашем исследовании мы обратили внимание на еще один вид спорта, который развивается в Украине – спортивный туризм. Также было замечено, что соревновательные элементы спортивного туризма применяются и похожи по своему характеру на соревновательные упражнения мультиспортивных соревнований. Поэтому нами было проанализировано соревновательную деятельность в этих видах спорта. Много внимания уделено сравнению мультиспорта и спортивного туризма, что в свою очередь даст возможность определить пути интеграции этих видов спорта. Итак, сравнив мультиспорт и спортивный туризм, нами была обнаружена возможность интеграции этих видов спорта, что является перспективой дальнейших исследований.

Summary

The article is about extreme sports such as multisport and sports tourism. Multisport is becoming more and more popular in Ukraine and the World. This sport has become very popular among extreme sports enthusiasts because of its versatility and accessibility. The versatility is reflected in many ways of covering a distance and different tasks during a race. Much attention is given to historical aspects of the multisport development in Ukraine and the World. The popularity of this sport and the number of participants is increasing with every year. Regulations of the sport are changing, and a start of new classes has been made so every participant with any level of training could compete and show their skills. It is highlighted that sports tourism is another developing sport in Ukraine. And it was noticed that elements of sports tourism are similar and are used in multisport competitions. The author analyses a competitive activity in these kinds of sports. Furthermore, much attention is given to the comparison of multisport and sports tourism, which will give a possibility to identify the steps of integration between these sports. After comparing multisport with sports tourism the author comes to the conclusion that there is a possibility of their integration.

Постановка проблемы. Мультигонка, или приключенческая гонка – вид соревнований, который в последнее десятилетие становится все более популярным и доступным экстремальным видом спорта в Украине и мире.

Во многом привлекательность мультиспортивных соревнований обусловлена элементами неожиданности, а также бесконечными разнообразием и отсутствием заранее установленных рамок. Разработчики гонок стараются разнообразить прохождение дистанции постановкой интересных маршрутов в живописных уголках района гонки или разработкой неожиданных задач, которые необходимо выполнять спортсменам. По своему содержанию мультигонки, как правило, насыщены различными способами передвижения: перемещение по пересеченной местности (бегом, на велосипеде, на байдарке или катамаране и т.д.), ориентирование на местности, преодоление естественных препятствий с помощью специального альпинистского снаряжения и тому подобное.

Поэтому проблема заключается в том, чтобы выявить пути развития мультиспорта и привлечь большее количество участников к участию в соревнованиях, что будет способствовать популяризации данного вида спорта в Украине.

Анализ последних исследований и публикаций. В аспекте исследуемой проблемы есть определенные публикации. Так, Бабкин А.В. (2008) среди экстремальных видов туризма выделяет X-гонки и отмечает, что их еще называют мультиспорт, или экстремальные или приключенческие гонки. Социологические предпосылки возникновения и развития видов экстремального туризма исследовали Базилевич Н. и Ивченко А. (2013). Вопросом развития экстремального туризма в Крыму посвящена работа Сахнова Н.С. (2009). В свою очередь Балаклейцев С.А. (2010) изучал адаптивные реакции и разрабатывал организационно-методические принципы безопасности при занятиях мультиспортом в условиях средне-и высокогорья.

Актуальность темы усиливается недостаточностью исследований в этом направлении. Поэтому тема является актуальной.

Изложение основного материала. По мнению Михаила Першина, организатора крупнейшей приключенческой гонки в России «Salomon Pro Race», мультиспорт – общее название для соревнований, включающих в себя различные виды спорта. Это может быть и триатлон, и Adventure Race (с английского – приключенческая гонка), и мультигонка и любые другие соревнования с набором индивидуальных дисциплин, таких как ориентирование, езда на велосипеде, бег, гребля, лыжи, скалолазание и другие, которые организаторы соединяют в единую дистанцию.

Adventure Race – это соревнования определенного типа. Они предполагают общий старт и финиш в режиме реального времени команды из четырех человек, минимум один из которых должен быть другого пола, сочетающие в себе треккинг, горный велосипед, греблю, веревочные специальные этапы. Зимой – передвижения на лыжах и снегоступах, а также главную дисциплину, которая связывает все это – ориентирование на местности (Першин 2007).

В качестве точки отсчета для приключенческих гонок иногда называют двухдневный «Карриморский международный горный марафон» (англ. Carrimor International Mountain Marathon), который впервые состоялся в 1968 году и регулярно проводится в настоящее время. Правила марафона предполагали, что команда из 2-х человек должна пересечь указанную горную местность в течение 2-х дней и нести на себе необходимый запас продуктов и снаряжения.

В 1980 году в Новой Зеландии были проведены соревнования «Alpine Ironman» (англ.). Участники – индивидуалы, бегом, вплавь и на лыжах двигались к далекому финишу. Позже, в том же году, создатель «Alpine Ironman» Робин Джудкинс (англ. Robin Judkins) реализовал проект известной гонки «От берега до берега» (англ. Coast to Coast),

которая включала в себя многие элементы современных приключенческих гонок, такие как бег на роликах, горный велосипед, гребля. Подобная гонка – «Классический марафон Аляски по пересеченной местности» (англ. Alaska Marathon Wilderness Classic) стартовала в 1982 году. В течение шести дней ее участники соревновались между собой, пересекая незаселенные территории штата Аляска (Приключенческие гонки 2011).

Современная эра приключенческих гонок началась в 1989 году с «Рейд Галуаз» (англ. Raid Gauloises), проведенной в Новой Зеландии Джеральдом Фьюзилом (англ. Gerald Fusil). Вдохновленный ралли «Париж-Дакар» Фьюзил организовал и провел длительную экспедиционную гонку, участники которой, полагаясь только на собственные силы и способности, должны были пересечь огромную труднопроходимую территорию. Первая «Рейд Галуаз» включала почти все используемые сегодня элементы приключенческих гонок. Участвуют в ней смешанные команды, которые в течение нескольких дней должны были преодолеть более чем шестисоткилометровую дистанцию. В соответствии с разработанной Фьюзилом концепцией соревнований в 1991 году была проведена еще одна приключенческая гонка «Южный Траверс» (англ. Southern Traverse).

В начале 90-х годов XX века Марк Бурнет (англ. Mark Burnett), прочитав статью о «Рейд Галуаз» в Лос-Анджелес Таймс, вдохновился на перенос подобных гонок на территорию Америки. Действенным рычагом для их развития он выбрал трансляцию гонок на телевидении, которые выступили в качестве главного спортивного события года (Приключенческие гонки 2011).

После приобретения прав в Джеральда Фьюзила в 1995 году Бурнет запустил первую гонку «Эко-Челлендж» (англ. Eco-Challenge), на основе которой был снят фильм. Во многом успех снятого фильма, который удостоен приза Эмми, был обеспечен талантом Майка Сирса (англ. Mike Sears), который занимался съемкой фильмов первых двух гонок. Последние соревнования «Эко-Челлендж» были проведены в 2002 году. Именно с «Эко-Челлендж» пришло название «приключенческая гонка» (ее впервые принял журналист Мартин Дугард (англ. Martin Dugard), описывая класс гонок, представленных «Рейд Галуаз» и «Эко-Челлендж»).

В 2002 году стартовала первая полностью американская экспедиционная гонка – «Главное приключение» (англ. Primal Quest). Она стала основной экспедиционной гонкой США, проводимой ежегодно. В 2004 гибель ветерана гонок Найджела Эйлота (англ. Nigel Aylott) затмила эти соревнования и стала основой многочисленных обсуждений возможности дальнейшего проведения Primal Quest и других приключенческих гонок (Приключенческие гонки 2011).

Во времена пребывания Украины в составе СССР соревнования такого вида не проводились. Впервые в Украине мультиспортивные соревнования стартовали в октябре 2004 года на Крымском полуострове под названием экстрим-марафон «Х-Крым». Кроме этого в разные годы проводились такие соревнования как: «Milo-рейд Х-Крым» и «Х-Winter» в Крыму, «Весняні перегони» в Донецкой области, «Морозный Полдень» на Кинбурнской косе, «Разом Race» в городе Киеве, «Wild River Race» в городе Днепр, «Бугский Гард-Adventure Race» в Николаевской области, «Gorgany Race» в Карпатах. Последние регулярно проводятся и в настоящее время.

В рамках экстрим-марафона «Х-КРЫМ» за 50 часов 149 спортсменов из 43 команд (13 команд Х-класса и 30 команд М-класса) из 15 городов не только Украины пытались преодолеть маршрут, пройдя более 10 спец. этапов, и найти более 30 контрольных пунктов, расположенных на площади более 200 кв.км. Х-КРЫМ проводился до 2014 года. За годы проведения гонки было внесено много изменений и усовершенствований гонки, ввелись дополнительные классы соревнований, множество различных

технических этапов. Динамику количества участников в соревнованиях «Milo-рейд X-Крым» за период 2004-2014 годы представлено на рисунке 1 (Кильницкий 2014).

За все время проведения гонки почти вся часть горного Крыма была задействована. Организаторы пытались с каждым годом внести что-то новое в преодоление дистанции и в то же время не ставить участников в узкие рамки, что и привлекало новичков и любителей, желающих испытать себя. По праву можем считать, что «Milo-рейд X-Крым» была самой технической гонкой на Украине, так как преодоление дистанции предусматривало преодоления естественных препятствий с помощью альпинистского снаряжения, которое участникам нужно было транспортировать самостоятельно.



Рисунок 1. Динамика количества участников соревнований «X-Крым» за период 2004-2014 годы

Дух экстрима в 2007 году поддержал запад Украины, и в июне прошла экстрим-гонка «Gorganu Race». Дистанция соревнований пролегла по горному массиву «Горганы» в Украинских Карпатах.

Полсотни участников – 14 команд из пяти областей Украины. Соревнования проводились с целью популяризации здорового образа жизни, в первую очередь среди молодежи, предоставления возможности спортсменам, путешественникам и любителям активного отдыха и туризма проверить свои силы, усовершенствовать навыки по спортивному туризму и ориентированию, а также делиться приобретенным ранее опытом для преодоления дистанции.

Соревнования состояли из двух этапов – технического и собственно экстрим-гонки. На техническом этапе требовалось, используя альпинистское снаряжение, преодолеть полосу препятствий, которая включала в себя скоростной спуск в урочище, различные виды переправ через пропасть и реку, умение правильно использовать страховочную систему.

Команды выходили на маршрут с интервалом в 3 минуты. Длина маршрута, который пролегал через вершины гор Яйко-Илемское, Молодая, Грофа и долину реки Мшана, с учетом перепада высот, составил около 80 километров. Это расстояние команды должны были преодолеть всего за 30 часов. О сложности маршрута свидетельствует тот факт, что выполнить эти требования удалось лишь 6 из 14 команд.

Борьба за победу была настолько бескомпромиссной, что команду-победителя и команду, финишировала второй, разделили всего 4 секунды! Второй сенсацией стало время, за которое победителями была пройдена дистанция – 15 часов 30 минут (Кильницкий 2014).

«Gorgany Race» с каждым годом прогрессирует и меняет свой формат: были включены новые классы и технические этапы. Динамика количества участников в соревнованиях «Gorgany Race» за период 2007-2016 годы представлена на рисунке 2 (Кильницкий 2014).

По сравнению с 2007 годом в 2016 году в классе «Трек» участвовала 91 команда, в классе «Вело» – 22 команды. Также организаторами 10-той юбилейной приключенческой гонки «Gorgany Race-2016» были включены два новых класса соревнований – «Спринт» и «Полуспринт», в которых принимали участие 92 и 21 команды соответственно, всего в соревнованиях приняли участие 226 команд. Общее количество участников около 527 человек из почти всех регионов Украины.

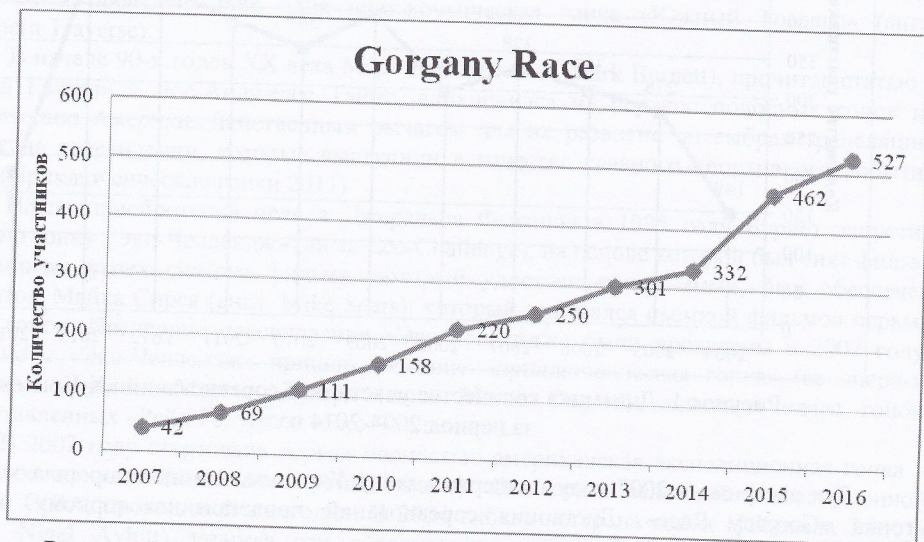


Рисунок 2. Динамика количества участников соревнований «Gorgany Race» за период 2007-2016 годы

Единых правил для мультигонок не существует. Организаторы для каждой гонки разрабатывают Положения и Условия, согласно которым осуществляются соревнования. Но есть ряд правил, которые являются общими для всех гонок: наличие определенного снаряжения для прохождения гонки, запрет использования моторизованных средств передвижения и посторонней помощи (кроме случаев, связанных с угрозой для жизни). Как правило, гонки в Украине проводятся по различным схемам, то есть в гонку включено несколько классов с разным количеством участников в команде, контрольным временем прохождения дистанции (от 12 до 48 часов) и различным по сложности набором дисциплин, также может быть предусмотрено изменение способов передвижения (вело, треккинг).

В отличие от приключенческих гонок, в которых дистанция состоит из нескольких кругов, команда проходит в заданном направлении с помощью различных средств перемещения, в мультигонках дистанцию проходят по выбору.

Гонки по длительности можно разделить на:

Спринт: обычно двух-или четырехчасовые соревнования с минимальной навигацией. Чаще всего в них используются элементы игры или специальные испытания на ловкость, эрудированность и смекалку участников.

Гонки на выносливость: соревнования с ограниченной навигацией и ориентированием. Продолжительность колеблется от 12 до 36 часов. Часто в качестве элемента соревнований используется базовое владение навыками работы с веревками (например, прохождение веревочных переправ или спусков). Иногда на 24-часовых и более длинных дистанциях требуется привлечение транспортных средств групп поддержки для перевозки команд между частями дистанции.

Многодневные гонки: от 36 часов до 4 дней с привлечением углубленных навыков в навигации и выборе маршрута. Существенным фактором таких соревнований становится недостаток сна.

Экспедиционные гонки: от 4-х до 10-ти дней или более с применением всех элементов многодневных гонок и дополнительных дисциплин, таких как: передвижение верхом на животных, использование необычных средств передвижения по воде (плоты, надувные камеры и т.д.), передвижения на роликовых досках или роликовых коньках, преодоления участков с использованием навыков альпинизма и работы с веревками. В такого типа соревнованиях главное – «приключение». Привлечение групп поддержки не допускается, заботу о перевозке участников между этапами берут на себя сами организаторы.

Большинство приключенческих гонок включают в себя бег по пересеченной местности, горный велосипед и один из вариантов гребли. Также довольно часто присутствуют ориентирование и работа с веревками.

Мультигонки, которые проводились в разных государствах, отмеченные использованием следующих дисциплин:

- передвижение (бег, ходьба) по пересеченной местности с ориентированием;
- передвижение по береговой линии водоемов (коастеринг);
- гребля на лодках, каноэ, байдарках или нестандартных плавсредствах, таких как плоты или надувные автомобильные камеры;
- перемещение на самокатах, роликовых коньках и роликовых досках;
- использование вьючных животных, таких как лошади и верблюды;
- прыжки с парашютом и полеты на дельтапланах;
- преодоление участков с помощью горного велосипеда;
- работа с веревками и скалолазание: преодоление естественных или искусственных препятствий по закрепленным или самонаведенным веревкам.

Мультигонки, проводимые в Украине, в основном состоят из:

- передвижение (бег, ходьба) по пересеченной местности с ориентированием;
- гребля на каяках, байдарках или нестандартных плавсредствах;
- преодоление участков гонки с помощью велосипеда;
- работа с веревками и скалолазание.

В ходе исследования было выявлено, что соревновательная деятельность спортсменов-мультигонщиков похожа по своей структуре на соревнования по спортивному туризму, что подтверждает мультигонка X-KPЫM, в которой организаторы задействовали большое количество технических элементов по различным видам спортивного туризма (водного, горного, спелео и элементов спасательных работ в этих видах).

Современное состояние спортивного туризма в Украине как социального явления обусловлено изменениями общественной жизни в течение последних десятилетий. В рамках единого вида спорта спортивный туризм объединяет такие его виды, как: пешеходный, водный, велосипедный, горный, спелеологический, парусный, лыжный,

автомобильный и мотоциклетный (Правила соревнований по спортивному туризму 2008).

Соревнования по спортивному туризму проводятся по двум видам программы: соревнования спортивных туристских походов и соревнования по видам спортивного туризма.

Соревнования по видам спортивного туризма – это соревнования, предусматривающие прохождение дистанций соревнований с преодолением естественных или искусственных препятствий.

По виду проведения соревнования делятся на:

- соревнования по виду спортивного туризма;
- соревнования на комбинированных дистанциях, включающих соревнования по различным видам спортивного туризма.

По форме проведения зачета соревнования принято разделять на:

- командные (стартует и проходит дистанцию вместе вся команда, связки, экипажи)
- личные (соревнуются отдельные участники);
- лично-командные (результат команды складывается из суммы личных результатов зачетных участников).

Соревнования по спортивному туризму предусматривают преодоление одной или нескольких дистанций следующих видов:

- короткая дистанция – полоса препятствий, спсработы, велокросс, триал и т.д.;
- длинная дистанция – кросс-поход, ралли, маршрутные гонки и т.д.;
- другие виды дистанций, предусмотренные соответствующими видовыми разделами правил с учетом специфики видов спортивного туризма или конкретных соревнований.

В свою очередь **соревнования спортивных туристских походов** – это комплексное мероприятие, заключающееся в прохождении маршрута, проведенного с определенного вида спортивного туризма (Правила соревнований по спортивному туризму 2008).

Соревнования спортивных туристских походов проводятся только как командные, в которых стартует и совершает поход команда, состав которой должен соответствовать требованиям и правилам проведения спортивных походов. В состав команды входят участники и руководители, которые имеют необходимую спортивную квалификацию, а также отвечают другим требованиям, обусловленными Правилами (Правила соревнований по спортивному туризму 2008).

Спортивные туристские походы разделяются в зависимости от:

- технической сложности;
- длины маршрута;
- продолжительности.

Соревнования спортивных туристских походов могут проводиться по разным категориям сложности: I, II, III, IV, V и VI категории, а также некатегорийные.

К некатегорийным относятся походы, имеющие сложность, длину или продолжительность меньше, чем установлено для походов I категории сложности. В свою очередь некатегорийные походы делятся на степенные (1, 2, 3 степени сложности) и походы выходного дня.

В программе соревнований по видам спортивного туризма есть дистанции, по своему содержанию приближены к мультиспорту. Это «Кросс-поход» – в пешеходном туризме, «Лыжный маршрут» – в лыжном туризме, «Ралли» – в водном и велосипедном туризме и т.д. (Правила соревнований по спортивному туризму 2008).

Итак, мы можем сказать, что соревновательные упражнения, которые включены в мультигонки, подобные упражнениям по различным видам спортивного туризма

(пешеходный, горный, водный, велосипедный). То есть, мультигонки насыщены различными элементами соревнований по видам спортивного туризма.

Для более детального изучения данной проблемы нами был проведен сравнительный анализ мультиспорта и спортивного туризма, который позволил выявить возможность интеграции элементов их соревновательной деятельности. (Кильницкий 2016)

Таблица 1. Сравнительная таблица мультиспорта и спортивного туризма

Критерии сравнения	Мультиспорт	Спортивный туризм
Правовые основы		
Руководящие органы	Сформированы сообщества, которые не взаимодействуют между собой	Создано федерацию и регулируется законодательством Украины в области туризма
Правила и требования к спортсменам	Четких правил проведения соревнований не существует. Для каждой гонки составляется отдельный регламент, в котором определяются правила проведения гонки	Разработана четкая структура правил и обозначены требования к участникам в соответствии с видом туризма
Регулирование спортивных процессов государством	Как правило, проведением гонок занимаются крупные спортивные компании для популяризации своих брендов и спасательные отряды для улучшения технической подготовки туристов в горах	Руководство государства участвует в разработке и утверждении планов работы туристской отрасли
Наличие центров подготовки спортсменов	Специализированных центров подготовки мультигонщиков не существует. Как правило, спортсмены – это взрослые туристы или ориентировщики	Сформированы центры туризма и внешкольной работы, которые направляют свою деятельность на воспитание детей и подростков, а также подчиняются Министерству образования и науки Украины
Нормативы и квалификационные требования	Выполнение спортивных разрядов не предусмотрено. Это обусловлено отсутствием нормативных требований	Разработанные нормативы выполнения спортивных разрядов и званий по результатам спортивных походов и соревнований
Возрастные ограничения	В мультигонках не существует возрастных ограничений, но в регламенте, как правило, прописывается, что участие могут принимать спортсмены не моложе 16-18 лет	В соревнованиях могут принимать участие спортсмены не моложе 10 лет (1-й класс дистанции). Минимальный возраст участников категорийных походов – 12 лет
Проведение и подготовка соревнований		
Наличие различных дистанций	Организаторы гонки проводят ее в зависимости от возможностей района гонки	Зависят от ряда факторов (класс дистанции, вид туризма и т.д.)
Судейская коллегия	Судейство осуществляется судьями, которые обеспечивают исключительно безопасное прохождение участников	Судейство осуществляется квалифицированными судьями, которые следят за безопасностью и выставляют штрафные балы за неправильное техническое действие при преодолении этапов

Количественный состав команд	Состав команды в приключенческих гонках 4 спортсмена (3 + 1) Состав команды в Мультигонка от одного участника и до четырех	Состав команды – 6 спортсменов. Состав группы в походе – минимум 4-6 человек, в зависимости от его сложности
Проведение соревнований	Соревнования проводятся в отдаленных районах и могут проводиться в пределах города	Соревнования проводятся в лесистых местностях, на скальных участках, парковых зонах города, а также в закрытых помещениях
Финансирование		
Финансирование соревнований	Средства на проведение соревнований выделяются спонсорами, которые заинтересованы в проведении гонки	Финансирование соревнований предусмотрено государственными органами
Ценные призы и подарки	Спонсорские призы: снаряжение и памятные сертификаты и т.д.	Награждение победителей грамотами и медалями, иногда призами
Стартовый взнос	Стартовый взнос составляет значительную сумму с каждого участника	Стартовый взнос присутствует только на соревнованиях взрослых
Соревновательная деятельность		
Способы движения по дистанции	Мультиспортивные соревнования предусматривают следующие средства передвижения: бег, велосипед, байдарка, ролики и другие средства передвижения по усмотрению организаторов	Средство передвижения зависит от вида туризма (пешеходный, водный, авто, мотоциклетный, горный, парусный и др., или комбинированный)
Навыки ориентирования на местности	Ориентирование – основная дисциплина, которая связывает все средства передвижения между собой в ходе гонки, и может выступать как самостоятельная дисциплина	Соревнования по видам спортивного туризма предусматривают использование средств ориентирования на нескольких дистанциях (кросс-поход, ралли и др.). Также ориентирование выступает как основное средство преодоления маршрута спортивного похода
Техника преодоления естественных препятствий	Техника преодоления естественных препятствий подобна технике по спортивному туризму. Но правила их преодоления упрощенные и намечены организаторами каждой гонки отдельно	Техника преодоления естественных препятствий описана в Правилах соревнований по спортивному туризму и отдельные положения о преодолении указаны в «Условиях» к проведению соревнований по пешеходному туризму

<p>Использование альпинистского снаряжения</p>	<p>Как правило, альпинистское снаряжение используют в ходе соревнований, но может гонка проходить и без него. В регламенте четко прописано минимум необходимого снаряжения для преодоления дистанции. И на технических этапах возможно использование судейского снаряжения для его преодоления. Технические этапы могут быть подготовлены судьями и предусматривают только использование индивидуальной страховочной системы участников</p>	<p>Активно используются отдельные элементы снаряжения в пешеходном, горном, спелео, водном и вело туризме. Команда транспортирует все необходимое снаряжение самостоятельно, и по своему усмотрению выбирают количество и вид снаряжения. Технические этапы могут быть подготовлены судьями и предусматривают только использование индивидуальной страховочной системы участников</p>
<p>Использование «GPS» устройств для преодоления дистанции</p>	<p>Использование «GPS» устройств для преодоления дистанции не запрещено, поэтому они активно используются участниками соревнований. Также «GPS» навигация может использоваться как технический этап</p>	<p>Возможно использование «GPS» в соревнованиях туристских походов. Правила соревнований по видам спортивного туризма не запрещают использование «GPS». Зачастую организаторы соревнований предоставляют спортивную карту для прохождения дистанции, что исключает необходимость использования «GPS» устройств</p>
<p>Процедура старта</p>	<p>Наиболее часто старт соревнований проходит по разным классам отдельно, в виде «Массового старта». Или при использовании электронной отметки возможен временной коридор старта (например, с 12:00 до 14:00)</p>	<p>Перед стартом на дистанции проводится жеребьевка. Также порядок старта определяется по рангу команды. Команды на старт каждой дистанции выходят согласно стартовому протоколу, как правило, в интервале 15-20 мин.</p>
<p>Условия преодоления дистанции</p>	<p>Общими фразами прописывается формат прохождения дистанции, требования к командам, снаряжение, и возможные технические этапы</p>	<p>В соревнованиях по видам спортивного туризма подробно указывается характер прохождения дистанции и порядок технических этапов. В соревнованиях туристских походов подробно указывается маршрут похода, технические этапы, которые необходимо преодолевать на маршруте</p>
<p>Условия преодоления технических этапов дистанции</p>	<p>Как правило, указывается перечень этапов и необходимое снаряжение для этого. Если есть необходимость, то отдельно указывается правила преодоления технических этапов</p>	<p>Подробно указываются параметры технических этапов: длина, сложность, оборудование, а также действия команды на нем</p>
<p>Определение результатов соревнований</p>	<p>Определение результатов осуществляется согласно набранному командой количеству баллов за взятые контрольные пункты с учетом времени прохождения дистанции.</p>	<p>Результаты соревнований по видам спортивного туризма определяются по времени прохождения дистанции + штрафное время за технические ошибки на этапах, либо согласно баллам, которые были набраны командой на дистанции, либо по сумме результатов. В соревнованиях туристских походов результат определяется временем прохождения дистанции + штрафное время за технические ошибки на этапах</p>

Сравнительный анализ, приведенный в таблице, показал, что существуют различные и сходные характеристики мультиспорта и спортивного туризма.

Таким образом, правовые основы в спортивном туризме более уточнены и регулируемые на государственном уровне, в отличие от мультиспорта, в котором нет узких рамок для проведения и участия в соревнованиях. Это в свою очередь позволяет привлечь большее количество участников, что способствует популяризации этого вида спорта.

Мультиспорт и спортивный туризм предусматривают наличие различных дистанций, судейство которых в первом случае осуществляется с точки зрения безопасности, а в случае туризма – направлено на контроль безопасности и правильности выполнения технических элементов согласно Правилам спортивного туризма.

Отличием мультиспортивных соревнований от соревнований по спортивному туризму является достаточно дорогостоящий стартовый взнос, который в последнем – отсутствует, что объясняет отсутствие ценных наград. В мультиспортивных состязаниях благодаря значительному стартовому взносу и спонсорской помощи предусмотрено предоставление сувенирной атрибутики за участие и ценных подарков за победу.

Соревновательная деятельность мультиспорта и спортивного туризма во многом похожи. А именно: способами передвижения, необходимостью навыков ориентирования на местности, техникой преодоления препятствий с использованием альпинистского снаряжения, отсутствием запрета использования «GPS» устройств. В то же время есть и различные характеристики: контрольное время на прохождение дистанции (в мультиспорте значительно длительное, сравнительно со спортивным туризмом), и определение результатов соревнований (в мультиспорте оно упрощено, в туризме же результат зависит от ряда факторов).

Выводы:

Мультиспорт – это общее название для соревнований, включающих в себя различные виды спорта, такие как: езда на велосипеде, бег, гребля, лыжи, скалолазание и др., которые организаторы соединяют в единую дистанцию с помощью ориентирования. Анализ мультиспортивных соревнований показал, что гонки разделяются согласно длительности, способов передвижения и наличия веревочных этапов на различные классы.

Началом развития мультиспорта на международной арене принято считать двухдневный «Карриморский международный горный марафон».

Впервые в Украине мультиспортивные соревнования под названием «Х-КРЫМ» стартовали в 2004 году, активно развивались, будучи основными, и просуществовали до 2014 года. В 2007 году на западе Украины стартовали соревнования «Gorganu Race», которые являются наиболее стабильными, и в очередной раз пройдут 1-2 июля 2017 года.

В свою очередь соревнования по спортивному туризму проводятся по двум видам программы: соревнования спортивных туристских походов и соревнования по видам спортивного туризма.

Нами выявлено, что соревновательная деятельность мультигонщиков подобна деятельности спортсменов-туристов. Нами был проведен сравнительный анализ мультиспорта и спортивного туризма, который позволит выявить возможность их интеграции, что является перспективой дальнейших исследований.

Литература:

Бабкин А.В. (2008). Специальные виды туризма, Ростов-на-Дону, 252 с. – Режим доступа: http://tourlib.net/books_tourism/babkin.htm.

Базилевич Н. (2013). Соціологічні передумови виникнення та розвитку видів екстремального туризму. Туризм і краєзнавство. – Гуманітарний вісник ДВЗН «Переяслав-Хмельницький Державний педагогічний університет ім. Григорія Сковороди», Переяслав-Хмельницький, С.221-225.

Балаклеяев С.А. (2010). Адаптивные реакции и разработка организационно-методических принципов безопасности при занятиях мультиспортом в условиях средне-и высокогорья. Автореф. дис. канд. биол. наук, Москва, 26с. – Режим доступа: <http://www.mgpru.ru/materials/11/11141.pdf>.

Булашев А.А. (2009). Спортивный туризм. Учебник, Харьков, 332 с.

Кільницький О.Ю., Грабовський Ю.А. (2014). Аналіз змагальної діяльності спортсменів-мультигонщиків. Туризм та краєзнавство: Збірник наукових праць.- Додаток до гуманітарного вісника ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет ім. Григорія Сковороди», Переяслав-Хмельницький, С. 376 – 380.

Кільницький О.Ю., Грабовський Ю.А. (2014). Історія становлення мультиспорту в Україні та світі. Актуальні проблеми юнацького спорту, зб. наук. праць за матер. XI Всеукр. наук.-практ. конфер, Херсон, С. 247-250.

Кільницький О.Ю., Грабовський Ю.А., Маляренко І.В. (2016). Організаційно-правові особливості спортивного туризму та мультиспорту. Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення: матеріали X Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. – Львів, С. 50-55.

Першин М.В. (2007). Чем мультиспорт отличается от Adventure Race. Режим доступа: <http://adrenaline.in.ua/sovety/prochee/chem-multisport-otlichaetsya-ot-adventure-race>.

Правила змагань зі спортивного туризму (2008). Федерація спортивного туризму України, Київ, 137с.

Приключенческие гонки (2011). Режим доступа: <http://minskonsight.com/forum/index.php?showtopic=350>.

Сахнова Н.С., Шумский В.М., Сидорчук И.Б., (2009). Развитие экстремального туризма в Крыму. Культура народов Причерноморья, С.89-92. – Режим доступа: http://tourlib.net/statti_tourism/sahnova.htm.