

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Секрин Фанави Хайбрахманович
Должность: Ректор
Дата подписания: 22.03.2023 13:51:10
Уникальный программный ключ:
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»
(ФГБОУ ВО «ЧГИФК»)**

**Кафедра Теории и методики прыжков на лыжах с трамплина, лыжного
двоеборья и горнолыжного спорта**

Р.М. Харасов

ГОРНОЛЫЖНЫЙ СПОРТ

Методические материалы по изучению дисциплины
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая
культура профиль «Спортивная тренировка (сложно-координационные зимние
виды спорта)»

Чайковский, 2018 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ РАБОТЫ

Методические рекомендации по работе с теоретическим материалом

При работе с теоретическим материалом (в том числе во время лекционных занятий) рекомендуется вести конспектирование учебного материала.

Следует обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации.

В рабочих конспектах желательно оставлять поля, на которых впоследствии возможно будет делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Уточняющие вопросы преподавателю рекомендуется задавать как во время самой лекции, так и по её окончании, в том числе в часы консультаций.

Для лучшего усвоения теоретического материала рекомендуется:

- просмотреть конспект лекции сразу после занятий;
- отметить материал конспекта лекций, который вызывает затруднения для понимания;
- попытаться найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую основную и дополнительную литературу, справочную литературу, интернет источники;
- каждую неделю отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки по контрольным вопросам и заданиям.

Методические рекомендации по подготовке студента к занятиям лекционного типа

Лекция - вид учебного занятия, в ходе которого преподаватель в живом взаимодействии со студентами раскрывает систему представлений о том или ином предмете, явлении, помогая слушателям осмыслить проблему и прийти к определенному выводу. Как правило, содержание лекции представляет собой интегрированную научную информацию, преломленную в свете изучаемой проблемы.

Во время лекции студент должен работать в полную меру своих возможностей, обращать внимание не только на интересный, яркий материал, но в равной мере, на «сухие» факты, формулы, определения.

В ходе лекционного занятия необходимо вести конспектирование учебного материала; выделять положения, термины, значение которых осталось непонятными; записывать возникшие вопросы и задать их преподавателю по ходу лекции сразу же после окончания занятия.

Необходимо помнить, что на лекции происходит первоначальное восприятие и осмысление учебного материала, научной информации. Понимание достигается в результате последующей работы над содержанием лекции и другими источниками знаний по данной проблеме.

Повторную работу над конспектом лекции желательно проводить в тот же день. Это позволит наиболее полно восстановить положения, пропущенные или неточно записанные в ходе лекции, лучше понять общую идею, главные аспекты.

Содержание занятий лекционного типа

История горнолыжного спорта

Происхождение и первоначальное применение горных лыж. Возникновение и развитие горнолыжного спорта в России и в мире. Формирование государственной политики в области спортивной подготовки. Особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта. Федеральный стандарт спортивной подготовки.

Техника безопасности на занятиях по горнолыжному спорту

Правила поведения на склоне. Правила пользования подъемником, виды подъемников. Оказание помощи при травмах: Помощь при ушибах, растяжении, обморожении.

Классификация, систематика и терминология в горнолыжном спорте

Признаки классификации, определение понятий, классификация различных дисциплин горнолыжного спорта, физических упражнений, терминология.

Эволюция техники и эволюция экипировки в горнолыжном спорте

Эволюция конструкции лыж (деревянные, металлические, лыжи из полимерных материалов). Эволюция ботинок и креплений. Основы техники катания. Повороты на лыжах. Особые условия катания.

Техника прохождения трасс в горнолыжном спорте

Понятие о технике катания на горных лыжах. Стойка горнолыжника. Классификация технических приёмов. Техника поворотов, остановок. Ошибки при выполнении способов поворотов на горных лыжах и их исправление.

Организация и проведение соревнований по горнолыжному спорту

Правила соревнований по горнолыжному спорту. Права и обязанности участников соревнований, бригады судей, подготовка трасс.

Лекции представлены в приложении.

Методические рекомендации по подготовке студента к занятиям семинарского типа (практическим занятиям) и работе на них

Основу дисциплины составляют практические занятия, включающие освоение теоретического и практического материала, выполнение упражнений различной направленности, практико-ориентированных заданий с учетом специфики избранного вида спорта. В процессе изучения дисциплины, особенно на практических занятиях следует прислушиваться ко всем рекомендациям, которые дает преподаватель, и стараться следовать им.

В процессе практического занятия согласно рабочей программы дисциплины, студенты выполняют практические задания под руководством преподавателя в соответствии с изучаемым содержанием учебного материала.

Выполнение студентами практических занятий направлено на:

- обобщение, систематизацию, углубление теоретических знаний;
- формирование умений применять полученные знания в практической деятельности;
- развитие аналитических, проектировочных, конструктивных умений;
- выработку самостоятельности, ответственности, точности и творческой инициативы.

Содержание практических занятий является решением разного рода задач, в том числе профессиональных (анализ производственных ситуаций, решение ситуационных производственных задач, выполнение профессиональных функций в деловых играх, моделирование ситуаций из практики ИВС и т.п.), работа с нормативными документами, инструктивными материалами, справочниками, составление проектной, плановой и другой документации, в том числе, специальных документов и др.

На практических занятиях студенты овладевают первоначальными профессиональными умениями и навыками, которые в дальнейшем будут закрепляться в процессе выполнения курсовой работы, прохождения практики.

В процессе практических занятий студенты выполняют различные задания, работы. Практические работы могут носить репродуктивный, частично - поисковый характер.

Работы, носящие репродуктивный характер, отличаются тем, что при их проведении студенты пользуются подробными инструкциями, в которых указаны: цель работы, пояснения (теория, основные характеристики), оборудование, аппаратура, материалы и их характеристики, порядок выполнения работы, таблицы, выводы (без формулировок), контрольные вопросы, учебная и специальная литература.

Работы, носящие частично-поисковый характер, отличаются тем, что при их проведении студенты не пользуются подробными инструкциями, им не задан порядок выполнения необходимых действий, от студентов требуется самостоятельный подбор необходимого оснащения, выбор способов выполнения работы, инструктивной и справочной литературы.

Работы, носящие поисковый характер, отличаются тем, что студенты должны решить новую для них проблему, опираясь на имеющиеся у них теоретические знания.

Основными этапами практического занятия являются:

- проверка знаний студентов – их теоретической подготовленности к занятию;

- инструктаж, проводимый преподавателем;
- выполнение заданий, работ, упражнений, решение задач;
- последующий анализ и оценка выполненных работ и степени овладения студентами запланированными умениями.

В конце каждого практического занятия дается задание для самостоятельной работы студента; ставятся учебные задачи на следующее занятие.

Поскольку работа на практических занятиях предполагает применение полученных знаний и умений на практике, необходимо внимательно выполнять требования техники безопасности и инструкции, данные преподавателем в начале занятия.

Содержание занятий семинарского типа

История горнолыжного спорта

Горнолыжный спорт и в СССР и России. Основные центры развития горнолыжного спорта в России в начале 20 века. Основные достижения российских и советских горнолыжников на Олимпийских играх и чемпионатах мира. Актуальные проблемы развития горнолыжного спорта. Цели и задачи научных исследований горнолыжного спорта.

Техника безопасности на занятиях по горнолыжному спорту

Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях горнолыжным спортом. Организация и проведение занятий горнолыжников. Формы и методы контроля уровня физического состояния. Снег, снежный покров, лавины

Классификация, систематика и терминология в горнолыжном спорте

Классификация трасс для горнолыжного спорта. Классификация спортсменов по возрасту, спортивной подготовленности Классификация спортивного инвентаря.

Эволюция техники и эволюция экипировки в горнолыжном спорте

Инвентарь для горнолыжного спорта, выбор, хранение, уход за ним, подготовка к занятиям. Одежда для занятий горнолыжным спортом.

Техника прохождения трасс в горнолыжном спорте

Основы обучения. Проверка и использование снаряжения.

Спуск по прямой. Плуг. Выполнение техники спуска с горы плугом. Поворот в плуге. Выполнение техники поворотов в стойке плуг.

Обучение пользованию подъёмником. Боковое соскальзывание. Траверс. Выполнение техники спуска с горы боковым соскальзыванием. Карвинг. Выполнение техники спуска с горы карвингом.

Организация и проведение соревнований по горнолыжному спорту

Правила соревнований по горнолыжному спорту. Права и обязанности участников соревнований, бригады судей, подготовка трасс. Судейство соревнований.

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов

СРС – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (возможно частичное непосредственное участие преподавателя при сохранении ведущей роли студентов).

Целью СРС является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками по профилю будущей специальности, опытом творческой, исследовательской деятельности, развитие самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровней.

Задачи СРС:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретической подготовки;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов:
- творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений; использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на практических занятиях, при написании курсовых и выпускной квалификационной работ, для эффективной подготовки к итоговым зачетам и экзаменам.

Основными формами самостоятельной работы студентов без участия преподавателей являются:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- написание рефератов;
- подготовка к практическим занятиям (подготовка сообщений, докладов, заданий);
- овладения студентами навыками моделирования практических ситуаций избранного вида спорта;
- составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний (педагогических, психологических, методических и др.);
- углубленный анализ научно-методической литературы (подготовка рецензий, аннотаций на статью, пособие и др.);
- выполнение заданий по сбору материала во время практики;
- овладение студентами конкретных учебных модулей, вынесенных на самостоятельное изучение;
- подбор материала, который может быть использован для написания рефератов, курсовых и квалификационных работ;
- подготовка презентаций;
- подготовка к занятиям, проводимым с использованием активных форм обучения (круглые столы, диспуты, деловые игры);
- анализ деловых ситуаций (мини-кейсов).

Самостоятельная работа студента является одной из важнейших составляющих учебного процесса, в ходе которой происходит формирование навыков, умений и знаний и в дальнейшем обеспечивается усвоение студентом приемов познавательной деятельности, интерес к творческой работе и, в конечном итоге, способность решать задачи самостоятельно.

Для того чтобы самостоятельная работа студента была эффективной, необходимо выполнить ряд условий, к которым можно отнести следующие:

1. Обеспечение правильного сочетания объемной аудиторной и самостоятельной работы.

2. Методически правильная организация работы студента в аудитории и внеаудиторная самостоятельная работа.
3. Обеспечение студента необходимыми методическими и учебными материалами.
4. Контроль за ходом самостоятельной работы и мер, поощряющих студента за ее качественное выполнение.

История горнолыжного спорта

Исторические сведения о возникновении горнолыжного спорта. Горнолыжный спорт в Море и в России. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Профессиональные стандарты «Тренер», «Инструктор-методист», «Спортсмен». Использование методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации, для улучшения подготовки, на определенных стадиях развития спортивных качеств горнолыжника.

Техника безопасности на занятиях по горнолыжному спорту

Личная гигиена спортсмена: Гигиена, закаливание, режим тренировочных мероприятий и отдыха. Питание, самоконтроль. Значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья. Гигиенические требования к одежде и обуви горнолыжника. Составление рационального режима дня с учетом тренировочных нагрузок.

Классификация, систематика и терминология в горнолыжном спорте

Классификация физических упражнений в ИВС (ОФП, СФП, подводящие упражнения).

Эволюция техники и эволюция экипировки в горнолыжном спорте

Инвентарь для горнолыжного спорта, мази скольжения. Совершенствование методики подготовки лыжного инвентаря при различных температурных условиях. Описать методику подготовки лыжного инвентаря к соревнованиям.

Техника прохождения трасс в горнолыжном спорте

Характеристики техники катания на горных лыжах. Методика обучения основам горнолыжной техники. Подготовка горнолыжников в тренировочных группах начальной подготовки. Игровой метод. Выполнение домашнего задания – подготовить и провести подвижную игру для совершенствования техники спуска.

Организация и проведение соревнований по горнолыжному спорту

Правила соревнований по горнолыжному спорту. Главная судейская коллегия: права и обязанности

Методические рекомендации по выполнению внеаудиторных самостоятельных заданий

1. Выполнять внеаудиторное задание лучше в день его получения, а накануне занятия повторить его.
2. Для успешного выполнения задания нужно создать условия, которые отвечают требованиям гигиены умственного труда: удобное место, достаточное освещение, тишина, перерывы, необходимое оборудование.
3. Начинать выполнять задание нужно с его осмысления: определить цель, содержание, степень новизны, уровень усвоения, объем, сроки, этапы и приемы выполнения. Заранее спланировать и соблюдать затем последовательность действий. Познакомиться с алгоритмом и эталоном выполнения задания.
4. Изучить вначале теоретическую основу задания (закон, правило, первоисточник и др.), а затем приниматься за письменную работу или другие практические действия.
5. Стараться выполнять задание самостоятельно, применяя знания и умения, усвоенные ранее.
6. Определить свой оптимальный ритм работы.
7. Помнить, что точное следование рекомендациям научной организации учебного труда экономит время, способствует достижению наилучших результатов.

Методические рекомендации по написанию конспекта

Написание конспекта – представляет собой вид внеаудиторной самостоятельной работы студента по созданию обзора информации, содержащейся в объекте конспектирования, в более краткой форме.

Конспект - это письменное изложение основного содержания текста с выделением наиболее значимых и интересных положений.

При подготовке и составлении конспекта рекомендуется придерживаться следующего алгоритма:

- познакомиться с текстом информации, которую необходимо законспектировать;
- выделить опорные точки текста, главные факты, выводы, идеи, ключевые понятия выписать их;
- определить последовательность изложения информации;
- составить план конспекта в виде схемы;
- начать запись конспекта с указания реквизитов источника (фамилии автора, полного наименования работы, места и года издания);
- осуществить запись по абзацам, сопровождая основные мысли примерами, таблицами;
- выделить особо значимые места конспекта цветным подчеркиванием, взятием в рамку, пометками на полях, чтобы акцентировать на них внимание и прочнее запомнить.

В конспекте должны быть отражены основные принципиальные положения источника, то новое, что внес его автор, основные методологические положения работы, аргументы, этапы доказательства и выводы.

Методические рекомендации по составлению планов

1. Внимательно прочитать текст.
2. Разделить текст на логически законченные части, выделить в каждой из них главную мысль.
3. Озаглавить части.
4. В каждой части выделить несколько положений, развивающих главную мысль.

Методические рекомендации по работе с учебником

1. Прочитать весь текст, составить целостное представление об изложенных в нем событиях, явлениях. Внимательно рассмотреть карты, схемы, чертежи, таблицы и другие иллюстрации.
2. Обратить внимание на выделенные в тексте новые понятия. Формулировки законов, обобщения, выводы, основные факты, хронологию.
3. Составить развернутый план, это поможет в осмыслении научной информации.
4. Вспомнить, что изучалось ранее по данной тематике. Иногда необходимо восстановить в памяти базовые положения, принципы, законы, понятия.
5. Постараться связать учебную информацию с современностью, определить значение новых знаний для будущей профессиональной деятельности.
6. В случае необходимости обратиться к тематическим словарям, предметным и географическим указателям, энциклопедиям. Выписать новые понятия, термины иностранного происхождения, произнести их вслух.
7. Проверить, как усвоен новый материал, пересказать его, пользуясь планом, затем без него.
8. Подготовить ответы на вопросы и задания, которые помещены в конце параграфа, главы.
9. Выполнить задания, предложенные преподавателем.

Рекомендации по написанию ситуационных задач

Ситуационные задачи - это задачи, позволяющие осваивать интеллектуальные операции последовательно в процессе работы с информацией: ознакомление - понимание - применение - анализ - синтез - оценка.

Специфика ситуационной задачи в том, что она носит ярко выраженный практико-ориентированный и интегративный характер, но для ее решения необходимо конкретное предметное знание. Зачастую требуется знание нескольких учебных дисциплин. Обязательным элементом задачи является проблемный вопрос, который должен быть сформулирован таким образом, чтобы студенту захотелось найти на него ответ.

Специфика ситуационной задачи заключается в том, что она носит ярко выраженный практико-ориентированный характер, но для ее решения необходимо конкретное предметное знание. Ситуационные задачи близки к проблемным и направлены на выявление и осознание способа деятельности.

Структура ситуационной задачи

Как правило, ситуационная задача включает в себя:

- название (желательно яркое, привлекающее внимание);
- ситуацию - случай, проблема, история из реальной жизни;
- личностно-значимый познавательный вопрос;
- информация по данному вопросу, представленная в разнообразном виде (текст, таблица, график, статистические данные);
- вопросы или задания для работы с задачей. Задания для студентов в этих задачах составляются разного уровня сложности (от ознакомления до оценки), что позволяет учитывать индивидуальные особенности студентов, а также особенности учебной группы.

Существуют разнообразные подходы к разработке ситуационных задач:

- первый подход — построение задачи на основе соответствующих вопросов учебника;
- второй подход основан на выделенных типах практико-ориентированных задач,

которые необходимо научиться решать каждому обучающемуся;

– третий подход основан на проблемах реальной жизни, познавательная база решения которых закладывается в соответствующих учебных дисциплинах;

– четвертый подход обусловлен необходимостью отработки предметных знаний и умений, но не на абстрактном учебном материале, а на материале, значимом для обучающихся.

Алгоритм решения ситуационных задач

1. Изучить учебную информацию по теме.

2. Провести анализ содержания темы.

3. Выделить проблему.

4. Дать характеристику условий задачи.

5. Критически осмыслить варианты ответов.

6. Выбрать оптимальный вариант (подобрать известные и стандартные алгоритмы действия) или варианты разрешения проблемы (если она не стандартная).

Задача №1. Задание. Дано: На занятиях по дисциплине, «Основы методики горнолыжной подготовки» поставлена общая задача «Перечислить основные методы профилактики травматизма и заболеваний в процессе спортивной подготовки». Задача – какие травмы может получить спортсмен во время тренировочного процесса? Какую первую помощь можно оказать при ушибах и растяжениях. Оборудование – бинты, шины. В соответствии с требованиями по безопасности и поставленной задаче, с учётом методов и методических приемов, обеспечивающих наглядность обучения и проведения занятий рекреационной и оздоровительной направленности.

Задача №2. Задание. Дано: На занятиях по дисциплине, «Основы методики горнолыжной подготовки» поставлена общая задача «Перечислить основные методы профилактики травматизма и заболеваний в процессе спортивной подготовки». Задача – какие травмы может получить спортсмен во время тренировочного процесса? Какую первую помощь можно оказать при порезах и потёртостях. Оборудование – бинты, зелёнка, лейкопластырь. В соответствии с требованиями по безопасности и поставленной задаче, с учётом методов и методических приемов, обеспечивающих наглядность обучения и проведения занятий рекреационной и оздоровительной направленности.

Задача №3. Задание. Дано: На занятиях по дисциплине, «Основы методики горнолыжной подготовки» поставлена общая задача «Методики спортивного массажа как средство физической рекреации». Задача – Какие приёмы спортивного массажа можно применить для юного спортсмена, как средство физической рекреации? Перечислить последовательность приёмов массажа. В соответствии с требованиями по безопасности и поставленной задаче, с учётом методов и методических приемов, обеспечивающих наглядность обучения и проведения занятий рекреационной и оздоровительной направленности.

Задача №4. Задание. Дано: На занятиях по дисциплине, «Основы методики горнолыжной подготовки» поставлена общая задача «Определить последовательность техники и методика выполнения приёмов массажа». Задача – В какой последовательности выполняются приёмы спортивного массажа для спортсменов? Перечислить последовательность приёмов массажа. Верный вариант – подчеркнуть.

Задача №5 Задание. Дано: На занятиях по дисциплине, «Профессионально-спортивное совершенствование» поставлена общая задача «Медицинское обслуживание массовых соревнований». Задача – В каких случаях необходимо обеспечить медицинским обслуживанием массовые соревнования? Правильный ответ подчеркнуть

Задача №6. Задание. Дано: на занятиях по «Горнолыжному спорту» поставлена общая задача «Разработать конспект занятия по предложенной теме «Подводящие упражнения для обучения поворотам в стойке плуг», для обучающихся 2 курса. Задача - подобрать в соответствии с требованиями поставленной задаче средства, методы и методические приемы,

обеспечивающие наглядность обучения и проведение занятий. Разработать конспект занятия в трёх частях, прописать упражнения и методические указания по проведению занятия.

Задача №7. Задание. Сформулировать задачи и применить методические приемы, обеспечивающие наглядность обучения и проведение занятия по горнолыжному спорту для занимающихся 1 года обучения.

Выполнение тестовых заданий

Тестовые задания предусматривают закрепление теоретических знаний, полученных студентом во время занятий по данной дисциплине. Их назначение – углубить знания студентов по отдельным вопросам, систематизировать полученные знания, выявить умение проверять свои знания в работе с конкретными материалами. При выполнении тестовых заданий студенты должны показать умение работать с научной литературой, анализировать нормативно-правовые источники, делать обоснованные выводы.

В тестах предусмотрены задачи различных типов: закрытые тесты, в которых нужно выбрать один верный вариант ответа из представленных, выбрать несколько вариантов, задания на сопоставление; а также открытые тесты, где предстоит рассчитать результат самостоятельно, заполнить пропуск. В закрытых вопросах в формулировке задания может быть указано «выберите несколько вариантов ответа», в противном случае в задании один верный вариант ответа.

Каждое задание теста оценивается в 1 балл. Тест считается решенным верно в том случае, если указаны все правильные варианты ответов.

При работе с тестами следует соблюдать определенные правила:

- прежде чем приступить к практическим заданиям, необходимо разобраться в теории вопроса;
- придерживаться принципа последовательности при выполнении заданий, так как их очередность имеет внутреннюю логику, а сложность возрастает постепенно;
- не пытаться угадывать ответы или подгонять свое решение под готовый ответ.

Примеры решения теста для контроля остаточных знаний

Факторы, вызывающие спортивные травмы

1. - состояние утомления, переутомления;
2. - состояние перед ответственным стартом;
3. – хронические очаги инфекций, индивидуальные особенности организма;
4. - состояние утомления, переутомления, перетренировка, хронические очаги инфекций, индивидуальные особенности организма, возможные перерывы в занятиях.

Последовательность техники и методика выполнения приемов массажа:

1. похлопывание, рубление, встряхивание, сотрясение, поглаживание, растирание, разминание;
2. растирание, разминание, похлопывание, рубление, встряхивание, сотрясение, поглаживание;
3. поглаживание, встряхивание, сотрясение, растирание, разминание, похлопывание, рубление;
4. поглаживание, растирание, разминание, похлопывание, рубление, встряхивание, сотрясение.

Медицинское обслуживание массовых соревнований

1. На любом спортивно-массовом и оздоровительном мероприятии.
2. Только на спортивных мероприятиях.
3. Только на мероприятиях, где участвуют школьники.
4. Только на мероприятиях, где участвуют пожилые.

Обязанности главного судьи массовых мероприятий по горнолыжному спорту:

1. главный судья отвечает за подготовку дистанций и трасс.
2. главный судья отвечает за всё.
3. главный судья отвечает за безопасность.
4. главный судья отвечает судейство соревнований.

В лыжном спорте наиболее часто встречаются следующие травмы:

1. Повреждения суставов и связок.
2. Ушибы, повреждения суставов и связок, чаще нижних конечностей, значительно реже переломы, вывихи, ранения, обморожения.
3. Переломы, вывихи, ранения.
4. Обморожения.

Необходимо строго соблюдать температурные нормы, при которых разрешены занятия по лыжной подготовке с той или иной возрастной группой обучающихся:

1. 1-4-й классы - до минус 12°, 5-9-й классы до минус 16°, 10-11-й классы - до минус 20° при безветренной погоде.
2. Уроки должны проводиться в тихую погоду или при слабом ветре, при температуре не ниже 12 градусов.
3. При сильном морозе необходимо поручать занимающимся следить друг за другом. Сообщать преподавателю о первых признаках обморожения.
4. Уроки должны проводиться в тихую погоду или при слабом ветре, при температуре не ниже 20 градусов.

К эффективным восстановительным мероприятиям спортсменов следует отнести:

1. Кратковременные холодные и тёплые водные процедуры.
2. Теплые ванны различного химического состава продолжительностью 10-15 мин.
3. Теплые ванны и души 37-38 °С.
4. Кратковременные холодные водные процедуры (ванны ниже 33°C, души ниже 20°C) возбуждают нервную систему, тонизируют мышцы, повышают тонус сосудов и применяются утром до тренировки или после дневного сна. Теплые ванны и души (37-38 °С) обладают седативным действием, повышают обмен веществ и применяются после тренировки. Теплые ванны различного химического состава продолжительностью 10-15 мин рекомендуется принимать через 30-60 мин после тренировочных занятий или же перед сном.

Горнолыжнику запрещается:

1. Обгонять лыжника спереди
2. Подниматься и спускаться без лыж по краю склона
3. Останавливаться посередине склона
4. Помогать упавшему подняться

Подготовка спортсменов организуется прежде всего в форме тренировочных занятий, имеющих определенную структуру и распределенных во времени. Структура тренировочных занятий базируется на физиологических, психологических и педагогических закономерностях. Продолжительность занятия зависит от этапов подготовки, задач тренировки, возраста спортсменов, их подготовленности. Тренировочное занятие состоит из четко выраженных, взаимосвязанных частей:

1. Вводная часть. Подготовительная часть (разминка). Основная часть. Заключительная часть.
2. Подготовительная часть (разминка). Основная часть. Заключительная часть.
3. Подготовительная часть (разминка). Основная часть.
4. Основная часть. Заключительная часть.

Правильная стойка горнолыжника подразумевает:

1. Высокая стойка, руки в стороны, ноги чуть меньше ширины плеч, слегка согнутое положение суставов, небольшое пространство между коленями

2. Средняя стойка, руки вдоль тела, ноги на ширине плеч, прямое положение суставов, колени вместе
3. Низкая стойка, руки согнуты, ноги шире плеч, согнутое положение суставов, колени широко
4. Средняя стойка, руки в стороны, ноги шире плеч, согнутое положение суставов, колени разведены

Начальные азы катания на горных лыжах:

1. **Удержание тела в определенной стойке, баланс, не смотреть вниз.**
2. Наиболее удобное положение тела, контроль глазами лыж, баланс при помощи инструктора
3. Положение тела как можно ниже, баланс при помощи отталкивания руками от земли, взгляд вперед
4. Высокое положение тела, упор на палки, не смотреть вниз

Во время спуска ноги должны быть нагружены:

1. Равномерно

2. Больше нагрузки на правую ногу
3. Больше нагрузки на левую
4. Не имеет значения

Лыжные палки на всех спусках необходимо держать:

1. В стороны от себя, задевая снег
2. **Сзади, не опуская на снег**
3. Острыми концами вперед
4. Сзади, опуская на снег

Скольжения это:

1. Движение лыж вниз по склону в направлении поперечной оси или боком.
2. **Движение лыж в направлении их носков или в направлении продольной оси. Это может быть прямой спуск или траверс.**
3. Резаный поворот – движение лыж в повороте, при котором пятки и носки лыж пишут одинаковые дуги. Элемент проскальзывания отсутствует.
4. Движение лыж в повороте, при котором пятки описывают большую дугу, нежели носки. Это комбинация скольжения и соскальзывания, происходит в большинстве поворотов.

Горные лыжи включают в себя:

1. **Носок, лицевую поверхность, крепления**
2. Носок, кант, крепления, пятку
3. Носок, талию, оверкант, пятку
4. Талию, кант, крепления, пятку

Лыжная палка состоит из...

1. **Ручки, наконечника, кольца, стержня**
2. Ручки, кольца, стержня
3. Ручки, ножки, стержня, канта
4. Наконечника, ручки, ножки, кольца, канта.

Размер горных лыж должен совпадать с...

1. **Возрастом спортсмена, умноженным на десять**
2. **С ростом**
3. Не имеет значения
4. Инструктор подбирает лыжи индивидуально

Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Для повышения объективности оценки собеседование может проводиться группой преподавателей/экспертов.

Критерии оценки результатов собеседования зависят от того, каковы цели поставлены перед ним и, соответственно, бывают разных видов:

- индивидуальное (проводит преподаватель)
- групповое (проводит группа экспертов);
- ориентировано на оценку знаний
- ситуационное, построенное по принципу решения ситуаций.

Цели проведения собеседования определяют и критерии оценки его результатов, некоторые из которых приведены в таблице.

Цель собеседования: оценка	Критерии оценки результатов
- усвоения знаний	- глубина, прочность, систематичность знаний
- умений применять знания	- адекватность применяемых знаний ситуации - рациональность используемых подходов
-сформированности профессионально-значимых личностных качеств	- степень проявления необходимых качеств
-сформированности системы ценностей/отношений	- степень значимости определенных ценностей - проявленное отношение к определенным объектам, ситуациям
- коммуникативных умений	- умение поддерживать и активизировать беседу, - корректное поведение и др.

Тема1. История горнолыжного спорта (ПК-14)

1. История горнолыжного спорта.
2. Происхождение и первоначальное применение горных лыж.
3. Возникновение и развитие горнолыжного спорта в России и в мире.
4. Горнолыжный спорт и в СССР и России. Основные центры развития горнолыжного спорта в России.
5. Основные достижения российских и советских горнолыжников на Олимпийских играх и чемпионатах мира.
- 6.Актуальные проблемы развития горнолыжного спорта. Цели и задачи научных исследований горнолыжного спорта.

Тема 2. Техника безопасности на занятиях по горнолыжному спорту (ПК-12)

1. Техника безопасности на занятиях по горнолыжному спорту.
2. Правила поведения на склоне.
3. Правила пользования подъемником, виды подъемников.
4. Оказание помощи при травмах: Помощь при ушибах, растяжении, обморожении.
5. Организация и проведение занятий горнолыжников.
6. Формы и методы контроля уровня физического состояния.
7. Снег, снежный покров, лавины.
8. Личная гигиена спортсмена: Гигиена, закаливание, режим тренировочных мероприятий и отдыха.
- 9.Питание, самоконтроль. Значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья.
10. Гигиенические требования к одежде и обуви горнолыжника.

Тема 3. Классификация, систематика и терминология в горнолыжном спорте (ПК-14)

- 1.Классификация, систематика и терминология в горнолыжном спорте.
- 2.Признаки классификации, определение понятий, классификация различных дисциплин горнолыжного спорта, физических упражнений, терминология.
3. Классификация трасс для горнолыжного спорта.
4. Классификация спортсменов по возрасту, спортивной подготовленности

5. Классификация спортивного инвентаря
6. Классификация физических упражнений в ИВС (ОФП, СФП, подводящие упражнения).

Тема 4. Эволюция техники и эволюция экипировки в горнолыжном спорте (ПК-14)

1. Эволюция техники и эволюция экипировки в горнолыжном спорте.
2. Инвентарь для горнолыжного спорта, выбор, хранение, уход за ним, подготовка к занятиям.
3. Одежда для занятий горнолыжным спортом.
4. Совершенствование методики подготовки лыжного инвентаря при различных температурных условиях.

Тема 5. Техника прохождения трасс в горнолыжном спорте (ПК-12, ПК-14)

1. Понятие о технике катания на горных лыжах. Стойка горнолыжника.
2. Классификация технических приёмов. Техника поворотов, остановок.
3. Ошибки при выполнении способов поворотов на горных лыжах и их исправление.
4. Основы обучения. Проверка и использование снаряжения.
5. Спуск по прямой. Плуг. Выполнение техники спуска с горы плугом.
6. Поворот в плуге. Выполнение техники поворотов в стойке плуг.
7. Обучение пользованию подъёмником.
8. Боковое соскальзывание. Траверс. Выполнение техники спуска с горы боковым соскальзыванием.
9. Карвинг. Выполнение техники спуска с горы карвингом.
10. Методика обучения основам горнолыжной техники.

Тема 6. Организация и проведение соревнований по горнолыжному спорту (ПК-12, ПК-14)

1. Правила соревнований по горнолыжному спорту.
2. Права и обязанности участников соревнований, бригады судей, подготовка трасс.

Методические рекомендации по подготовке презентации

Презентация (от английского слова – представление) – документ или информационный продукт (как сочетание текста, [гипертекстовых](#) ссылок, компьютерной анимации, графики, видео, музыки и звукового ряда), предназначенный для представления аудитории полноценной информации об объекте презентации в удобной форме.

Цель презентации как формы контроля – оценить степень владения работы с информацией, использования приемов и методов её обработки и передачи.

Подготовка и создание презентации осуществляется студентом в виде слайдов с использованием программы Microsoft PowerPoint.

Рекомендуемый алгоритм работы по созданию презентации:

- изучить материалы темы, работая с основной и дополнительной литературой;
- структурировать информацию, выделяя главное и второстепенное;
- установить логическую связь между элементами темы;
- представить характеристику элементов в краткой форме;
- выбрать опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразить на слайде;

- оформить работу и предоставить к установленному сроку.

Как правило, объём презентации устанавливается исходя из объёмов учебной информации, необходимой для передачи слушателям (рекомендуется осуществлять расчёт временных затрат исходя из равенства: 1 слайд $\approx$ 40 секунд), однако целесообразно в структуру презентации включить следующие слайды:

- титульный слайд с названием темы и автором-исполнителем;
- содержание (в том случае, если есть необходимость структурировать информацию в определённые блоки, либо объём информации велик);
- цель и задачи проводимой работы;
- ход и результаты (основная полученная информация) исследования;
- выводы;
- список использованных источников.

При работе над созданием презентации следует придерживаться следующих рекомендаций:

Не рекомендуется:

- перегружать слайд текстовой информацией;
- использовать блоки сплошного текста;
- использовать анимационные и текстовые возможности, которые будут отвлекать от содержания презентации;
- в нумерованных и маркированных списках использовать уровень вложения глубже двух;
- использовать переносы слов;
- использовать наклонное и вертикальное расположение подписей и текстовых блоков.

Рекомендуется:

- единая стилистика оформления всех слайдов презентации;
- максимум трёхцветная компоновка слайда (фон, текст, заголовок);
- сжатость и краткость изложения при максимальной информативности текста;
- комфортная для восприятия текстовая информация (размер шрифта для заголовков – не менее 24, для основного текста – не менее 18);
- использование нумерованных и маркированных списков вместо сплошного текста;
- горизонтальное расположение текстовой информации;
- использование табличного формата предъявления материала;
- основную идею абзаца располагать в самом начале – в первой строке абзаца;
- использование такой компоновки слайда, при котором на слайде только заголовок, изображение (фотография, рисунок, диаграмма, схема, таблица и т.п.) и подпись к ней.

После создания презентации и её оформления, рекомендуется отрепетировать её показ и своё выступление.

Методические рекомендации по подготовке и составлению таблиц

Таблица (из лат. *tabula* «доска») – способ передачи содержания, заключающийся в организации структуры данных, в которой отдельные элементы помещены в ячейки, каждой из которых сопоставлена пара значений – номер строки и номер колонки. Таким образом, устанавливается смысловая связь между элементами, принадлежащими одному столбцу или одной строке.

При подготовке и составлении таблиц рекомендуется придерживаться следующего алгоритма:

- определить тему и содержание таблицы, признаки и свойства, которые будут в ней указаны (назвать таблицу);
- составить таблицу с определенным количеством граф (столбцов) и строк;
- определить наименование строк и столбцов (при необходимости указать единицы измерения);
- изучить необходимую основную и дополнительную литературу, выделяя информацию для каждой графы и строчки;
- заполнить соответствующие графы и строчки конкретными примерами и значениями.

Методические рекомендации по подготовке доклада (сообщения)

Подготовка доклада (сообщения) – это вид внеаудиторной самостоятельной работы по подготовке небольшого по объёму устного сообщения для озвучивания на практическом (семинарском) занятии.

Сообщаемая информация носит характер уточнения или обобщения, несёт новизну, отражает современный взгляд по определённым проблемам.

Доклад (сообщение) отличается от рефератов не только объёмом информации, но и её характером – они дополняют изучаемый вопрос фактическими или статистическими материалами.

Чаще всего доклад (сообщение) оформляется письменно и/или включает элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию, презентации).

Рекомендуемое время на озвучивание доклада (сообщения) – до 10 минут.

При подготовке доклада (сообщения) целесообразно придерживаться следующего алгоритма работы:

- уточнить и сформулировать тему доклада и его содержание;
- подобрать необходимую литературу (для более полного получения информации рекомендуется использовать несколько источников);
- тщательно изучить отобранный теоретический материал (рекомендуется работать с карандашом, выделяя самое главное по ходу чтения, и уточняя неясные термины и понятия);
- составить план доклада (сообщения);
- написать текст доклада (сообщения) (при необходимости сопроводить его рисунками и схемами);
- составить список литературы, которой пользовались при подготовке доклада (сообщения).
- прочитать написанный текст и постараться его пересказать, выбирая самое основное, подтверждая его фактами и/или примерами из жизни или практики профессиональной деятельности (особо важные места доклада (сообщения) стараться выделять паузой или интонацией);
- при необходимости (при наличии соответствующего требования преподавателя) оформить доклад и/или необходимые элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию, презентации).

Перечень тем сообщений

1. Обеспечение безопасности при организации и проведении спортивных мероприятий по горнолыжному спорту
2. Медицинское обслуживание массовых соревнований
3. Меры безопасности травматизма на занятиях по горнолыжному спорту, подготовка мест занятий и инвентаря. Профилактика травматизма и обморожений
4. Особенности занятий по горнолыжному спорту с учащейся молодёжью
5. Особенности занятий по горнолыжному спорту с лицами зрелого возраста
6. Обязанности главной судейской коллегии соревнований
7. Предупреждение травматизма в горнолыжном спорте
8. Терминология в горнолыжном спорте.
9. Эволюция техники в горнолыжном спорте
10. Эволюция экипировки в горнолыжном спорте
11. Классификация технических приёмов в горнолыжном спорте
12. Ошибки при выполнении способов поворотов на горных лыжах и их исправление.

Методические указания по выполнению контрольных работ по дисциплине

Контрольная работа выполняется в соответствии с рабочей программой дисциплины и способствует развитию необходимых навыков практического использования методов, изучаемых на лекционных занятиях.

1. Цель контрольной работы: актуализация и закрепление теоретического материала по изучаемой дисциплине. Главной целью контрольной работы является закрепление, углубление и обобщение студентами знаний, полученных за время обучения.

2. В процессе подготовки и написания контрольной работы студент овладевает следующими навыками:

- самостоятельно ставить цель, задачи;
- работать с нормативными документами, литературными источниками;
- обобщать полученный материал и формулировать чёткие и ясные теоретические и практические выводы.

4. Выполнение контрольной работы осуществляется непосредственно самим студентом и состоит из следующих этапов:

- получение задания (варианта);
 - подбор и изучение литературы;
 - написание и оформление контрольной работы;
 - предоставление контрольной работы на проверку в установленные деканатом сроки.
5. Контрольная работа выполняется в соответствии с учебным планом.

6. Защита полностью выполненной, написанной и правильно оформленной контрольной работы по дисциплине осуществляется в соответствии с графиком, утверждённым преподавателем по согласованию с заведующим кафедрой.

Структура и оформление работы

Контрольная работа должна быть оформлена согласно требованиям, предъявляемым к данному виду работы. Необходимые требования для оформления контрольной работы: наличие титульного листа; содержания; основного текста; заключения; списка литературы; приложений (если такие имеются).

Титульный лист

Титульный лист содержит следующие реквизиты: наименование вуза, кафедры, название дисциплины и темы (варианта контрольной работы), номер группы, фамилия, имя и отчество исполнителя, должность, ученое звание, фамилия, имя и отчество проверяющего, город и год написания работы. Титульный лист включается в общее количество страниц работы, но не нумеруется (см. приложение 1).

Лист содержания

Лист содержания включает основные разделы контрольной работы, разделение темы на подтемы, главы и т.п. с указанием номера страницы, с которой начинается этот раздел (см. приложение 2).

Основной текст контрольной работы

Структура основного текста контрольной работы представляет собой полный ответ на поставленные теоретические вопросы, на основе изучения литературных источников. В работе следует обязательно выделять и дать определения основным понятиям темы работы и раскрыть ее содержание. В работе могут быть представлены примеры методик, средств, техник выполнения упражнений, комплексы упражнений или конспекты занятий.

В заключении кратко должны быть сформулированы полученные результаты работы и даны выводы. Кроме того, заключение может включать предложения автора, в том числе и по дальнейшему изучению заинтересовавшей его проблемы.

Список литературы

В список литературы включаются все источники, которые были изучены и использованы при выполнении работы. Список литературы рекомендуется приводить в алфавитном порядке.

Библиографический список содержит не менее 5 источников и оформляется согласно ГОСТ 7.1 - 2003 «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления» (см. приложение 3).

Приложения

К тексту контрольной работы как иллюстративный материал могут быть сделаны «Приложения» в виде таблиц или рисунков. Приложения должны иллюстрировать, дополнять, объяснять информацию, изложенную в работе (в основном тексте делаются сноски или ссылки на них). Каждое приложение начинается на новой странице, на которой в правом углу пишется слово «ПРИЛОЖЕНИЕ», рядом указывается порядковый номер (цифрой без указания №), если приложений больше одного. Название приложения пишется по центру страницы.

К оформлению контрольной работы предъявляются следующие требования:

1. Текст представляется в печатном варианте, без стилистических и грамматических ошибок, иметь книжную ориентацию, набираться через 1,5 интервала на листах формата А4 (210 x 297 мм). Для набора текста в текстовом редакторе Microsoft Word рекомендуется использовать шрифты: Times New Roman, размер шрифта – 14 пт. Поля страницы: левое – 3 см., правое – 1,5 см., нижнее – 2 см., верхнее – 2 см. Абзац (красная строка) должен равняться четырем знакам (1,25 см). Выравнивание текста на листах должно производиться по ширине строк.

2. Каждая структурная часть контрольной работы (разделы основной части, заключение и т. д.) начинается с новой страницы. Заголовки разделов набираются прописным полужирным шрифтом.

3. Иллюстрации, рисунки, чертежи, графики, фотографии, которые приводятся по тексту работы, должны иметь нумерацию.

4. Все страницы контрольной работы, кроме титульного листа, нумеруются арабскими цифрами. Номер проставляется внизу в центре страницы. Титульный лист контрольной работы включается в общую нумерацию, но номер страницы на нем не проставляется.

5. Объем контрольной работы в среднем - 10-15 страниц формата А4, набранных на компьютере на одной (лицевой) стороне.

6. В списке использованной литературы в контрольной работе должно быть не менее пяти источников.

Перечень тем контрольных работ

- 1) Средства и методы физической подготовки горнолыжников
- 2) Методические особенности специальной физической подготовки горнолыжников
- 3) Формы и методы контроля уровня физического состояния
- 4) Основы горнолыжной техники, методика обучения. Факторы и условия, влияющие на технику. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях по горнолыжному спорту
- 5) Принципы спортивной тренировки горнолыжников. Характеристика основных принципов спортивной тренировки
- 6) Обще-подготовительные средства спортивной тренировки в горнолыжном спорте. Общая характеристика обще-подготовительных средств
- 7) Специально подготовительные средства спортивной тренировки в горнолыжном спорте. Общая характеристика специально-подготовительных средств
- 8) Соревновательные средства в горнолыжном спорте. Общая характеристика соревновательных средств спортивной подготовки
- 9) Методы спортивной тренировки в горнолыжном спорте. Характеристика непрерывного, переменного метода и методы разучивания движений в целом и по частям
- 10) Подводящие упражнения в горнолыжном спорте. Имитационные упражнения. Применение имитационных упражнений
- 11) Применение методов спортивной тренировки в горнолыжном спорте на этапе начальной подготовки спортсмена
- 12) Применение методов спортивной тренировки в горнолыжном спорте на этапе спортивного совершенствования спортсмена

Методические указания для обучающихся по подготовке к зачету

Изучение темы завершается зачетом (в соответствии с учебным планом образовательной программы).

Зачет как форма промежуточного контроля и организации обучения служит приемом проверки степени усвоения учебного материала и лекционных занятий, качества усвоения обучающимися отдельных разделов учебной программы, сформированных умений и навыков.

Зачет проводится устно или письменно по решению преподавателя, в объеме учебной программы. Преподаватель вправе задать дополнительные вопросы, помогающие выяснить степень знаний обучающегося в пределах учебного материала, вынесенного на зачет.

По решению преподавателя зачет может быть выставлен без опроса – по результатам работы обучающегося на лекционных и(или) практических занятиях.

В период подготовки к зачету обучающиеся вновь обращаются к пройденному учебному материалу. При этом они не только закрепляют полученные знания, но и получают новые.

Подготовка обучающегося к зачету включает в себя три этапа:

- самостоятельная работа в течение процесса обучения;
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие зачету по темам курса;

- подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в билетах/тестах (при письменной форме проведения зачета).

Литература для подготовки к зачету рекомендуется преподавателем.

Зачет в письменной форме проводится по билетам/тестам, охватывающим весь пройденный по данной теме материал. По окончании ответа преподаватель может задать обучающемуся дополнительные и уточняющие вопросы. На подготовку к ответу по вопросам билета/теста обучающемуся дается 30 минут с момента получения им билета/теста.

Результаты зачета объявляются обучающемуся после проверки ответов.

Перечень вопросов для зачета

1. Происхождение и первоначальное применение горных лыж (ПК-14).
2. Возникновение и развитие горнолыжного спорта в России (ПК-14).
3. Возникновение и развитие горнолыжного спорта в мире (ПК-14).
4. Основные центры развития горнолыжного спорта в России в начале 20 века (ПК-14).
5. Основные достижения российских и советских горнолыжников на Олимпийских играх и чемпионатах мира (ПК-14).
6. Правила поведения на склоне. Правила пользования подъемником, виды подъемников (ПК-14).
7. Оказание помощи при травмах: Помощь при ушибах, растяжении, обморожении. Личная гигиена спортсмена: Гигиена, закаливание, режим тренировочных мероприятий и отдыха (ПК-12).
8. Питание, самоконтроль. Значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья. Гигиенические требования к одежде и обуви горнолыжника (ПК-14).
9. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях горнолыжным спортом (ПК-14).
10. Организация и проведение занятий горнолыжников (ПК-14).
11. Формы и методы контроля уровня физического состояния (ПК-14).
12. Снег, снежный покров, лавины (ПК-14).
13. Терминология горнолыжного спорта (ПК-14).
14. Классификация физических упражнений в ИВС (ОФП, СФП, подводящие упражнения) (ПК-14).
15. Классификация трасс для горнолыжного спорта. Классификация спортсменов по возрасту, спортивной подготовленности. Классификация спортивного инвентаря (ПК-14).
16. Эволюция техники и эволюция экипировки в горнолыжном спорте (ПК-14).
17. Инвентарь для горнолыжного спорта, выбор, хранение, уход за ним, подготовка к занятиям. (ПК-14).
18. Одежда для занятий горнолыжным спортом (ПК-14).
19. Понятие о технике катания на горных лыжах. Стойка горнолыжника. Классификация технических приёмов (ПК-14).
20. Техника поворотов, остановок (ПК-14).
21. Спуск по прямой в основной стойке, методика обучения (ПК-14).
22. Методика обучения техники спуска с горы плугом (ПК-14).
23. Поворот в плуге. Обучение техники поворотов в стойке плуг. (ПК-14).
24. Боковое соскальзывание. Траверс. Обучение техники спуска с горы боковым соскальзыванием. (ПК-14).
25. Карвинг. Обучение техники спуска с горы карвингом (ПК-14).
26. Организация и проведение соревнований по горнолыжному спорту (ПК-14).

Порядок и критерии оценки знаний обучающихся при проведении зачета

Результаты сдачи зачета оцениваются отметкой «зачтено» и проставляются в зачетно-экзаменационную ведомость и зачетную книжку студента.

Обучающийся, не сумевший получить оценку «зачтено», считается не сдавшим зачет и допускается к повторной сдаче после дополнительной самостоятельной подготовки.

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература

1. Лисовский А.Ф., Барков Ю.Ф., Лисовская Н.И. Начальное обучение в горнолыжном спорте: учеб. пособие.- Чайковский: ЧГИФК, 2003.
2. Бабич В.В., Федцов В.Г. Начальная подготовка горнолыжника: учеб. пособие.- М.: Советский спорт, 2003.
3. Раменская Т.И., Баталов А.Г. Лыжный спорт: Учебник – М.: Флинта: Наука, 2004.
4. Ремизов Л.П. Горные лыжи: уроки на снегу.- М.: Профиздат, 1998.
5. Горяйнов А.Г. Горные лыжи и сноуборд. Карвинговая техника.- М.: Рипол классик, 2006, 2004

Дополнительная литература

7. Здоровье сберегающие технологии на базе зимних многоборий в лыжном спорте: Учебно-методическое пособие / Под общ. ред. В. В. Фарбея. – СПб.: ООО «Книжный дом», 2008.
8. Раменская Т.И., Баталов А.Г. Лыжный спорт. Учебное пособие для самостоятельной работы студентов ВУЗов, обучающихся по направлению 032100 «Физическая культура». – М.: Физическая культура, 2005.
9. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта.: учебник.- М.: Академия, 2012, 2014
10. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт: учебник / Под. ред. Сергеева Г.А. – М.: Академия, 2012.
11. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник.- М: Советский спорт, 2010.- 392с. электронный ресурс
13. Курамшин Ю. Ф. Диагностика и прогнозирование способностей при спортивной ориентации и отборе: учеб. метод. пособие. СПб.: [б. и.], 2006. электр. ресурс IPR books
14. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения учебник. В 2-х кн – Киев: Олимпийская литература, 2015.
15. Попов В.И. Практикум по теории и методике физической культуры учеб. метод. пособие. [б. м.]: СПбГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2006. электр. ресурс
16. Преображенский В. С. Горные лыжи: практич. пособие. -М.: Физкультура и Спорт, 2005.
17. Теория и методика физического воспитания: учебник - В 2-х книгах /Под ред. Круцевич Т.Ю. - Киев: Олимпийская литература, 2003.
18. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Курамшина Ю. Ф. -М.: Советский спорт, 2007.
19. Лисовский А.Ф. Тренировочный процесс на горных лыжах и оценка его эффективности: учеб. пособие – Малаховка: МГАФК, .1996. электр. ресурс
20. Теория и методика избранного вида спорта: учеб.пособие для вузов/под редакцией С.Е.Шивринской. – 2-е изд., испр. доп. – М.: Юрайт, 2017.

Лекции по дисциплине «ГОРНОЛЫЖНЫЙ СПОРТ»

Тема 1. История горнолыжного спорта. Происхождение и первоначальное применение горных лыж. Возникновение и развитие горнолыжного спорта в России и в мире.

На рубеже тысячелетий катание на горных лыжах - одно из самых массовых и дорогих зимних развлечений. Более того, этот вид спорта, как и горный туризм, определяет уровень экономики ряда стран Центральной Европы.

Именно старушка Европа стала колыбелью горнолыжного спорта. Он возник в середине XVIII в. в Скандинавии. Если задаться целью найти идеальное место для такого катания, то лучшего и не придумать: Скандинавские горы невысокие, некрутые, и со снегом здесь проблем нет.

Деревья, растущие на склонах гор, - те естественные препятствия, огибая которые, любители острых ощущений осваивали новые маневры. Вероятно, они сначала просто лавировали между елями и скалами, потом в качестве баланса приспособили копыё. Тем более что лучшими лыжниками в Скандинавии тогда были охотники. Позднее копыё заменили на шест и прообраз лыжных палок. Техника спуска резко отличалась от современной. Лыжник скользил, выставляя вперёд то одну, то другую ногу, а шестом притормаживал и «подруливал», втыкая его в снег либо справа, либо слева от себя.

Считается, что первые лыжные соревнования прошли в 1767 г. в окрестностях норвежского городка Телемаркена. Участники состязались в равнинной гонке, прыжках и горном спуске. Кстати, именно это место дало название стилю, модному по сей день и ставшему отдельной дисциплиной в официальных чемпионатах - телемарк.

Другое географическое название, перекочевавшее в горнолыжный словарь - Христиания (ныне Осло, столица Норвегии). Христианией называли один из первых приёмов поворотом и торможения в горнолыжном спорте. Страстным его пропагандистом был Сондре Нордехейм, приложивший немало труда, чтобы сделать лыжи популярными и безопасными. Все самые смелые технические находки в сфере лыжной амуниции того времени принадлежат ему. Знаменитый норвежский путешественник Фритьоф Нансен подробно описал стили катания и используемый инвентарь. Простые дощечки, для удобства передвижения подбитые мехом, постепенно превратились в сложные конструкции. Лыжи приобрели изящный изогнутый профиль. Продольный желоб на скользящей поверхности обеспечивает их устойчивость. Край для лучшей маневренности окантованы древесиной особо твёрдых пород. Очень скоро лыжная «болезнь» из Скандинавии добралась до Центральной Европы и особенно распространилась в Альпийском регионе.

Австрийцы первыми начали совершенствовать снаряжение и технику, приспособивая их к более крутым альпийским склонам. Раскатистый телемарк сменился более маневренным, надежным плугом и изящными поворотами на параллельных лыжах. Появился и собственный лидер - австрийский альпинист Матиас Здарски. Он издал первый учебник по горно-лыжной технике, в котором суммировал все знания о ней.

Зимой 1911 г. близ швейцарского местечка Монтана состоялись первые соревнования по скоростному спуску. Десять лыжников состязались в удали на абсолютно неподготовленной трассе. Организатором авантюры был англичанин Арнольд Лунн. Он же возглавил «крестовый поход» на Международную федерацию лыжного спорта: энтузиасты-горнолыжники требовали официально признать их любимый спорт. Борьба с чиновниками длилась 20 лет. И наконец в 1931 г. на чемпионате мира в Швейцарии прошли состязания по скоростному спуску и слалому, причём женщинам предоставлялось такое же право рисковать жизнью, как и мужчинам. На этих соревнованиях победили английские спортсмены. В последующие годы мало кому удавалось нарушить монополию «альпийских королей» - австрийцев, швейцарцев, французов и итальянцев (родоначальники этого вида спорта, норвежские горнолыжники, сразу ушли в тень). Вплоть до 1939 г. первенства мира устраивались каждый сезон. Затем после 11-летнего перерыва череда чемпионатов возобновилась, однако теперь их проводили раз в два года.

Несмотря на ошеломляющий успех горнолыжного спорта в европейских странах, «олимпийскую прописку» скоростной спуск и слалом приобрели лишь с четвёртой попытки: на зимних Играх 1936 г. в Гармиш-Партенкирхене 756 участников из 28 стран боролись за первые олимпийские медали.

Первый чемпионат СССР по горнолыжному спорту состоялся в 1934 г. под Свердловском. Программа соревнований была небогатой: в неё входил лишь мужской слалом. Открыл список обладателей национальных титулов Владимир Глассон. В 1937 г. в заполярном Кировске программу чемпионатов дополнил скоростной спуск. Победителем в нем стал Вадим Гиппенрейтер. Вопреки международным тенденциям спортсменки приняли участие в первенстве страны только в 1940 г. Титул чемпионки в скоростном спуске завоевала Галина Таёжная.

Белая олимпиада 1956 г. в Кортина-д'Ампеццо оказала большое влияние на дальнейшее развитие горнолыжного спорта в Европе. С Игр в Италии впервые велись прямые телевизионные репортажи. Они произвели такое впечатление на зрителей, что катание на горных лыжах вскоре превратилось в весьма выгодное коммерческое предприятие.

До 1966 г. горнолыжники соревновались на Олимпийских играх и чемпионатах мира и выявить сильнейшего удавалось не всегда. В результате родилось новое соревнование - многоэтапный Кубок мира.

Обладателем первого в истории Большого хрустального глобуса - главного приза Кубка в 1967 г. стал Жан Клод Килли.

Кубок мира приносит огромные прибыли предприятиям горнолыжной индустрии и туристского бизнеса, телевизионным компаниям и т. д.

Для горнолыжников получить вожаемый Большой хрустальный глобус не менее престижно, чем выиграть олимпийское «золото».

Каждое новое десятилетие «Белой карусели» рождает своих героев. Кумир 70-х гг. - австриец Франц Кламмер. С какой отвагой спускался он по самым сложным и опасным трассам! За десятилетнюю карьеру Кламмер одержал множество побед, но лишь один старт в 1976 г. на трассе Патшеркофель в Инсбруке принёс ему золотую олимпийскую медаль.

Другой яркий пример - швед Ингемар Стенмарк, величайший горнолыжник, «эталон технического совершенства», как именovali его специалисты. За 16 лет Стенмарк добился всех мыслимых призов. Трижды получил Гран-при Кубка мира, а на Играх в Лейк-Плэсиде взял верх и в слаломе, и в слаломе-гиганте. Его достижение на этапах «Белого цирка» (86 побед!) до начала XXI столетия не превзошёл никто.

Безраздельное царствование Ингемара Стенмарка внезапно нарушил «человек с Луны». Так называли юного, но суперталантливого Александра Жирова, который за один сезон выиграл четыре этапа Кубка мира в специальном и гигантском слаломах.

Горнолыжный спорт в России.

В начале 1900-х гг. в России среди лыжников стали выделяться так называемые «горняки», которые отдавали предпочтение катанию с гор на скорость, а затем увлеклись и фигурным катанием на лыжах, т.е. спусками с поворотами, названных в дальнейшем слаломом. В 1923 московские лыжники Жемчужников, Ермаков, Черепов, Егоров, братья Поповы и др. организовали при Московском совете физкультуры первую горнолыжную секцию, секретарем которой до ее слияния в 1928 с равнинной секцией был А. Жемчужников. В 1934 в Свердловске прошел первый чемпионат страны, в программе которого был только один вид — слалом для мужчин. Победил В. Глассон. Только через 5 лет к соревнованиям в слаломе допустили женщин, первой чемпионкой стала А. Басалова. После слалома стали определять сильнейших в скоростном спуске. На первом чемпионате страны (1937) победил москвич В. Гиппенрейтер. Первую чемпионку среди женщин определили в 1940, ею стала — Г. Таежная из Москвы. В 1938 слалом и скоростной спуск составили горное двоеборье, первым чемпионом в котором стал М. Химичев. В слаломе-гиганте, который отличается от слалома большими показателями в длине трассы, перепаде высот, количестве ворот, разнообразием рельефа (бугры, спады, контруклоны) и, следовательно, большей скоростью спуска и виртуозностью владения лыжами, первые чемпионы страны были определены в 1947 — В. Преображенский у мужчин и М. Семиразумова у женщин.

На международную арену наши горнолыжники вышли в 1948. А в 1956 Е. Сидорова, А. Артеменко, В. Набатенко, А. Васильев и О. Лысенко у женщин, А. Филатов, К. Шарков, Г. Чертищев, В. Тапьянов, В. Мельников, С. Шустов, В. Панов, В. Турунин, В. Тюрин — у мужчин впервые участвовали в зимних Олимпийских играх в Кортина-д'Ампеццо. У мужчин наибольшего успеха добился А. Филатов в скоростном спуске — 6 место, в этом же виде у женщин А. Артеменко — была четырнадцатой. А на трассе олимпийского слалома у женщин была выиграна наша первая олимпийская награда — бронзовая медаль Е. Сидоровой.

В последующие годы улучшается материальная база для занятий горнолыжным спортом. Кавказ, Карпаты, Средняя Азия, Казахстан, Камчатка, Сахалин, Мурманская и Кемеровская области — вот неполный перечень адресов, где появились базы и трассы, отвечающие современным требованиям. Появилось немало мест, где сезонность этого вида спорта была доведена до минимума.

Шарков, Г. Чертищев, В. Тапьянов, В. Мельников, С. Шустов, В. Панов, В. Турунин, В. Тюрин — у мужчин впервые участвовали в зимних Олимпийских играх в Кортина-д'Ампеццо. У мужчин наибольшего успеха добился А. Филатов в скоростном спуске — 6 место, в этом же виде у женщин А. Артеменко — была четырнадцатой. А на трассе олимпийского слалома у женщин была выиграна наша первая олимпийская награда — бронзовая медаль Е. Сидоровой.

В последующие годы улучшается материальная база для занятий горнолыжным спортом. Кавказ, Карпаты, Средняя Азия, Казахстан, Камчатка, Сахалин, Мурманская и Кемеровская области — в от неполный перечень адресов, где появились базы и трассы, отвечающие с овременным требованиям. Появилось немало мест, где сезонность этого вида спорта была доведена до минимума.

В 70-е гг. в горнолыжных секциях и десятках детских спортивных школ занималось около 28 тысяч спортсменов, почти половина из них были разрядниками, более 100 горнолыжников стали мастерами спорта; квалифицированных спортсменов готовили более 400 штатных тренеров.

В дальнейшем в Гудаури и Тер сколе (Северный Кавказ), Чимгане (отроги Тянь-Шаня) были сооружены трассы международного класса, способные удовлетворить все требования международной федерации лыжного спорта для проведения этапов розыгрыша Кубка мира.

Несмотря на благоприятные условия для развития этого вида спорта бронзовая олимпийская медаль Е. Сидоровой продолжала долгие годы оставаться единственным трофеем наших горнолыжников на крупных международных соревнованиях. Наиболее удачным после олимпийской бронзы был сезон 1980-1981 гг. В соревнованиях на Кубок мира Александр Жиров победил на четырех этапах и в общем зачете занял третье место. На одном из этапов успех сопутствовал Валерию Цыганову, в числе призеров были и супруги Надежда и Владимир Андреевы.

Перед Олимпийскими играми в Альбервиле (1992) некоторый оптимизм вселили результаты выступлений наших горнолыжниц на престижных международных соревнованиях. На чемпионате мира 1991 Светлана Гладылева в скоростном спуске была удостоена бронзовой медали, а Варвара Зеленская успешно Светлана Гладылева выступала на этапах Кубка мира этого года.

Однако добавить еще одну медаль в копилку сборной России удалось только на Олимпийских играх в Лиллехаммере (1994). Светлана Гладылева выиграла серебряную медаль.

Среди советских горнолыжников особо отличились своими достижениями в разные годы А. Филатов, Д. Ростовцев, В. Тапьянов, В. Мельников, Т. Монастырев, С. Грищенко, А. Тормосин, В. Андреев, А. Жиров, В. Макеев; среди женщин лучшими были Е. Сидорова, А. Бассапова, С. Корзухина, Н. Меркулова, С. Исакова, А. Аскарова.

Соревнования по горнолыжному спорту.

В программу соревнований по горнолыжному спорту входят скоростной спуск, слалом, гигантский слалом, горнолыжная комбинация и супергигант.

Трасса скоростного спуска длиной от 2,5 до 4 км и более (самой длинной считается швейцарская трасса Лауберхорн в Венгене - 4,3 км) практически повторяет рельеф склона, на котором она устроена. Спортсмены проходят её в закрытой стойке, чтобы уменьшить сопротивление воздуха. С той же целью горнолыжники надевают обтягивающий комбинезон и используют искривлённые, прилегающие к телу палки. Длинные (215-225 см) лыжи придают устойчивость на больших скоростях. Лучшим дизайнером спусковых трасс в течение последнего десятилетия XX в. был чемпион Олимпийских игр в Саппоро швейцарец Бернар Русси.

Слалом (специальный слалом) - прародитель всех горнолыжных дисциплин. Здесь самая короткая трасса (до 700 м), крутая, с часто расставленными воротами. Результат определяется по сумме двух попыток. В слаломе повороты резкие и динамичные, поэтому лыжи используются короткие.

Гигантский слалом представляет собой нечто среднее между слаломом и скоростным спуском. Трасса значительно длиннее слаломной (1200-1500 м), ворота расставлены пошире, что определяет менее напряжённую траекторию спуска. По длине и форме лыжи для слалома и скоростного спуска несколько отличаются.

Официальные соревнования состоят из двух попыток, а итог выводится по сумме баллов. Причём во второй из них обладатели 30 лучших результатов стартуют в обратном порядке в зависимости от показанного ими времени прохождения трассы. Такая же система применяется и в специальном слаломе.

Горнолыжная комбинация введена в программу состязаний в 1975 г. В зачёт идут выступления в специальном слаломе и скоростном спуске. На чемпионатах мира и Олимпийских играх для комбинированных стартов выделяется свой день.

Супергигант - новая дисциплина, которая появилась в программ Кубка мира в 1983 г. потому, что гонщики, выступавшие в технических видах (в специальном и гигантском слаломах), имели больше шансов на победу в итоговом Гран-при, чем спусковики. Трасса супергиганта длиной 2,5-3 км проходит по пересечённой местности и почти так же сложна, как в гигантском слаломе. Скорости же на ней близки к скоростям спуска. Лыжи для супергиганта несколько короче, чем для обычного слалома. Результат в этом виде соревнований определяется по одной попытке.

В 80-х гг. молодая советская сборная перевернула устоявшийся в своих приоритетах альпийский мир. Валерий Цыганов, Владимир Андреев, Владимир Макеев, Надежда Патракеева и вот имена покорителей горнолыжного Олимпа того времени.

В отличие от Стенмарка («чистого» слаломиста) и Кламмера (только спусковика), блистательный Марк Жирарделли из Люксембурга пять раз удостоивался звания самого универсального лыжника планеты. Кроме того, Жирарделли десять раз выигрывал Кубки мира. Но олимпийской наградой он, как ни странно, похвастаться не мог.

В конце 80-х - начале 90-х годов громче других звучало имя великого итальянца Альберто Томбы. На его счету девять медалей чемпионатов мира и Олимпийских игр, а также 50 побед на этапах Кубка мира (больше только у Стенмарка). В 1995 г. спортсмен даже сумел получить Большой хрустальный глобус, выступив лишь в технических дисциплинах.

«Король умер, да здравствует король!» Гран-при 1998 г. завоевал новичок «Белой карусели» австриец Херман Майер. К тому же он увез и два Больших хрустальных глобуса - за супергигант и скоростной спуск. Свой успех Майер повторил и в розыгрыше Кубка мира 2000 г. Его пока недолгая карьера украшена и двумя золотыми медалями Олимпийских игр в Нагано.

В горнолыжном спорте ничуть не меньше славных женских имён. Прежде всего это немка Христель Кранц и легенда 30-х гг., первая олимпийская чемпионка в двоеборье на Играх 1936 г. Она обладательница 12 золотых наград чемпионатов мира.

Сестры Гойчель, Мариэль и Кристин (Франция) стали центральными фигурами Олимпиады 1964 г., выиграв «золото» и «серебро» в слаломе и гигантском слаломе. Через четыре года в Гренобле Мариэль получила ещё один высочайший титул.

В Саппоро (1972 г.) зажглась юная звезда на горнолыжном небосклоне и швейцарка Мари Терез Надиг. Она завоевала две золотые медали, разбив надежды знаменитой Анне-Мари Прёлль, наиболее титулованной горнолыжницы всех времён (шесть Кубков мира, 62 победы на этапах Кубка, «золото» на Олимпийских играх 1980 г.).

«Золотым веком» горнолыжного спорта называют десятилетие со второй половины 70-х до второй половины 80-х гг. Однако в 90-х гг. этот вид спорта стал более жёстким и прагматичным. Атлеты уже

ясно понимали, что их благосостояние зависит от успеха в гонке: призёры состязаний получают немалые деньги. Мастера высокого класса осознают меру риска, с которым сопряжён их труд, и требуют соответствующей компенсации. На них работает многочисленный обслуживающий персонал фирм-спонсоров. Совершенствуется экипировка, меняются техники спуска, трассы, регламент соревнований. Но хотя горнолыжник начала III тысячелетия совсем не похож на своего предтечу со Скандинавских гор, объединяют их отчаянная смелость и желание мчаться всё быстрее и быстрее. А в этом и кроется суть магически прекрасного и немного загадочного горнолыжного спорта.

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (Фристайл)

Слово «лыжник» вызывает в памяти разные образы. Лыжник-гонщик, стоически преодолевающий километр за километром. Горнолыжник, мчащийся вниз по снежному склону в своей «космической» амуниции. Лыжники стреляющие. Лыжники летающие. Лыжники, несущиеся по воде... И, наконец, фристайлисты, исполняющие самые невообразимые па.

Понятие фристайл (англ. free style), иначе свободный стиль, давнее название этому виду спорта, полностью отражает его суть. Пионеры свободного стиля, которые в начале 60-х гг. XX столетия от скуки чудачествовали на склонах Альп, слышали в свой адрес отнюдь не лестные эпитеты: «крейзи» (англ. «сумасшедший») был самым мягким из них. Да и на что ещё могли рассчитывать безумцы, бросающиеся в никуда со снежных карнизов и крутых бугристых склонов?

Однако такие зимние развлечения вскоре стали популярны не только в Европе, но и в Японии, Северной Америке. А впоследствии образовалось три официальные дисциплины фристайла, несколько не похожие одна на другую: лыжная акробатика, могул и акроскинг (лыжный балет).

По всем трём с 1978 г. проводится многоэтапный Кубок мира.

ЛЫЖНАЯ АКРОБАТИКА. Акробатический стадион состоит из горы разгона, платформы, где находятся несколько разных по размеру трамплинов, и крутого склона приземления. Спортсмен должен исполнить два заранее заявленных прыжка. Оценку выставляет бригада из семи арбитров. Они учитывают коэффициент сложности продемонстрированных фигур - сальто, винтов, переворотов и т. д. Самый сложный прыжок, разрешённый на официальных соревнованиях, - тройное сальто прогнувшись с четырьмя пируэтами. Однако на коммерческом турнире «Бамбс энд Джампс» (2000 г.) олимпийский чемпион в Нагано американец Эрик Бергуст вне программы впервые успешно показал публике четверное сальто с четырьмя пируэтами.

МОГУЛ. Эта разновидность фристайла (от англ. mogul и «бугор») родственна слалому, только трасса крутизной от 25В° до 33В° с ритмично расположенными буграми короче 250-300 м. По количеству фигур различают прыжки одинарные, двойные, тройные и т. д. Участник проходит трассу и завершает её двумя фигурными прыжками. Лыжи, используемые в могуле, лишь немного отличаются от слаломных. Бригада из семи арбитров оценивает технику и эстетику спуска. Учитывается и затраченное на него время, которое по определённой схеме переводится в баллы. В квалификационных состязаниях перед финальным стартом отбираются по 12 лучших спортсменов среди мужчин и женщин. С 1990 г. программу официальных соревнований дополнил параллельный (парный) могул. По сравнению с индивидуальным могулом здесь более важна скорость.

АКРОСКИНГ. На состязаниях спортсмен выполняет произвольную программу, которая состоит из заранее заявленных элементов и переворотов через лыжную палку, вращений и т. п. Судьи оценивают её техническую сложность и артистизм участника. Соревнования проводятся на недлинном некрытом и обязательно гладком склоне.

В 1986 г. на савойском курорте Тинь прошёл первый чемпионат мира по фристайлу. Из восьми золотых медалей шесть достались атлетам из США. Фристайл тогда приобрёл невероятную популярность. Его включили в программу зимней Олимпиады 1988 г. как демонстрационный вид, а на следующих Играх он получил официальный статус.

В Калгари, на XV Белой олимпиаде, посмотреть на состязания по фристайлу собирались толпы. Ни один вид лыжной программы не имел подобной аудитории. Несмотря на оглушительный успех фристайла, чиновники от спорта сочли, что для дебюта в Альбервиле подходит лишь одна дисциплина и могул.

Список литературы:

1. Горайнов А. Горные лыжи и сноуборд. 2002г.
2. Елизавета Кожевникова. Горные лыжи с самого начала. Издательство Орбита – М, 1999г.
3. Крутень Е.И. Учебник по горным лыжам.

Тема 2. Формирование государственной политики в области спортивной подготовки.

Особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта. Федеральный стандарт спортивной подготовки.

Государственная политика в сфере спорта

Российский спорт - объединяющая национальная идея

Во все времена спорт объединял людей, выполнял важную консолидирующую функцию для государства и его граждан, способствовал повышению национального самосознания. Спортивные достижения, особенно на важнейших международных соревнованиях, отмечаются государственными наградами. К мнению знаменитых спортсменов прислушивается общественность.

Сегодня, когда основной задачей государства является рост благосостояния населения и обеспечение социальной стабильности, как никогда важно сплотить людей единой национальной идеей.

Поэтому одной из важнейших задач является необходимость в самое ближайшее время разработать новую национальную систему физкультурно-спортивного воспитания.

Речь идет о том, чтобы, помимо создания условий для занятий физической культурой и спортом, изменить многое в менталитете, во взглядах людей на свое здоровье. И здесь большую роль могла бы сыграть пропаганда и развитие социальной рекламы. К сожалению, в последние годы вся пропаганда физической культуры и спорта идет через продвижение прежде всего наших продуктов, производителей товаров, спортивной одежды и прочего. А пропаганда здорового образа жизни ведется недостаточно активно.

Конечно, потребуется серьезно пересмотреть нормативы финансирования с учетом местных социально-экономических особенностей. В законе сегодня недостаточно четко прописана возможность финансирования и механизмы развития массовой физической культуры и спорта. В то же время существуют примеры в регионах (в Краснодарском крае, Татарстане, Республике Мордовия, Пензенской области, Москве, Санкт-Петербурге, Московской области), когда местные власти сами выстроили всю систему развития массовой физической культуры и спорта вплоть до поселкового совета. Безусловно, эти примеры говорят о том, что такая система должна быть закреплена законодательно и должны быть установлены соответствующие нормативы.

Для выполнения стратегических задач, которые обозначил Президент РФ Д.А. Медведев, - создания в обществе атмосферы заинтересованности в занятиях физической культурой и спортом - Министерству спорта, туризма и молодежной политики РФ совместно с Министерством образования и науки РФ необходимо в ближайшее время завершить модернизацию физического воспитания в образовательных учреждениях.

Достойное место в этой системе должен занять и студенческий спорт. Прежде всего должен быть установлен порядок его финансирования. Студенческие спартакиады, которые сейчас возрождаются, проводятся в основном при активной позиции и поддержке губернаторов или ректоров вузов. Очевидно, необходимо изменить законодательство, чтобы клубный и студенческий спорт приобрел свой официальный статус. В преддверии Универсиады 2013 года это дает нам хорошие основания и базу для развития центра подготовки молодежных сборных на базе вузов.

Необходимо обратить внимание на экономически активное население, которое практически полностью выпало из поля зрения государства. Сегодня только 7% этого населения занимается физической культурой и спортом. Сейчас возрождаются различные корпоративные спартакиады, но это делают в основном крупные предприятия и организации. На данный момент в России не осталось ни одной крупной общественной организации, в сферу деятельности которой входила бы физкультурно-спортивная работа с данной категорией граждан.

Председатель Правительства РФ В.В. Путин отметил, что подготовка олимпийского резерва и организация здорового образа жизни, с одной стороны, и качественный отбор состава сборной команды страны, с другой стороны, - это две задачи, которые решает специализированная система подготовки. На этом направлении еще предстоит многое сделать. Сегодня существует около 5 тыс. специализированных детских школ, но эффективность их работы пока низкая. И вся эта система в целом работает сегодня очень неэффективно. Подготовкой олимпийского резерва следует заниматься профессионально.

Итоги последней Олимпиады подтвердили, что Россия остается лидером спортивного движения. Но это обязывает нас по-новому смотреть на дальнейшее развитие спорта высших достижений. Проанализировав последние Олимпийские игры, надо прямо сказать, что во многих видах спорта, да и в целом по олимпийским дисциплинам, мы свои позиции сдаем. И если мы остановимся в развитии спорта высших достижений, то, безусловно, уже на следующих Олимпийских играх будем испытывать большие проблемы.

Динамика развития спорта высших достижений в таких странах, как Великобритания, Германия, Америка, Китай, говорит о том, что мы во многом отстали, отказавшись, с одной стороны, от методик централизованной подготовки, а с другой - практически не уделяя внимание научному и медико-биологическому обеспечению подготовки спортсменов. Поэтому уже в ближайшее время на основе анализа выступлений на Олимпийских играх в Пекине необходимо разработать программу модернизации спорта высших достижений.

Российский спорт сегодня должен укреплять свои позиции в международных институтах, прежде всего в федерациях и Международном олимпийском комитете, потому что это тоже составляющая большого спорта. А спорт высших достижений сегодня является «локомотивом» развития массового спорта, примером для многих миллионов молодых людей, мерилом социально-экономического развития общества, роли и места спорта в его жизни.

Еще раз хочу подчеркнуть, что важную роль играют вопросы финансирования. Так, средняя заработная плата тренерско-преподавательского состава, надбавки и доплаты крайне низкие. Средний возраст тренеров сборных команд по олимпийским дисциплинам сегодня превышает 50 лет. Эта тенденция настораживает. Напрашивается вывод о том, что в дальнейшем ставится под вопрос сам факт наличия квалифицированного тренерско-преподавательского состава в нашей стране.

К ключевым проблемам необходимо отнести и вопросы, связанные с созданием эффективной системы организации управления спортом высших достижений. Со стороны органов исполнительной власти всех уровней к развитию физической культуры и спорта должен быть единый подход. Уже в ближайшее время Министерство спорта, туризма и молодежной политики РФ планирует изменить

взаимоотношения со всероссийскими федерациями по видам спорта, Олимпийским комитетом России, различными спортивными обществами, которые работают сегодня в нашей стране.

Причем не следует подменять понятия независимости и самостоятельности. Федерации должны получать субсидии из федерального бюджета. С ними необходимо установить прямые отношения, подписав соответствующие соглашения, и утвердить определенный порядок, когда каждые четыре года будет проводиться их аккредитация. С другой стороны, к федерациям необходимо предъявлять определенные требования, в том числе и по наличию программ развития того или иного вида спорта, возможностям кадрового обеспечения, открытости бюджетов и ответственности за конечный результат деятельности.

Уже в ближайшее время предстоит рассмотреть вопросы функционирования государственно-общественных и общественных крупных спортивных организаций, таких как «Юность России», «Россия», «Динамо», «РОСТО» и ряда других. Имущество, а также цели и задачи деятельности этих обществ в прежние годы формировались государством. Сегодня они во многом отошли от своей прямой деятельности по оздоровлению населения и подготовке резерва и занимаются главным образом инвестиционными проектами. В то же время данные организации могли бы сегодня решать те задачи, которые поставило государство.

В Министерстве спорта, туризма и молодежной политики РФ есть понимание ответственности, которая ложится на руководство спортивной сферы по решению задач, направленных на оздоровление нации, и по подготовке спортсменов высших достижений. Поэтому в ближайшее время будут приложены все необходимые усилия для того, чтобы наши олимпийцы уверенно выступали на спортивных состязаниях мирового уровня и как можно больше российских граждан регулярно занимались физической культурой и спортом.

Законодательное обеспечение и государственная политика в сфере физической культуры и спорта

Создание законодательных основ регулирования физической культуры и спорта

Важной составной частью государственной социально-экономической политики является всестороннее и эффективное развитие физической культуры и спорта.

Основная цель политики государства в области физической культуры и спорта - оздоровление нации, формирование здорового образа жизни населения, гармоничное воспитание здорового, физически крепкого поколения, а также достойное выступление российских спортсменов на крупнейших международных спортивных соревнованиях.

Успешное решение поставленных задач в области физической культуры и спорта невозможно без создания необходимой законодательной и нормативной правовой базы. В течение длительного времени на федеральном уровне отсутствовало комплексное законодательное регулирование физической культуры и спорта.

Федеральный закон от 29.04.1999 №80-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» носил декларативный характер, в нем имелись внутренние несоответствия. Со времени его введения был накоплен определенный опыт применения установленных им норм, а также иных нормативных правовых актов, регулирующих отношения в области физической культуры и спорта.

В связи с тем, что за последнее десятилетие произошли существенные изменения в бюджетном законодательстве, законодательстве о разграничении полномочий, о труде, в том числе в области физической культуры и спорта, возникла необходимость в подготовке новой редакции указанного федерального закона и иных законодательных актов.

За последние годы в развитии законодательства в области физической культуры и спорта произошли серьезные изменения.

1. 30 марта 2008 года вступил в силу новый Федеральный закон от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (далее - федеральный закон). Федеральный закон является второй редакцией и третьим по счету законом в истории становления спортивного законодательства в России и направлен на совершенствование государственного регулирования и создание современной законодательной базы в области физической культуры и спорта, соответствующей новому уровню социально-экономического развития.

Федеральный закон устанавливает правовые, организационные, экономические и социальные основы деятельности в области физической культуры и спорта, определяет основные принципы законодательства о физической культуре и спорте в Российской Федерации.

Данный федеральный закон содержит новые подходы к регулированию отношений в области физической культуры и спорта по созданию необходимых условий для развития физической культуры и спорта, физического воспитания населения, подготовки спортивного резерва и сборных команд Российской Федерации по различным видам спорта для их успешного выступления на международных соревнованиях, в том числе Олимпийских играх.

Федеральный закон подготовлен в соответствии с Конституцией РФ и законами Российской Федерации и направлен на реализацию части 2 статьи 41 Конституции РФ, которой установлено, что в Российской Федерации поощряется деятельность, способствующая развитию физической культуры и спорта, а также статьи 72 Конституции РФ, в соответствии с которой общие вопросы физической культуры и спорта находятся в совместном ведении Российской Федерации и субъектов РФ.

В федеральном законе существенно расширен и уточнен понятийный аппарат, распределены компетенции и зоны ответственности между государством и самоуправляемыми спортивными организациями, созданы экономические и организационные условия для развития как спорта высших достижений, так и массового спорта.

Так, федеральный закон включает в себя:

- систему терминов спортивного законодательства, многие из которых впервые раскрыты на уровне закона (объекты спорта, организатор спортивного мероприятия, спортивная дисквалификация, спортивная федерация, тренер, подготовка спортивного резерва и др.);
- систему принципов спортивного законодательства, обеспечивающих право каждого на свободный доступ к физической культуре и спорту, запрет дискриминации и насилия в этой области, безопасность жизни и здоровья спортсменов и зрителей;
- перечень субъектов физической культуры и спорта, включающий физкультурно-спортивные организации, в том числе физкультурно-спортивные и спортивно-технические общества, спортивные клубы, центры спортивной подготовки, спортивные федерации, оборонные спортивно-технические организации, а также общественно-государственные организации, обеспечивающие проведение соревнований по военно-прикладным и служебно-прикладным видам спорта. Кроме этого, к субъектам отнесены образовательные и научные учреждения, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта, и другие организации. Кроме того, в законе разграничены полномочия между Российской Федерацией, субъектами РФ и органами местного самоуправления в области физической культуры и спорта; значительно уточнен правовой статус Олимпийского комитета России, Паралимпийского комитета России, Сурдлимпийского комитета России, Специальной олимпиады России. Предусматривается реализация их уставных задач и программ развития физической культуры за счет собственных источников финансирования, в том числе за счет добровольных пожертвований граждан и организаций, а также за счет средств федерального бюджета, выделяемых в установленном порядке.

Предусматривается деятельность общественного объединения - спортивной федерации. Это созданная на основе членства организация, целями которой являются развитие одного или нескольких видов спорта, их пропаганда, проведение спортивных мероприятий и подготовка спортсменов - членов спортивных сборных команд. Спортивные федерации могут быть местными, региональными и общероссийскими. Устанавливаются особенности создания, государственной регистрации и реорганизации спортивных федераций, их права и обязанности, а также требования к содержанию уставов. Так, общероссийские спортивные федерации в установленном федеральным законом порядке вправе организовывать и проводить чемпионаты, первенства и кубки России в соответствующем виде спорта; осуществлять формирование, подготовку и направление спортивных сборных команд Российской Федерации для участия в международных соревнованиях; разрабатывать с учетом правил, утвержденных международными спортивными федерациями, правила соответствующих видов спорта, а также утверждать нормы, устанавливающие права и обязанности, в том числе спортивные санкции, для признающих такие нормы субъектов физической культуры и спорта и др.

Федеральным законом установлены и урегулированы права и обязанности организатора соревнования, а именно: права на телетрансляцию спортивных мероприятий и коммерческие права как важная составляющая ресурсов для развития спорта, в том числе профессионального и детско-юношеского.

В федеральном законе закрепляются такие институты государственного регулирования в сфере физической культуры и спорта, как признание видов спорта и спортивных дисциплин, Всероссийский реестр видов спорта, Единая всероссийская спортивная классификация, Единый календарный план всероссийских и международных физкультурных и спортивных мероприятий, которые вместе образуют стройную систему.

Разработаны соответствующие юридические нормы, регулирующие основополагающие правоотношения в сфере физической культуры и спорта. В частности, к таковым относятся нормы, регулирующие:

- деятельность в спорте высших достижений, в системе подготовки спортивного резерва по формированию и функционированию сборных команд Российской Федерации;
- взаимоотношения спортсмена и физкультурно-спортивной организации;
- организацию физической культуры и спорта в системе образования, физической подготовки в федеральных органах исполнительной власти, в которых предусмотрена военная служба и иные специальные виды службы, по месту работы, жительства и отдыха населения, развитие физической культуры и спорта среди инвалидов;
- деятельность, направленную на создание и укрепление материально-технической базы, совершенствование образовательного и медицинского обеспечения физической культуры и спорта.

Федеральным законом предусмотрено введение с 1 января 2009 года спортивного паспорта, который является документом единого образца, удостоверяющим принадлежность к физкультурно-спортивной или иной организации и спортивную квалификацию спортсмена. Спортивный паспорт содержит следующие сведения о спортсмене: фамилию, имя, отчество; дату рождения; принадлежность к физкультурно-спортивной организации; выбранные виды спорта и спортивные дисциплины; сведения о присвоении спортивных разрядов и званий; сведения о подтверждении выполнения норм и требований, необходимых для присвоения спортивных разрядов; отметку о прохождении спортсменом медицинских осмотров; результаты, достигнутые на спортивных соревнованиях; сведения о дисквалификации;

сведения о государственных наградах и иных формах поощрения и другие данные. Осуществление полномочий по оформлению и ведению спортивных паспортов передано Российской Федерацией органам государственной власти субъектов РФ. Средства на осуществление переданных полномочий предусматриваются в виде субвенций из федерального бюджета.

Введен раздел, посвященный подготовке спортивного резерва, впервые установлены права и обязанности спортсмена, а также меры по противодействию использованию допинговых средств и методов в спорте.

Правительству Российской Федерации и Министерству спорта, туризма и молодежной политики РФ предстоит разработать и принять перечень нормативных правовых актов, необходимых для реализации указанного федерального закона.

2. С 30 марта 2008 года в пакете с новым законом вступил в силу Федеральный закон от 28.02.2008 №13-ФЗ «О внесении изменений в Трудовой кодекс Российской Федерации», который устанавливает особенности регулирования труда спортсменов и тренеров.

Со спортсменами и тренерами могут заключаться трудовые договоры на неопределенный срок и срочные трудовые договоры.

Кроме условий, обязательных для включения в любой трудовой договор (место работы, трудовая функция, дата начала работы и т.д.), в трудовой договор со спортсменом в обязательном порядке должны включаться условия, устанавливающие:

- обязанность спортсмена соблюдать спортивный режим, установленный работодателем, и выполнять планы подготовки к спортивным соревнованиям;
- обязанность спортсмена принимать участие в спортивных соревнованиях только по указанию работодателя;
- обязанность спортсмена не использовать допинговые средства или методы;
- обязанность работодателя обеспечить проведение учебно-тренировочных мероприятий и участие спортсмена в спортивных соревнованиях под руководством тренера;
- обязанность работодателя обеспечить страхование жизни и здоровья спортсмена, а также медицинское страхование в целях получения спортсменом дополнительных медицинских услуг.

Обязательным для включения в трудовой договор с тренером является условие об обязанности тренера принимать меры по предупреждению использования спортсменами допинговых средств или методов.

3. Принята законодательная база по организации и проведению XXII зимних Олимпийских игр и XI зимних Паралимпийских игр 2014 года в городе Сочи:

- Федеральный закон от 01.12.2007 №310-ФЗ «Об организации и проведении XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в городе Сочи, развитии города Сочи как горноклиматического курорта и внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 30.10.2007 №238-ФЗ «О государственной корпорации по строительству олимпийских объектов и развитию города Сочи как горноклиматического курорта». Кроме того, Федеральным законом от 18.10.2007 №230-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с совершенствованием разграничения полномочий» внесены изменения в Федеральный закон от 06.10.1999 №184-ФЗ «Об общих принципах организации законодательных (представительных) и исполнительных органов государственной власти субъектов РФ» в части уточнения полномочий органов государственной власти субъекта РФ в области физической культуры и спорта.

Федеральным законом от 23.07.2008 №160-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с совершенствованием осуществления полномочий Правительства Российской Федерации» внесены изменения в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Указанным федеральным законом предусмотрено, что ряд нормативных правовых актов в области физической культуры и спорта будет утверждаться не Правительством РФ, а уполномоченным им федеральным органом исполнительной власти.

Федеральным законом от 27.10.2008 №180-ФЗ «О внесении изменения в статью 26 Закона Российской Федерации «Об образовании» уточняется, что дополнительные образовательные программы реализуются в том числе в спортивных школах.

Совершенствование законодательного регулирования физической культуры и спорта

С принятием нового Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» законотворческая работа не закончилась, поскольку осталось еще много нерешенных проблем. Можно выделить два основных направления, по которым должно идти совершенствование законодательной базы, регламентирующей вопросы физической культуры и спорта.

Первое - это совершенствование отдельных положений Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и иных законодательных актов с учетом правоприменительной и судебной практики. Второе - принятие отдельных законодательных актов,

затрагивающих самые различные сферы спортивной отрасли, поскольку решать специальные, но важные вопросы в рамках базового закона о спорте достаточно сложно.

По первому направлению следует отметить проект федерального закона №41243-5 «О внесении изменений в статью 24 Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (в части дополнения перечня прав спортсменов), которым предлагается определить, что спортсмены обладают правом включения их в состав спортивной сборной команды Российской Федерации при условии соответствия критериям отбора спортсменов и соблюдения порядка формирования спортивных сборных команд Российской Федерации.

Проектом федерального закона №31723-5 «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об общих принципах организации законодательных (представительных) и исполнительных органов государственной власти субъектов РФ» предусмотрено введение федеральных и региональных реестров объектов спорта. Такая информация необходима для определения потребности населения в объектах спорта, планирования их строительства, осуществления эффективного государственного контроля за использованием, техническим состоянием и обеспечением безопасности объектов спорта.

На совместном заседании президиума Государственного совета Российской Федерации и Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта 14 октября 2008 года предложение о необходимости ведения всероссийского реестра объектов спорта (спортивные залы, плоскостные спортивные сооружения, плавательные бассейны) всех видов собственности было поддержано Президентом РФ Д.А. Медведевым.

Проектом федерального закона №468537-4 «О внесении изменения в статью 21 Федерального закона «Об общих принципах организации законодательных (представительных) и исполнительных органов государственной власти субъектов Российской Федерации» предлагается установить за высшим исполнительным органом государственной власти субъекта РФ полномочие по участию в проведении единой государственной политики в области физической культуры и спорта.

Проектом федерального закона №49709-5 «О внесении изменения в статью 55 Федерального закона «О размещении заказов на поставки товаров, выполнение работ, оказание услуг для государственных и муниципальных нужд» (в части дополнения случаев размещения заказов у единственного поставщика) предлагается дополнить часть 2 статьи 55 указанного закона положением, в соответствии с которым размещение заказа у единственного поставщика осуществляется заказчиком в случае размещения заказа на приобретение спортивного инвентаря и спортивной экипировки, имеющих заданные технические характеристики и свойства, производимых единственным поставщиком и предназначенных для сборных команд Российской Федерации по олимпийским видам спорта.

Внесение данного изменения обусловлено ограничениями указанного закона, который не позволяет закупать для спортсменов спортивный инвентарь и экипировку, технические характеристики и свойства которых позволили бы добиваться результатов на уровне высших мировых достижений в технически сложных видах спорта, а также в видах спорта, в которых экипировка спортсмена оказывает существенное влияние на достигнутые результаты.

Принятие законопроекта позволит эффективно использовать средства, выделяемые на те виды спорта, высоких результатов в которых можно добиться при условии обеспечения сборных команд Российской Федерации самым современным спортивным инвентарем и экипировкой.

По второму направлению идет разработка следующих проектов федеральных законов: «О спортивной подготовке», «Об обязательном страховании жизни и здоровья спортсменов - членов сборных команд Российской Федерации».

Подготовка спортсменов является важнейшей составляющей государственной политики в сфере физической культуры и спорта. Организация процесса подготовки спортсменов требует постоянного совершенствования. Основу организации такого процесса составляет нормативная правовая база.

В настоящее время существуют пробелы в нормативном правовом регулировании деятельности учреждений, осуществляющих спортивную подготовку, что негативно отражается на ее качестве. В связи с этим возникает необходимость правовой регламентации деятельности таких учреждений.

Целью создания учреждения спортивной подготовки является необходимость правового обеспечения деятельности учреждений, занимающихся подготовкой спортсменов.

Законопроект «О спортивной подготовке» предусматривает установление правового статуса учреждений спортивной подготовки, их прав и обязанностей, принципов их функционирования и взаимоотношений со спортсменами, которые, в свою очередь, состоят с данными учреждениями в договорных отношениях. Законопроектом предполагается предусмотреть создание необходимых условий для преобразования в учреждения спортивной подготовки:

- школ высшего спортивного мастерства, центров олимпийской (спортивной) подготовки, которые в процессе подготовки спортивного резерва выполняют задачи спортивного совершенствования, поддержания уровня высшего спортивного мастерства, позволяющего спортсменам выступать на всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях;

- иных учреждений, занимающихся спортивной подготовкой, правовой статус которых на сегодняшний день не урегулирован.

Предметом правового регулирования законопроекта будут являться отношения, возникающие в связи с функционированием и деятельностью учреждений спортивной подготовки.

Целью проекта федерального закона «Об обязательном страховании жизни и здоровья спортсменов - членов спортивных сборных команд Российской Федерации» является создание необходимых условий для повышения эффективности норм страхования спортсменов - членов сборных команд Российской Федерации, обеспечение дополнительных финансовых гарантий спортсменам, а также стимулирование деятельности физкультурно-спортивных организаций по подготовке спортсменов высокого класса и их участию в международных соревнованиях. Законопроект будет направлен на защиту имущественных интересов, связанных с причинением вреда жизни, здоровью спортсменов - членов сборных команд Российской Федерации, на создание механизма страхования, обеспечивающего дополнительные финансовые гарантии защиты жизни и здоровья спортсменов. Предметом правового регулирования законопроекта будут являться правовые отношения, возникающие в системе обязательного страхования спортсменов - членов сборных команд Российской Федерации.

Обязательное страхование спортсменов - членов сборных команд Российской Федерации, предусматривающее возмещение вреда, связанного с нарушениями их здоровья, позволит существенно улучшить возможности получения пострадавшими дорогостоящих эффективных видов медицинской помощи и услуг по медицинской и профессиональной реабилитации, которые не предусмотрены действующими программами обязательного медицинского и социального страхования.

Кроме того, обязательное страхование как мера государственной поддержки развития спорта в целях достижения высших спортивных результатов создаст благоприятные условия для подготовки спортсменов высокого класса и их участия в международных соревнованиях.

В соответствии с пунктом 9 статьи 6 Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» к полномочиям Российской Федерации в области физической культуры и спорта относится разработка технических регламентов о спортивном инвентаре и оборудовании. Вместе с тем в соответствии с распоряжением Правительства Российской Федерации от 28.12.2007 №1930-р разработка технического регламента «О требованиях к безопасности спортивного оборудования и инвентаря» была исключена из Программы разработки технических регламентов. Считаю, что Правительство РФ должно вернуться к разработке указанного технического регламента.

3 апреля 2008 года в Санкт-Петербурге на заседании постоянной комиссии по культуре, информации, туризму и спорту Межпарламентской Ассамблеи государств - участников СНГ был принят в целом и внесен на утверждение очередного пленарного заседания Межпарламентской Ассамблеи государств - участников СНГ проект модельного закона «О паралимпийском спорте».

Модельный закон «О паралимпийском спорте» имеет своей целью установление общих правовых, экономических и социальных основ деятельности в области паралимпийского спорта, а также определение основных принципов законодательства о паралимпийском спорте, осуществляемых в государствах - участниках Содружества Независимых Государств. Модельный закон носит рекомендательный характер. Сферой его действия является регулирование правовых отношений, возникающих в области паралимпийского спорта между государством, муниципальными образованиями, общественными объединениями, физическими лицами и иными субъектами права.

Характеристика современного состояния физической культуры и спорта в РФ

В настоящее время в развитии физической культуры и спорта наметились следующие положительные тенденции:

- кардинальное изменение общественного мнения и отношения государства к роли физической культуры в социально-экономическом развитии страны, в понимании всего спектра значимости спорта в оздоровлении и воспитании населения, прежде всего подрастающего поколения;

- усиление внимания к развитию физической культуры и спорта в субъектах РФ, что определяется все большим инвестированием в спорт, созданием материально-технической базы для осуществления физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы, подготовки спортивного резерва и спортсменов высокого класса;

- использование программно-целевого подхода в развитии физической культуры и спорта (разработка и реализация федеральных и региональных целевых программ по физической культуре и спорту);

- совершенствование нормативно-правовой базы в области физической культуры и спорта;

- улучшение работы по развитию адаптивного спорта, социальной адаптации средствами физической культуры и спорта лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов;
 - укрепление материальной базы федеральных образовательных учреждений сферы физической культуры и спорта, федеральных центров и баз спортивной подготовки сборных команд Российской Федерации;
 - активизация участия российского бизнес-сообщества в развитии спорта высших достижений и социальной защиты спортсменов, в том числе спортсменов-инвалидов;
 - закрепление России на лидирующих позициях в международном спортивном движении.
- Безусловно, отмеченные позитивные изменения в сфере физической культуры и спорта во многом определены успешным социально-экономическим развитием страны.

Однако не в полной мере используются огромные возможности и ресурсы страны для развития физической культуры и спорта. Так, 85% граждан Российской Федерации не вовлечены в регулярные занятия физической культурой и спортом, в том числе 64% детей, подростков и молодежи. Такое положение дел сохраняется из-за имеющихся недостатков:

- все еще низка эффективность деятельности спортивных школ как по вовлечению детей в активные занятия спортом, так и по подготовке резерва для сборных спортивных команд по олимпийским видам спорта;
- не решена проблема укрепления материально-технической базы развития массовой физической культуры и спорта в муниципальных образованиях, особенно в сельских поселениях;
- не обеспечена проблема существенного увеличения заработной платы преподавателям физической культуры в общеобразовательных школах, что негативно влияет на престиж этой профессии и подготовку молодых кадров;
- в целом ряде олимпийских видов спорта российские спортсмены еще не могут конкурировать с сильнейшими спортсменами мира;
- не в полной мере используется потенциал отечественной науки, в том числе академической, в обеспечении подготовки ведущих российских спортсменов к международным спортивным соревнованиям, а также по вопросам спортивного отбора наиболее талантливой молодежи;
- недостаточно эффективно используются возможности СМИ, в том числе телевидения, для пропаганды физической культуры и спорта;
- значительная часть лиц с ослабленным здоровьем и инвалидов не имеет возможности регулярно заниматься физической культурой и спортом;
- имеются проблемы нормативно-правового обеспечения подготовки спортивного резерва;
- современная система физического воспитания как в образовательных учреждениях, так и в спортивных школах нуждается в серьезной модернизации;
- отсутствует целенаправленная работа по широкому вовлечению населения в регулярные занятия физической культурой и спортом в производственных коллективах, а также по месту жительства;
- очень медленно внедряется клубная система организации физкультурно-спортивной работы с населением. Все еще не удается удовлетворить имеющийся спрос населения на физкультурно-оздоровительные и спортивные услуги;
- недостаточное внимание уделяется развитию студенческого спорта, отсутствует необходимая нормативно-правовая база по вопросам развития спорта среди студенческой молодежи;
- сохраняется низкий норматив обеспеченности объектами физической культуры и спорта, в частности плавательными бассейнами для потребностей населения в субъектах РФ;
- не приняты эффективные меры по осуществлению системной работы по переподготовке и повышению квалификации работников физической культуры и спорта, отсутствует система оценки профессионального уровня подготовки специалиста в области физической культуры и спорта;
- не на должном уровне осуществляется мониторинг физической подготовленности и развития, физического здоровья различных категорий и групп населения, в первую очередь детей и учащейся молодежи.

Вместе с тем сегодня имеются все возможности для существенного повышения уровня развития физической культуры и спорта и использования их потенциала для развития общества при условии, что эти вопросы станут приоритетными не только для государства при решении задач по социально-экономическому развитию страны, но и для каждого гражданина России, в иерархии ценностных ориентаций которого они будут занимать ведущие позиции.

За последние годы удалось приостановить кризисные явления и по основным показателям развития физической культуры и спорта достигнуть позитивных изменений, создать фундамент для дальнейших, более активных и целенаправленных действий по развитию физической культуры и спорта

в стране. В первую очередь по созданию нормативно-правовой, материально-технической, научной и образовательной базы спортивного движения.

Основные направления государственной политики в сфере физической культуры и спорта в РФ

Распоряжением Правительства РФ от 17.11.2008 №1662-р утверждена Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года (раздел «*Развитие физической культуры и спорта*»), которая содержит основные направления государственной политики в сфере физической культуры и спорта.

Стратегическая цель государственной политики в сфере физической культуры и спорта - создание условий, ориентирующих граждан на здоровый образ жизни, в том числе на занятия физической культурой и спортом, развитие спортивной инфраструктуры, а также повышение конкурентоспособности российского спорта.

Реализация этой цели будет осуществляться по следующим направлениям. Первое направление - развитие системы массовой физической культуры и спорта, физического воспитания, в том числе:

- развитие инфраструктуры для занятий массовым спортом в образовательных учреждениях и по месту жительства, расширение количества спортивных сооружений;
- развитие системы дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта, создание детских спортивных школ, а также секций и спортивных клубов для детей и взрослых;
- осуществление комплекса мер по материально-техническому оснащению и кадровому обеспечению сферы физической культуры и спорта, создание информационного банка и реестра спортивных объектов, в том числе физкультурно-спортивных сооружений;
- разработка и введение новой системы оплаты труда в сфере физической культуры и спорта;
- нормативно-правовое обеспечение предоставления услуг в сфере физической культуры и спорта за счет бюджетных средств негосударственными организациями;
- реализация информационной политики в целях повышения интереса граждан к занятиям физической культурой и спортом;
- развитие системы проведения массовых физкультурных и спортивных соревнований. Второе направление - повышение конкурентоспособности российского спорта на международной спортивной арене, в том числе:
 - модернизация системы подготовки спортивного резерва, научно-педагогических кадров в сфере спорта высших достижений, формирование системы непрерывной подготовки тренерско-преподавательского состава;
 - развитие инфраструктуры спортивных центров по различным видам спорта, в том числе баз олимпийской подготовки;
 - обеспечение разработки и внедрения новых эффективных физкультурно-спортивных технологий, модернизация системы научно-методического и медико-биологического обеспечения сборных команд страны;
 - обновление структуры сети образовательных учреждений в соответствии с задачами инновационного развития;
 - совершенствование системы отбора талантливых спортсменов и стимулирования тренерско-преподавательского состава;
 - формирование механизмов обеспечения социальных гарантий выдающимся российским спортсменам.

Важными этапами в развитии физической культуры и спорта в стране станут проведение в г. Сочи XXII зимних Олимпийских игр и XI зимних Паралимпийских игр 2014 года, а также проведение в г. Казани Универсиады 2013 года.

Установлены следующие целевые ориентиры развития физической культуры и спорта:

- подготовка нормативно-правовой базы в части обеспечения государственных стандартов, регламентов, финансовых нормативов;

- увеличение за 2007-2015 годы доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, в том числе учащихся, с 14,8 до 30%;

- увеличение уровня обеспеченности населения спортивными сооружениями исходя из их пропускной способности: в 2012 году - на 26%, в 2020 году - на 48%;

- увеличение доли граждан, занимающихся в специализированных спортивных учреждениях, в общем количестве занимающихся физической культурой и спортом: в 2012 году - на 19,8%, в 2020 году - на 50%;

- увеличение к 2015 году количества физкультурно-спортивных организаций и физкультурно-спортивных сооружений для занятий физической культурой и спортом, прошедших добровольную сертификацию, на 30 объектов (на 100 тыс. жителей).

Реализация этих стратегических задач положительно скажется на улучшении здоровья россиян, демографической ситуации, повышении производительности труда и воспитании подрастающего поколения, подготовке молодежи к защите Отечества, а также на улучшении в целом качества жизни и благосостоянии населения России.

По итогам совместного заседания президиума Государственного совета Российской Федерации и Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта 14 октября 2008 года Президентом РФ поручено Правительству РФ разработать и утвердить стратегию развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, предусмотрев в первую очередь:

- создание новой национальной системы физкультурно-спортивного воспитания подрастающего поколения;

- выработку комплекса эффективных мер по пропаганде здорового образа жизни, физической культуры и спорта;

- модернизацию системы физического воспитания в дошкольных, школьных и профессиональных образовательных учреждениях;

- разработку и внедрение инновационных технологий подготовки спортсменов, обеспечивающих их успешное выступление на спортивных соревнованиях;

- усиление мер социальной защиты спортсменов и тренеров;

- совершенствование медицинского обеспечения физкультурно-спортивной деятельности;

- определение системы мер по организации работы с болельщиками и их объединениями. Как отметил Президент Российской Федерации Д.А. Медведев на указанном заседании, «необходимо иметь четкую и выверенную стратегию развития физкультуры и спорта до 2020 года. Ее основная цель - создать условия для того, чтобы спортом у нас занималась практически хотя бы половина наших граждан и не менее 80% детей. Работа над такой стратегией должна быть открытой, это не ведомственный, а публичный документ, к его подготовке необходимо привлечь все регионы, спортивную общественность и бизнес-структуру».

Необходимость такой стратегии обусловлена тем, что развитие физической культуры и спорта в современном обществе является не только важным социальным, но и политическим фактором. Вовлеченность широких масс населения в физическую культуру, а также успехи на международных соревнованиях являются бесспорным доказательством жизнеспособности нации и гордостью государства.

Предложения к разработке законодательного обеспечения стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2020 года

В настоящее время существует широкий круг федеральных законов и устаревших нормативных правовых актов, регулирующих различные отношения в сфере физической культуры и спорта и носящих разрозненный характер, что не позволяет выделить спортивное законодательство в самостоятельную отрасль права. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в новой редакции определяет лишь общие принципы и не может рассматриваться в качестве кодифицированного акта. В этой связи необходимо провести совершенствование и кодификацию законодательства в области физической культуры и спорта, результатом которой станет разработка и принятие Спортивного кодекса Российской Федерации. Это позволит структурировать и систематизировать спортивное

законодательство в единый кодифицированный акт. Спортивный кодекс обеспечит реализацию стратегии развития физической культуры и спорта на период до 2020 года и создаст новые возможности для развития профессионального, детско-юношеского и массового спорта в стране.

Динамичное развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации

В настоящее время развитие физической культуры и спорта в стране осуществляется в интересах улучшения качества жизни населения, его благосостояния, формирования здорового образа жизни, духовности, гражданственности и социальной активности, особенно подрастающего поколения.

Развитие массового спорта в стране - это задача долгосрочная и многоплановая, поэтому в ее решении должно участвовать все наше общество. Нельзя забывать, что речь идет о духовном, физическом здоровье российской нации, в первую очередь, конечно, молодых людей.

Вовлечение в регулярные занятия спортом россиян уже сегодня положительно сказывается на борьбе с такими негативными социальными явлениями, как пьянство, наркомания, курение, детская преступность. Данные факты в совокупности с другими направлениями государственной политики в социальной сфере способствуют решению демографической проблемы.

За последние несколько лет удалось не только остановить негативные тенденции в развитии массового спорта и физического воспитания подрастающего поколения, но и добиться существенного улучшения количественных и качественных показателей развития физической культуры и спорта в стране.

Выступая на вручении известной премии Мировой академии спорта «Лауреус» 18 февраля 2008 года, Президент России В.В. Путин отметил: «В России растет популярность и профессионального, и массового спорта, особенно среди молодежи. И все больше людей делают выбор в пользу здорового образа жизни, стремятся обрести гармонию между духом и телом... Спорт в России вновь на подъеме».

На сегодняшний день удалось кардинально изменить общественное мнение и отношение государства к роли физической культуры в социально-экономическом развитии страны, в понимании всего спектра значимости спорта в оздоровлении и воспитании населения, прежде всего подрастающего поколения. Для государства вопросы развития физической культуры и спорта являются приоритетными, они постоянно находятся в поле зрения Президента РФ, Правительства Российской Федерации и Федерального Собрания Российской Федерации.

В этой связи хотелось бы подчеркнуть, что пристальное внимание и ощутимая поддержка спорта со стороны различных ветвей государственной власти одновременно предполагают ответственность специалистов физической культуры и спорта за то, что делается на практике и с каким эффектом реализуется государственная политика в сфере физической культуры и спорта.

В последние годы существенно увеличилось финансирование физической культуры и спорта, причем из различных источников.

Если в 2004 году из федерального бюджета на физическую культуру и спорт было израсходовано 5,7 млн. рублей, в 2005 году - 7,9 млн. рублей, в 2006 году - 10,2 млн. рублей, то в 2007 году - 22,1 млн. рублей. В 2008 году было выделено 25,2 млн. рублей. По сравнению с 2002 годом затраты из федерального бюджета к 2008 году на капитальные вложения в сферу физической культуры и спорта увеличились более чем в 30 раз.

За период с 2002 по 2008 год благодаря системному подходу к решению вопросов развития физической культуры и спорта в стране удалось добиться следующих результатов:

- значительно улучшить внимание к развитию физической культуры и спорта в субъектах Российской Федерации, что определяется все большим инвестированием в спорт, созданием материально-технической базы для физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы, подготовки спортсменов высокого класса и спортивного резерва. Помимо очевидных спортивных успехов можно отметить и политические результаты: победа Сочи и Казани в борьбе за право проведения крупнейших мировых соревнований - зимних Олимпийских игр и Всемирной летней универсиады - была бы невозможной без демонстрации международному сообществу потенциала российских регионов;

- разработать стратегию и приступить к реализации Федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы», иных федеральных целевых и государственных программ, в которых федеральный орган исполнительной власти в области физической культуры и спорта выступает в качестве государственного заказчика, а также программ развития физической культуры и спорта в субъектах Российской Федерации и муниципальных образованиях. Росспорт первым из современных отечественных ведомств разработал и внедрил целевую программу, заглянув в практических планах за 2015 год;

- преодолеть кризис в развитии спорта высших достижений. Улучшились абсолютные спортивные показатели, наша страна снова начала занимать передовые позиции в мировом спортивном движении;

- создать уникальную и достаточно эффективную систему организации и управления спортивным движением в стране. Во многом это определено созданием Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта, спорта высших достижений, подготовке и проведению XXII зимних Олимпийских игр и XI зимних Паралимпийских игр 2014 года в г. Сочи и

принятием Федерального закона от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- усовершенствовать нормативную правовую базу развития физической культуры и спорта в новых социально-экономических условиях. В первую очередь речь идет о Федеральном законе от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Федеральном законе от 01.12.2007 №310-ФЗ «Об организации и проведении XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в городе Сочи, развитии города Сочи как горноклиматического курорта и внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации», Федеральном законе от 30.10.2007 №238-ФЗ «О государственной корпорации по строительству олимпийских объектов и развитию города Сочи как горноклиматического курорта» и Федеральном законе от 28.02.2008 №13-ФЗ «О внесении изменений в Трудовой кодекс Российской Федерации».

Кроме того, в стране в 2002-2008 годах было принято около 300 нормативных правовых актов - кодексов, федеральных законов, указов и распоряжений Президента Российской Федерации, постановлений и распоряжений Правительства Российской Федерации, а также поручений Президента Российской Федерации и Председателя Правительства Российской Федерации, направленных на регулирование и дальнейшее развитие физической культуры и спорта в стране;

- активизировать работу по развитию массового спорта и работу по развитию адаптивного спорта и социальной адаптации инвалидов. Можно говорить о том, что проводимые в России в 2008 году массовые соревнования, такие как «Лыжня России» (более 800 тыс. человек участников), «Кросс наций» (более 1 млн. участников), «Российский азимут» (около 300 тыс. участников), - абсолютно уникальны как по организации этих соревнований, так и по количеству их участников. Сегодня в России на новом качественном уровне возрождено спартакиадное движение. В рамках спартакиад регулярно проводятся многоэтапные спартакиады среди учащихся и молодежи (летние и зимние), инвалидов (летние и зимние), среди сельских жителей (зимние и летние);

- улучшить научно-методическое обеспечение развития физической культуры и спорта, подготовку сборных команд к международным стартам. Существенно улучшилась материальная база отраслевых образовательных учебных заведений. Приобретение современной научной аппаратуры положительно сказывается не только на эффективности научных разработок, но и на их внедрении. Примером этого может быть работа антидопинговой службы, которая сегодня в России одна из лучших в мире, в том числе и по кадровому обеспечению;

- активизировать участие российского бизнеса в развитии физической культуры и спорта. Важно отметить, что за последнее время эта поддержка направлена не только на спорт высших достижений и социальную защиту спортсменов, но и на развитие массового спорта, особенно среди подрастающего поколения и социально незащищенных групп населения. За последние годы только Фонд поддержки олимпийцев России выплатил более 3000 грантов действующим спортсменам и их тренерам, а также ветеранам спорта на сумму более 2 млрд. рублей;

- повысить эффективность и влияние средств массовой информации, особенно телевидения, на вовлечение населения в занятия спортом и пропаганду ценностей физической культуры и спорта. Если до 2002 года в России не существовало круглосуточного спортивного вещания, то в 2003 году был создан телеканал «Спорт». Сегодня телеканал «Спорт» доступен для более чем 63 млн. зрителей в 77 субъектах Российской Федерации, что составляет около 44% от общей численности населения страны. Вещание организовано во всех городах России с населением более 1 млн. человек, в 70% городов с населением от 0,5 до 1 млн. человек и в 36% городов с населением от 100 до 500 тыс. человек. По сравнению с 2003 годом аудитория спортивного канала в настоящее время увеличилась почти в пять раз;

- повысить значимость и роль России в международном спортивном движении. Ярким примером этого является избрание г. Сочи в качестве столицы XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года, а Казани - столицей проведения Всемирной летней универсиады 2013 года. Значительно укрепились позиции России в международных спортивных структурах и организациях - в частности, во Всемирном антидопинговом агентстве (ВАДА), ряде международных федераций. Впервые представитель Российской Федерации возглавил президиум Конференции сторон - участниц Международной конвенции ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте.

Кроме того, за последние четыре года более чем в 2,5 раза увеличилось число проводимых в России чемпионатов мира и Европы.

По данным статистических наблюдений, в Российской Федерации в 2007 году занималось физической культурой и спортом в организованных формах более 21 млн. россиян, что составляет около 15% от общей численности населения Российской Федерации. Среди женщин этот показатель превышает 9%. Начиная с 2003 года число граждан России, регулярно занимающихся физической культурой и спортом в организованных формах, ежегодно увеличивалось почти на 1 млн. человек.

Каждый пятый учащийся занимается физической культурой и спортом в спортивных секциях и группах, а доля детей, обучающихся в специализированных спортивных учреждениях, составила 19,1% от общей численности детей в возрасте 6-15 лет.

Количество городских жителей, занимающихся физической культурой и спортом, достигает 15,9 млн. человек, сельских - 5,2 млн. человек, или 20,3% и 13,5% от численности населения Российской Федерации данной категории соответственно.

В настоящее время количество специалистов, осуществляющих физкультурно-оздоровительную и спортивную работу с различными категориями и группами населения, составляет около 300 тыс. человек. В Российской Федерации действует 232,9 тыс. спортивных сооружений. Это на 24 тыс. больше,

чем в 2002 году. В распоряжении россиян 120,0 тыс. плоскостных спортсооружений, 67,0 тыс. спортивных залов и 3,5 тыс. бассейнов.

От массового спорта - к олимпийским вершинам

Важнейшим событием последних лет не только российского, но и международного масштаба, конечно, является победа г. Сочи в борьбе за право проведения XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года.

На февральском (2008 год) заседании Совета по развитию физической культуры и спорта, спорта высших достижений, подготовке и проведению XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр в городе Сочи были определены задачи в связи с проведением XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр.

В частности, отмечалось, что, создавая в сочинском регионе новые спортивные и рекреационные ресурсы, необходимо исходить из долгосрочных интересов России и ее граждан, создавать новые, более качественные условия для занятия физкультурой и спортом всей нации.

Подготовка к Олимпийским играм должна включать и программу подготовки спортсменов. Значимость победного выступления сборной команды России на зимних Олимпийских и Паралимпийских играх в Сочи очевидна. Для завоевания первого места в неофициальном общекомандном зачете нашим олимпийцам необходимо выиграть как минимум 14 золотых медалей, а паралимпийцам - успешно выступить во всех видах программы.

В 2010 году в г. Ванкувере (Канада) пройдут очередные зимние Олимпийские игры. Их следует рассматривать как важнейший этап, подтверждающий правильность выбранной стратегии. По авторитетному мнению специалистов Росспорта, российская олимпийская сборная вправе ставить перед собой задачу завоевать не менее 10 золотых медалей, что может соответствовать второму-третьему общекомандному месту. Этот план-прогноз был составлен на основе комплексных целевых программ по зимним видам спорта и концепции подготовки сборных команд России, утвержденной совместно с Олимпийским комитетом России.

Росспорт как федеральный орган исполнительной власти в области физической культуры и спорта в соответствии с поручением Президента и Правительства Российской Федерации совместно с Олимпийским комитетом и Паралимпийским комитетом России, общероссийскими спортивными федерациями, органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации, отвечающими за развитие спорта в регионах, разработал концепцию комплекса мер по развитию спорта высших достижений и обеспечению системы подготовки сборных команд к Олимпийским зимним играм 2014 года - программу «Результат».

Основные разделы программы: создать организационные, правовые, экономические, информационные и другие условия для полного удовлетворения потребностей сборных команд России; создать современную материально-техническую базу для подготовки спортивных сборных команд России на основе сети федеральных, региональных центров подготовки сборных страны; усовершенствовать многоуровневую систему соревнований, включая спартакиады учащихся и молодежи, для поиска, отбора и дальнейшей подготовки спортивного резерва; разработать и внедрить эффективную систему научного, методического, медицинского, антидопингового и медико-биологического обеспечения членов сборных команд страны; модернизировать систему повышения квалификации тренеров и специалистов; разработать комплекс мер по социальной защите людей, занятых в сфере спорта высших достижений; разработать систему мероприятий по популяризации физической культуры и спорта на примере лучших спортсменов страны; также создать единую государственную информационно-аналитическую систему. Все вышеперечисленные меры относятся в полной мере и к спортсменам-паралимпийцам.

Итоги выступления в 2008 году спортивных сборных команд по олимпийским зимним видам спорта показали, что по числу завоеванных медалей на чемпионатах мира наши спортсмены заняли второе место. Особенно успешно выступили российские спортсмены на чемпионате мира по биатлону, завоевав 3 золотые медали. Это в определенной степени говорит о том, что мы сделали соответствующие выводы и двигаемся в правильном направлении. 2009 год в этом плане будет решающим. И от того, как успешно российские спортсмены будут готовиться и выступать на крупнейших международных соревнованиях в 2009 году, зависит и выступление олимпийцев в Ванкувере в 2010 году.

2008 год - год пекинской Олимпиады. Несмотря на жесткую конкуренцию среди лидеров, спортсмены нашей страны достойно представляли Россию на этом крупнейшем спортивном форуме. Они завоевали 72 медали, в том числе 23 золотых, 21 серебряную и 28 бронзовых медалей, и заняли третье место в неофициальном командном зачете.

Президент Российской Федерации Д.А. Медведев, давая оценку выступлению российских спортсменов на Играх в Пекине, отметил, что победы в этих соревнованиях - это важнейший показатель спортивного развития в любой стране, и нашей тоже. Они дают достаточно четкую корректировку уровня развития отдельных видов спорта. На Олимпийских играх Россия сохранила свои лидерские позиции. И в целом это главный и позитивный результат. Выступила наша команда достойно.

Решающий вклад в достойное выступление сборной страны внесли борцы и легкоатлеты, завоевавшие по 6 золотых медалей. Необходимо отметить успех сборных команд по синхронному плаванию и художественной гимнастике, которые показывают стопроцентный результат по золотым медалям, начиная с Игр XXVII Олимпиады 2000 года. Блестяще выступили в Пекине в одиночном

женском разряде российские теннисистки, в их активе все 3 разыгрываемые медали, в том числе золотая медаль у Елены Дементьевой. Завоевав 2 золотые медали, Анастасия Давыдова и Анастасия Ермакова стали первыми в истории синхронного плавания четырехкратными олимпийскими чемпионками. В третий раз поднялся на высшую ступень пьедестала почета Бувайса Сайтиев (вольная борьба), вновь одержали победы Андрей Моисеев (современное пятиборье), Мавлет Батиров (вольная борьба), Елена Исинбаева (легкая атлетика), установившая одновременно рекорд мира в прыжках с шестом. Первой в истории Олимпиад победительницей марафонского заплыва на 10 км стала Лариса Ильченко, а золотую медаль с новым мировым рекордом на дистанции 3000 м с препятствиями завоевала Гульнара Галкина-Самитова.

Достоинство представляли российские спортсмены страну на XIII летних Паралимпийских играх, завоевав 53 медали, в том числе 18 золотых, 23 серебряные и 22 бронзовые медали. Это лучшее выступление российских паралимпийцев за всю историю Паралимпийских игр. Кроме того, наши спортсмены установили 18 мировых рекордов. Три золотые медали в плавании завоевала Оксана Савченко. После двух пекинских побед в плавании стал трехкратным паралимпийским чемпионом Дмитрий Кокарев.

В 2008 году наши спортсмены успешно выступали и на других крупнейших международных соревнованиях. Победный тон традиционно задавали женщины. Александра Костенюк стала чемпионкой мира по шахматам. Женская сборная страны по теннису завоевала Кубок Федерации. Женская сборная команда стала чемпионом Европы по водному поло.

Впервые за 15 лет сборная России по хоккею с шайбой стала чемпионом мира. «Золотой» на чемпионате мира стала и национальная команда по хоккею с мячом.

Добились долгожданного результата наши футболисты. Сборная России успешно выступила на чемпионате Европы, завоевав 3-е место, а футбольный клуб «Зенит» завоевал Кубок и Суперкубок УЕФА.

Поддерживая тенденцию постепенного возрождения отечественного футбола, Правительство Российской Федерации в 2008 году приняло подпрограмму «Развитие футбола в Российской Федерации» ФЦП «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы».

В 2008 году создана Континентальная хоккейная лига (КХЛ). Это событие стало важнейшей вехой на пути возрождения и дальнейшего развития отечественного хоккея с шайбой, имеющего великие победные традиции. В это же время был образован федеральный орган исполнительной власти в области физической культуры и спорта - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации.

Спорт должен жить по современным законам

31 марта 2008 года вступил в силу Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (далее - Закон о спорте). Для его реализации требуется принятие более 30 подзаконных нормативных правовых актов. Полномочия по принятию большинства таких актов в соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2008 года №408 возложены на Министерство спорта, туризма и молодежной политики РФ.

Ряд документов нормативного характера, принятие которых еще до вступления Закона о спорте в силу возлагалось Правительством Российской Федерации на Федеральное агентство по физической культуре и спорту, был принят Росспортом в предшествующие годы. Однако Законом о спорте вводится довольно большое количество новшеств, которые тоже требуют нормативного регулирования на ведомственном уровне. Среди них можно отметить введение понятия «спортивный паспорт». Полномочия по выдаче и ведению таких паспортов возлагаются на органы государственной власти субъектов Российской Федерации, в связи с чем Федеральным законом о бюджете в федеральном бюджете на 2009 год предусмотрены средства на субсидии субъектам Российской Федерации. Однако без принятия соответствующих ведомственных нормативных правовых актов реализация субъектами Российской Федерации переданных полномочий невозможна.

В настоящее время Министерством спорта, туризма и молодежной политики РФ не принят ни один нормативно-правовой акт, направленный на реализацию Закона о спорте.

Одним из самых значимых аспектов Закона о спорте является определение нового вида общественных объединений - спортивных федераций. В Законе о спорте трактуется понятие спортивной федерации, устанавливаются особенности создания, деятельности, реорганизации и ликвидации спортивных федераций, а также закрепляются права и обязанности общероссийских спортивных федераций. Однако не все вопросы, связанные с функционированием спортивных федераций, нашли свое отражение в Законе о спорте. Кроме того, Законом о спорте весьма скупо урегулированы вопросы деятельности местных и региональных спортивных федераций. В связи с этим нормы Закона о спорте, касающиеся спортивных федераций, нуждаются в уточнении и дополнении.

В Законе о спорте отдельная статья посвящена вопросам противодействия применению допинговых средств и методов. Вместе с тем создание национальной антидопинговой организации и ряд событий последнего времени, связанных с конфликтами интересов российских и международных спортивных организаций, свидетельствуют о необходимости более детального урегулирования на законодательном уровне статуса национальной антидопинговой организации, а также процедуры привлечения к ответственности за применение спортсменом допинговых средств и методов.

Очень важным является вопрос правовой регламентации деятельности по подготовке спортсменов. В настоящее время указанная деятельность в основном осуществляется в детско-

юношеских спортивных школах, которые по своему статусу являются образовательными учреждениями дополнительного образования детей. Более чем 15-летняя практика функционирования спортивных школ в указанном статусе показала, что деятельность по подготовке спортсменов, хотя и содержит в себе элементы образовательного процесса, по своей сути образовательной деятельностью не является. Таким образом, необходимо законодательно урегулировать деятельность организаций, осуществляющих подготовку спортсменов путем принятия отдельного федерального закона «О спортивной подготовке». В феврале 2008 года Правительственная комиссия по законопроектной деятельности одобрила концепцию и техническое задание на разработку указанного законопроекта. В соответствии с этими документами законопроект должен был быть представлен Правительством Российской Федерации в Государственную Думу в ноябре 2008 года, чего сделано не было.

Еще одним из направлений работы по нормативному обеспечению сферы физической культуры и спорта является разработка проекта федерального закона, регулирующего вопросы страхования спортсменов. В настоящее время подготовка проекта федерального закона «Об обязательном страховании жизни и здоровья спортсменов - членов спортивных сборных команд Российской Федерации» находится в завершающей стадии.

12 ноября 2008 года в структуре Совета Федерации Федерального Собрания Российской Федерации была образована Комиссия по физической культуре, спорту и развитию олимпийского движения (далее Комиссия СФ по спорту). Существовавшая ранее Комиссия по делам молодежи и спорту была переименована в Комиссию по делам молодежи и туризму. Передача вопросов физической культуры, спорта и развития олимпийского движения в ведение отдельной комиссии вызвана необходимостью проведения тщательного анализа состояния законодательства в этой сфере, а также выработки предложений по его совершенствованию.

Данный подход был также реализован в Государственной Думе Федерального Собрания Российской Федерации V созыва, где были образованы два комитета - по физической культуре и спорту и по делам молодежи. Перед Комиссией СФ по спорту поставлено немало важных задач - в частности, по законодательному обеспечению подготовки и проведения XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр в г. Сочи. Кроме того, Комиссия СФ по спорту будет обеспечивать законодательную основу проведения в 2013 году в г. Казани Всемирной универсиады. В связи с образованием Комиссии Совета Федерации по физической культуре, спорту и развитию олимпийского движения деятельность временной комиссии Совета Федерации по вопросам подготовки и проведения XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр в городе Сочи была прекращена.

Задачи и перспективы спортивной отрасли

Важнейшим событием 2008 года явилось проведение в августе заседания президиума Государственного совета Российской Федерации совместно с Советом при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта, спорта высших достижений, подготовке и проведению XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских игр 2014 года в г. Сочи, на котором был рассмотрен вопрос «О мерах по дальнейшему развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации». По итогам данного заседания Президентом Российской Федерации были даны поручения по разработке стратегии развития физической культуры и спорта до 2020 года.

Выступая на совместном заседании президиума Госсовета России и Совета при Президенте Российской Федерации по физической культуре и спорту, Президент Российской Федерации Д.А. Медведев отметил определенные положительные изменения в развитии физической культуры и спорта, указал на основные проблемные вопросы, решение которых позволит существенно улучшить развитие физической культуры и спорта в стране.

Задачи, поставленные Президентом РФ, предполагают принятие ряда основных мер, которые необходимы для стимулирования развития физической культуры и спорта. К ним следует отнести:

- существенное повышение числа граждан России, регулярно занимающихся физической культурой и спортом;
- обеспечение доступности и равных прав на занятия физической культурой и спортом всем гражданам страны;
- обеспечение эффективного использования всех имеющихся ресурсов для создания материально-технической базы, позволяющей гражданам России реализовывать свои потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- коренную модернизацию системы физического воспитания в образовательных учреждениях, и в том числе развитие студенческого спорта;
- целенаправленную работу по повышению эффективности допризывной подготовки молодежи и их физической кондиции;
- подготовку новых спортивно-педагогических кадров на основе современных образовательных технологий и систем и решение вопросов по стимулированию их труда;
- создание эффективной системы организации и проведения спортивных соревнований, в первую очередь среди школьных команд по различным видам спорта;
- ревизию подготовки спортивного резерва, предусмотрев систему стимулов для тренеров, которые готовят спортивный резерв для спортивных сборных команд страны по различным видам спорта;
- организацию эффективной системы управления спортом высших достижений;

- создание современной базы подготовки спортивных сборных команд по олимпийским видам спорта;
- обеспечение соответствующими научными передовыми спортивными и медицинскими методиками и технологиями учебно-тренировочного процесса на всех этапах подготовки спортивных сборных команд страны по различным видам спорта;
- создание инфраструктуры паралимпийского спорта.

Для реализации данных направлений и разработки четкой стратегии развития физической культуры и спорта до 2020 года Президент Российской Федерации Д. А. Медведев дал поручения Правительству Российской Федерации. Он определил основной целью этой стратегии создание условий для того, чтобы спортом в стране занималось не менее половины граждан страны, в том числе 80% детей.

Туристско-рекреационные особые экономические зоны

Туристско-рекреационные особые экономические зоны представляют собой часть территории Российской Федерации, на которой действует особый режим предпринимательской деятельности. Всего в России сейчас 7 таких особых экономических зон, расположенных на территориях республик Алтай и Бурятия, Алтайского, Краснодарского и Ставропольского краев, Иркутской и Калининградской областей. Территории для создания туристско-рекреационных особых экономических зон были определены Правительством Российской Федерации в феврале 2007 года по результатам конкурса, проведенного Министерством экономического развития РФ, в котором участвовало 28 субъектов РФ. Выбор территорий для создания турзон был обусловлен их значительным рекреационным потенциалом, что подтверждается возрастающим интересом российских и иностранных туристов к этим регионам.

Туристско-рекреационные особые экономические зоны создаются с целью развития туризма и санаторно-курортной сферы и должны стать эффективным инструментом в развитии туристской индустрии.

Функционирование туристско-рекреационных зон

В основе функционирования туристско-рекреационных зон лежит механизм государственно-частного партнерства. За счет средств бюджета Российской Федерации, субъектов РФ и муниципальных образований в туристско-рекреационных зонах строятся все объекты инфраструктуры для обеспечения необходимыми мощностями. Частные же инвесторы - резиденты - за свои средства строят туристические объекты. В ОЭЗ туристско-рекреационного типа также привлекательны налоговые преференции, административный режим, льготные условия по аренде и выкупу резидентами земельных участков, входящих в территорию туристско-рекреационной зоны.

Льготный административный режим заключается в оказании всех государственных услуг по системе «одно окно» в административно-деловом комплексе Федерального агентства по управлению особыми экономическими зонами (РосОЭЗ), расположенном на территории зоны. В этом здании будет размещено территориальное управление РосОЭЗ, филиал или дочернее общество ОАО «Особые экономические зоны», специально созданного для проектирования и строительства инфраструктуры особых экономических зон.

Среди основных налоговых льгот резидентов следует отметить освобождение от земельного налога и налога на имущество в течение первых 5 лет ведения туристско-рекреационной деятельности, а также установление пониженной ставки налога на прибыль в размере 16%. Государством предоставлены гарантии от неблагоприятного изменения налогового законодательства.

Арендная плата за землю в туристско-рекреационных особых экономических зонах составляет 0,02% от кадастровой стоимости земельного участка в год. На наш взгляд, это одно из основных конкурентных преимуществ туристско-рекреационных особых экономических зон.

Помимо создания необходимой для функционирования туристско-рекреационных зон нормативно-правовой базы, обеспечивающей предоставление резидентам льгот и преференций, обеспечены и другие условия их развития.

В течение 2008 года была осуществлена значительная работа по формированию условий для начала проектирования и строительства объектов инфраструктуры и объектов туристской индустрии в туристско-рекреационных особых экономических зонах. В частности, завершены работы по созданию системы управления ТРЗ, в том числе созданы и функционируют на регулярной основе наблюдательные советы ТРЗ.

В 2008 году завершена работа по определению границ всех семи туристско-рекреационных зон и заключены соответствующие дополнительные соглашения к соглашениям о создании ТРЗ. Осуществлены инвентаризационные мероприятия на территориях ОЭЗ Алтайского и Краснодарского краев, республик Алтай и Бурятия, Иркутской области с целью уточнения объектов недвижимости, в том числе земельных участков, подлежащих передаче в управление и распоряжение РосОЭЗ.

В соответствии с соглашениями о создании ТРЗ разработаны планы обустройства и соответствующего материально-технического оснащения, а также перечни объектов инженерной, транспортной и социальной инфраструктуры ТРЗ.

В I квартале 2008 года завершена работа по разработке концепций создания и развития ТРЗ. В указанных концепциях установлены перспективные направления развития туризма, целевое позиционирование (предназначение) каждой зоны, определены необходимый объем инвестиций,

туристские объекты, которые необходимо построить, проведено планирование территории, выбран архитектурный стиль.

На основании разработанной концепции в течение 2008 года были разработаны проекты планировки территорий ТРЗ в Алтайском крае, в республиках Алтай и Бурятия, в Краснодарском и Ставропольском краях, разрабатываются проекты планировок территорий ТРЗ в Иркутской и Калининградской областях.

В настоящее время ведется разработка проектной документации на строительство административно-деловых комплексов ТРЗ, в которых будут размещены офисы резидентов ТРЗ, а также служба «одного окна». Указанные работы будут завершены в течение 2009 года.

После подготовки проектной документации по объектам инфраструктуры ТРЗ в период 2009-2011 годов будут осуществлены основные работы по строительству инженерной, транспортной и иной инфраструктуры ТРЗ.

Проектирование и строительство объектов туристской индустрии планируется начать в 2009 году.

Для того чтобы воспользоваться льготами и преференциями, индивидуальный предприниматель или юридическое лицо должен зарегистрироваться в качестве резидента ТРЗ. Для этого необходимо подать заявку с бизнес-планом своего проекта в территориальное управление РосОЭЗ. Бизнес-план будет рассмотрен в РосОЭЗ, а также на специально созданном в 2008 году консультационном совете, в состав которого входят представители как органов исполнительной власти, так и представители бизнеса и общественных организаций, и в случае положительной оценки указанного бизнес-плана подавшее его лицо будет зарегистрировано в качестве резидента.

Первые 8 резидентов ТРЗ были зарегистрированы 31 июля 2008 года, 6 - в ТРЗ на территории Алтайского края, 2 - в ТРЗ на территории Республики Алтай. Эти резиденты уже начали свою работу и ведут проектирование объектов. Ими создаются рабочие места, инвестируются средства, а резидент ТРЗ в Алтайском крае уже оказывает гостиничные услуги.

Бизнес-планами резидентов предусматривается создание современных гостиничных комплексов разной звездности, объектов спортивного и развлекательного назначения, горнолыжных трасс и подъемников и других объектов. Большинство проектов уже зарегистрированных резидентов будет реализовано до 2012 года, общий объем заявленных инвестиций превышает 5 млрд. рублей.

В декабре 2008 года были зарегистрированы еще 10 резидентов: 3 - в ТРЗ Республики Бурятия, 7 - в ТРЗ Республики Алтай.

В новых условиях, когда бизнесу необходимы дополнительные гарантии государства, льготы и преференции, туристско-рекреационные особые экономические зоны становятся наиболее привлекательными для вложения в сферу туристской индустрии. Несмотря на кризис в финансовой сфере и в целом в экономике Российской Федерации, не ощущается ослабление внимания к проектам ТРЗ со стороны бизнеса и не наблюдаются случаи отказа от своих планов у потенциальных резидентов.

Развитие туризма

Создание туристско-рекреационных особых зон направлено в том числе на рост туристских потоков, увеличение масштабов внутреннего и въездного туризма. При этом наиболее масштабный проект - ТРЗ в Краснодарском крае (более 45% от планируемого в ТРЗ объема туристского потока). В 2006 году 45% российских туристов, отправляющихся за рубеж, предпочли пляжный отдых. Высококачественный разнообразный пляжный отдых с наличием альтернативных направлений отдыха, группы современных туристских объектов, находящихся на ограниченной территории ТРЗ, - это то предложение, которое сегодня Краснодарское побережье Черного моря предложить не в состоянии. В свою очередь, ТР ОЭЗ в Ставропольском крае вступит в конкуренцию с зарубежными спа-курортами. Высокое качество туристских услуг, предложение разнообразных туристских продуктов могут привести к переориентации части российских туристов с зарубежных курортов и к изменению соотношения экспорт/импорт туристских услуг. На территории туристско-рекреационных зон туристу необходимо обеспечить разнообразный досуг, предоставить возможности для занятий спортом, шопинга, оздоровления. Это позволит не только привлечь более широкую аудиторию, но по-новому взглянуть на известные туристские направления, обеспечить всесезонный характер создаваемых курортов.

Всего посетителями туристско-рекреационных ОЭЗ смогут стать более 1 млн. российских и зарубежных туристов, для чего в ТРЗ будет создано более 34 тыс. категорийных мест размещения в гостиницах уровня 3-5 звезд. Стоит отметить, что наиболее значимым в количественном отношении для регионов, где создаются ТРЗ, является рост числа мест размещения уровня 4 и 5 звезд.

Формирование рынка труда

Для функционирования туристско-рекреационных ОЭЗ потребуется создание более 23 тыс. новых рабочих мест. Более 50% от требуемого числа специалистов составит персонал гостиниц (горничные, администраторы, портье и пр.), значительное число специалистов потребуется для обслуживания ресторанов, спортивно-развлекательных, технических и прочих объектов. Анализ рынка трудовых ресурсов и образовательной системы регионов создания ТРЗ показывает, что в настоящее время рынок труда в туристской индустрии в достаточной для ТРЗ мере не сформирован.

По оценке экспертов МГУ им. М.В. Ломоносова, около 70% специалистов для туристской индустрии подготавливаются в высших учебных заведениях, хотя при этом ТРЗ необходимы специалисты, имеющие в основном начальное и среднее профессиональное образование. Качество подготовки специалистов также не соответствует международным стандартам. Ввиду несформирован-

ного спроса количество выпускаемых учебными заведениями специалистов туристской индустрии является незначительным. Решение задачи подготовки специалистов для работы ТРЗ требует создания системы подготовки кадров на основе государственно-частного партнерства.

Таким образом, помимо создания 23 тыс. новых рабочих мест только на территории ТРЗ, функционирование ТРЗ приведет к формированию рынка труда, повышению профессионального уровня подготавливаемых специалистов.

В регионах создания ТРЗ также существует проблема занятости населения. Так, по данным Федеральной службы государственной статистики, в Республике Алтай и Алтайском крае уровень безработицы превышает 5%, а общая численность незанятых в субъектах РФ, где созданы ТРЗ, составила в 2006 году 212 тыс. человек. Создание новых рабочих мест позволит понизить уровень безработицы.

Важнейшим следствием функционирования ТРЗ станет повышение качества жизни населения за счет высокого уровня оплаты труда, доступа к современной инфраструктуре и обеспечения сотрудников ТРЗ жильем.

Планируется, что среднемесячная зарплата в ТРЗ составит более 40 тыс. рублей. По инерционному сценарию прогноза социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020-2030 годов, к 2015 году средняя заработная плата вырастет в 2 раза по сравнению с 2007 годом и составит в гостиничном хозяйстве около 25 тыс. рублей, что почти на треть меньше планируемого в ТРЗ показателя.

Качество жизни местного населения улучшится вследствие появления возможности работы в ТРЗ, использования современной инженерной, транспортной инфраструктуры, а также появления возможностей для дополнительного заработка (изготовление и продажа сувенирной, сельскохозяйственной продукции, доход от размещения туристов, оказание транспортных услуг и т.д.).

Развитие санаторно-курортной сферы

Одной из целей создания ТРЗ является развитие санаторно-курортной сферы. В целом для территории туристско-рекреационных особых экономических зон характерно наличие значительных лечебно-оздоровительных ресурсов и благоприятное состояние окружающей природной среды. Так, в Республике Бурятия находится один из наиболее известных в Сибири Горячинский источник минеральных вод. Кроме того, уникальными качествами обладает вода оз. Байкал. Регион Алтая известен своими уникальными фиторесурсами, высокоочищенным горным воздухом. Среди ресурсов животного происхождения следует отметить панты марала, содержащие тонизирующее вещество панкреатин. Регион Кавказских Минеральных Вод, где расположена ТРЗ в Ставропольском крае, известен полезными качествами и разнообразием минеральных вод.

Существенным фактором, увеличивающим привлекательность и доказывающим уникальность расположения ТРЗ, является расположение в непосредственном соседстве или на территории оз. Байкал, Западного Кавказа, гор Алтая, Куршской косы, включенных в список культурно-исторического и природного наследия ЮНЕСКО.

Лечебно-оздоровительная компонента планируется одной из основных при создании ТРЗ. Помимо использования природного фактора, на территории ТРЗ будут внедрены методы лечения и оздоровления как традиционной, так и современной медицины.

Проект создания и развития ТРЗ окажет существенное качественное влияние на развитие туризма в Российской Федерации благодаря созданию модели комплексного развития туристских территорий при государственной поддержке, переносу в Россию инноваций туристского менеджмента и сервиса, опережающему развитию инженерной инфраструктуры. Кроме того, будет достигнут и количественный эффект от создания особых экономических зон. Осуществление проекта станет значимым имиджевым шагом к превращению Российской Федерации в популярную страну для внутреннего и въездного туризма.

КОНЦЕПЦИЯ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ДО 2025 ГОДА

Общие положения В последние годы Россия все более активно укрепляет свои позиции в качестве ведущей мировой спортивной державы. В основе стабильно высоких спортивных результатов традиционно лежит выстроенная государством система подготовки спортсменов, обеспечивающая гарантированное и достаточное воспроизводство спортсменов высокого класса с учетом планомерной и безболезненной смены поколений спортивной элиты. В спорте высших достижений крупные победы на международной арене зависят от системности и эффективности работы со спортивным резервом. В этой связи развитие системы подготовки спортивного резерва можно считать прямой и долгосрочной инвестицией в сохранение и повышение конкурентоспособности российского спорта, позволяющей принимать любые вызовы и на долгие годы обеспечить России ведущее место в числе спортивных держав, а спортивной отрасли – устойчивое развитие с максимально эффективным использованием всех имеющихся ресурсов. По этой причине подготовка спортивного резерва является одним из приоритетных направлений государственной политики в сфере физической культуры и спорта. Ранее существовавшие системы многолетней подготовки спортсменов высокой квалификации позволяли применительно к своему историческому периоду решать определенные задачи комплектования спортивных сборных команд страны. Однако в 90-е годы XX века были практически утрачены действовавшие ранее механизмы государственного управления подготовкой спортивного резерва. На современном этапе большинство спортивных федераций оказалось неспособно в полной мере

реализовывать установленные законодательством права и полномочия по подготовке спортивного резерва, особенно в регионах. Обязанности субъектов Российской Федерации в части подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд страны долгие годы оставались юридически не определенными, что сказывалось на финансировании детско-юношеского спорта, которое осуществлялось по остаточному принципу. Усиливающаяся глобальная конкуренция, возрастающая технологическая емкость современного спорта требуют не столько 3 обновления используемого инструментария и методик, сколько проведения имеющих долгосрочную перспективу коренных системных преобразований в организации работы по отбору и подготовке перспективных спортсменов. Серьезным вызовом является то, что ведущие мировые спортивные державы, осознавая возрастающую роль качественной подготовки спортивного резерва, наращивают свои ресурсы в данном направлении. В последние десятилетия были предприняты меры, направленные на преобразование (модернизацию) системы подготовки спортивного резерва. В частности: Президентом Российской Федерации был дан ряд поручений, направленных на поступательные позитивные изменения (сдвиги) в системе подготовки спортивного резерва; меры, направленные на совершенствование подготовки спортивного резерва, были включены в Стратегию развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, в государственную программу Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта», Федеральную целевую программу «Развитие физической культуры и спорта»; на федеральном уровне утвержден ряд планово-стратегических документов, направленных на совершенствование системы подготовки спортивного резерва (комплекс мер по развитию системы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации); разработана и направлена в субъекты Российской Федерации «дорожная карта» по преобразованию специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва и детско-юношеских спортивных школ в организации нового типа – спортивные школы и спортивные школы олимпийского резерва; создана отраслевая система координации физкультурно-спортивных организаций по подготовке спортивного резерва и методического обеспечения организаций, осуществляющих спортивную подготовку; сформирован и утвержден перечень базовых олимпийских и паралимпийских видов спорта, развиваемых в субъектах Российской Федерации для подготовки резерва спортивных сборных команд Российской Федерации; реализуется комплекс мер, направленных на оказание адресной финансовой поддержки организациям, осуществляющим подготовку спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации, по базовым видам спорта; развиваются инструменты социального партнерства (подписано отраслевое соглашение по организациям, осуществляющим деятельность в области физической культуры и спорта, между Министерством спорта Российской Федерации и Профсоюзом работников физической культуры, спорта и туризма Российской Федерации на 2015-2017 годы); утверждены профессиональные стандарты для работников отрасли; 4 усовершенствована система статистической отчетности и отраслевого мониторинга. В настоящее время заложены основы для внедрения единых подходов к организации системы подготовки спортивного резерва, создаются в стране организации нового типа – организации, осуществляющие спортивную подготовку: спортивные школы и спортивные школы олимпийского резерва, как основные структурные единицы системы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации. Несмотря на количественный рост спортивных школ в Российской Федерации, качество подготовки спортивного резерва не в полной мере соответствует современным тенденциям развития мирового спорта. Соответственно, требуют изменений подходы к государственному управлению системой подготовки спортивного резерва. Уровень материально-технического обеспечения организаций, осуществляющих спортивную подготовку, лишь частично соответствует задачам по подготовке спортивного резерва. Создание системы подготовки спортивного резерва, с определением целей и задач системы, правовым статусом действующих в ней субъектов, их сферы ответственности, критериев эффективности деятельности, применяемых технологий в работе со спортивным резервом, позволит оперативно реагировать на новые вызовы, связанные с повышающимися требованиями к спортсменам на всех уровнях спортивного отбора и спортивной подготовки. Следует обратить внимание и на необходимость создания системы, способствующей росту эффективности и мотивации среди работников, обеспечивающих претворение в жизнь указанных выше технологий, которая должна определять критерии качества работы, а также предусматривать соответствующее стимулирование за их соблюдение. Масштаб сформулированных задач указывает на необходимость принятия отдельного (специального) документа – концепции развития системы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации на период до 2020 года (далее – Концепция), определяющей: направления государственной политики в области подготовки спортивного резерва на период до 2020 года; принципы организации подготовки спортивного резерва в Российской Федерации; особенности отдельных видов организаций, осуществляющих спортивную подготовку, порядок их взаимодействия, методического обеспечения и контроля в системе подготовки спортивного резерва. Реализация Концепции предполагает: объединение усилий всех субъектов системы подготовки спортивного резерва; разработку и реализацию мероприятий, в том числе в рамках федеральных и региональных целевых программ, направленных на решение основных задач, сформулированных в Концепции. 5 II. Оценка современного состояния системы подготовки спортивного резерва В последние годы федеральное законодательство, регламентирующее правоотношения в сфере подготовки спортивного резерва, активно эволюционировало. При этом до сих пор не определен правовой статус организаций, осуществляющих спортивную подготовку. За органами власти различного уровня закреплены полномочия по подготовке спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации, спортивных сборных команд субъектов Российской Федерации. Субъекты

Российской Федерации, муниципальные образования получили законодательно закреплённую возможность участвовать в подготовке спортивного резерва, используя все имеющиеся у себя ресурсы, в том числе посредством координации деятельности физкультурно-спортивных организаций по подготовке спортивного резерва и методического обеспечения организаций, осуществляющих спортивную подготовку. Создана правовая основа осуществления экспериментальной и инновационной деятельности в области физической культуры и спорта, в частности в сфере подготовки спортивного резерва. В Российской Федерации подготовку спортивного резерва осуществляют 5062 спортивные организации, среди них: 171 центр спортивной подготовки (ЦСП); 56 училищ олимпийского резерва (УОР); 1055 специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва (СДЮСШОР, из них: 15 в сфере образования, 1025 в системе физической культуры и спорта, 15 другой ведомственной подчинённости); 3780 детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ, из них: 1918 в системе образования и 1767 в системе физической культуры и спорта, 95 другой ведомственной подчинённости). Головной организацией в системе подготовки спортивного резерва является Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный центр подготовки спортивного резерва». Общая численность лиц, занятых в системе подготовки спортивного резерва составляет 3508271 человек, из них 3278048 спортсменов и 99250 тренеров. Указанная сеть организаций в целом обеспечивает сохранение лидерства юношеских и юниорских спортивных сборных команд Российской Федерации на зимних и летних Универсиадах, юношеских Олимпийских Играх и других молодежных соревнованиях. 6 Согласно статистическим данным большая часть организаций, осуществляющих спортивную подготовку, являются образовательными организациями. Сложившаяся ведомственная рассогласованность и разобщённость сети организаций препятствует выработке и обеспечению единых подходов государственной политики, направленной на подготовку спортивного резерва. Размытость целей и задач, отсутствие единых критериев оценки, контрольных целевых индикаторов деятельности значительной части спортивных школ снижает эффективность подготовки спортивного резерва. В системе подготовки спортивного резерва выделяются следующие проблемы: консерватизм специалистов отрасли, стойкое сопротивление изменениям на уровне региональных органов исполнительной власти, наличие устоявшихся стереотипов в принятии управленческих решений; отсутствие эффективного взаимодействия органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта с муниципальными органами управления по вопросам подготовки спортивного резерва; слабое использование инструментария, предоставленного законодательством, на уровне органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации; недостаточный уровень кадрового, материально-технического обеспечения; устаревшие подходы к построению и реализации тренировочного процесса; отсутствие единой методической службы в системе подготовки спортивного резерва; отсутствие отраслевых норм труда; отсутствие упорядоченной и справедливой стимулирующей системы, направленной на поощрение качественной и результативной работы тренеров; отсутствие системы поддержки инновационной деятельности в системе подготовки спортивного резерва; дублирование функций организаций различного уровня; преобладание расходов на выплату заработной платы над расходами на спортивную подготовку. Модернизация системы подготовки спортивного резерва актуальна для различных видов спорта, где проявляется комплекс общих и частных противоречий между: – ростом популярности спорта в современном мире, усилением глобальной конкуренции в спорте высших достижений, завоеванием высших спортивных наград на крупнейших международных соревнованиях как отражением социально-экономического и политического развития страны и снижением результатов российских спортсменов на международной арене; 7 – неэффективной системой управления подготовкой спортивного резерва и недостаточной подготовленностью к внедрению инноваций в управлении как со стороны управляющей, так и с управляемой стороны, разобщённостью внешних и внутренних звеньев управления; – значительным отставанием от ведущих спортивных держав в развитии, внедрении инновационных спортивных технологий и значительном сокращении программ научных исследований, направленных на углубление и расширение, а в отдельных случаях и на принципиальное изменение общепринятых теоретико-методических положений в сфере спортивной подготовки; – постоянным возрастающими требованиями к подготовленности спортсменов высокой квалификации и снижением резервов здоровья, физического развития и физической подготовленности подрастающего поколения; – необходимостью выявления, подготовки одаренных детей и подростков, способных достичь высоких результатов в конкретном виде спорта и отсутствием эффективной системы отбора, ориентации и подготовки спортивного резерва в различных видах олимпийского спорта. Рациональным выходом из сложившегося положения является выделение подготовки спортивного резерва, в качестве интегрированной, вертикально ориентированной системы со всеми признаками и атрибутами самостоятельности. Становление и дальнейшее развитие самостоятельной системы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации требует: выработки и принятия идеологии, системы ценностей и установок, а также поддержания традиций в системе подготовки спортивного резерва; определения четких контуров (границ) и базовых характеристик системы подготовки спортивного резерва на основе государственного заказа (потребности спортивных сборных команд Российской Федерации); дальнейшего развития законодательства, правовых инструментов; внедрения отраслевых организационно-управленческих механизмов, обеспечивающих высокий уровень координации внутри системы подготовки спортивного резерва; создания отдельного класса (типа, группы) специфических организаций, принадлежащих и составляющих основу системы подготовки спортивного резерва; выработки и реализации самостоятельной кадровой политики в системе подготовки спортивного резерва; выработки и реализации самостоятельной экономической

политики в системе подготовки спортивного резерва, а также укрепление финансово-хозяйственной самостоятельности и повышение эффективности организаций, осуществляющих спортивную подготовку; создания единого информационного пространства в системе подготовки спортивного резерва; развития отраслевой методической службы; 8 развития научно-методического, медико-биологического, медицинского и антидопингового обеспечения системы подготовки спортивного резерва; внедрения отраслевой системы оценки качества и эффективности деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку; расширения мер адресной поддержки (в том числе финансовой) организаций, осуществляющих спортивную подготовку; развития государственных мер поддержки инновационной и экспериментальной деятельности в системе подготовки спортивного резерва.

III. Цели и задачи подготовки спортивного резерва. Целью подготовки спортивного резерва является создание условий для подготовки высококвалифицированных спортсменов, способных показывать высокие спортивные результаты на соревнованиях различного уровня. Задачи подготовки спортивного резерва: отбор и подготовка наиболее талантливых спортсменов для пополнения спортивных сборных команд; формирование устойчивого интереса к занятиям спортом; формирование осознанного выбора спортивной деятельности, как доминирующей жизненной ценности и основного средства личностного развития и профессиональной самореализации; воспитание у юных спортсменов моральной устойчивости, формирование мотивации к росту спортивного мастерства и демонстрации высших личных спортивных достижений в составе спортивной сборной команды; стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на спортивных мероприятиях; обеспечение качественного научно-методического, психологического, педагогического, медицинского, антидопингового обеспечения подготовки спортивного резерва, гарантирующих непрерывный и поступательный рост спортивного мастерства; реализация мер эффективного стимулирования и социальной поддержки спортсменов и тренеров, адекватных их личному вкладу в укрепление позитивного имиджа России; предоставление качественных услуг в организациях спортивной подготовки, соответствующих требованиям федеральных стандартов спортивной подготовки.

IV. Структура системы подготовки спортивного резерва. Национальная система подготовки спортивного резерва представляет собой комплекс взаимодействующих элементов, подчиненных единым целям, задачам, принципам подготовки спортивного резерва в Российской Федерации, характеризуется самостоятельностью, самодостаточностью и 9 целостностью, и обеспечивает гарантированную готовность спортсменов к достижению максимально высоких результатов в перспективе. Обеспечение подготовки спортсменов осуществляется через взаимодействие комплекса элементов системы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации. Комплекс элементов системы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации включает спортивные школы, спортивные школы олимпийского резерва, детско-юношеские спортивные школы, специализированные детско-юношеские спортивные школы олимпийского резерва, региональные центры спортивной подготовки, центры олимпийской подготовки, училища олимпийского резерва, реализующие различные задачи в рамках обеспечения подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации, имеющие соответствующую структуру и предмет деятельности, обеспечивающие подготовку спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации, методическое, научно-методическое обеспечение и оптимальное питание при организации спортивной подготовки. Обеспечение подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации достигается в результате непрерывного процесса подготовки спортивного резерва. Непрерывный процесс подготовки спортивного резерва обеспечивается путем реализации программ спортивной подготовки с последовательным переводом спортсменов с одного этапа спортивной подготовки на другой, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта. Реализация программ спортивной подготовки на различных этапах спортивной подготовки в организациях осуществляется в соответствии с предметом деятельности организации в целях обеспечения подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации. Организации, в качестве элементов системы подготовки спортивного резерва, реализуют различные задачи в рамках обеспечения подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации, обеспечивая непрерывную подготовку спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации, с последовательным переводом спортсмена из одной организации в другую, в зависимости от предмета деятельности организаций. Детско-юношеские спортивные школы, ориентированные, в первую очередь, на спортивно-массовую работу, вправе передать спортсменов, закончивших тренировочный этап, в спортивные школы, спортивные школы олимпийского резерва (специализированные детско-юношеские спортивные школы олимпийского резерва) для обеспечения подготовки спортивного резерва в спортивные сборные команды Российской Федерации. Спортивные школы вправе передавать спортсменов, окончивших этап совершенствования спортивного мастерства, в спортивные школы олимпийского резерва 10 (специализированные детско-юношеские спортивные школы олимпийского резерва) для прохождения этапа высшего спортивного мастерства. Спортивные школы, спортивные школы олимпийского резерва (специализированные детско-юношеские спортивные школы олимпийского резерва), при достижении определенного уровня подготовленности и результативности спортсменов на тренировочном этапе, этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства, вправе передать их в училище олимпийского резерва или центр олимпийской подготовки. В случае соответствия спортсмена критериям для включения в списки кандидатов в спортивные сборные команды субъекта Российской Федерации он вступает в трудовые отношения с региональным центром спортивной подготовки. Спортсмены,

входящие в состав спортивных сборных команд субъекта Российской Федерации, и являющиеся работниками региональных центров спортивной подготовки, проходят спортивную подготовку по программам спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки в других организациях субъекта Российской Федерации. Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный центр подготовки спортивного резерва» обеспечивает, через координацию деятельности организаций, преемственность перевода спортсмена из одной организации в другую для повышения уровня его спортивного мастерства. В системе подготовки спортивного резерва, в зависимости от целей и характера (предмета) деятельности, осуществляют деятельность: спортивные школы (в том числе спортивно-адаптивные школы), предметом деятельности которых является реализация программ спортивной подготовки на следующих этапах: начальная подготовка, тренировочный (спортивной специализации), совершенствования спортивного мастерства; спортивные школы олимпийского резерва (в том числе спортивноадаптивные школы имеющие право в соответствии с законодательством Российской Федерации использовать в своем наименовании слова «Олимпийский», «Паралимпийский», «Olympic» и образованные на их основе слова и словосочетания), предметом деятельности которых является реализация программ спортивной подготовки на следующих этапах: начальная подготовка, тренировочный (спортивной специализации), совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; детско-юношеские спортивные школы (в том числе детско-юношеские спортивно-адаптивные школы), предметом деятельности которых является реализация программ спортивной подготовки на следующих этапах: начальная подготовка, тренировочный (спортивной специализации), совершенствования спортивного мастерства, а также реализация дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта; 11 специализированные детско-юношеские спортивные школы олимпийского резерва (в том числе детско-юношеские спортивноадаптивные школы имеющие в соответствии с законодательством Российской Федерации право использовать в своем наименовании слова «Олимпийский», «Паралимпийский», «Olympic» и образованные на их основе слова и словосочетания), предметом деятельности которых является реализация программ спортивной подготовки на следующих этапах: начальная подготовка, тренировочный (спортивной специализации), совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства, а также реализация дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта; училища олимпийского резерва, предметом деятельности которых является подготовка спортивного резерва, кандидатов в спортивные сборные команды Российской Федерации и спортивные сборные команды субъектов Российской Федерации в режиме круглогодичного тренировочного процесса с обеспечением питания, проживания, медицинского и психологического сопровождения при реализации программ спортивной подготовки на следующих этапах: тренировочный (спортивной специализации), совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства и реализация профессиональных образовательных программ в области физической культуры и спорта; региональные центры спортивной подготовки (в том числе центры паралимпийской подготовки), предметом деятельности которых является обеспечение подготовки спортивных сборных команд, координация деятельности физкультурно-спортивных организаций субъекта Российской Федерации по подготовке спортивного резерва для спортивных сборных команд субъекта Российской Федерации, в котором осуществляет деятельность региональный центр спортивной подготовки, и методическое обеспечение организаций, осуществляющих спортивную подготовку; центры олимпийской подготовки (в том числе центры паралимпийской), предметом деятельности которых является реализация программ спортивной подготовки по видам спорта включенным в программу Олимпийских, Паралимпийских, Сурдлимпийских игр на следующих этапах: на тренировочном этапе (для видов спорта: баскетбол, водное поло, волейбол, гандбол, регби, плавание, прыжки в воду, синхронное плавание, спортивная гимнастика, фигурное катание, футбол, хоккей, хоккей на траве, художественная гимнастика), этапе совершенствования спортивного мастерства и этапе высшего спортивного мастерства; юридические лица, в составе которых имеются структурные подразделения, предметом деятельности которых является реализация программ спортивной подготовки. Федеральный центр подготовки спортивного резерва осуществляет координацию и организационно-методическое обеспечение субъектов системы подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации. 12 В субъектах Российской Федерации координацию физкультурноспортивных организаций по обеспечению подготовки спортивного резерва и методическое обеспечение организаций, осуществляющих спортивную подготовку, осуществляют региональные центры подготовки спортивного резерва. Органы местного самоуправления в области физической культуры и спорта создают условия для подготовки спортивных сборных команд муниципальных образований и участвуют в обеспечении подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд субъектов Российской Федерации. Научное, научно-методическое, медицинское, антидопинговое обеспечение системы подготовки спортивного резерва осуществляют действующие в Российской Федерации организации, которые в соответствии с уставом в качестве видов деятельности оказывают услуги (выполняют работы) по научно-методическому, медико-биологическому, медицинскому, антидопинговому обеспечению системы подготовки спортивного резерва. V. Взаимодействие субъектов системы подготовки спортивного резерва Развитие системы подготовки спортивного резерва связано с совершенствованием взаимодействия ее субъектов. Взаимодействие осуществляется в целях управления системой подготовки спортивного резерва и повышения эффективности спортивной подготовки. Субъектами взаимодействия являются Министерство спорта Российской Федерации, органы исполнительной власти субъектов

Российской Федерации в области физической культуры и спорта, органы местного самоуправления в области физической культуры и спорта, Федеральный центр подготовки спортивного резерва, Центр спортивной подготовки спортивных сборных команд России, организации, осуществляющие спортивную подготовку на федеральном, региональном и муниципальном уровнях, научные организации, организации здравоохранения, лица, осуществляющие спортивную подготовку, спортсмены, иные лица. Взаимодействие субъектов осуществляется по следующим направлениям: методическое обеспечение системы подготовки спортивного резерва; координация деятельности физкультурно-спортивных организаций по подготовке спортивного резерва; научно-методическое, медико-биологическое, медицинское, антидопинговое обеспечение системы подготовки спортивного резерва; информационно-аналитическое обеспечение подготовки спортивного резерва; 13 материально-техническое обеспечение организаций, осуществляющих спортивную подготовку. Основным условием эффективного взаимодействия субъектов является наличие в субъектах Российской Федерации отраслевой методической инфраструктуры и механизмов, обеспечивающих обмен информацией, необходимой для осуществления деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку. Формы взаимодействия субъектов системы подготовки спортивного резерва: кластерное взаимодействие организаций при реализации программ спортивной подготовки; взаимное информирование по вопросам спортивной подготовки; взаимодействие в рамках работы в коллегиальных совещательных, координационных органах, действующих в системе подготовки спортивного резерва (методических, тренерских советов, объединений, ассоциаций, рабочих, экспертных, творческих групп и т.д.); совместное осуществление экспериментальной или инновационной деятельности группой организаций, осуществляющих спортивную подготовку; совместное проведение научных исследований на базе организаций, осуществляющих спортивную подготовку, в рамках заключенных соглашений с научными организациями и организациями высшего образования; информационное взаимодействие при подготовке нормативных правовых актов, методических рекомендаций, примерных программ спортивной подготовки, модельных актов в системе подготовки спортивного резерва; совместное планирование, разработка и осуществление мероприятий, направленных на обмен опытом (совещания, семинары, конференции); формирование постоянно-действующих площадок, направленных на популяризацию различных видов спорта с привлечением молодежи и спортсменов, достигших существенных результатов в соответствующих видах спорта (массовые открытые тренировки, открытые мастер-классы и т.д.). VI. Приоритетные направления реализации Концепции Приоритетными направлениями реализации Концепции являются: 1) в области формирования национальной системы подготовки спортивного резерва, как самостоятельной системы, необходимо определить на основе аналитико-прогностических исследований и экспертных 14 утверждение отраслевых нормативов обеспеченности организациями спортивной подготовки в разрезе видов спорта и субъектов Российской Федерации и определение на их основе оптимального (необходимого) количества организаций спортивной подготовки в Российской Федерации; создание федерального реестра организаций, осуществляющих спортивную подготовку; утверждение отраслевых нормативов кадровой обеспеченности организаций спортивной подготовки, численности занимающихся (спортсменов) и определение на их основе оптимальной численности спортивных работников и занимающихся (спортсменов) в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; утверждение отраслевых нормативов обеспеченности организаций, осуществляющих спортивную подготовку, спортивной инфраструктурой и определение потребности (необходимого количества) спортивных объектов для эффективного функционирования системы подготовки спортивного резерва; обеспечение единых подходов к организации спортивной подготовки, установление единых требований к деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку 2) в области совершенствования нормативно-правового регулирования системы подготовки спортивного резерва: окончательное формирование понятийного аппарата системы подготовки спортивного резерва; закрепление в законодательстве правового статуса, целей, задач, основных видов деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку; утверждение номенклатуры (перечня) видов организаций, осуществляющих спортивную подготовку, в Российской Федерации; утверждение требований к их видам, в целях закрепления задач и функций на основе единых подходов; совершенствование механизмов передачи спортсменов (из одной организации в другую) для прохождения спортивной подготовки; 3) в области совершенствования управления (координации) и организационно-методического обеспечения системы подготовки спортивного резерва: введение системы государственного заказа на подготовку спортивного резерва в разрезе видов спорта на основе отраслевых нормативов, с учетом потребностей развития спорта высших достижений; разработка системы критериев, показателей (целевых индикаторов) и инструментов (методик) оценки эффективности деятельности органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта, органов местного самоуправления в области физической культуры и спорта, организаций, осуществляющих спортивную подготовку, по подготовке спортивного резерва; 15 формирование совместно с общественными организациями независимой системы оценки качества, осуществление общественного контроля за эффективностью деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку, введение публичных рейтингов их деятельности; создание условий для расширения (вовлечения, повышения заинтересованности, ответственности) участия общественных объединений, прежде всего общероссийских спортивных федераций по видам спорта в управлении развитием системы подготовки спортивного резерва; создание института государственного контроля (надзора) в сфере подготовки спортивного резерва; сохранение и развитие сети организаций, осуществляющих спортивную подготовку, недопущение их произвольной

оптимизации, создание механизмов защиты от ликвидации и реорганизации; обеспечение перевода организаций дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта в организации нового типа – спортивные школы и спортивные школы олимпийского резерва и передача их из ведения государственных (муниципальных) органов образования в ведение государственных (муниципальных) органов физической культуры и спорта; создание на базе училищ олимпийского резерва спортивных интернатов, реализующих программы спортивной подготовки наряду с профессиональными образовательными программами в области физической культуры и спорта, образовательными программами основного общего и среднего общего образования, интегрированными с дополнительными общеобразовательными (общеразвивающими и предпрофессиональными) программами в области физической культуры и спорта; совершенствование системы проведения всероссийских спортивных соревнований среди учащихся в целях привлечения большего числа детей и подростков к занятию спортом и отбора наиболее талантливых из них для включения в систему подготовки спортивного резерва; 4) в области развития кадрового потенциала системы подготовки спортивного резерва: выработка и реализация самостоятельной кадровой политики в системе подготовки спортивного резерва, внедрение профессиональных стандартов «Руководитель физкультурно-спортивной организации», «Тренер», «Спортсмен», «Инструктор-методист» и разработанной на их основе системы аттестации; внедрение отраслевых мер, направленных на усиление уровня социальной защищенности спортсменов и тренеров с использованием механизмов социального партнерства, повышение их социального статуса и авторитета в обществе; внедрение модели эффективного контракта, определяющего критерии и показатели эффективности деятельности работников, обеспечивающих функционирование системы подготовки спортивного резерва, что позволит решить одновременно вопросы экономической целесообразности, в 16 результате которой достойный труд обеспечит цели и задачи, определяющие тенденции развития системы подготовки спортивного резерва, и интересы работников, которые посредством своего эффективного труда смогут реализовать свои материальные потребности. обеспечение непрерывного профессионального развития и повышения профессиональной компетентности тренерского состава и иных работников организаций, осуществляющих спортивную подготовку, развитие отраслевой системы подготовки, переподготовки и повышения квалификации; 5) в области совершенствования научно-методического, медикобиологического, медицинского и антидопингового обеспечения подготовки спортивного резерва с использованием потенциала научных организаций, организаций высшего образования: применение в практике подготовки спортивного резерва новейших достижений спортивных наук (спортивной педагогики, психологии, медицины, а также биотехнологий, информационных и цифровых технологий); проведение прикладных научных исследований, направленных на совершенствование содержания и структуры процесса спортивной подготовки, внедрение современных спортивных технологий посредством разработки типовых программ спортивной подготовки по видам спорта; развитие инновационного потенциала системы подготовки спортивного резерва, внедрение инновационных решений в практику спортивной подготовки; 6) в области развития инфраструктуры и укрепления материальнотехнической базы системы подготовки спортивного резерва: развитие спортивной инфраструктуры, строительство и реконструкция спортивных объектов, укрепление материально-технической базы организаций, осуществляющих спортивную подготовку, в соответствии с требованиями мирового уровня за счет мер адресной государственной поддержки и обеспечения инвестиционной привлекательности; создание региональных спортивно-тренировочных центров на базе ведущих организаций, осуществляющих спортивную подготовку; 7) в области внедрения эффективных финансово-экономических механизмов: реализация эффективной экономической политики в системе подготовки спортивного резерва, направленной на внедрение современных финансово-экономических механизмов, в том числе, внедрение нормативноподушевого финансирования, совершенствование отраслевой системы оплаты труда и др.; совершенствование системы мер адресной финансовой поддержки эффективно работающих организаций, осуществляющих спортивную подготовку, прежде всего, по базовым видам спорта, а также ведущих спортсменов и тренеров; 17 мониторинг финансирования организаций, осуществляющих спортивную подготовку, мониторинг уровня заработной платы работников организаций, осуществляющих спортивную подготовку; увеличение расходных обязательств бюджетов всех уровней по финансированию подготовки спортивного резерва на основе федеральных стандартов спортивной подготовки; 8) в области повышения качества и эффективности деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку: модернизация системы спортивного отбора (селекции) наиболее талантливых спортсменов; увеличение объема соревновательной практики спортсменов, занимающихся в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; 9) в области информационной поддержки системы подготовки спортивного резерва: создание единого информационного пространства в системе подготовки спортивного резерва; развитие международного сотрудничества, межрегиональных связей по вопросам подготовки спортсменов высокого класса в целях обмена опытом; создание единой информационной системы мониторинга. VII. Этапы реализации Концепции Реализация Концепции будет осуществляться в два этапа: I этап - 2016 - 2017 годы и II этап - 2018 - 2020 годы. На первом этапе предполагается разработка плана мероприятий по реализации Концепции, а также создание механизмов ее реализации (управления, финансирования, информационного, научно-методического обеспечения). Будут внесены обеспечивающие реализацию Концепции изменения в государственную программу Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта», утвержденную постановлением Правительства Российской Федерации от 15 апреля 2014 г. № 302 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие

физической культуры и спорта» на 2013 - 2020 годы», включая уточнение объема необходимых для реализации Концепции бюджетных ассигнований. Предполагается внесение изменений в законодательство Российской Федерации, направленных на закрепление правового статуса, целей, задач, основных видов деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку. По приоритетным направлениям Концепции будут разработаны и реализованы в субъектах Российской Федерации пилотные проекты. В субъектах Российской Федерации на основе Концепции будут разработаны региональные программы развития подготовки спортивного резерва, начнется их реализация. 18 В результате на первом этапе будет завершено становление национальной системы подготовки спортивного резерва, как самостоятельной и целостной системы, решающей важные государственные задачи. Завершится формирование сети организаций спортивной подготовки в Российской Федерации. На втором этапе (2018-2020 год) будет продолжено выполнение плана мероприятий по реализации Концепции, региональных программ развития спортивного резерва. Будет осуществляться распространение лучших практик реализации Концепции. Будут созданы и внедрены механизмы и инструменты, обеспечивающие дальнейшее поступательное развитие и стабильное функционирование системы подготовки спортивного резерва. Мониторинг реализации Концепции и оценка ее эффективности, степени достижения показателей будет осуществляться Минспортом России, Федеральным центром подготовки спортивного резерва, органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации. В результате на втором этапе состоится полное и окончательное формирование национальной системы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации. VIII. Финансирование и ресурсное обеспечение подготовки спортивного резерва Финансовое обеспечение реализации Концепции предусматривается за счет средств федерального бюджета в рамках государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 15 апреля 2014 г. № 302, Федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016-2020 годы», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 21 января 2015 года № 30, а также за счет средств бюджетов субъектов Российской Федерации, муниципальных образований и внебюджетных источников. В 2016 году планируется обеспечить полный переход на нормативно-подушевое финансирование услуги по спортивной подготовке при расчете государственного (муниципального) задания для организаций, осуществляющих спортивную подготовку. Предполагается сохранить практику адресной финансовой поддержки эффективно функционирующих организаций, осуществляющих спортивную подготовку. IX. Критерии оценки эффективности деятельности в системе подготовки спортивного резерва 19 Основные критерии оценки эффективности деятельности субъектов системы подготовки спортивного резерва: 1) соответствие системы подготовки спортивного резерва установленным отраслевым нормам: соответствие количества спортсменов, задействованных в системе подготовки спортивного резерва, установленным отраслевым нормам (по видам спорта и по этапам спортивной подготовки); соответствие количества квалифицированных тренеров, задействованных в системе подготовки спортивного резерва, установленным отраслевым нормам (по видам спорта и по этапам спортивной подготовки); доля тренерских кадров, соответствующих требованиям профессиональных стандартов; соответствие количества организаций, осуществляющих спортивную подготовку, в системе подготовки спортивного резерва установленным отраслевым нормам (по видам спорта и по этапам спортивной подготовки); соответствие объемом финансирования организаций, осуществляющих спортивную подготовку, установленным отраслевым финансовым нормативам по видам спорта и по этапам спортивной подготовки (объем текущего финансирования в проценте от реальной потребности в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки); соответствие обеспеченности инфраструктурой и материальнотехнической обеспеченности организаций, осуществляющих спортивную подготовку, установленным отраслевым нормативам (по видам спорта и по этапам спортивной подготовки) 4) эффективность и спортивная результативность деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку: доля граждан, занимающихся в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, в общей численности детей и молодежи (6-21 год); доля организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта в Российской Федерации и реализующих программы спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, в общей численности организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта в Российской Федерации; доля спортсменов, занимающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства в общей численности спортсменов, осваивающих программы спортивной подготовки; доля спортсменов, занимающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства и зачисленных в составы спортивных сборных команд Российской Федерации (основной или резервный составы) в общей численности спортсменов, занимающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства; 20 доля спортсменов, осваивающих программы спортивной подготовки по олимпийским, базовым видам спорта, в общей численности спортсменов, осваивающих программы спортивной подготовки; доля спортсменов, занимающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства и зачисленных в составы спортивных сборных команд Российской Федерации (основной или резервный составы) в общей численности спортсменов, занимающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства; доля спортсменов, проходящих спортивную подготовку, и выполнивших нормы КМС, МС, МСМК в общей численности спортсменов, проходящих спортивную подготовку; динамика спортивных результатов занимающихся в организациях, осуществляющих

спортивную подготовку, на соревнованиях федерального всероссийского, международного уровня; доля спортсменов, проходящих спортивную подготовку, - участников чемпионатов и первенств Европы, Мира, Олимпийских, Сурдлимпийских и Паралимпийских игр 5) социальная эффективность деятельности организаций, 21 наличие в субъекте Российской Федерации программы развития региональной системы подготовки спортивного резерва, преемственной по целям, задачам и целевым индикаторам государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта; доля организаций, осуществляющих спортивную подготовку, имеющих программу развития на среднесрочную перспективу, соотношенную по задачам и целевым индикаторам с федеральными приоритетами в системе подготовки спортивного резерва, в общей численности организаций, осуществляющих спортивную подготовку. 8) Эффективность работы кадрового состава в системе подготовки спортивного резерва: Руководитель 1. Количество и достижения спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации Количество спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, в соревнованиях местного уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, в соревнованиях местного уровня; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, в соревнованиях регионального уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, в соревнованиях регионального уровня; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, в соревнованиях межрегионального уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, в соревнованиях межрегионального уровня; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, в соревнованиях межрегионального уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, в соревнованиях общероссийского уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, в соревнованиях общероссийского уровня; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, в соревнованиях международного уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, в соревнованиях международного уровня; 22 2. Международная деятельность Заключение соглашения о сотрудничестве с зарубежной спортивной организацией по соответствующему виду или видам спорта; Заключение соглашения о сотрудничестве с международной спортивной организацией по соответствующему виду или видам спорта; Проведение совместных с зарубежной спортивной организацией по соответствующему виду или видам спорта мероприятий, направленных на улучшение спортивной подготовки в организации; Проведение совместных с международной спортивной организацией по соответствующему виду или видам спорта мероприятий, направленных на улучшение спортивной подготовки в организации; 3. Методическая деятельность в организации Объем методических работ, направленных на совершенствование методик и подходов в области спортивной подготовки и реализуемых в данной организации; 4. Подготовка отчетности организации, осуществляющей спортивную подготовку Подготовка отчетности организации, осуществляющей спортивную подготовку, в надлежащий срок, при условии отсутствия замечаний по отчетной документации. Управление персоналом организации, осуществляющей спортивную подготовку. 5. Руководство коммерческой деятельностью организации, осуществляющей спортивную подготовку Количество привлеченных за счет коммерческой деятельности средств по отношению (%) к совокупному бюджету организации. Управление материальной базой и инфраструктурой организации, осуществляющей спортивную подготовку. Тренер 1. Количество и достижения спортсменов, проходящих спортивную подготовку у данного тренера Количество спортсменов, проходящих спортивную подготовку у данного тренера; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку у данного тренера, в соревнованиях местного уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку у данного тренера, в соревнованиях местного уровня; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку у данного тренера, в соревнованиях регионального уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку у данного тренера, в соревнованиях регионального уровня; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку у данного тренера, в соревнованиях межрегионального уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку у данного тренера, в соревнованиях межрегионального уровня; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку у данного тренера, в соревнованиях общероссийского уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку у данного тренера, в соревнованиях общероссийского уровня; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку у данного тренера, в соревнованиях международного уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку у данного тренера, в соревнованиях международного уровня. 2. Международная деятельность Участие в работе органов международной спортивной организации; Организация, проведение и участие в симпозиумах, мастер-классах, конференциях и т.д.; Содействие развитию международных связей организации. 3. Методическая деятельность и подготовка спортсменов Выполнение методических работ по вопросам, связанным с осуществлением спортивной подготовки путем обобщения передового опыта, разработкой более эффективных методов осуществления тренировочного процесса; Внедрение новейших методик

подготовки спортсменов (по виду спорта) в практику тренировочного процесса. 4. Общие вопросы развития организации Принятие внесенных работником предложений по совершенствованию организационных вопросов по спортивной подготовке Принятие внесенных работником предложений по поощрению тренеров и спортсменов, в том числе применимых к критериям эффективного контракта Инструктор–методист 1. Количество и достижения спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, под контролем и на основе методик предложенных инструктором-методистом 24 Количество спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, под контролем и на основе методик предложенных инструктором-методистом; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, под контролем и на основе методик предложенных инструктором-методистом, в соревнованиях местного уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, под контролем и на основе методик предложенных инструктором-методистом, в соревнованиях местного уровня; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, под контролем и на основе методик предложенных инструктором-методистом, в соревнованиях регионального уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, под контролем и на основе методик предложенных инструктором-методистом, в соревнованиях регионального уровня; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, под контролем и на основе методик предложенных инструктором-методистом, в соревнованиях межрегионального уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, под контролем и на основе методик предложенных инструктором-методистом, в соревнованиях межрегионального уровня; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, под контролем и на основе методик предложенных инструктором-методистом, в соревнованиях общероссийского уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, под контролем и на основе методик предложенных инструктором-методистом, в соревнованиях общероссийского уровня; Победа спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, под контролем и на основе методик предложенных инструктором-методистом, в соревнованиях международного уровня; Занятие призового места спортсмена (или) команды спортсменов, проходящих спортивную подготовку в организации, под контролем и на основе методик предложенных инструктором-методистом, в соревнованиях международного уровня. 2. Международная деятельность Участие в работе органов международной спортивной организации; 25 Организация, проведение и участие в симпозиумах, мастер-классах, конференциях и т.д.. Содействие развитию международных связей организации. 3. Методическая деятельность и подготовка спортсменов Выполнение методических работ по вопросам, связанным с осуществлением спортивной подготовки путем обобщения передового опыта, разработкой более эффективных методик осуществления тренировочного процесса; Внедрение новейших методик подготовки спортсменов (по виду спорта) в практику тренировочного процесса. 4. Общие вопросы развития организации Принятие внесенных работником предложений по совершенствованию организационных вопросов по спортивной подготовке Принятие внесенных работником предложений по поощрению тренеров и спортсменов, в том числе применимых к критериям эффективного контракта X. Ожидаемые результаты реализации Концепции Ожидаемыми результатами реализации Концепции являются: 1) формирование самостоятельной эффективной системы подготовки спортивного резерва, обеспечивающей непрерывную подготовку спортсменов, показывающих стабильно высокие спортивные результаты на соревнованиях различного уровня; 2) устойчивый рост достижений спортсменов России на чемпионатах и первенствах Европы, мира, Кубках мира, Олимпийских и Паралимпийских играх и других международных соревнованиях (прежде всего на XXXI летних Олимпийских и XV Паралимпийских играх 2016 года в г. Рио-деЖанейро (Бразилия), на XXIII зимних Олимпийских и XII Паралимпийских играх 2018 года в г. Пхёнчхане (Южная Корея), XXXII летних Олимпийских и XVI Паралимпийских играх 2016 года в г. Токио (Япония); 3) увеличение числа лиц, регулярно занимающихся в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, увеличение числа кандидатов в спортивные сборные команды Российской Федерации.

Лекции 3. Техника безопасности на занятиях по горнолыжному спорту. Правила поведения на склоне. Правила пользования подъемником, виды подъемников. Оказание помощи при травмах: Помощь при ушибах, растяжении, обморожении.

Инструкция по охране труда при занятиях на горнолыжном склоне

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям на горнолыжном склоне допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и допущенные к занятиям по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий по горнолыжному спорту, фристайлу и сноуборду возможно действие на обучающихся следующих опасных факторов:

- обморожение или переохлаждение,
- потертости от неправильно подобранной горнолыжной и сноубордической обуви,
- травмы при падении и столкновении на склоне и трассе подъема,
- травмы при выполнении упражнений без разминки,

1.3. При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.4. В наличии должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными материалами для оказания первой доврачебной помощи.

1.5. Занятия на склоне проводятся при температуре воздуха не ниже -20°C (без ветра) и не ниже -15°C (с ветром).

1.6. Запрещается выходить на склон без задания тренера-преподавателя.

1.7. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции по технике безопасности, привлекаются к ответственности и немедленно отстраняются от занятий до повторного прохождения инструктажа, а со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда и технике безопасности.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

2.1. Тщательно проверить, подогнать личный спортивный инвентарь (лыжи, крепления, палки, шлем, защиту) и подготовить его к использованию.

2.2. Использовать вид спортивной формы в зависимости от погодных условий.

2.3. Проверить место занятий и качество подготовки склона. На склоне не должно быть посторонних лиц и предметов, которые могут стать причиной травмы.

2.4. Надеть спортивную форму.

3. Требования безопасности во время занятий.

3.1. Соблюдать дисциплину, строго выполнять все требования и указания тренера-преподавателя. Без разрешения тренера-преподавателя запрещается выполнять упражнения, включая виды упражнений, не требующих страховки.

3.2. Провести разминку.

3.3. При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.4. Во время занятий запрещается жевать и употреблять пищу.

3.5. Прежде чем начать спуск и перейти на трассу, необходимо убедиться в безопасности движения, внимательно осмотрев верхнюю часть склона.

3.6. Скорость спуска и перемещение на склоне должны соответствовать технической подготовленности и физическим возможностям обучающегося, а также необходимо учитывать состояние трассы, рельеф и погодные условия.

3.7. Находясь наверху, следует выбирать такое направление спуска, чтобы гарантировать безопасность нижерасположенных лыжников.

3.8. Обгон лыжника сверху и снизу, слева и справа должен выполняться широким маневром, чтобы обгоняемый мог заметить обгоняющего.

3.9. Строго соблюдать правила поведения на канатном подъемнике. Во время подъема на канатной дороге лыжи необходимо держать параллельно, расставленными на ширину плеч. В случае падения стараться быстро освободить колею трассы подъема.

3.10. При сильном морозе и ветре следить за товарищами и сообщать о первых признаках обморожения.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного инвентаря.

4.2. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

4.3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение. О каждом несчастном случае, травме тренер обязан немедленно сообщить администрации СДЮСШОР.

5. Требования безопасности по окончании занятий.

5.1. Снять спортивную форму и спортивный инвентарь.

5.2. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5.3. Проверить исправность формы, спортивного инвентаря и оборудования. Убрать спортивный инвентарь и форму в отведенное для хранения место.

Правила поведения на склоне.

Горные лыжи, сноуборд, наряду с другими экстремальными видами спорта, непременно связаны с риском. Поэтому Правила Международной лыжной федерации должны применяться ко всем сноубордистам и лыжникам. Ведь если вы их не исполняете, то ваше поведение в случае возникновения несчастного случая будет толковаться как нарушение гражданского и уголовного законодательства. Но, если все-таки вы решились и уже точно знаете, что ничто не сможет заставить вас отказаться от этого экстремального развлечения, просто выполняйте 10 несложных правил безопасности на горных лыжах, которые являются важными и составляют основу хорошей техники катания на горных лыжах:

Правило 1. Проявляйте уважение к окружающим. Ни в коем случае нельзя подвергать опасности других спортсменов или наносить ущерб.

Правило 2. Контролируйте скорость и направление движения. Лыжник должен двигаться свободно, уверенно и управляемо, ваш стиль спуска и скорость должны соответствовать личным качествам и окружающим условиям.

Правило 3. Правильный выбор направления. Если вы приближаетесь к кому-то сзади, выберите направление так, чтобы не подвергнуть опасности лыжников, которые находятся впереди.

Правило 4. Поведение при обгоне. Вы можете обогнать только при условии, что оставляете достаточно места обгоняемому спортсмену для различных движений. Даже если у Вас отличная техника катания на горных лыжах, Вам по пути могут встретиться, и лыжники с начальным уровнем подготовки.

Техника катания на горных лыжах

Правило 5. Начало движения, езда по склону. При выходе на трассу с разметкой, а также возобновляя движение после остановки, или при движении вверх по склону, убедитесь, что сверху и снизу на склоне нет окружающих, которым вы могли бы помешать и создать опасность.

Правило 6. Остановки на склоне. Избегайте остановок на склоне в узком месте и в местах с ограниченной видимостью, на поворотах. Если вы упали в таком месте, постарайтесь как можно скорее освободить трассу.

Правило 7. Спуск и подъем с лыжами и без лыж. При подъеме наверх или при спуске, неважно — с лыжами или нет, старательно придерживайтесь края трассы, будьте внимательны!

Правило 8. Соблюдайте разметку и знаки на трассе. Они не менее важны чем на дороге! Правило 9. Помощь. При аварии или другом несчастном случае каждый лыжник обязан оказать должную помощь пострадавшему, в рамках своей квалификации. По возможности старайтесь вызвать помощь как можно скорее.

Правило 10. Идентификация. После несчастного случая, все лыжники и сноубордисты, независимо от участия в происшествии, должны обменяться именами или другими данными, по которым вас смогли бы найти или описать.

Подъемники. Виды и правила пользования

Деятельность горнолыжных комплексов невозможна без применения различного рода подъемных устройств. Они позволяют продуктивнее использовать горнолыжные трассы, а, следовательно, намного повышают оздоровительный эффект зимнего отдыха и качество обслуживания горнолыжников. Можно сказать, что престиж того или иного горнолыжного центра прямо зависит от количества и качества его канатных дорог, их производительности. Не секрет, что, собираясь в горы, любители лыж стремятся попасть прежде всего туда, где есть большие и разнообразные трассы, где много длинных подъемников и где меньше очередей на них: ведь не ехать же в отпуск, чтобы простаивать в очередях.

Проектирование пассажирских канатных дорог, как уже указывалось, подчиняется общему замыслу прокладки горнолыжных трасс, так как они являются лишь средством обслуживания трасс. Поэтому именно требования наиболее удобного расположения подъемников относительно горнолыжных трасс определяют выбор типа как отдельных канатных дорог, так и их систем.

Канатные дороги в горнолыжных комплексах делятся на воздушные и наземные. У каждого из этих видов транспорта есть свои достоинства и недостатки.

К воздушным канатным дорогам относятся: кабинные, гондольные и кресельные.

Кабинные дороги маятникового типа. Эти дороги со встречным движением пары кабин установлены всего в двух горнолыжных районах: в Приэльбрусье и Домбае. Вагоны, вместимостью по 30 — 40 человек, двигаются навстречу друг другу, подвешенные на мощный несущий канат, влекомый тягловым канатом.

Маятниковые дороги очень дороги, сложны в эксплуатации, производительность их невелика, поэтому возле них выстраиваются большие очереди. Для таких дорог необходимы большие посадочные нижние и верхние станции с мощными механизмами, прочными промежуточными пролетами. Чтобы повысить пропускную способность маятниковых дорог, в современных конструкциях используют вагоны вместимостью до 160 человек, увеличивают скорость движения до 10 м/с и выше. Несмотря на дороговизну, использование маятниковых дорог в ряде случаев необходимо: они меньше зависят от рельефа местности, быстро перевозят на большие расстояния. К неудобству этого типа дорог относятся необходимость снимать лыжи при пользовании ею, а также значительные переходы по лестницам и коридорам станций. Зато в кабинах пассажиры защищены от мороза и ветра.

Гондольные дороги. Оборудованные кабинами на два — четыре человека и более, эти дороги, так же как и кресельные, относятся к одноканатным кольцевым дорогам непрерывного движения. Современные гондольные дороги имеют высокую производительность благодаря высокой скорости, которая на станциях посадки и высадки замедляется.

Кресельные дороги. Они нашли наибольшее распространение как более простые в эксплуатации и дешевые по сравнению с маятниковыми. Их используют как зимой, так и летом, что способствует повышению их рентабельности. Скорость движения дороги зимой 2,5 — 3 м/с (летом она несколько уменьшается). Посадка и высадка производятся обычно на лыжах. Так удобнее, к тому же сокращается время на ненужные переодевания. На посадочной и верхней станциях сооружают специальные настилы из дерева или пластических материалов, для того чтобы облегчить перемещения лыжников и не портить лыжи. Работники подъемников следят за тем, чтобы на местах посадки и высадки всегда было достаточно снега.

Согласно техническим требованиям высота кресел над склоном не должна превышать 8 м. Как исключение, на сильно пересеченном рельефе высота может достигать 15 м. Однако общая длина таких участков не должна быть более 10 процентов общей протяженности подъемника. Таким образом,

проектирование кресельной канатной дороги сильнее привязано к рельефу, нежели выбор направления для маятниковой дороги.

В холодную ветреную погоду подъем в кресле может быть не очень приятным. Но в хорошую, ясную погоду это доставляет много удовольствия — можно любоваться окрестными пейзажами или спокойно отдыхать, загорая. Длина кресельных подъемников обычно от 1 до 2,5 км. Их становится в наших горнолыжных районах все больше.

Современные модели кресельных подъемников производства австрийской фирмы "Допельмайер". Скорость их движения 7 м/с. Посадка лыжников идет на малой скорости (до 2 м/с) в результате перевода кресел на медленное качение по обводному рельсу вокруг шкива нижней станции. Автоматика предусматривает включение калитки для пропуска из очереди пассажиров, аварийную остановку механизмов и т. п. Кресла-лавки рассчитаны на трех и четырех пассажиров.

Наземные, или буксировочные, подъемники. Являются простейшим видом пассажирских канатных дорог, наиболее распространенным средством подъема горнолыжников. При пользовании ими горнолыжник скользит по снежной поверхности. Обычно имеют длину от 200 до 1000 м.

Буксировочные подъемники со стационарными, то есть заранее закрепленными, прицепными устройствами в виде штанг телескопического типа, самосматывающихся на барабане тросов с опорной поперечиной на конце. Выбор подъемного устройства, проектирование его, и установка на склонах определяются особенностями рельефа горнолыжных трасс, их пропускной способностью, экспозицией склонов, растительностью, направленностью ветров, наличием обзора местности с разных участков и сверху трассы.

Горнолыжники, как самые заинтересованные лица, должны всячески помогать обслуживающему персоналу, следить за правильной эксплуатацией дорог. Нарушения правил могут привести к нежелательной остановке дороги, к поломкам и, более того, стать причиной срыва и падения троса, что чревато серьезными травмами для всех находящихся на подъемнике.

Правила пользования подъемниками

Как показывает практика, основной причиной травм на подъемниках является неумелое пользование механизмами или просто пренебрежение правилами безопасности.

На кресельных и особенно буксировочных подъемниках несчастные случаи происходят гораздо чаще, чем на маятниковых канатных дорогах кабинного типа. На кресельных подъемниках пассажиры должны быть особенно внимательны при посадке и высадке, а на буксировочных подъемниках, кроме того, лыжнику следует соблюдать требования безопасного скольжения.

При первых попытках подъема по канатной дороге следует предупредить контролера и обязательно воспользоваться его помощью (или помощью опытного лыжника).

В горнолыжных центрах рекомендуют лыжникам правила пользования различными типами подъемников. Лица, нарушившие правила, могут быть лишены права подъема администрацией канатной дороги.

На одноместных буксировочных подъемниках лыжники поочередно подходят к стартовой площадке по размеченному пути, держа в темляках обе палки одной рукой. Обими руками или одной свободной рукой берут шест (веревку, фал) бугеля и готовятся к троганию с места, удерживаясь силой рук. Лыжи, расставленные в стороны примерно на 30 — 50 см, параллельны друг другу и направлены вверх по линии подъема. Перед началом движения конец шеста (веревки) с перекладиной помещают между ног под ягодицы, несколько наклоняются вперед, не расслабляясь.

При скольжении нужно сохранять упругое выпрямленное положение, не перегибаясь в пояснице и не откидываясь назад. Свободной рукой удерживаться за фал или шест. Держать лыжи широко, параллельно друг другу.

На подъемниках с пристегиванием бугеля надо быть особенно внимательным к мягкому троганию с места, постепенно протравливая фал бугеля руками. Вовремя движения не допускать ослабления фала и рывков, что может привести к преждевременному отстегиванию бугеля. Требуется осторожность: соскочивший бугель может попасть в лыжника. На верхней площадке, для того чтобы отстегнуть бугель, достаточно лишь ослабить его, освободив перед этим перекладину из-под ног, или просто отпустить его — бугель тут же упадет в снег.

Во время скольжения вверх лыжники обязаны строго соблюдать все указания и знаки на трассе и следовать точно по размеченной колее, не съезжая в стороны и не делая при подъеме поворотов.

На буксировочной дороге с двухместными бугелями широкими Т-образными перекладинами на конце шеста правила остаются теми же. Изменяется только порядок трогания с места.

Лыжники на стартовой площадке развернуты лицом друг к другу, а лыжи параллельны и направлены строго по пути подъема. Оба лыжника свободными (внутренними по отношению к шесту) руками одновременно берутся за приближающийся шест, разворачиваются лицом по направлению движения, разместив перекладину под ягодицами. Пружинящим рывком шеста начинается движение. Чтобы не упасть при трогании, ни в коем случае не следует расслабляться, наоборот, необходимо несколько напрячься и хорошо держаться руками за шест. Двухместными бугелями можно пользоваться и в одиночку. В случае падения нужно быстро освободить колею подъема.

Самые серьезные аварии происходят при сбрасывании троса с опор. Чтобы избежать несчастного случая, категорически запрещается:

- использовать нестандартные бугели (прицепные);
- отклоняться от маршрута и делать повороты на лыжах;
- отпускать шест и покидать подъемник, не достигнув верхней площадки
- подниматься строго под нитью троса.

Не допускайте этого сами и не позволяйте делать другим, ибо риску подвержены все, кто остается на подъемнике.

Если ваше падение произошло возле опоры, постарайтесь придержать руками бугель и освободить его только после опоры.

Канатно-кресельные подъемники. На парно кресельной дороге по размеченному пути на посадочную площадку выходят по два человека. Обе палки лыжники держат в одной руке. Стоя рядом на площадке (лыжи развернуты по линии подъема), лыжники поворачиваются спиной друг к другу, готовясь поймать свободными руками поручни приближающегося кресла. Одновременно усаживаются в кресла.

Усевшись в кресло, нужно застегнуть перед собой страховочные цепочки (опустить штангу) и не отстегивать их до прибытия наверх. Следует быть внимательным к тому, чтобы не зацепиться носками лыж за площадку или опору.

При подъеме не допускать резких движений тела и ног, чтобы не вызвать раскачивания троса во избежание аварий. Носки лыж держат приподнятыми, поставив лыжи на подножку.

При приближении к верхней площадке дороги отстегивают страховочную цепочку (поднимают штангу) и готовятся к высадке, направляя лыжи в параллельном положении по снежной поверхности площадки. Поставив лыжи на снег, постепенно переносят вес тела на лыжи. Наклонив туловище вперед, спокойно, без суеты рукой выводят вбок из-под себя кресло (отталкиваются от него) и направляются к выходу по указателям.

В случае если лыжник по той или иной причине не успел сойти с кресла в указанном месте, он должен оставаться в кресле вплоть до автоматической остановки подъемника или остановки его служащим.

На канатно-кресельном подъемнике запрещается: выходить на посадочную площадку без контроля служащих; пользоваться механизмами управления кресельной дороги; переставлять, разбирать приборы или каким-то другим способом вмешиваться в работу оборудования дороги; заходить на территорию станции, куда не разрешен доступ пассажирам; садиться в свободные кресла, проходящие над трассами; садиться или сходить с подъемника в иных местах, кроме указанных площадок; раскачиваться в кресле на подъеме, спрыгивать по пути.

Маятниковые подвесные дороги. Посадка в кабину происходит по указанию контролера. Количество поднимаемых в кабине не должно превышать норму. Находясь в кабине, пассажиры стоят или сидят, избегая резких движений, которые могли бы вызвать раскачивание, высаживают из кабины при полной остановке, после открывания контролером двери.

На маятниковой дороге запрещается: занимать место контролера в кабине; включать механизмы и сигнализацию; пытаться открыть или закрыть двери кабины; курить.

Оказание помощи при травмах: Помощь при ушибах, растяжении, обморожении.

Межотраслевая инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве

РАЗРАБОТАНА в соответствии с программой курса "Основы медицинских знаний", рекомендованного Министерством образования Российской Федерации, и "Курса медицинской подготовки спасателей", одобренного Медицинским управлением МЧС России.

РАЗРАБОТЧИКИ: В.Г.Бубнов, Н.В.Бубнова

Именной лист работника

(заполняется работодателем перед выдачей настоящей инструкции работнику)

Фамилия, И.О. работника

Место работы

Цех, подразделение, отдел

Профессия (должность)

Группа крови, резус-фактор (Rh)

Противопоказанные лекарственные препараты

Телефоны

Скорая помощь

Пожарная охрана (организации, города)

Медицинский пункт организации

Непосредственный руководитель работника

Дежурный инженер организации

Служба охраны труда организации

I. Общая часть

Инструкция разработана по техническому заданию Департамента условий и охраны труда Министерства труда и социального развития Российской Федерации.

Инструкция утверждена Департаментом научно-исследовательских и образовательных медицинских учреждений Министерства здравоохранения РФ и рекомендована для подготовки лиц, не имеющих медицинского образования, но обязанных уметь оказывать первую неотложную медицинскую помощь (письмо N 16-16/68 от 28.06.99).

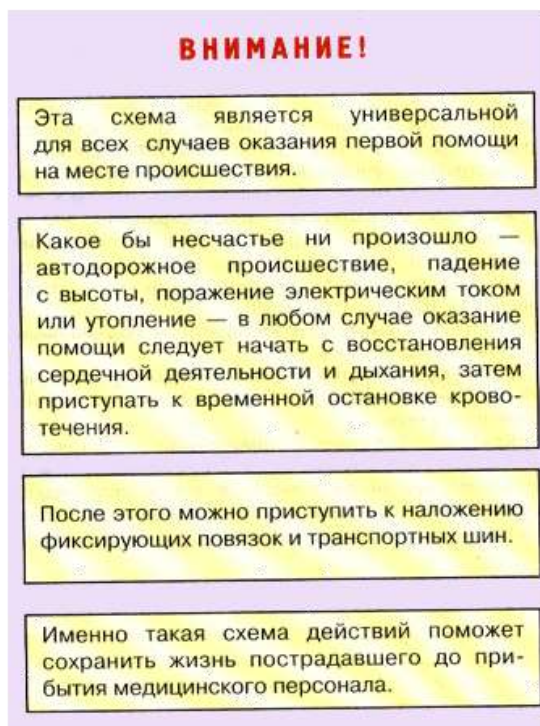
Инструкция выдается работодателем подчиненным работникам под подпись.

Инструкция является именным личным нормативным документом для каждого работника и должна постоянно находиться у него.

Каждый работник, получивший настоящую инструкцию, обязан знать ее содержание и уметь применять при необходимости в любой обстановке. Знание инструкции и навыки ее применения ежегодно подтверждаются экзаменом.

II

УНИВЕРСАЛЬНАЯ СХЕМА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ НА МЕСТЕ ПРОИСШЕСТВИЯ



1 УБЕДИТЬСЯ

В ОТСУТСТВИИ ПУЛЬСА
НА СОННОЙ АРТЕРИИ



НЕЛЬЗЯ!
ТЕРЯТЬ ВРЕМЯ НА ОПРЕДЕЛЕНИЕ
ПРИЗНАКОВ ДЫХАНИЯ.

2 ОСВОБОДИТЬ

ГРУДНУЮ КЛЕТКУ
ОТ ОДЕЖДЫ
И РАССТЕГНУТЬ
ПОЯСНОЙ РЕМЕНЬ



НЕЛЬЗЯ!
НАНОСИТЬ УДАР ПО ГРУДИНЕ И
ПРОВОДИТЬ НЕПРЯМОЙ МАССАЖ
СЕРДЦА, НЕ ОСВОБОДИВ ГРУДНУЮ
КЛЕТКУ И НЕ РАССТЕГНУВ
ПОЯСНОЙ РЕМЕНЬ.

3 ПРИКРЫТЬ

ДВУМЯ ПАЛЬЦАМИ
МЕЧЕВИДНЫЙ
ОТРОСТОК



НЕЛЬЗЯ!
НАНОСИТЬ УДАР
ПО МЕЧЕВИДНОМУ ОТРОСТКУ
ИЛИ В ОБЛАСТЬ КЛЮЧИЦ.

4 НАНЕСТИ

УДАР КУЛАКОМ
ПО ГРУДИНЕ



Проверить пульс. Если пульса нет —
перейти к следующей позиции 5.

НЕЛЬЗЯ!
НАНОСИТЬ УДАР ПРИ НАЛИЧИИ
ПУЛЬСА НА СОННОЙ АРТЕРИИ.

5**НАЧАТЬ****НЕПРЯМОЙ МАССАЖ
СЕРДЦА**

Частота нажатия 50–80 раз в минуту.
Глубина продавливания грудной клетки
должна быть не менее 3–4 см.

НЕЛЬЗЯ!

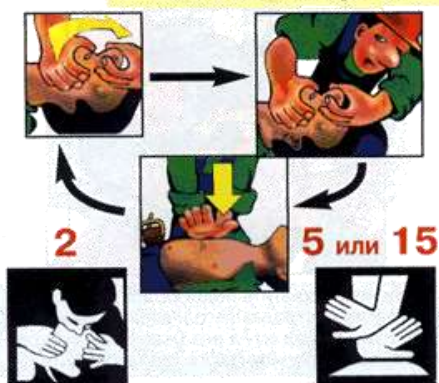
**РАСПОЛАГАТЬ ЛАДОНЬ НА ГРУДИ
ТАК, ЧТОБЫ БОЛЬШОЙ ПАЛЕЦ
БЫЛ НАПРАВЛЕН НА СПАСАТЕЛЯ.**

6**СДЕЛАТЬ****«ВДОХ»
ИСКУССТВЕННОГО
ДЫХАНИЯ**

Зажать нос, захватить подбородок, запроки-
нуть голову пострадавшего и сделать мак-
симальный выдох ему в рот (желательно через
марлю, салфетку или маску «рот в рот»).

НЕЛЬЗЯ!

**СДЕЛАТЬ «ВДОХ»
ИСКУССТВЕННОГО ДЫХАНИЯ,
НЕ ЗАЖАВ ПРЕДВАРИТЕЛЬНО
НОС ПОСТРАДАВШЕГО.**

7**ВЫПОЛНЯТЬ
КОМПЛЕКС
РЕАНИМАЦИИ**

**ПРИ СУЖЕНИИ ЗРАЧКОВ,
НО ОТСУТСТВИИ СЕРДЦЕБИЕНИЯ
РЕАНИМАЦИЮ НУЖНО ПРОВОДИТЬ
ДО ПРИБЫТИЯ МЕДПЕРСОНАЛА.**

ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ

- Если оказывает помощь **один спасатель**, то **2 «вдоха»** искусственного дыхания делают после **15** надавливаний на грудину.
- Если оказывает помощь **группа спасателей**, то **2 «вдоха»** искусственного дыхания делают после **5** надавливаний на грудину.
- Для быстрого возврата крови к сердцу — приподнять ноги пострадавшего.
- Для сохранения жизни головного мозга — приложить холод к голове.
- Для удаления воздуха из желудка — повернуть пострадавшего на живот и надавить кулаками ниже пупка.

8 ОРГАНИЗОВАТЬ ДЕЙСТВИЯ ПАРТНЕРОВ



НЕЛЬЗЯ!
РАСПОЛАГАТЬСЯ СПАСАТЕЛЯМ
ДРУГ НАПРОТИВ ДРУГА.

ПЕРВЫЙ СПАСАТЕЛЬ

проводит непрямой массаж сердца, отдает команду «Вдох!» и контролирует эффективность вдоха по подъему грудной клетки.

ВТОРОЙ СПАСАТЕЛЬ

проводит искусственное дыхание, контролирует реакцию зрачков, пульс на сонной артерии и информирует партнеров о состоянии пострадавшего: «Есть реакция зрачков! Нет пульса! Есть пульс!» и т. п.

ТРЕТИЙ СПАСАТЕЛЬ

приподнимает ноги пострадавшего для лучшего притока крови к сердцу и готовится к смене партнера, выполняющего непрямой массаж сердца.

ОСОБЕННОСТИ РЕАНИМАЦИИ В ОГРАНИЧЕННОМ ПРОСТРАНСТВЕ

1 НАНЕСТИ УДАР КУЛАКОМ ПО ГРУДИНЕ



Удар можно наносить в положении пострадавшего «сидя» и «лежа».

2 УЛОЖИТЬ ПОСТРАДАВШЕГО НА СПИНУ



Комплекс реанимации можно проводить только в положении пострадавшего «лежа на спине» на ровной жесткой поверхности.

1 ПОВЕРНУТЬ ПОСТРАДАВШЕГО НА ЖИВОТ

ТОЛЬКО В ПОЛОЖЕНИИ «ЛЕЖА НА ЖИВОТЕ» ПОСТРАДАВШИЙ ДОЛЖЕН ОЖИДАТЬ ПРИБЫТИЯ ВРАЧЕЙ.



НЕЛЬЗЯ!
ОСТАВЛЯТЬ ЧЕЛОВЕКА
В СОСТОЯНИИ КОМЫ
ЛЕЖАТЬ НА СПИНЕ.

2 УДАЛИТЬ СЛИЗЬ И СОДЕРЖИМОЕ ЖЕЛУДКА



Периодически удалять из ротовой полости слизь и содержимое желудка с помощью салфетки или резинового баллончика.

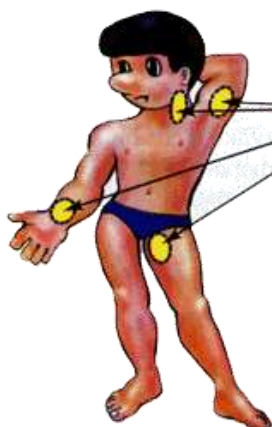
3 ПРИЛОЖИТЬ ХОЛОД К ГОЛОВЕ



Можно использовать пузырь со льдом или бутылки и пакеты с холодной водой или снегом, либо гипотермический пакет.

В СЛУЧАЯХ АРТЕРИАЛЬНОГО КРОВОТЕЧЕНИЯ

1 ПРИЖАТЬ



Места прижатия крупных кровеносных сосудов

До наложения жгута поврежденную конечность следует оставить в приподнятом положении.

На конечностях точка прижатия артерии должна быть выше места кровотечения. На шее и голове — ниже раны или в ране.

ПАЛЬЦАМИ ИЛИ КУЛАКОМ АРТЕРИЮ В УКАЗАННЫХ ТОЧКАХ



Прижатие сонной артерии в ране или ниже раны.



Временная остановка артериального кровотечения из ран ладони.



Прижатие плечевой артерии выше раны.



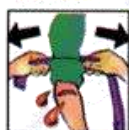
Прижатие кулаком бедренной артерии.

НЕЛЬЗЯ!
ТЕРЯТЬ ВРЕМЯ
НА ОСВОБОЖДЕНИЕ
КОНЕЧНОСТЕЙ ОТ ОДЕЖДЫ.

2

НАЛОЖИТЬ

КРОВООСТАНАВЛИВАЮЩИЙ ЖГУТ



Завести жгут за конечность и растянуть с максимальным усилием.



Обернуть петлю-застежку вокруг жгута.



Прижать первый виток жгута и убедиться в отсутствии пульса.



Оттянуть петлю и завести под свободный конец жгута.



Наложить следующие витки жгута с меньшим усилием.



Вложить записку о времени наложения жгута под резинку петли.



Жгут на шею накладывают без контроля пульса и оставляют до прибытия врача. Для герметизации раны используют чистую салфетку или многослойную ткань (упаковку бинта).



Нет пульса

В СЛУЧАЯХ ПОСИНЕНИЯ И ОТЕКА КОНЕЧНОСТИ (ПРИ НЕПРАВИЛЬНОМ НАЛОЖЕНИИ ЖГУТА) СЛЕДУЕТ НЕМЕДЛЕННО ЗАНОВО НАЛОЖИТЬ ЖГУТ.



Нет пульса



Нет пульса

Жгут на бедро накладывают через гладкий твердый предмет (бинт) с контролем пульса на подколенной ямке.

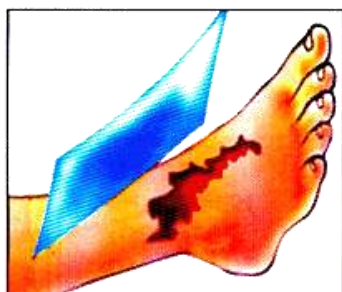
Жгут на конечность можно наложить не более чем на 1 час.

КАК НАКЛАДЫВАТЬ ПОВЯЗКИ НА РАНЫ

1

НАКРЫТЬ

рану любой чистой салфеткой, полностью прикрыв края раны



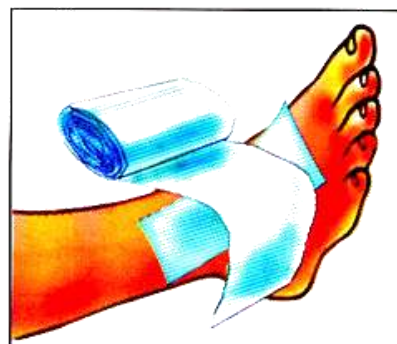
ЗАПРЕЩАЕТСЯ!

ПРОМЫВАТЬ РАНУ ВОДОЙ.

2

ПРИБИНТОВАТЬ

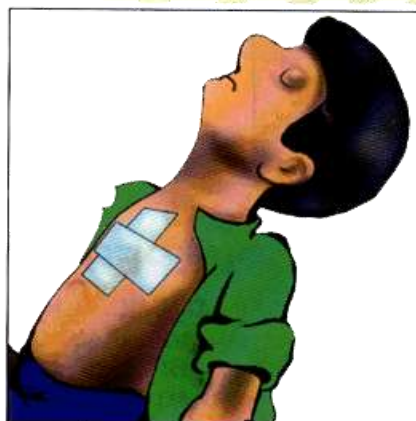
салфетку или прикрепить ее лейкопластырем



ЗАПРЕЩАЕТСЯ!

ВЛИВАТЬ В РАНУ СПИРТОВЫЕ ИЛИ ЛЮБЫЕ ДРУГИЕ РАСТВОРЫ.



1**ПРИЖАТЬ**ладонь к ране и закрыть
в нее доступ воздуха**НЕДОПУСТИМО!**ИЗВЛЕКАТЬ ИЗ РАНЫ
ИНОРОДНЫЕ ПРЕДМЕТЫ
НА МЕСТЕ ПРОИСШЕСТВИЯ.**2****НАЛОЖИТЬ**герметичную повязку
или лейкопластырьТРАНСПОРТИРОВКА
ТОЛЬКО В ПОЛОЖЕНИИ
«СИДЯ».**1****ПРИКРЫТЬ**СОДЕРЖИМОЕ РАНЫ
ЧИСТОЙ
САЛФЕТКОЙ**2****ПРИКРЕПИТЬ**САЛФЕТКУ, ПОЛНОСТЬЮ
ПРИКРЫВАЮЩУЮ
КРАЯ РАНЫ,
ПЛАСТЫРЕМ**3****ПРИПОДНЯТЬ**НОГИ И РАССТЕГНУТЬ
ПОЯСНОЙ РЕМЕНЬПРИ ВОЗМОЖНОСТИ
ПОЛОЖИТЬ ХОЛОД НА ЖИВОТОЖИДАНИЕ ПОМОЩИ
И ТРАНСПОРТИРОВКА — ТОЛЬКО
В ПОЛОЖЕНИИ «ЛЕЖА НА СПИНЕ»
С ПРИПОДНЯТЫМИ И СОГНУТЫМИ
В КОЛЕНАХ НОГАМИ.**ЗАПРЕЩАЕТСЯ!**

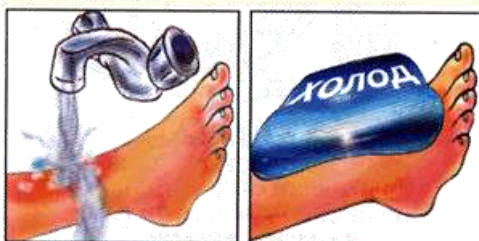
- ВПРАВЛЯТЬ
ВЫПАВШИЕ ОРГАНЫ.
- ДАВАТЬ ПИТЬ.

ПРАВИЛА ОБРАБОТКИ ОЖОГА БЕЗ НАРУШЕНИЯ ЦЕЛОСТНОСТИ ОЖОГОВЫХ ПУЗЫРЕЙ

Подставить
под струю
холодной воды
на 10–15 минут.

и / или

Приложить
холод
на 20–30 минут.



НЕЛЬЗЯ!

СМАЗЫВАТЬ ОБОЖЖЕННУЮ
ПОВЕРХНОСТЬ МАСЛАМИ
И ЖИРАМИ.

РАНЫ ГЛАЗ ИЛИ ВЕК

1

НАКРЫТЬ
ГЛАЗ ЧИСТОЙ
САЛФЕТКОЙ
(НОСОВЫМ ПЛАТКОМ)

Все операции
проводить
в положении
пострадавшего
«лежа».



2

ЗАФИКСИРОВАТЬ
САЛФЕТКУ ПОВЯЗКОЙ
И ОБЯЗАТЕЛЬНО
ПРИКРЫТЬ ЭТОЙ ЖЕ
ПОВЯЗКОЙ ВТОРОЙ ГЛАЗ
ДЛЯ ПРЕКРАЩЕНИЯ ДВИЖЕНИЙ
ГЛАЗНЫХ ЯБЛОК



НЕЛЬЗЯ!

Промывать водой
колотые и резаные
раны глаз и век.

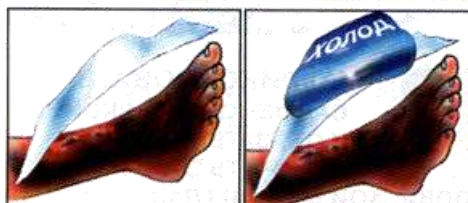
ПРАВИЛА ОБРАБОТКИ ОЖОГА С НАРУШЕНИЕМ ЦЕЛОСТНОСТИ ОЖОГОВЫХ ПУЗЫРЕЙ И КОЖИ

1

Накрыть сухой
чистой тканью.

2

Поверх сухой
ткани приложить
холод.



ПРОМЫВАТЬ
ВОДОЙ.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ!

БИНТОВАТЬ
ОБОЖЖЕННУЮ
ПОВЕРХНОСТЬ.

ОЖОГИ ГЛАЗ ИЛИ ВЕК В СЛУЧАЯХ ПОПАДАНИЯ ЕДКИХ ХИМИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ

1

РАЗДВИНУТЬ
ОСТОРОЖНО ВЕКИ
ПАЛЬЦАМИ И ПОДСТАВИТЬ
ПОД СТРУЮ ХОЛОДНОЙ
ВОДЫ



2

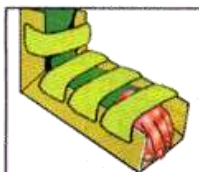
ПРОМЫТЬ
ГЛАЗ ПОД СТРУЕЙ
ХОЛОДНОЙ ВОДЫ ТАК,
ЧТОБЫ ОНА СТЕКАЛА
ОТ НОСА КНАРУЖИ

НЕДОПУСТИМО!

Применять нейтрализующую
жидкость при попадании в глаза
едких химических веществ
(кислота – щелочь).

ЗАФИКСИРОВАТЬ

КОНЕЧНОСТЬ С ПОМОЩЬЮ
СКЛАДНЫХ ШИН



Фиксирование костей
предплечья
и локтевого сустава.

Фиксирование
костей голени,
коленного
и голеностопного
суставов.



ПРИ ОТКРЫТЫХ ПЕРЕЛОМАХ
СНАЧАЛА НАЛОЖИТЬ ПОВЯЗКУ
И ТОЛЬКО ЗАТЕМ — ШИНУ.

Поза «лягушки»



Подложить валик
из одежды под колени.

ЗАФИКСИРОВАТЬ

КОНЕЧНОСТЬ С ПОМОЩЬЮ
ПОДРУЧНЫХ СРЕДСТВ



Обязательно положить
между ног валик из ткани.

Фиксирование костей голени, бедра
и коленного сустава.

НЕЛЬЗЯ!

ИСПОЛЬЗОВАТЬ ШИНЫ,
ЕСЛИ ПОСТРАДАВШИЙ ЛЕЖИТ
В ПОЗЕ «ЛЯГУШКИ».

ПРАВИЛА ПЕРЕНОСКИ ПОСТРАДАВШЕГО МЕТОДОМ «НИДЕРЛАНДСКИЙ МОСТ»



ПОДОБНЫМ ОБРАЗОМ
МОЖНО ПЕРЕКЛАДЫВАТЬ
ПОСТРАДАВШЕГО И В ПОЛОЖЕНИИ
«ЛЕЖА НА ЖИВОТЕ».

ПЕРВЫЙ СПАСАТЕЛЬ

придерживает голову
и плечи пострадавшего.

ВТОРОЙ СПАСАТЕЛЬ

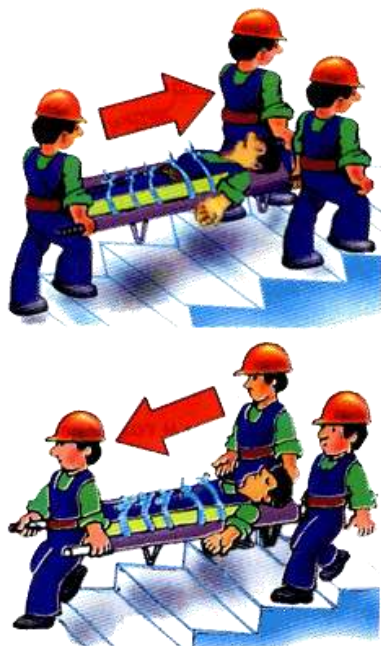
приподнимает таз,
захватывает руки пострадавшего,
контролирует действия
всех спасателей
и подает общую команду
«Раз-два! Взяли!»

ТРЕТИЙ СПАСАТЕЛЬ

захватывает стопы и голени
пострадавшего.

ОБЩАЯ ЗАДАЧА —
УДЕРЖАТЬ ТЕЛО
И КОНЕЧНОСТИ ПОСТРАДАВШЕГО
В ГОРИЗОНТАЛЬНОЙ ПЛОСКОСТИ.

ПЕРЕНОСКА ПОСТРАДАВШЕГО НА НОСИЛКАХ



ВВЕРХ ПО ЛЕСТНИЦЕ, В САЛОН
САНИТАРНОГО ТРАНСПОРТА —
ГОЛОВОЙ ВПЕРЕД.

ВНИЗ ПО ЛЕСТНИЦЕ,
ИЗ САНИТАРНОГО ТРАНСПОРТА —
НОГАМИ ВПЕРЕД.

ИДУЩИЕ ВПЕРЕДИ ВНИМАТЕЛЬНО
СМОТРЯТ ПОД НОГИ И СООБЩАЮТ
ИДУЩЕМУ СЗАДИ
О ВСЕХ ПРЕПЯТСТВИЯХ.

ИДУЩИЙ СЗАДИ СЛЕДИТ
ЗА СОСТОЯНИЕМ ПОСТРАДАВШЕГО
И ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ
ОТДАЕТ КОМАНДУ
«СТОП! НАЧАЛАСЬ РВОТА!»
ИЛИ
«СТОП! ПОТЕРЯ СОЗНАНИЯ!»

ПЕРЕЛОМЫ КОСТОВ КОНЕЧНОСТЕЙ

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ В СЛУЧАЯХ ПОРАЖЕНИЯ

ПРАВИЛА ОСВОБОЖДЕНИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКОГО

ОТ ДЕЙСТВИЯ ТОКА



ПРИ НАПРЯЖЕНИИ
ВЫШЕ 1000 В
СЛЕДУЕТ:

- надеть диэлектрические перчатки, резиновые боты или галоши;
- взять изолирующую штангу или изолирующие клещи;
- замкнуть провода ВЛ 6—20 кВ накоротко методом наброса, согласно специальной инструкции;
- сбросить изолирующей штангой провод с пострадавшего;
- оттащить пострадавшего за одежду не менее чем на 8 метров от места касания проводом земли или от оборудования, находящегося под напряжением.

НЕЛЬЗЯ!

ПРИСТУПАТЬ К ОКАЗАНИЮ ПОМОЩИ,
НЕ ОСВОБОДИВ ПОСТРАДАВШЕГО
ОТ ДЕЙСТВИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКОГО ТОКА.



ГЛАВНАЯ ЗАДАЧА — как можно быстрее
спустить пострадавшего
с высоты, чтобы приступить к оказанию
помощи в более удобных и безопасных
условиях (на земле, на площадке).

НЕЛЬЗЯ!

ТРАТИТЬ ВРЕМЯ НА ОКАЗАНИЕ
ПОМОЩИ НА ВЫСОТЕ.

ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ

ПРАВИЛА ПЕРЕМЕЩЕНИЯ В ЗОНЕ

«ШАГОВОГО» НАПРЯЖЕНИЯ



НЕЛЬЗЯ!
ОТРЫВАТЬ ПОДОШВЫ
ОТ ПОВЕРХНОСТИ ЗЕМЛИ
И ДЕЛАТЬ ШИРОКИЕ ШАГИ.

В РАДИУСЕ **8 МЕТРОВ** ОТ МЕСТА
КАСАНИЯ ЗЕМЛИ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ
ПРОВОДОМ МОЖНО ПОПАСТЬ
ПОД «**ШАГОВОЕ**» **НАПРЯЖЕНИЕ**.

ПЕРЕДВИГАТЬСЯ В ЗОНЕ
«**ШАГОВОГО**» **НАПРЯЖЕНИЯ**
СЛЕДУЕТ В ДИЭЛЕКТРИЧЕСКИХ
БОТАХ ИЛИ ГАЛОШАХ
ЛИБО «ГУСИНЫМ ШАГОМ» —
ПЯТКА ШАГАЮЩЕЙ НОГИ,
НЕ ОТРЫВАЯСЬ ОТ ЗЕМЛИ,
ПРИСТАВЛЯЕТСЯ К НОСКУ
ДРУГОЙ НОГИ.

НЕЛЬЗЯ!
ПРИБЛИЖАТЬСЯ БЕГОМ
К ЛЕЖАЩЕМУ ПРОВОДУ.

СХЕМА ДЕЙСТВИЙ В СЛУЧАЯХ ПОРАЖЕНИЯ



Обесточить пострадавшего.
(Не забывай о собственной безопасности!)

При отсутствии пульса на сонной
артерии — нанести удар кулаком
по груди и приступить
к реанимации.

При коме — повернуть на живот.

При электрических ожогах
и ранах — наложить повязки.
При переломах костей
конечностей — шины.

Вызвать «Скорую помощь».

НЕДОПУСТИМО!

- ПРИКАСАТЬСЯ
К ПОСТРАДАВШЕМУ
БЕЗ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОГО
ОБЕСТОЧИВАНИЯ.
- ПРЕКРАЩАТЬ РЕАНИМАЦИОННЫЕ
МЕРОПРИЯТИЯ
ДО ПОЯВЛЕНИЯ ПРИЗНАКОВ
БИОЛОГИЧЕСКОЙ СМЕРТИ.

1

ОЦЕНИТЬ

СОСТОЯНИЕ
ПОСТРАДАВШЕГО

ВЫНУЖДЕННАЯ ПОЗА «ЛЯГУШКИ» — ЭТО ВЕРНЫЙ ПРИЗНАК КРАЙНЕ ОПАСНЫХ ПОВРЕЖДЕНИЙ.

Пострадавший не может изменить положение ног.



Стопы развернуты наружу, колени приподняты и разведены.

К ТАКИМ ПОВРЕЖДЕНИЯМ ОТНОСЯТСЯ:

- ПЕРЕЛОМЫ КОСТЕЙ ТАЗА И ПОВРЕЖДЕНИЯ ТАЗОБЕДРЕННЫХ СУСТАВОВ;
- ПЕРЕЛОМЫ БЕДРЕННЫХ КОСТЕЙ;
- ПОВРЕЖДЕНИЯ ПОЗВОНОЧНИКА;
- РАЗРЫВЫ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ И ВНУТРЕННИЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ.

НЕЛЬЗЯ!

ПЕРЕМЕЩАТЬ ПОСТРАДАВШЕГО, СНИМАТЬ С НЕГО ОДЕЖДУ ИЛИ ПОЗВОЛЯТЬ ЕМУ ШЕВЕЛИТЬСЯ.

2

ПЕРЕЛОЖИТЬ

ПОСТРАДАВШЕГО
НА КОВШОВЫЕ НОСИЛКИ



СНАЧАЛА СЛЕДУЕТ РАЗЪЕДИНИТЬ И РАЗДВИНУТЬ КОВШИ НОСИЛОК.



ОСТОРОЖНО СОЕДИНИТЬ КОВШИ НОСИЛОК ПОД ПОСТРАДАВШИМ.

3

ПЕРЕЛОЖИТЬ

ПОСТРАДАВШЕГО
НА ВАКУУМНЫЙ МАТРАС



ПОКАЗАНИЯ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ:

- ПЕРЕЛОМЫ БЕДРЕННЫХ КОСТЕЙ И ГОЛЕНИ;
- ПОВРЕЖДЕНИЕ ПОЗВОНОЧНИКА;
- ПОВРЕЖДЕНИЕ КОСТЕЙ ТАЗА И ТАЗОБЕДРЕННЫХ СУСТАВОВ.

ОПУСТИТЬ ПОСТРАДАВШЕГО
НА ВАКУУМНЫЙ МАТРАС,
ОСТОРОЖНО РАЗЪЕДИНИТЬ
КОВШИ НОСИЛОК
И ВЫТАЩИТЬ ИХ
ИЗ-ПОД НЕГО.

НЕЛЬЗЯ!

ОСТАВЛЯТЬ ЛЕЖАТЬ
ПОСТРАДАВШЕГО
НА МЕТАЛЛИЧЕСКИХ НОСИЛКАХ
БОЛЕЕ 10–15 МИНУТ.

4

ЗАФИКСИРОВАТЬ

ПОСТРАДАВШЕГО НА ВАКУУМНОМ
МАТРАСЕ В ПОЗЕ «ЛЯГУШКИ»



НЕОБХОДИМО!
ПОСТОЯННО КОНТРОЛИРОВАТЬ
СОСТОЯНИЕ ПОСТРАДАВШЕГО.

НЕЛЬЗЯ!
ДОПУСКАТЬ РЕЗКИЕ И ГРУБЫЕ
ДВИЖЕНИЯ.

ПЕРВЫЙ СПАСАТЕЛЬ
ФИКСИРУЕТ ШЕЙНЫЙ ОТДЕЛ
ПОЗВОНОЧНИКА.

ВТОРОЙ СПАСАТЕЛЬ
ОСТОРОЖНО ПРИПОДНИМАЕТ
МАТРАС У КОЛЕН
ПОСТРАДАВШЕГО.

ТРЕТИЙ СПАСАТЕЛЬ
СВОБОДНОЙ НОГОЙ ФОРМИРУЕТ
ВАЛИК ДЛЯ ОПОРЫ СТОП
ПОСТРАДАВШЕГО И ОТКАЧИВАЕТ
ИЗ МАТРАСА ВОЗДУХ
ОТКАЧИВАЮЩИМ НАСОСОМ
ДЛЯ ВАКУУМНЫХ МАТРАСОВ.



ЕСЛИ ПОСТРАДАВШИЙ НАХОДИТСЯ БЕЗ СОЗНАНИЯ

Убедиться в наличии пульса на сонной артерии.

Быстро повернуть пострадавшего на живот.

Очистить с помощью платка или салфетки ротовую полость.

При кровотечении — наложить кровоостанавливающие жгуты.

На раны — наложить повязки.

При подозрении на переломы костей конечностей — наложить шины.

Вызвать «Скорую помощь».

НЕДОПУСТИМО!

- Оставлять пострадавшего в состоянии комы лежать на спине.
- Подкладывать под голову подушку, сумку или свернутую одежду.
- Переносить или перетаскивать пострадавшего без крайней необходимости (угроза взрыва, пожар и т. п.).

СХЕМА ДЕЙСТВИЙ В СЛУЧАЯХ

ИСТИННОГО УТОПЛЕНИЯ



Сразу же после извлечения утонувшего из воды — перевернуть его лицом вниз и опустить голову ниже таза.

Очистить рот от инородного содержимого и слизи. Резко надавить на корень языка.

При появлении рвотного и кашлевого рефлексов — добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка.

Если нет рвотных движений и пульса — положить на спину и приступить к реанимации. При появлении признаков жизни — перевернуть лицом вниз и удалить воду из легких и желудка.

Вызвать «Скорую помощь».

НЕДОПУСТИМО!

- Оставлять пострадавшего без внимания (в любой момент может наступить остановка сердца).
- Самостоятельно перевозить пострадавшего, если есть возможность вызвать спасательные службы.

Перенести тело
на безопасное расстояние.

Проверить реакцию зрачков на свет
и наличие пульса на сонной артерии.

При отсутствии пульса на сонной
артерии — приступить к реанимации.

Если появились признаки жизни —
перенести спасенного в теплое
помещение, переодеть в сухую
одежду, дать теплое питье.

Вызвать «Скорую помощь».

НЕДОПУСТИМО!

Терять время на удаление воды
из легких и желудка
при отсутствии пульса
на сонной артерии.

СХЕМА ДЕЙСТВИЙ ПРИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИИ

При появлении озноба и мышечной дрожи
необходимо дополнительно укрыть,
предложить теплое сладкое питье
или пищу с большим содержанием сахара.

При возможности дать 50 мл алкоголя
и доставить в течение 1 часа в теплое
помещение или укрытие.

В теплом помещении — немедленно снять
одежду и поместить в ванну
с температурой воды 35–40 °С (терпит
локоть) или обложить большим
количеством теплых грелок.

После согревающей ванны обязательно
укрыть теплым одеялом или надеть теплую
сухую одежду.

Продолжать давать теплое сладкое питье
до прибытия врачей.

НЕДОПУСТИМО!

- Давать повторные дозы алкоголя
или предлагать его в тех случаях,
когда пострадавший находится
в алкогольном опьянении.
- Использовать для согревающей ванны
воду с температурой ниже 30 °С.

ПОМОГИ СЕБЕ САМ — ЕСЛИ ТЫ ОКАЗАЛСЯ В ПОЛЫНЬЕ

НЕ СУЕТИСЬ!

Выбирайся на лед только с той
стороны, с которой тебя
угрозило свалиться.

Старайся наваливаться
и опираться на край полыньи
не ладонями, а всей верхней
половиной туловища, захватывая
наибольшую площадь
крепкого льда.

Проползи по-пластунски первые
3–4 метра и обязательно
по собственным следам.

СХЕМА ДЕЙСТВИЙ ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ

Как можно скорее доставить
пострадавшего в теплое помещение.

Снять с обмороженных конечностей
одежду и обувь.

Немедленно укрыть поврежденные
конечности от внешнего тепла
теплоизолирующей повязкой с большим
количеством ваты или одеялами
и теплой одеждой.

Дать обильное теплое питье.

Обязательно дать 1-2 таблетки
анальгина.

Предложить малые дозы алкоголя.

Обязательно вызвать
«Скорую помощь».

НЕДОПУСТИМО!

- Растирать обмороженную кожу.
- Помещать обмороженные конечности
в теплую воду или обкладывать
грелками.
- Смазывать кожу маслами
или вазелином.

1



Убедиться в наличии пульса на сонной артерии.

2



Освободить грудную клетку от одежды и расстегнуть поясной ремень.

3



Приподнять ноги.

4



Надавить на болевую точку.

НЕДОПУСТИМО!

- Прикладывать грелку к животу или пояснице при болях в животе или повторных обмороках.
- Кормить в случаях голодного обморока.

СХЕМА ДЕЙСТВИЙ В СЛУЧАЯХ ДЛИТЕЛЬНОГО СДАВЛЕНИЯ КОНЕЧНОСТЕЙ

Обложить придавленные конечности пакетами со льдом, снегом или холодной водой.

Дать 2-3 таблетки анальгина. Предложить обильное теплое питье.

Наложить защитные жгуты на сдавленные конечности до их освобождения.

Сразу же после освобождения туго забинтовать поврежденные конечности.

Наложить шины.

Повторно приложить холод к поврежденным конечностям.

Продолжать давать обильное теплое питье до прибытия врача.

НЕДОПУСТИМО!

- Устранять препятствие кровотоку (освобождать сдавленные конечности) до наложения защитных жгутов и приема пострадавшим большого количества жидкости.
- Согревать придавленные конечности.

Если нет пульса на сонной артерии — приступить к комплексу реанимации.

Если есть пульс на сонной артерии — приподнять ноги, расстегнуть ворот сорочки, ослабить галстук и поясной ремень.

Надавить на болевую точку.

Если в течение 3 минут сознание не появилось — повернуть пострадавшего на живот и приложить холод к голове.

При появлении боли в животе или повторных обмороков — положить холод на живот.

При тепловом ударе — перенести в прохладное место, приложить холод к голове и груди.

В случаях голодного обморока — напоить сладким чаем.

Во всех случаях обморока необходимо вызвать врача.

СХЕМА ДЕЙСТВИЙ В СЛУЧАЯХ УКУСОВ ЗМЕЙ И ЯДОВИТЫХ НАСЕКОМЫХ

Удалить жало из ранки.

Приложить холод к месту укуса. Наложить стерильную повязку.

Закапать 5-6 капель галазолина или санорина в нос и ранку от укуса.

При укусах в руку или ногу — обязательно наложить шину.

Давать обильное и желательно сладкое питье.

Тщательно следить за состоянием больного до прибытия врача.

При потере сознания — повернуть на живот. При остановке сердца и дыхания — приступить к реанимации.

НЕДОПУСТИМО!

- При потере сознания оставлять больного лежать на спине.
- Использовать грелку или согревающие компрессы.

СХЕМА ДЕЙСТВИЙ В СЛУЧАЯХ ХИМИЧЕСКИХ ОЖОГОВ КОЖИ

При поражениях любой агрессивной жидкостью (кислотой, щелочью, растворителем, спецтопливом, маслами и т. п.) — промывать под струей холодной воды до прибытия «Скорой помощи».

НЕДОПУСТИМО!

Использовать сильнодействующие и концентрированные растворы кислот и щелочей для реакции нейтрализации на коже пострадавшего.

СХЕМА ДЕЙСТВИЙ В СЛУЧАЯХ ОТРАВЛЕНИЯ ЯДОВИТЫМИ ГАЗАМИ

Вынести на свежий воздух.

В случае отсутствия сознания и пульса на сонной артерии — приступить к комплексу реанимации.

В случаях потери сознания более 4 минут — повернуть на живот и приложить холод к голове.

Во всех случаях вызвать «Скорую помощь».

НЕДОПУСТИМО!

Проводить искусственное дыхание изо рта в рот без использования специальных масок, защищающих спасателя от выдоха пострадавшего.

ПОКАЗАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ ОСНОВНЫХ МАНИПУЛЯЦИЙ

КОГДА ТРЕБУЕТСЯ НЕМЕДЛЕННО НАНЕСТИ УДАР КУЛАКОМ ПО ГРУДИНЕ И ПРИСТУПИТЬ К СЕРДЕЧНО-ЛЕГОЧНОЙ РЕАНИМАЦИИ

1. Нет сознания.
2. Нет реакции зрачков на свет.
3. Нет пульса на сонной артерии.

НЕДОПУСТИМО!

1. ТЕРЯТЬ ВРЕМЯ НА ВЫЯСНЕНИЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ СЛУЧИВШЕГОСЯ.
2. ПОДДАВАТЬСЯ ПАНИКЕ.
3. ТЕРЯТЬ ВРЕМЯ НА ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРИЗНАКОВ ДЫХАНИЯ.

КОГДА СЛЕДУЕТ НАКЛАДЫВАТЬ ДАВЯЩИЕ ПОВЯЗКИ

1. При кровотечениях, если кровь пассивно стекает из раны.
2. Сразу после освобождения конечностей при синдроме сдавления.

КОГДА СЛЕДУЕТ НЕМЕДЛЕННО НАЛОЖИТЬ КРОВООСТАНАВЛИВАЮЩИЙ ЖГУТ

1. Алая кровь из раны бьет фонтанирующей струей.
2. Над раной образуется валик из вытекающей крови.
3. Большое кровавое пятно на одежде или лужа крови возле пострадавшего.

КОГДА НЕОБХОДИМО НАКЛАДЫВАТЬ ЗАЩИТНЫЕ ЖГУТЫ

В случаях синдрома сдавления до освобождения конечностей.

**КОГДА НЕОБХОДИМО НАКЛАДЫВАТЬ
ШИНЫ НА КОНЕЧНОСТИ**

1. Видны костные отломки.
2. При жалобах на боль.
3. При деформации и отеках конечностей.
4. После освобождения придавленных конечностей.
5. При укусах ядовитых змей.

**КОГДА НЕОБХОДИМО ПЕРЕНОСИТЬ
ПОСТРАДАВШИХ НА ЩИТЕ
С ПОДЛОЖЕННЫМ ПОД КОЛЕНИ
ВАЛИКОМ ИЛИ НА ВАКУУМ-НОСИЛКАХ
В ПОЗЕ «ЛЯГУШКИ»**

1. При подозрении на перелом костей таза.
2. При подозрении на перелом верхней трети бедренной кости и повреждение тазобедренного сустава.
3. При подозрении на повреждение позвоночника и спинного мозга.

**КОГДА ПОСТРАДАВШИХ ПЕРЕНОСЯТ
ТОЛЬКО НА ЖИВОТЕ**

1. В состоянии комы.
2. При частой рвоте.
3. В случаях ожогов спины и ягодиц.
4. При подозрении на повреждение спинного мозга, когда в наличии есть только брезентовые носилки.

**КОГДА ПОСТРАДАВШИХ МОЖНО
ПЕРЕНОСИТЬ И ПЕРЕВОЗИТЬ ТОЛЬКО
СИДЯ ИЛИ ПОЛУСИДЯ**

1. При проникающих ранениях грудной клетки.
2. При ранениях шеи.

**КОГДА ПОСТРАДАВШЕГО МОЖНО
ПЕРЕНОСИТЬ ТОЛЬКО НА СПИНЕ
С ПРИПОДНЯТЫМИ ИЛИ СОГНУТЫМИ
В КОЛЕНАХ НОГАМИ**

1. При проникающих ранениях брюшной полости.
2. При большой кровопотере или при подозрении на внутреннее кровотечение.

ПРИЗНАКИ ОПАСНЫХ ПОВРЕЖДЕНИЙ И СОСТОЯНИЙ**ПРИЗНАКИ ИСТИННОГО УТОПЛЕНИЯ**

1. Кожа лица и шеи с синюшным отеком.
2. Набухание сосудов шеи.
3. Обильные пенные выделения изо рта и носа.

ПРИЗНАКИ ОБМОРОКА

1. Кратковременная потеря сознания (не более 3-4 минут).
2. Потере сознания предшествуют: резкая слабость, головокружение, звон в ушах и потемнение в глазах.

ПРИЗНАКИ БЛЕДНОГО УТОПЛЕНИЯ

1. Бледно-серый цвет кожи.
2. Широкий нереагирующий на свет зрачок.
3. Отсутствие пульса на сонной артерии.
4. Часто сухая, легко удаляемая платком пена в углах рта.

**ПРИЗНАКИ
СИНДРОМА СДАВЛЕНИЯ
НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ
(ПОЯВЛЯЮТСЯ СПУСТЯ 15 МИНУТ)**

1. После освобождения сдавленной конечности — резкое ухудшение состояния пострадавшего.
2. Появление отека конечности с исчезновением рельефа мышц.
3. Отсутствие пульса у лодыжек.
4. Появление розовой или красной мочи.

ПРИЗНАКИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ

1. Озноб и дрожь.
2. Нарушение сознания:
 - заторможенность и апатия;
 - бред и галлюцинации;
 - неадекватное поведение.
3. Посинение или побледнение губ.
4. Снижение температуры тела.

ПРИЗНАКИ ОБМОРОЖЕНИЯ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ

1. Потеря чувствительности.
2. Кожа бледная, твердая и холодная на ощупь.
3. Нет пульса у лодыжек.
4. При постукивании пальцем — «деревянный» звук.

ПРИЗНАКИ ОТКРЫТОГО ПЕРЕЛОМА КОСТЕЙ КОНЕЧНОСТЕЙ

1. Видны костные отломки.
2. Деформация и отек конечности.
3. Наличие раны, часто с кровотечением.

ПРИЗНАКИ ЗАКРЫТОГО ПЕРЕЛОМА КОСТЕЙ КОНЕЧНОСТИ

1. Сильная боль при движении или нагрузке на конечность.
2. Деформация и отек конечности.
3. Синюшный цвет кожи.

СРЕДСТВА ДЛЯ ОСТАНОВКИ КРОВОТЕЧЕНИЙ, ОБРАБОТКИ РАН И НАЛОЖЕНИЯ ПОВЯЗОК, А ТАКЖЕ ДЕЗИНФЕКЦИИ РУК СПАСАТЕЛЯ И МЕДИЦИНСКОГО ОБОРУДОВАНИЯ



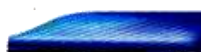
Средство для дезинфекции рук спасателя, кожи вокруг ран, а также медицинского оборудования.



Кровоостанавливающий жгут для остановки артериальных кровотечений и в качестве защитных жгутов при синдроме длительного сдавления.



Бинты и лейкопластырь для наложения повязок на раны.



Специальная пленка для прикрытия ожоговой поверхности.



Стерильные салфетки

СРЕДСТВА ДЛЯ ИСКУССТВЕННОГО ДЫХАНИЯ



Аппарат «Рот-маска» для проведения искусственного дыхания.



Резиновый баллончик для удаления жидкости и слизи из верхних дыхательных путей и промыва глаз водой.

СРЕДСТВА ДЛЯ ОКАЗАНИЯ ПОМОЩИ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ И СИЛЬНЫХ УШИБАХ



Пузырь для льда (грелка)

Холод — при ушибах, ожогах, внутренних кровотечениях, укусах змей и насекомых, аллергической реакции. Тепло — при переохлаждении и утоплении.



Гипотермический пакет

при ушибах, ожогах, внутренних кровотечениях, укусах змей и насекомых, аллергической реакции.



Складная шина

для фиксации костей предплечья, стопы, голени, при повреждении голеностопного сустава.



ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ:

- валидол;
- санорин или галазолин;
- анальгин;
- сода питьевая

Тема 4. Классификация, систематика и терминология в горнолыжном спорте. Признаки классификации, определение понятий, классификация различных дисциплин горнолыжного спорта, физических упражнений, терминология.

Классификация (образовано от латинского classis — разряд, класс; facio — делаю, раскладываю).

Классификация — это общенаучный метод систематизации знания, направленный на организацию некоторой совокупности (множества) изучаемых объектов различных областей действительности, знания и деятельности, в систему соподчинённых групп (классов), по которым эти объекты распределены на основании их сходства в определённых сущностных свойствах. (Автор определения: В. А. Эдельман).

Класс — это конечная или бесконечная совокупность объектов, выделенная по некоторому общему для них признаку (свойству или отношению), мыслимая как нечто целое. Объекты, составляющие класс, называются его элементами.

Основной принцип классификации состоит в том, что каждый элемент совокупности объектов, которую она охватывает, должен попасть в то или иное подмножество. Тем самым, главная цель классификации заключается в определении места в системе любого объекта и установлении между ними наличия некоторых связей, что определяет дальнейшее нормативно-мерное упорядочивание множества, которое разбивается на гетерономные друг по отношению к другу, но гомогенные внутри себя по какому-либо признаку, отделённые друг от друга подмножества. Субъект, владеющий ключом (критерием) классификации, получает возможность ориентироваться в многообразии объектов.

Классификация всегда отражает имеющийся на данный момент времени уровень знания, суммирует его, задаёт его «топологическую карту». С другой стороны, классификация позволяет обнаруживать пробелы в существующем знании, служить основанием для диагностических и прогностических процедур. В так называемой описательной науке классификация выступала итогом (целью) познания (например, систематика в биологии, попытки по разным основаниям классифицировать науки и так далее), а дальнейшее развитие представлялось как её усовершенствование или предложение новой классификации. Таким образом, термин «классификация» используется как для обозначения указанной процедуры, так и для обозначения её результата.

Классификация призвана решать две основные задачи: представлять в надёжном и удобном для обозрения и распознавания виде всю изучаемую область и заключать в себе максимально полную информацию о её объектах. Различают естественные и искусственные классификации в зависимости от существенности признака, который кладется в её основу.

Естественные классификации предполагают нахождение значимого критерия различения, искусственные могут быть в принципе построены на основании любого признака. Вариантом искусственных классификаций являются различные вспомогательные классификации типа алфавитных, технических и тому подобных указателей. Разные классификации по-разному справляются со своими задачами. Так, искусственная классификация, в которой группировка осуществляется на основании лишь отдельных, произвольно выбранных и удобно различимых свойств объектов, может решить только первую из указанных задач. В естественной классификации группировка происходит на основании комплекса свойств объектов, выражающих их природу, и таким образом объединяет их в естественные группы, а сами группы в единую систему. В такой классификации число свойств классифицируемых объектов, поставленных в соответствие с их положением в системе, является наибольшим по сравнению с любой другой группировкой этих объектов. Естественная классификация, в отличие от искусственной, основываясь на полноте понимания содержания классифицируемых объектов, является не просто описательно-распознавательной, а пояснительной, объясняющей причины общности свойств классификационных групп, равно как и характер отношений между группами. Известными примерами естественной классификации в науках являются: периодическая система химических элементов, классификация кристаллов на основе фёдоровских групп преобразований, филогенетические систематики в биологии, генеалогическая и морфологическая классификации языков. В отличие от искусственной классификации, зачастую строящейся на прагматических основаниях, естественная классификация возникает на основе материала наблюдений и массива опытных данных той или иной области знания в результате синтеза эмпирических обобщений и теоретических представлений. В целом, естественная классификация всегда в той или иной степени является содержательно-обоснованной типологией (Типология), способной решать содержательные задачи и прогнозировать новые результаты.

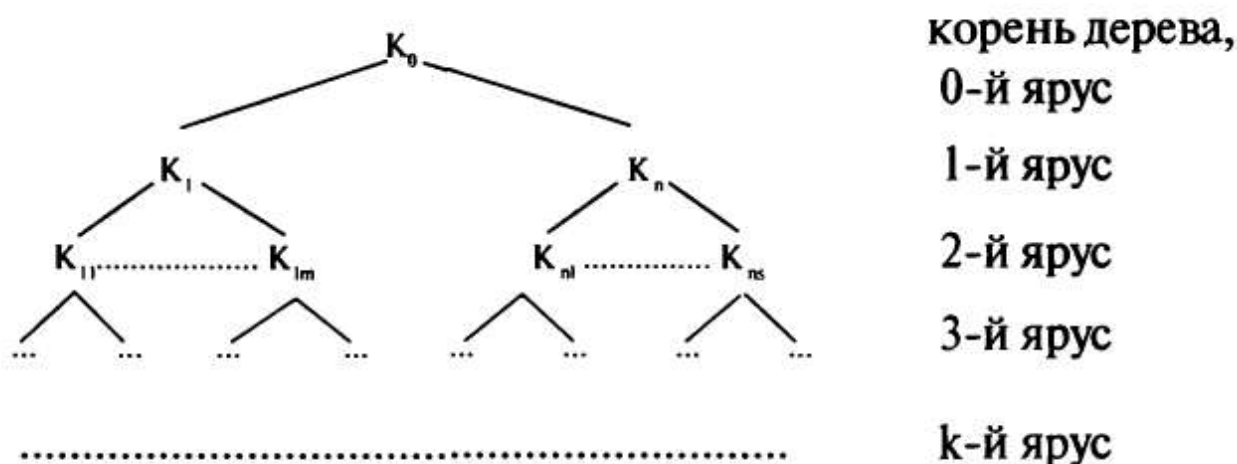
Наряду с естественными и искусственными, различают теоретические и эмпирические классификации. Существуют и иные деления классификаций, например, на общие и частные (специальные). Общие классификации содержат обзор всей области объектов определённого рода, группируют их на основании свойств, выражающих их природную общность самих по себе, и несут информацию о причине этой общности, то есть о некоторой естественной закономерности. Общие классификации имеют место в фундаментальных науках, главная задача которых состоит в объективном познании действительности через выявление доминирующих в ней законов. Тогда как частные, или специальные, классификации характерны, прежде всего, для прикладных, практических отраслей знания, целью которых является обеспечение деятельности. Предметная область частных, или специальных, классификаций более узкая, чем у общих классификаций. Они также исходят из объективных и зачастую немаловажных свойств классифицируемых объектов, но вся группировка в целом осуществляется здесь в целях удовлетворения определённых прагматических запросов. В целом, специальные классификации дополняют и расширяют то знание, которое дают общие классификации.

В логике классификация является частным случаем деления — логической операции над понятиями. Деление — это распределение на группы тех предметов, которые мыслятся в исходном понятии. Получаемые в результате деления группы называются членами деления. Признак, по которому производится деление, именуется основанием деления. В каждом логическом делении имеются, таким образом, делимое понятие, основание деления и члены деления.

По своей структуре, то есть типу отношений, в которых находятся составляющие её понятия, а именно отношений субординации и координации, классификация отличается от других форм систематизации знания (Систематика), например характерных для математизированного естествознания параметрических систем, где понятия соотносятся своими количественными показателями. В то же время, классификация может осуществляться не только по качественным, но и по параметрическим

особенностям изучаемых объектов, имея своим основанием и результатом количественные показатели. Такая группировка широко используется, в частности, в статистике, составляя базу статистических методов, которые, как известно, применяются только к количественно выраженным данным. В таких случаях группировки производятся на основании признаков, поддающихся измерению и поэтому имеющих те или иные численные значения, а весь порядок так образованных групп наводит на некоторое распределение численностей или функциональную зависимость. Когда имеется множество (сотни или тысячи) просто зарегистрированных значений какого-нибудь количественного признака, ум не в состоянии охватить подлинный смысл изучаемого явления. Для того чтобы выявить его характерные черты, необходимо каким-то образом сжато выразить имеющиеся данные, уплотнить их посредством группировки. При этом группировка должна быть такой, при которой была бы не утрачена и не искажена значительная часть собранных данных и в итоге получена достаточно точная картина исследуемого явления. Качественные и количественные классификации не перекрывают друг друга. Даже имея своим предметом одни и те же объекты, они рассматривают их разные аспекты и сосуществуют в общем комплексе исследований этих объектов.

Классификации обычно представляются в форме деревьев или таблиц, которые в конечном итоге могут быть сведены к структуре древообразного иерархического порядка.



Дерево классификации выглядит как множество точек (вершин), соединённых линиями (рёбрами). Каждая вершина представляет некоторый класс предметов (объектов, понятий), обладающих одинаковыми признаками. Эти классы называют таксонами (таксономическими единицами — см. Таксономия). Рёбра же показывают, на какие подвиды разбиваются данные таксоны. Вершина K_0 называется корнем дерева. Она репрезентирует (представляет) исходное множество предметов. Таксоны группируются по ярусам. В каждом ярусе собраны таксоны, полученные в результате применения одинакового числа операций деления к исходному понятию. Те таксоны, которые в данной классификации уже далее не делятся на свои виды, называются концевыми таксонами. Предельной является такая классификация, все концевые таксоны которой представляют собой единичные понятия. Однако в зависимости от целей, которые преследуются при построении классификации, концевые таксоны могут и не быть единичными понятиями.

Логической основой построения различного рода классификаций является операция деления понятий, а потому при классифицировании предметов должны выполняться все правила деления, специфицированные относительно классификации. Так, требование, чтобы деление осуществлялось по одному основанию, сохраняется, но теперь разрешается, чтобы каждый акт деления осуществлялся по собственному основанию, отличному от оснований, которые использовались в других актах деления. Сохраняется и требование, чтобы члены деления исключали друг друга, но теперь это относится только к таксонам одного и того же яруса (ясно, что таксоны разных ярусов этому требованию удовлетворять не могут). Дополнительно вводится ещё одно требование — классификация должна быть соразмерной, то есть она должна быть непрерывной, без скачков (пропусков ярусов).

При построении классификации используются обе разновидности деления — дихотомия и по видоизменению основания. Примером дихотомии может служить так называемое «дерево Порфирия», в котором греческий философ Порфирий представил содержание философского понятия субстанции.



Всякая добротная классификация требует разработки соответствующей ей номенклатуры — системы однозначных наименований для всех классификационных групп. При этом номенклатура должна отличаться уникальностью, то есть каждое наименование должно быть единственным и отличным от других; универсальностью, то есть являть единый набор наименований, принятый всеми специалистами в противовес названиям тех же групп в обычных народных языках; стабильностью, исключая произвольные изменения наименований, и вместе с тем гибкостью, допускающей неизбежные изменения названий в связи с изменениями в классификации. Проблема создания номенклатуры выступает как специальная научная задача, которая (как это имеет место, например, в биологии), может регламентироваться специальными международными кодексами. Примеры тщательно разработанных и совершенных номенклатур дают химия, ботаника, зоология.

Развитие науки показывает, что становление классификации проходит ряд этапов: от искусственных систем к выделению естественных групп и далее к установлению системы естественной классификации. Так, химические элементы первоначально группировались искусственным образом по отдельным физическим свойствам. Затем сходные элементы объединялись уже в естественные группы на основании многих и разнообразных чисто химических свойств. Открытие Д. И. Менделеевым периодической зависимости свойств химических элементов от их атомного веса позволило упорядочить сами группы в целостной системе естественной классификации. В дальнейшем система Менделеева, которая была глубоким, но всё же эмпирическим обобщением, подверглась теоретической обработке на основе учения о строении атома. Периодичность изменения свойств элементов в зависимости от их порядкового номера в системе была объяснена периодическим изменением числа электронов в наружном слое атомов. Искусственными были и первые группировки в биологии.

Аристотель опирался на качественную классификацию физических тел, которые он делил согласно различию их «природы», определяющей способы их действия. Аристотель был пионером и в деле описания и классификации видов животных на основании систематического рассмотрения их разнообразных отличительных свойств, которые он усматривал не только в строении частей тела животных, но и в их образе жизни и поведении. Правда, таксономическая терминология Аристотеля ограничивалась лишь терминами «вид» и «род». Первый он связывал с конкретными живыми организмами, а вторым обозначал различные степени общности между видами, в связи с чем он говорил о «малых» и «больших» родах. Аристотель разработал и классификацию форм государственного правления. В зависимости от того, кто властвует — один, немногие или большинство и какие цели правления преследуются, он различал три правильные формы правления и три искажённые. В том случае, если властвующие имеют в виду общественную пользу, будут иметь место: монархия, аристократия и полития; если же правители преследуют только своё личное благо, эти три правильные формы власти превращаются в три искажённые: тиранию, олигархию и демократию. В научно-познавательной деятельности Аристотеля метод приведения вида к роду, то есть классификация, приобретал значение универсального метода исследования, и он философски обобщил этот метод, создав теорию классификации, каковой явилась его силлогистическая логика. Классификаторскую деятельность Аристотеля продолжил его ученик Теофраст, с именем которого связаны первая систематика растений, классификация камней, а также описание и определение различных человеческих характеров.

В целом, Аристотелевская традиция и концепция классификации в тех или иных проявлениях дожила до XVIII века и завершилась развёрнутой системой К. Линнея. В «Системе природы» Линнея предлагались описательные систематики всех трёх царств природы — минералов, растений и животных, которые он стремился строить в строгом соответствии с принципами аристотелевской логики. Линней создал целостную, чёткую, практически удобную для ориентировки в многообразии растительных форм, но, как он сам считал, искусственную классификацию. К этому времени в целом ряде областей естествознания — кристаллографии, минералогии, ботанике, зоологии — был собран огромный эмпирический материал, настоятельно нуждавшийся в систематизации. Эволюционная теория Ч. Дарвина, указавшая, что причина сходства живых организмов лежит в общности их происхождения, положила начало естественной, филогенетической систематике, в которой расположение классификационных групп соответствует путям эволюционного развития. Со второй половины XIX века

эволюционизм проникает в различные сферы знания и становится почти обязательным компонентом научных воззрений. Это способствует разработке генеалогических и историко-генетических классификаций и в других науках, помимо биологии, и таким классификациям придаётся более высокий научный статус, чем описательным морфологическим систематикам. Вместе с тем, этот род классификаций сразу выводит их из сферы сугубо эмпирического знания и показывает решающее значение для научной систематизации теоретического начала.

В XX веке задачи построения генетических и генеалогических классификаций, а также обращение к глубинным структурным началам как факторам, объясняющим эмпирические общности в химической, кристаллографической, минералогической классификациях, привлекли внимание к теоретическим аспектам классификации, а в последние десятилетия среди специалистов различных отраслей знания стал обсуждаться вопрос о создании теории классификации, долженствующей обеспечить эффективность классификационной работы в науке. При этом одни видели свою задачу в разработке частных теорий классификации, ориентированных на те или иные конкретные области естествознания, другие же задались целью построить общую теорию классификации, приложимую ко всем её областям. Задача первых вписывается в компетенцию тех конкретных наук, классификациями которых они занимаются, цель же вторых измеряется общеметодологическим масштабом (Методология) и представляет собой феномен методологии науки (Методология науки).

Список литературы:

- Смирнов Е. С. Таксономический анализ. — М., 1969.
Успенский Б. А. Принципы структурной типологии. — М., 1962.
Структурно-типологические исследования. — М., 1962.
Джеффри Ч. Биологическая номенклатура. — М., 1980.
Бэр К. М. Об искусственной и естественной классификации животных и растений. — *Анналы биологии*. 1959. № 1.
Василевич В. И. Что считать естественной классификацией. — *Философские проблемы современной биологии*. — М.-Л., 1966.
Воронин Ю. А. Введение в теорию классификации. — Новосибирск, 1982.
Канаев И. И. Очерки из истории проблемы морфологического типа от Дарвина до настоящего времени. — М.-Л., 1966.
Шрейдер Ю. А. Математическая модель теории классификации. — М., 1968.
Мейен С. В., Шрейдер Ю. А. Методологические аспекты теории классификации. — *«Вопросы философии»*, 1976, № 12.
Субботин А. Л. Классификация. — М., 2001.
Розова С. С. Классификационная проблема в современной науке. — Новосибирск, 1986.
Розов М. А. Классификация и теория как системы знания. — На пути к теории классификации. — Новосибирск, 1995.
Бочаров В. А., Маркин В. И., Основы логики. — М., 1994.
Rassel B. Mathematical Logic as Based on the Theory of Types. — *«American Journal of Mathematics»*, Vol. XXX, 1907.
Weber M. Methodologische Schriften. — Fr./M., 1968.
Hempel C., Oppenheimer P. Der Typusbegriff im Lichte der neuen Logik. — Leiden, 1936.
Hempel C. Structure and Function of Scientific Concepts and Theories. — *Aspects of Scientific Explanation and Other Essays in the Philosophy of Science*. — L., 1968.
Источник: А. Л. Субботин. В. Л. Абушенко. В. А. Бочаров. В. А. Эдельман. Классификация. Гуманитарная энциклопедия [Электронный ресурс] // Центр гуманитарных технологий, 2002–2018 (последняя редакция: 12.05.2018). URL: <http://gtmarket.ru/concepts/6879>

КЛАССИФИКАЦИЯ СПОРТА

В ходе исторического развития спорта возникло множество его видов и разновидностей. По мнению Л.П. Матвеева (1997), под термином «вид (или разновидность) спорта» логично понимать сформировавшийся в ходе развития спорта вид (разновидность) соревновательной деятельности, отличающийся своим конкретным предметом состязания, составом допускаемых действий и способов спортивного противоборства (спортивной техникой и тактикой), регламентом состязания и критерием достигаемого результата.

Наиболее «древними» видами спорта являются легкоатлетический и конный спорт. В последнее столетие возникло большое число новых видов спорта. Их появление происходит в результате модификации ранее сложившихся его видов, взаимного влияния и обогащения между разными видами спорта, научно-технического прогресса, позволяющего существенно расширить сферу спортивной деятельности. Так возникли в свое время художественная гимнастика, спортивная акробатика, батутный спорт, фристайл, конькобежный спорт-спринт, синхронное плавание, парашютный спорт, дельтапланеризм, спортивный виндсерфинг и многие другие.

С каждым годом число видов и разновидностей спорта продолжает увеличиваться. Многообразие конкретных форм, видов и разновидностей спорта, его полифункциональный характер приводят к многоаспектности классификационных построений. Классифицировать спорт можно по различным признакам:

1. По целевым установкам выделяют спорт высших достижений (рекордный спорт, большой спорт) и базовый спорт (массовый спорт, общедоступный, ординарный спорт).

2. По масштабу и его организации в рамках международного спортивного движения различают олимпийский и неолимпийский спорт.

3. По характеру экономических отношений между спортсменами, федерациями, клубами, которые связаны с получением финансовой прибыли, дохода спортсменов от занятий спортивной деятельностью, выделяют коммерческий и некоммерческий спорт.

4. По основному роду деятельности человека, избравшего какой-либо вид спорта своей главной сферой приложения своих сил и способностей, различают профессиональный и любительский спорт.

5. По формам организации занятий выделяют учебный спорт как обязательный процесс, осуществляемый в системе общего и специального образования, и самостоятельный спорт как добровольный процесс, проводимый в свободное время.

6. По возрастным категориям спортсменов, включенных в спортивную деятельность, различают детско-юношеский спорт, спорт взрослых и спорт ветеранов.

7. По социально-профессиональному статусу спортсменов выделяют школьный спорт, студенческий спорт, военный (армейский) спорт и др.

8. По характеру применения его для подготовки к какой-либо профессиональной деятельности различают профессионально-прикладной и военно-прикладной спорт.

9. По характеру использования его в сфере досуга, отдыха, развлечения, восстановления работоспособности человека, сохранения уже приобретенных ранее навыков и качеств выделяют оздоровительно-рекреационный и физкультурно-кондиционный спорт.

10. По характеру отклонений в состоянии здоровья спортсменов, участвующих в состязаниях, говорят о спорте инвалидов — спорт для слепых, глухонемых, спорт для лиц с недостатками в развитии интеллекта и др.

11. По предмету состязаний и характеру активности спортсменов выделяют легкоатлетический спорт, водный спорт, конькобежный спорт, лыжный спорт, автомобильный спорт, шахматный спорт и др.

Естественно, многие из названных форм и видов спорта взаимопереплетаются друг с другом. К примеру, легкоатлетический спорт может быть рекордным и массовым, профессиональным и любительским, коммерческим и некоммерческим и т.д. Выделенные виды спорта отражают лишь наиболее общие признаки спорта, соответственно уровню их обобщенности.

Классификация дисциплин горнолыжного спорта

Горнолыжный спорт - вид лыжного спорта, заключающийся в спуске с гор по специальным трассам. Включает 5 спортивных дисциплин: слалом, гигантский слалом, супергигантский слалом, скоростной спуск, альпийское двоеборье.

Горнолыжный спорт входит в состав Международной федерации лыжного спорта (ФИС) с 1924 г. Программа соревнований на Зимних Олимпийских Играх постоянно изменялась: в 1936 г. первые соревнования включали скоростной спуск и слалом (альпийское двоеборье); с 1948 - скоростной спуск, слалом, альпийское двоеборье; с 1952 - скоростной спуск, слалом и гигантский слалом; с 1988 - - скоростной спуск, слалом, гигантский слалом, альпийское двоеборье, супергигантский слалом.

Во время спуска с гор спортсмены должны преодолеть специальные трассы, размеченные воротами и флажками. Результаты определяются по сумме времени, показанного в двух попытках на различных трассах – в слаломе и в одной попытке – по другим дисциплинам. Длина трассы в слаломе – 450 – 500 м, число ворот для муж. – 60 – 75, для жен. – 50 – 55, перепад высот – около 200 м. Длина трассы скоростного спуска у муж. – максимум 3800 м, минимум – 2435 м, число контрольных ворот – 11 – 25, перепад высот – 710 – 950 м; в слаломе – соответственно 450 – 750, 33 – 92, 169 – 251 м; в гигантском слаломе – 1034 – 2660, 56 – 75, 402 – 623 м. Каждая страна может быть представлена 14 спортсменами (не более 8 человек одного пола), а также не более 4 участников в каждой дисциплине горнолыжного спорта. Отбор для участия в ЗОИ осуществляется по результатам выступления спортсменов в чемпионатах мира и этапах Кубка мира.

Лыжный фристайл

Это спортивная дисциплина, которая объединяет в себе различные направления горнолыжного спорта.

Во время соревнований по фристайлу, внимание обращается не только на скорость спуска, но также на соответствие определенному стилю и качество исполнения различных трюков.

По сути своей, фристайл является совокупностью различных дисциплин, каждая из которых имеет свои особенности. Самыми известными «ответвлениями» фристайла являются:

- * ски-кросс;
- * лыжный балет;
- * могул;
- * хаф-пайп;
- * акробатика
- * парный могул;
- * ньюскул и мн.др.

Большинство из этих направлений горнолыжного спорта принято считать экстремальными. Однако многие входят в современную программу зимних Олимпиад.

Фристайл начал зарождаться в середине XX века, в Европе, когда лыжники стали не просто спускаться по склонам, но и делать упор на «красоту» выполненных движений. Изначально,

соревнования организовывались на «местном» уровне, однако со временем, увлечение фристайлом охватило весь мир.

Стоит отметить, что для лыжного фристайла характерна жесткая специализация. Обычно, профессиональные спортсмены-лыжники занимаются лишь одним из направлений.

В лыжном балете спортсмен спускается по пологому склону под музыкальное сопровождение, демонстрируя элемента скольжения, шагов, вращений, прыжков.

В воздушной (лыжной) акробатике спортсмены со специально спроектированного трамплина совершают серию различных по сложности прыжков и сальто.

Трамплины бывают трех разновидностей: большой (высота 3,5 м, уклон 65 град); средний (3,2 м, 63 град); малый (2,1 м, 55 град). Площадь приземления должна быть покрыта рыхлым снегом. Очки начисляются за технику отрыва, высоту и длину полета, форму элементов и приземление. Могул – спуск на лыжах по бугристой трассе (уклон 27 град), усложненный обязательным выполнением двух прыжков.

В программе ЗОИ с 1992 г. (муж. и жен.) - только могул, с 1994 г. включена лыжная акробатика.

Классификация физических упражнений

Классифицировать физические упражнения — значит логически представлять их как некоторую упорядоченную совокупность с подразделением на группы и подгруппы согласно определенным признакам.

В теории и методике физического воспитания создан целый ряд классификаций физических упражнений.

1. Классификация физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания. Исторически в обществе сложилось так, что все многообразие физических упражнений постепенно аккумулировалось всего в четырех типичных группах: гимнастика, игры, спорт, туризм.

Каждая из этих групп физических упражнений имеет свои существенные признаки, но главным образом они различаются педагогическими возможностями, специфическим назначением в системе физического воспитания, а также свойственной им методикой проведения занятий.

В нашей системе физического воспитания гимнастика, игра, спорт и туризм дают возможность: во-первых, обеспечить всестороннее физическое воспитание человека;

во-вторых, удовлетворить индивидуальные запросы и интересы многих людей в сфере физического воспитания;

в-третьих, охватить физкультурными занятиями людей практически на протяжении всей жизни — от элементарных детских подвижных игр до занятий упражнениями из арсенала лечебной физической культуры в пожилом возрасте.

2. Классификация физических упражнений по их анатомическому признаку. По этому признаку все физические упражнения группируются по их воздействию на мышцы рук, ног, брюшного пресса, спины и т.д. С помощью такой классификации составляются различные комплексы упражнений (гигиеническая гимнастика, атлетическая гимнастика, разминка и т.п.).

3. Классификация физических упражнений по признаку их преимущественной направленности на воспитание отдельных физических качеств. Здесь упражнения классифицируются по следующим группам: 1) скоростно-силовые виды упражнений, характеризующиеся максимальной мощностью усилий (например, бег на короткие дистанции, прыжки, метания и т.п.); 2) упражнения циклического характера на выносливость (например, бег на средние и длинные дистанции, лыжные гонки, плавание и т.п.); 3) упражнения, требующие высокой координации движений (например, акробатические и гимнастические упражнения, прыжки в воду, фигурное катание на коньках и т.п.); 4) упражнения, требующие комплексного проявления физических качеств и двигательных навыков в условиях переменных режимов двигательной деятельности, непрерывных изменений ситуаций и форм действий (например, спортивные игры, борьба, бокс, фехтование).

4. Классификация физических упражнений по признаку биомеханической структуры движения. По этому признаку выделяют циклические, ациклические и смешанные упражнения.

5. Классификация физических упражнений по признаку физиологических зон мощности. По этому признаку различают упражнения максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной мощности.

6. Классификация физических упражнений по признаку спортивной специализации. Все упражнения объединяют в три группы: соревновательные, специально подготовительные и общеподготовительные.

В любой классификации упражнений предполагается, что каждое из них обладает относительно постоянными признаками, в том числе по эффекту воздействия на выполняющего упражнение. (Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. - М.: Издательский центр «Академия», 2003. - 480 с. Глава 4. Средства и методы физического воспитания. - С. 32-52.)

СИСТЕМАТИКА

(от греч. *sistematikos* – упорядоченный)

наука и искусство систематизации. Систематический – изложенный в форме определенной системы, образующий определенную систему.

Философский энциклопедический словарь. 2010.

СИСТЕМАТИКА

(от греч. *συστηματικός* – упорядоченный, относящийся к системе) – раздел науки (в частности, ботаники, зоологии), относящийся к классификации изучаемых объектов; под С. можно понимать также

этап в науч. познании, связанный с разработкой методов и форм упорядочения элементов в структурные системы. С., рассматриваемая в историко-познавательном плане, представляет следующую после классификации ступень развития методологич. мысли. Впервые идеи о С. начали складываться в биологии в сер. 19 в., когда предшествующий период аналитич. исследования природы подготовил для этого достаточно данных. Примерно с этого же времени идеи С. начинают широко проникать в др. области знаний, приобретая в то же время все большее самостоятельное значение и независимость от конкретной области исследований. Гл. задача С. – синтетическая : найти общие основы и формы систематизации элементов в целостные структурные системы. Так построены естеств. система животных и растительных организмов (биология), периодич. система элементов (химия), таксонометрич. система строения земной коры (геология), метрич. система мер (физика), космологич. система звездных образований и др. Строится С. элементарных частиц (см. Микрочастицы), к-рая должна сыграть важную роль в изучении структуры материи.

И. Ляхов. Москва.

Философская Энциклопедия. В 5-х т. — М.: Советская энциклопедия. Под редакцией Ф. В. Константинова. 1960—1970.

СИСТЕМАТИКА

СИСТЕМАТИКА — учение о принципах и способах упорядочения множеств объектов, обладающих сущностным сходством (систематика звезд, систематика химических элементов, систематика животных и т. п.). Объектами систематики являются индивиды (особи) и их группы. Узаконенная в данной системе группа именуется таксоном и сама является объектом системы. По К. Бэру (1822), такой задается не границами, а ядром типичных форм; в практику этот принцип ввел У. Уэвелл (1840), выдвинувший тезис “Класс задан точно, хотя и не ограничен четко”. Задачи систематики: 1) классификация (описание объектов в аспекте их сущностных сходств и различий), 2) номенклатура (присвоение названия каждому объекту системы), 3) определение (нахождение названия объекта по предъявленному индивиду), 4) адресация (нахождение объекта по его названию). Система, решающая задачу классификации, называется естественной, а не ставящая таковой — искусственной, явные принципы упорядочения: (1) ряд (в нем адресом служит порядок по алфавиту или номер), (2) таблица (адрес — номера строки и столбца, если таблица двумерна), (3) карта (адрес — координаты), (4) иерархия, графически выражаемая древом (адрес — перечень точек ветвления, считая от вершины древа, с указанием номера ветви в каждой такой точке). Одно множество можно упорядочить несколькими способами: так, химический элемент можно задать и его номером, и пересечением строки Периодической системы со столбцом (оба способа естественны); дом — и его координатами, и иерархически (почтовым адресом). По С. В. Мейену (1978), систематика — часть науки о разнообразии (диатропики), взаимодополняющая морфологию (учение о плане строения, общем для объектов группы), а классификация возможна в силу естественной упорядоченности самих объектов природы. Принцип классификации следует искать, а не постулировать. Напротив, определение удобнее всего проводить раз и навсегда установленным приемом — дихотомическим ключом (М. Йорений, 1710), введенным в практику Ж.-Б. Ламарком (1778): если признак есть, читай дальше, если нет, см. там-то.

Исторически первой была систематика в ботанике. К. Баугин (1596, 1623) объединял сходные виды растений в роды (причем часто использовал бинарную номенклатуру), роды — в секции, а секции — в 12 “книг” (разделов), т. е. ввел иерархию. Для описания сходства разрабатывалась морфология растений и животных. В сер. 18 в. К. Линней узаконил иерархию и бинарную номенклатуру, а в основу систематики растений положил морфологию цветка. Его система была искусственной (классы, напр., определялись числом и расположением тычинок) и ставила целью лишь удобство определения; для целей классификации он предполагал создать “естественную” систему, в которой думал отобразить “суть вещей” (сходство строения) и которую хотел видеть не древом, а картой. Естественная система познается интуитивно и порождает формальные признаки для определения: “Не признаки задают род, но род задает признаки” (Линней). Есть и другие понимания естественной системы — как устойчивой к добавлению новых данных (У. Уэвелл, 1840), как определяющей свойства объекта по его положению в системе (А. А. Любищев, 1923) и т. д. Начиная с А. Жюссье (1774) естественную систему стали искать в форме иерархии. С победой идеи эволюции иерархию истолковали как родословное древо (Э. Геккель, 1866), а главные сходства (гомологию) стали объяснять родством (общностью происхождения). Кладистическая систематика, общепринятая в 20 в., измеряет степень родства таксонов числом точек ветвления между ними. Сходство между различными ветвями древа (параллелизм) стали именовать аналогией и толковать как независимое приспособление к сходным условиям жизни. Произошло гипостазирование — искусственная систематика, удобная для истолкования, стала восприниматься как естественная (“синдром Пигмалиона”, по С. С. Розовой).

В 20 в. создано 3 системы для трех царств — растений (включая грибы), животных и бактерий; их регулируют 3 международных номенклатурных кодекса, ставящих главной целью постоянство номенклатуры и удобство адресации. Вне кодексов возникла “макросистематика” (систематика царств, которых разные авторы насчитывают от 4-х до 22-х). Несмотря на кодексы, системы часто пересматриваются (особенно в связи с частой сменой молекулярных методов анализа): “Методология классификации находится сейчас в самом неустойчивом со времен Линнея состоянии” (американский палеонтолог Р. Кэрролл, 1988). Согласно критикам, сходство не говорит ни об общности происхождения, ни о приспособлении к сходной среде; фактически известны всегда только сходства и различия; “суть вещей” не тождественна истории таксона, а подчас и не имеет к ней отношения; иерархическая система группы может считаться эволюционной, если совпадают древа для всех

диагностических признаков нынешних и ископаемых таксонов группы, что бывает редко; система, даже эволюционная, не обязана иметь форму древа; на одну систему нельзя возлагать все задачи систематики, в частности, адресацию и определение надо отделить от “сути вещей” (что уже сделано в бактериологии, где определитель не соответствует “естественной”, т. е. кладистической, системе). Однако иерархическая систематика продолжает почти безраздельно господствовать в биологии и многих других науках; ее удобство в том, что она позволяет добавлять новые ветви к древу, не изменяя остальной системы. Г. Ю. Любарский строит (следуя И.-В. Гёте, К. Бэру и С. В. Мейену) диатропическую методологию систематики, и взятая им за основу система беспозвоночных В. Н. Беклемишева (1944, 1964), носит морфологический, а не кладистический характер.

Лит.: Смирнов С. С. Таксономический анализ. М., 1969; Любимцев А. А. К логике систематики, — В кн.: Проблемы эволюции, т. 2. Новосибирск, 1972; Джеффри Ч. Биологическая номенклатура. М., 1980; Мечен С. В. Органы размножения голосемных и их эволюция (по палеоботаническим данным). — “Журнал общей биологии”, 1982, № 3; Розова С. С. Классификационная проблема в современной науке. Новосибирск, 1986; Чайковский Ю. В. Элементы эволюционной лиатропики. М., 1990; Беклемишев В. Н. Методология систематики. М., 1994; Любарский Г. Ю. Архетип, стиль и ранг в биологической систематике. М., 1996; Поздняков А. А. Основания кладистики: критическое исследование. — “Журнал общей биологии”, 1996, № 1; Определитель бактерий Берджи. М., 1997; Тимонина А. К. Возможна ли номотетическая систематика? — “Журнал общей биологии”, 1998, № 4; Чайковский Ю. В. Систематика видов и систематика царств. — “Биология в школе”, 1996, № 4; 1998, № 4, 6; 1999, № 2.

Ю. В. Чайковский. Новая философская энциклопедия: В 4 тт. М.: Мысль. Под редакцией В. С. Стёпина. 2001.

СИСТЕМАТИКА — Научное разъяснение систем. Словарь иностранных слов, вошедших в состав русского языка. Чудинов А.Н., 1910. СИСТЕМАТИКА группировка чего либо по сходным признакам, расположение по одному определенному плану, нпр., в ботанике с. растений,... Словарь иностранных слов русского языка

СИСТЕМАТИКА — СИСТЕМАТИКА, систематики, жен. (научн.). 1. только ед. Приведение в систему, классификация и группировка предметов и явлений. Заниматься систематикой. 2. Отдел ботаники или зоологии, посвященный такой классификации. Систематика растений.... Толковый словарь Ушакова

СИСТЕМАТИКА — СИСТЕМАТИКА, и, жен. Приведение в систему (в 1 знач.) чего н., а также системная классификация кого чего н. С. растений. С. животных. Толковый словарь Ожегова. С.И. Ожегов, Н.Ю. Шведова. 1949 1992 ... Толковый словарь Ожегова

Психологическая систематика видов спорта

Современный спорт многообразен. Многообразие его выражается: в большом количестве видов спорта; в большом числе соревновательных упражнений, входящих в отдельные виды спорта; в исключительном разнообразии содержательной и процессуальной стороны спортивной деятельности (биомеханические, энергетические, средовые и психологические особенности).

Для организации психологического анализа спортивной деятельности принято группировать все виды спорта и соревновательных упражнений. Наиболее рациональна систематика видов и соревновательных упражнений в спорте, разработанная Т.Т. Джамгаровым (СНОСКА: См.: Психология физического воспитания и спорта / Под общ. ред. Т.Т. Джамгарова и А.Ц. Пуни. — М., 1979.). Предлагая свою систематику, автор использовал независимые от вида спорта положения, выражающие характер взаимодействия спортсменов в процессе соревновательной деятельности, при этом главной целью было рассмотреть взаимодействия, регламентированные соответствующими правилами соревнований.

Исследования показали, что конкретные формы взаимодействия спортсменов зависят от особенностей вида спорта, и это определяет, главным образом, психологическую специфику. Существует две основные формы взаимодействия: по отношению к противнику — противоборство; по отношению к партнерам — взаимодействие. Противоборство характеризуется наличием прямого или косвенного психологического (может быть, и физического) контакта между спортсменами и отличается конфликтностью взаимоотношений. Оно может иметь различную степень остроты, которая зависит от особенностей спорта, значимости соревнований и индивидуально-психологических особенностей спортсменов-участников. Взаимодействие партнеров протекает как сотрудничество, взаимная помощь, поддержка, согласование и координация совместных усилий. Эффективность взаимодействия зависит от умений и навыков взаимодействия, сплоченности, психологического климата команды, совместимости и др. Эти две основные формы взаимодействия соревнующихся спортсменов составили основание для определения критериев систематики Т.Т. Джамгарова, которые сводятся к следующему: противоборство противников: непосредственное (при жестком, нежестком, условном физическом контакте) и опосредованное (при отсутствии физического контакта). Обязательное условие — наличие психического контакта; взаимодействие партнеров: при совместно взаимосвязанных действиях, при совместно синергических действиях, при совместно-последовательных действиях и при совместно-индивидуальных действиях.

В результате разработки систематики многообразие видов спорта было сведено до девяти групп. Виды спорта, отнесенные к одной группе, действительно имеют много общего в психологическом отношении, несмотря на различия по другим показателям. Например, для видов спорта девятой группы характерна однонаправленная психическая активность. Психическая структура соревновательной деятельности гимнаста, прыгуна с трамплина на лыжах и слаломиста включает в себя: максимальную концентрацию внимания, настройку перед выходом на старт, приемы самоконтроля за ключевыми

составляющими техники, умение противостоять сбивающим факторам. (Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 288с.) Источник: <http://psylist.net/sport/fivo010.htm>

Терминология — совокупность терминов, используемых в определённой области знания[1].

Общая характеристика:

Терминология каждой области знания строится на основе понятийных связей профессиональных знаний. Терминология как систематический набор терминов, таким образом, ограничивает и вербально закрепляет систему понятий той или иной области знания. По выражению А. А. Реформатского, терминологии и «термины, как их составные части, являются инструментом, с помощью которого формируются научные теории, законы, принципы, положения», то есть «в терминах отражается социально организованная действительность, поэтому термины имеют социально обязательный характер»[2].

Изучением конкретных научно-терминологических систем занимаются учёные, эксперты в соответствующих науках. Общим изучением терминов и терминологических систем (безотносительно к некоей конкретной науке), главным образом, с точки зрения лингвистической, занимается терминоведение (область прикладной лингвистики).

Различаются терминологии — естественно сложившиеся совокупности терминов определенных областей знания или их фрагментов и терминосистемы — упорядоченные терминологии с зафиксированными отношениями между терминами, отражающими отношения между называемыми этими терминами понятиями.

Основные термины — как свод терминологии — конкретной сферы знаний издаются в виде терминологических сборников

По рекомендации Международной терминологической комиссии объём терминологических сборников не должен «намного превышать количество в 100 терминов».

Проблемами терминологии занимаются специализированные государственные комитеты, комиссии, институты и др. организации.

В Российской Федерации проблемами терминологии занимаются Технический комитет ТК-55 «Терминология» при Всероссийском научно-исследовательском институте классификации и кодирования (ВНИИКИ) Госстандарта России и Комитет научной терминологии в области фундаментальных наук Российской академии наук — КНТ РАН.

Основные термины для горнолыжников.

Ски-пасс (ski-pass) - Абонемент, билет дающий право пользования подъемниками и трассами курорта. Ски-пассы обычно продают на определенное количество дней, от 1-го дня до нескольких месяцев (сезонный). Чем больше дней Вы платите, тем дешевле стоит 1 день. В среднем по Европе цена составляет 25-42 евро в день, в зависимости от качества курорта.

«Высокий сезон», «Низкий сезон» - обычно под «высокий сезон» это даты наибольшей загруженности горнолыжных курортов, это как правило Новогодний и Рождественский периоды. Следующий период всплеска активности туристов это с начала февраля и до конца марта. Промежуток с 10-х чисел января до начала студенческих каникул считается «низкий сезон».

Горнолыжные трассы делятся на три категории:

Зеленые - простые, широкие, максимально безопасные трассы. Это трассы, на которых лыжник может ехать по прямой, практически не увеличивая скорости.

Синие - легкие трассы, предназначены для начинающих и умеренно совершенствующихся.

Красные – трассы средней сложности.

Черные - сложные трассы, предназначены для профессионалов и очень продвинутых.

Фан-парк - склон или его часть, созданная для сноубордистов и фристайлеров.

Фристайл - дисциплина зимнего спорта. Ее разновидности: танцы, могул и трамплин.

Халф-пайп - перевод с английского - "пол трубы". Сооружение для сноубордистов, напоминающее желоб с приподнятыми краями. half-pipe

Форму лыжи различают по двум основным вариантам:

directional Directional - классическая форма лыжи, носовая часть округлена, а хвостовая обрезана.

Twin Tip (двойной нос) - лыжи с абсолютно симметричным профилем, созданные для фристайлеров. Лыжникам необходимо иметь возможность взлетать и приземляться спиной вперед.

От классической формы «Twin Tip» отличается тем, что задняя часть лыжи, имеет такую же форму как и передняя.

twi n tipШирина носа лыжи - ширина передней части. Этот параметр считается очень важным при выборе лыж. Широкие носы облегчают вход в поворот и увеличивают "проходимость" на глубоком снегу, так как позволяют лыжам легче "взлетать" за счет большей площади контакта. Узкий нос дает возможность переходить с одного бока лыж на другой с меньшими усилиями.

Ширина талии - ширина лыжи в центральной части. Этот параметр определяет количество усилий, которое необходимо лыжнику, чтобы удержать лыжу в правильном положении при прохождении дуги. Чем тоньше талия, тем больше усилий необходимо приложить для перевода лыжи с одного бока на другой. От параметра ширины талии зависит поведение лыж на трассе. Для катания по жестким и леденистым склонам больше подходят узкие лыжи, тогда как для неподготовленных или плохо подготовленных спортсменов необходимы более широкие модели. Практика показывает, что узкие лыжи идеальны для подготовленных трасс. Более широкие подходят для катания по целине и

необъезженным трассам. Лыжи, имеющие среднюю талию (вездеходы) считаются компромиссным вариантом, позволяющим кататься как по целине, так и по подготовленным трассам.

Ширина хвоста - ширина задней части лыжи. Более широкий хвост придает большее ускорение при выходе из поворота. Узкий хвост облегчает управление при прохождении поворотов, что важно для начинающих лыжников.

Целинные лыжи - широкие лыжи с большой площадью поверхности, легко изгибаются по всей длине.

Контактная длина канта - длина канта, непосредственно соприкасающаяся с поверхностью снега. При равной длине лыж контактная длина канта больше у той пары, которая обладает меньшим радиусом бокового выреза. Это косвенный параметр, позволяющий оценить точную длину грани, соприкасающейся с поверхностью. Радиус бокового выреза - длина радиуса окружности, по которой сделан боковой вырез. Параметр характеризует управляемость лыж, а точнее, степень остроты поворотов, которую они могут выполнять. Чем меньше радиус бокового выреза, тем более крутые повороты могут совершать лыжи.

Торсионная коробка – лыжи, сердечник которых заключен в коробку, повышающую торсионную жесткость. Сердечник является основой конструкции лыжи и во многом определяет ее жесткость. Жесткость бывает двух типов: на прогиб или на скручивание. Последняя известна также как торсионная жесткость. Жесткость на прогиб во многом определяется материалом и технологией производства сердечника. Однако для существенного повышения торсионной жесткости необходимо, чтобы сердечник был заключен в коробку.

Универсальные горные лыжи подходят для любых стилей катания. Такие универсальные лыжи идеальны для начинающих лыжников, не успевших определиться со стилем катания. Универсальные лыжи обычно обладают невысокой жесткостью и небольшим радиусом бокового выреза, что позволяет даже на низких скоростях "почувствовать" лыжи, т. е. понять базовые принципы катания.

Другие лыжные термины:

Эйрбординг - технологическая адреналиновая новинка последних сезонов. Легкая надувная доска с полиуретановым дном и тремя лыжными досками. На эйрборде принято передвигаться лежа, головой вперед. Рекомендуем попробовать это на себе! Берегите нос!

boardercross Бордеркросс (boardercross) и Скикросс (ski cross) - очень зрелищная дисциплина: несколько спортсменов спускаются, преследуя друг друга, выполняя прыжки и трюки, допускается некоторая силовая борьба. Необходима специальная горнолыжная трасса с буграми и трамплинами. Это дисциплины, при которых несколько лыжников стартуют одновременно проходя вместе череду виражей и трамплинов. Цель одна - прийти первым. Лыжи для этой дисциплины по геометрии схожи с карвинговыми лыжами, однако обладают меньшей жесткостью, что способствует сглаживанию неровностей на трассе. В результате лыжи, требующие достаточно хорошей техники катания, оказываются, тем не менее, весьма комфортными, довольно универсальными и подходящими для свободного катания.

Бэккантри (backcountry). Катание на неподготовленных, заросших лесом склонах, желательно вдали от населенных пунктов. По сути тот же фрирайд.

Авальман – элемент горнолыжной техники: выталкивание лыж вперед с подседом в начале поворота.

Балет – фигурное катание на лыжах, один из видов фристайла.

Бракаж – разворот ступней, способ сообщения лыжам вращения в поперечной плоскости при входе в поворот.

Бросковая техника – способ сообщения лыжам вращательного импульса в начале поворота вращательным движением верхней и средней частей.

Вальсет – непрерывное вращение лыжника вдоль вертикальной оси на плоских лыжах – элемент фигурного катания.

Винтовое движение – сложное вращение всего тела лыжника, при котором верхняя часть туловища и руки крутятся в одну сторону, а ноги с лыжами в другую. Это один из видов вращательного импульса.

Вираж – синоним слова поворот. Чаще используется для названия участка траектории поворота.

Ведельн – австрийское название коротких сопряженных поворотов.

Основные конструкции лыж:

конструкция лыжи Сэндвич - технология производства, при которой лыжа изготавливается путем послойного сочетания материалов. Комбинируя различные синтетические и натуральные материалы, производители добиваются необходимых характеристик. На сегодняшний день сэндвич считается наиболее предпочтительным вариантом исполнения. Именно этим способом производятся лыжи высокого класса.

Кэп - вид исполнения лыж, при котором на сердечник как на основной элемент конструкции и скользящую поверхность наклеивается «крышка» из очень прочного материала. Крышка принимает на себя часть нагрузки и наряду с сердечником определяет характеристики лыжи.

Гибрид - сочетает достоинства технологии кэп и сэндвич.

Стили катания:

Среди множества стилей катания на горных лыжах можно выделить несколько основных направлений: фрирайд, фристайл и его разновидности могул, спортивные (гоночные) стили, такие как слалом, слалом гигант, а также карвинг, ски-кросс.

Фрирайд наиболее распространенный на данный момент стиль катания. Фрирайд подразумевает свободное (free) катание (riding) вне подготовленных трасс, вдали от цивилизации. Общая суть стиля состоит в освоении навыков катания на горных лыжах. В отличие от фристайла, этот стиль не "зациклен" на трюках — лыжник может кататься в свое удовольствие, наслаждаясь движением. Для моделей лыж для фристайла характерна большая площадь скользящей поверхности, поскольку при движении по целине узкие лыжи будут "тонуть". Фристайл — очень техничный, зрелищный и сложный стиль катания. Они могут выполняться в халф-пайпе (снежная полутруба), на вылете с различных трамплинов и т. д.

Могул - вид катания на горных лыжах по буграм. Бугры на склоне образуются после совершения лыжниками поворотов малого радиуса. Стиль характеризуется выполнением длинной серии коротких поворотов на буграх. Могул является стилевым ответвлением фристайла.

Слалом - вид горнолыжного спуска по размеченному маршруту склона длиной до 500 метров (для женщин — до 450 метров) с перепадом высот между стартом и финишем не менее 150 метров. Разметка делается с помощью вертикальных, горизонтальных и косых древков с флажками синего и красного цвета. Расстояние между воротами может быть от 7 до 15 метров. Слалом входит в олимпийскую программу и является самостоятельной дисциплиной. Слалом гигант отличается от слалома тем, что протяженность трассы может составлять от 1200 до 2500 метров с перепадом высот 350—600 метров между финишем и стартом.

Карвинг - стиль спуска с горы, в котором всё направлено на то, чтобы закладывать дуги и при этом иметь возможность ускоряться, в отличие от других видов катания, где закладывание дуг больше направлено на торможение. На карвинговых лыжах можно кататься как на укатанных, так и на нетронутых склонах. Лыжи для карвинга обладают глубоким боковым вырезом и относительно высокой жесткостью, которая обеспечивает передачу усилия на разгон при выходе из поворота.

Лекции 5 Эволюция техники и эволюция экипировки в горнолыжном спорте.

Истоки эволюции 90-х: в горнолыжной технике и в конструкции лыж

В течение последнего десятилетия 1990-2000 горнолыжная техника спортсменов международного класса изменилась самым существенным образом. К привычному темпу развития, совершенствования приемов, используемых мастерами, добавился воистину революционный скачок, произошедший благодаря появлению совершенно новой конструкции лыж. Императивная связь «техника приема - инвентарь» привела к тому, что огромная масса любителей, вдохновленная лыжами чемпионов и опробовав их, пришла к открытию новой техники скольжения на параллельных лыжах.

Вплоть до конца 80-х годов, а точнее до 1987 года, технические приемы ведущих горнолыжных звезд можно было легко стандартизировать, разложить по полочкам. Основная задача, как в слаломе, так и в слаломе-гиганте сводилась к тому, чтобы добиться наилучшего сцепления лыж с жесткой снежной подложкой. Даже если это шло частично в жертву качества скольжения. И тогда наметилась эволюция в трех главных составляющих: техника приемов, повышение мышечной работоспособности и, параллельно с этим, улучшение инвентаря горнолыжника. И прежде всего, совершенствование конструкции лыж.

Истоки эволюции 90-х: в горнолыжной технике и в конструкции лыж. Именно Альберто Томба, молодой тогда итальянский чемпион, положил с 1987 года начало к революционному обновлению техники высшего мастерства в слаломе и слаломе-гиганте. Его необыкновенно крепкое мышечное сложение, казалось, было в основе его необыкновенной специфической техники. Однако временные (хронометрические) оценки преодоления отдельных участков трасс на спусках показали, что свое преимущество он наращивал как раз на простых, легких участках, не требующих больших затрат энергии.

Французская фирма «Россиньоль», занимавшаяся экипировкой Альберто Томбы, задумала и реализовала совершенно особенные виды лыж. Среди них итальянский мастер отобрал ряд моделей, которыми эффективно овладеть никто другой, кроме Альберто, так и не сумел. Свое полное превосходство над остальными принудило многих подражать ему в меру возможностей. Для фирмы «Россиньоль» это был период успехов и славы.

Другие известные фирмы-производители поспешили следовать примеру и обновить технологию изготовления лыж для большого спорта. Французская фирма «Династар», снарядившая 6-кратного победителя Кубка Мира по слалому и слалому-гиганту, дважды серебряного медалиста на Олимпийских играх 1992 года Марка Жирарделли, а также Киети Андре Аамодта (2 победы на Кубке Мира 1991 года и золотая медаль в слаломе-гиганте на Олимпийских играх 1992 года), предложила чемпионам новые лыжи, у которых ширина носков и задников были необычными. Их параметры были 89-63-79, в то время как на традиционных горных лыжах соответственно 83-63-75 мм. «Династар» экипировал лыжами такого же типа известную итальянскую чемпионку Дебору Компаньони, которая начиная с 1992 года побеждала в 6 слаломах и в примерно двадцати многократных слаломах-гигантах на Кубке Мира.

Начиная с этого времени производители лыж предложили любителям для облегчения исполнения поворотов модели с очень широкими носками (Elan SCX, Kneissl Ergo, Fisher Revolution).

Но технологические нововведения Россиньоля и Династара не были ограничены только формой боковых граней лыж. При этом были разработаны и дополнены эпюрные изменения распределения жесткости и гибкости по оси, на скручивание, а также в поперечном плане в носковой части, в середине и на заднике лыжи. Все это в комплексе обуславливало совершенно новое поведение лыж в слаломе и

слаломе-гиганте, как в начальной и средней фазе ведения поворота, так и, особенно, при завершении дуги поворота.

Разница в ширине лыжи по длине увеличивалась и, в 1997 году, соотношение для лыж слалом-гиганта уже достигло уровня 99-61-87, приблизительно соответствующее основным, не экстремальным любительским моделям лыж почти всех известных марок. Правда, последние рекомендуются для катания более короткие, на 10 и даже 15 см.

Укорочение длины спортивных лыж «параболик»

Это был второй значительный этап эволюции спортивных лыж: в течение 1996-99 гг. произошло укорочение длины лыжи сначала на 5, а потом и на 10 см. Во всех видах горнолыжного спорта более короткие лыжи не уступали в эффективности лыжам традиционной длины. Кроме того, на укороченной спортивной лыже под подошву ботинка была вмонтирована специальная пластина толщиной от 10 до 20 мм. Эта пластина имеет двойное предназначение:

Во-первых, для того чтобы достичь более эффективной опоры на канты: узость лыжи в середине и приподнятость ботинка создают эффект опоры ледового конька.

Во-вторых, такая пластина уменьшает чрезмерную жесткость центральной части лыжи, обуславливая ее более равномерный прогиб по длине.

В спортивной технике пластины приносят большую пользу. Однако для любительского катания они вряд ли оправданны. Третий революционный «переворот» принес слалом 1998 года.

Укороченные на 15-20 см лыжи с сильно выраженными параболическими гранями с большим успехом проявили себя на самых крупных международных соревнованиях. Лыжи Саломон длиной 168 см, впервые использованные на Чемпионате мира 1998 года Флоранс Маснада, сразу же принесли ей успех: первое место в слаломе (в зачете комбинации). Молодая француженка Стефани Клеман-Ги с самого начала сезона ходила на лыжах Россиньоля в 170 см. В состязаниях Кубка Мира. Австриец Марио Матт впервые выиграл международные соревнования по слалому в Кицбюэле именно на коротких лыжах "параболик" - Саломон в 168 см!

Параболическая форма спортивных лыж и уменьшение их длины стали основными факторами для дальнейшего фундаментального развития техники лидеров мирового горнолыжного спорта.

Техника поворотов Томбы завоевывает весь мир.

Феерический успех Томбы, начиная с конца 80-х годов, послужил стимулом выраженного изменения техники его главных конкурентов на слаломных трассах. Швейцарец Фон Грюнинген, еще в 1992 году классифицированный среди сильнейших «гигантистов» мира, и тогда с точки зрения техники прямо противоположный Томбе, стал переходить на более широкое ведение лыж, на более низкую стойку, на уменьшение амплитуды вертикальных движений, что позволило ему «оказывать сопротивление» итальянцу вплоть до 1998 года.

Ту же эволюцию, правда несколько запоздалую, прошли лучшие слаломисты и «гигантисты» из Австрии. Аналогичная история с норвежцами вслед за Аамодтом (Кристиан Фюрюзет, Финн Йагге, Лассе Кьюсс и др.). То же с командой Словении, лидера которого Юре Козир одно время метили в наследники престола Томбы. У всех этих мастеров вырисовывались общие двигательные навыки новой техники. В этот момент стало возможным говорить о возникновении фундамента, фундамента новой техники.

Следует заметить сближение технических основ слалома и слалома-гиганта, которые ранее считались довольно различными. Появившиеся в слаломе-гиганте сокращение фазы входа в поворот, значительное снижение перегрузок на лыжи наряду с уменьшением радиуса поворотов в связи с использованием более коротких лыж параболической формы позволили гигантистам увереннее чувствовать себя и на слаломных трассах. И в то же время «чистые» слаломисты в поиске быстрее скольжения и наиболее рационального использования лыж, форма которых становилась все более параболической, постепенно приближались по технике движений к основам слалома-гиганта.

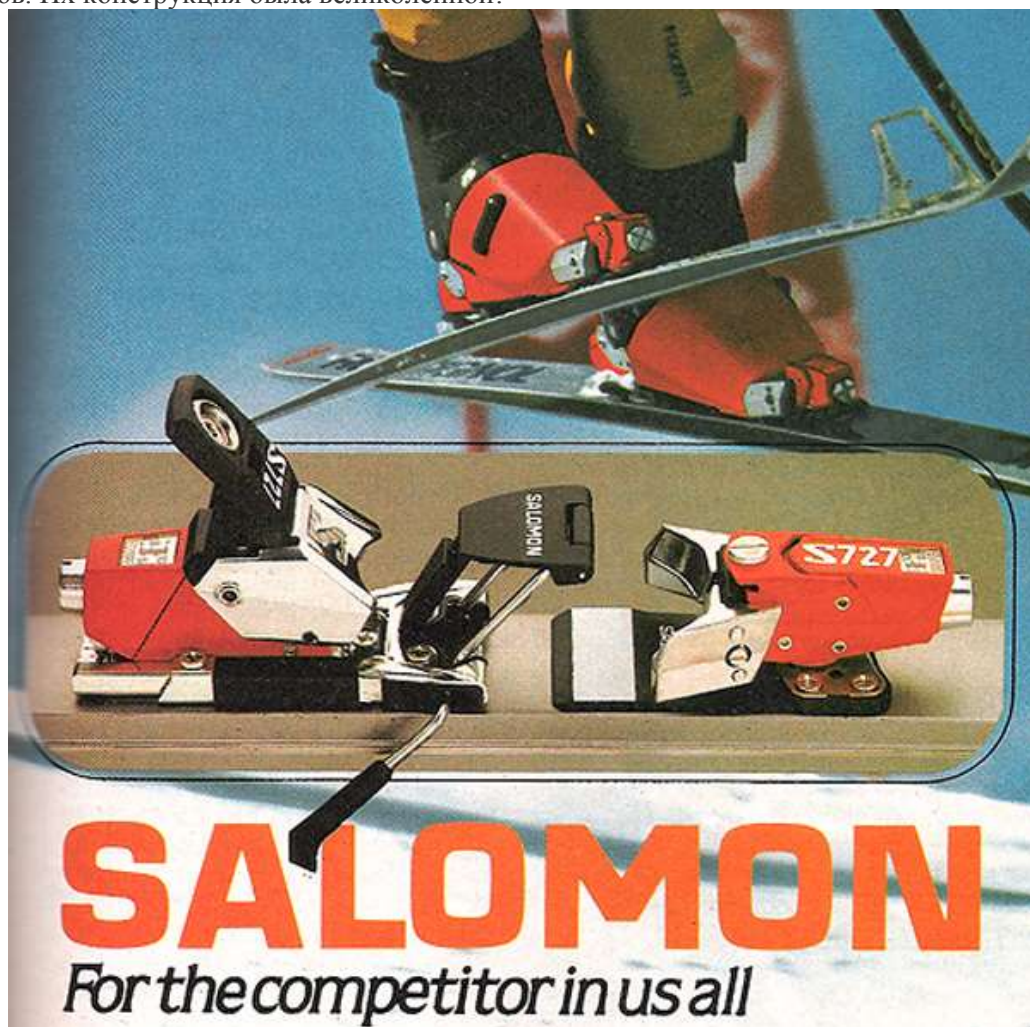
Эволюция горнолыжных ботинок Salomon



Об авторе: Георгий Дубенецкий — самый горнолыжный журналист, фотограф и независимый эксперт в горнолыжном снаряжении и вопросах горнолыжного отдыха. Создатель целого ряда проектов, связанных с горными лыжами. Работал главным редактором множества тематических изданий: журналов «Горные лыжи», журналов «Русская Зима» Федерации горнолыжного спорта и сноуборда

России, «Фристайл» и «Сноуборд» издательства «Панорама», портала ski.ru. Оставил следы своих лыж на склонах десятков курортов в Европе, США и России.

История компании началась в далеком 1947 году, когда Джордж Саломон и его отец Франсуа начали выпускать канты для горных лыж. Спустя пять лет они разработали и начали производить горнолыжные крепления. И вплоть до 1979 года компания Salomon занималась исключительно креплениями, немало в том преуспев. Первая передняя головка с эластичным возвратом ботинка на место, первые детские крепления, первый автоматический ски-стоп, безумно популярная модель S727 с защитой при сложных падениях назад и интегрированным с пяткой креплением ски-стопа с автоматическим прижимом тормозов. Любопытно, что если, сохранив всю механику работы и «осовременив» дизайн, выпустить эти крепления сегодня — они прекрасно защищали бы ноги горнолыжников. Их конструкция была великолепной!



Возможно, именно успех креплений модели S727 привели к началу выпуска горнолыжных ботинок — ведь для этого нужны деньги, а по стечению обстоятельств первые горнолыжные ботинки Salomon выпустил в 1980 году, спустя год после выпуска креплений S727.

Первая модель горнолыжных ботинок Salomon SX90 — мгновенно стала популярной благодаря отличным рабочим качествам, комфорту и теплу — это был ботинок «с задним входом». Впервые такую конструкцию в начале 70-х на рынок ввела компания Hanson, но широкую популярность получила именно отлично продуманная модель, выпущенная Salomon.



Конструкция горнолыжных ботинок Salomon SX90 сильно отличалась от привычных нам сегодня 4-х клипсовых моделей: область стопы, подошвы и передняя часть ботинка до самой манжеты представляла собой единую деталь. А задняя половина манжеты откидывалась далеко назад, обеспечивая очень легкое обувание: вдвинул ногу вперед и поднял пятку. После этого достаточно было поднять рычаг системы тросиков — и ботинок застегнут, нога плотно зафиксирована. Для того, чтобы точно прижать и зафиксировать стопы в передней части и регулировки по ширине стопы использовалась система затяжки широкой лентой с регулировочным рычажком, а жесткость в более поздних моделях можно было отрегулировать, передвигая ограничитель в области линии сгиба ботинка, на подъеме. Преимуществом этого подхода была возможность регулировки пространства для ноги, благодаря чему горнолыжные ботинки подходили очень многим любителям горных лыж и спортсменам.



Модель горнолыжных ботинок Salomon SX90 имела настолько большой успех, что впоследствии — вплоть до 1992 года, Salomon выпускал довольно большое число самых разных моделей такой конструкции, от детских SX 11 до спортивных SX91, выпущенных в 1984 году и SX 92, появившихся в 1988. Очень популярны были и более простые модификации серий SX 4X ... SX 8X, которые отличались жесткостью, расцветками и еще более простой конструкцией.



Даже сегодня сохранившиеся горнолыжные ботинки Salomon SX 92, выпущенные 25 лет назад, используются во время соревнований по спид-ски — заездам на скорость. А все благодаря удивительно аэродинамичной форме, которая сочеталась с комфортом, удобством использования, отличными рабочими характеристиками и возможности индивидуальной адаптации ботинка под ногу.



Популярность этих моделей упала в 90-х годах, причем не потому, что новые ботинки лучше подходили для катания любителям — нет! Но мода не стоит на месте, а спортсмены «пересели» в другие модели. За ними потянулись и любители. Конечно, сыграли свою роль и усовершенствованные конструкции с привычным — передним, входом, но огромную роль сыграло и появление в 1992 году еще одной модели ботинок Salomon — Integral, конструкция которого совмещала концепцию «заднего входа» с классическим 4-клипсовым ботинком. Две нижние клипсы стягивали не наружный ботинок, а прижимали с боков и сверху внутренний ботинок к подошве через систему тросиков, а клипсы на голенище и силовой ремень затягивали голенище, которое в открытом состоянии далеко откидывалось назад, обеспечивая удобный вход в ботинок. Для обеспечения требуемой жесткости сзади откидной части голенища использовалась объемная конструкция, которая в среде обладателей получила название «ручка» за характерную форму. Модели горнолыжных ботинок Salomon Integral были ориентированы на опытных лыжников и экспертов.



Одновременно с Integral'ами была выпущена и еще одна модель, ориентированная на лыжников среднего уровня. Это были модели серии Evolution — 4-х клипсовых ботинок со «средним входом», прославившихся своим удобством и возможностями адаптации по ноге лыжника. Этот дизайн отличался комбинацией положительных качеств обеих конструкций — классической 4-х клипсовой с передним входом и серии SX с задним входом. Как и у ботинок с передним входом, передняя часть «средневходовых» моделей была выполнена с перехлестом, который затягивался двумя клипсами обычной конструкции. А вот у голенища было две подвижные детали — передняя и задняя, поворачивающихся на шарнирах, расположенных в области лодыжек, благодаря чему верх ботинка широко раскрывался, обеспечивая легкое надевание. В качестве фиксаторов использовались еще две клипсы, которые и фиксировали голенище. В застегнутом состоянии горнолыжные ботинки работали как и модели с традиционной конструкцией. Такая конструкция была создана еще в 80-х годах компанией Lange, но до создания Salomon моделей Evolution не получила широкого распространения.



Горнолыжные ботинки со средним входом, бывшие достаточно распространенными, вскоре стали терять свою популярность благодаря появлению и распространению технологии двойной инъекции — именно она позволила создать ботинки с передним входом, широко и легко раскрывающихся в области перехлеста и более удобных во время надевания, чем аналогичные модели 80-х и начала 90-х годов XX века. Сейчас модели со средним входом еще можно иногда встретить в пунктах проката.



Одной из первых моделей классической 4-х клипсовой конструкции, в которой использовался более мягкий материал в зоне перехлеста, были горнолыжные ботинки линии Performa Prolink. Именно эта модель, появившаяся в 1996 году, пожалуй, стала своего рода «точкой отсчета» для современных моделей — 4-х клипсовая конструкция, выполненная на более высоком, чем в 80-е, технологическом уровне. От современных моделей они отличаются разве что в задней части голенища — для увеличения жесткости конструкции в то время применялись объемные накладки, которые Salomon делал из эластомерного материала — в те времена это было большой редкостью, а Salomon использовал такие материалы еще и в лыжах, причем еще до появления карвинговых моделей. Правда, тогда в «волшебную силу этих палочек» мало кто верил...



Впрочем, вполне можно предположить, что такие накладки были на руку и маркетологам. Ведь именно в те годы началось шествие карвинговых лыж тогда еще «новой геометрии», и это явилось отличным поводом для появления огромного числа специальных «карвинговых» горнолыжных ботинок, более жестких в поперечном направлении — для точного контроля закантовки. Какими бы ни были причины, наличие объемных конструкций в задней части голенища с технической точки зрения было вызвано отсутствием в те годы доступных производителям технологий использования достаточно жестких материалов наружного ботинка.



Во всяком случае, выпущенная в 1999 году первая серия спортивных горнолыжных ботинок Salomon серии Course на основе новой колодки по технологии Advanced Chassis Technology, уже не имела характерного выступа в задней части голенища, нет их и у большинства современных моделей.

Пожалуй, на этом можно было и завершить краткий экскурс в историю ботинок Salomon: ведь современные модели уже отличаются от модели конца прошлого века уже не столь радикально. Но нужно вспомнить еще несколько моделей и технологий, выделявшихся «лица не общим выраженьем».



Революционными по своей конструкции и концепции использования ботинок для широкого круга катающихся стали серия ботинок Verse, созданная Salomon в 2001 году. Одной из наиболее необычных особенностей ботинок явилось совмещение клипс со шнуровкой.



В 2004 году была разработана еще одна технология, хорошо видимая снаружи благодаря необычной сотовой структуре. Spaceframe — технология ассиметричного смягчения ботинка для улучшения управляемости при катании техникой «с равномерной загрузкой обеих ног», следуя последним тенденциям того времени в карвинге. Правда, просуществовала она не слишком долго, но свое влияние на «ботинкостроение» оказала: многие компании начали учитывать наличие ассиметричных нагрузок в конструкции своих моделей.



Знаковое событие произошло в 2006 году: были выпущены первые «чисто» фристайльные горнолыжные ботинки Salomon SPK. Две огромные клипсы и мощный ремень привели к резкому увеличению скорости расстегивания и застегивания, а необычный дизайн — к быстрому росту популярности у той категории катающихся, для которых быть «на стиле» очень важно.



И еще один момент, относящийся уже к самому современному этапу развития ботинок. В 2008 году Salomon была создана технология Custom Shell — первая в истории, обеспечившая термоформовку наружных ботинок при продаже. Переоценить такое решение в ботинках для экспертов сложно, подтверждением этого служит создание технологий термоформовки наружных ботинок и другими компаниями.



Вот теперь, пожалуй, завершим короткий исторический обзор технологий, которые предложил горнолыжникам Salomon. Хотя это лишь некоторые из огромного числа уникальных решений, которые созданы и продолжают создаваться Salomon — компанией, которая всегда была и остаётся лидером во всем, что касается горнолыжного снаряжения.

Лекции 6-8. Понятие о технике катания на горных лыжах. Стойка горнолыжника. Классификация технических приёмов. Техника поворотов, остановок. Ошибки при выполнении способов поворотов на горных лыжах и их исправление.

Актуальность данной темы обусловлена тем, что достижение результатов в современном горнолыжном спорте невозможно без высокого уровня технической подготовленности спортсменов. Поставленная стабильная техника придаёт спортсмену необходимую уверенность и со временем решает любые проблемы психологического плана. Хорошая техника, возможно, не спасает от травм, но значительно уменьшает вероятность их получения. Спортсмены, которые по-настоящему технически сбалансированы, могут добиваться успеха во всех дисциплинах.

Основы техники должны быть заложены на протяжении первых двух-трех лет занятий, пока дети просто катаются вне трассы. Безусловно, что правильно подобранное оборудование и особенно условия катания играют определённую роль. Трудно переоценить вклад тренера или инструктора на этой стадии знакомства с горнолыжным спортом. Их главной задачей является создание наиболее благоприятных условий для становления у начинающих правильных технических навыков буквально с первых шагов на склоне. Это поможет в процессе постановки современной техники буквально с первых занятий на склоне.

Техническую подготовку нельзя рассматривать изолированно, она является составляющей единого целого, в котором технические решения тесно взаимосвязаны с физическими, психическими, тактическими возможностями спортсмена, а также конкретными условиями внешней среды, в которой выполняется спортивное действие.

Техническая подготовка горнолыжника

В программу Олимпийских игр по горнолыжному спорту включены 10 видов соревнований, среди которых скоростной спуск, слалом, слалом-гигант, супер-гигант и комбинация. Правила для всех видов одинаковы, но трассы разные. Всего разыгрывается 10 комплектов наград.

Слалом — самая техничная и зрелищная дисциплина. Спортсменам необходимо пройти трассу, размеченную воротами, расположенными по отношению друг к другу ближе, чем в скоростном спуске, слаломе-гиганте и супер-гиганте. Число ворот в слаломе для мужчин — 55-75, для женщин — 45-65, минимально допустимый перепад высот между стартом и финишем в слаломе составляет 140 м, а максимальный — 220 м у мужчин и 120-200 у женщин. На Кубке и чемпионатах мира перепад высот должен быть больше: 180-220 м у мужчин и 140-200 у женщин. Ширина ворот слалома должна составлять 4-6 метров; максимальная дистанция между воротами 13 метров (эта дистанция была уменьшена с 15 метров весной 2005 года); минимальная дистанция между воротами 0,75 метра. По правилам ФИС (международной лыжной федерации) на трассе должно быть минимум 5 вертикальных комбинации: две «змейки» и три или четыре «шпильки». На соревнованиях спортсменам необходимо преодолеть две трассы, из суммы результатов которых и складывается итоговый результат [3].

В **слаломе-гиганте** ворота на трассе, которую проходят спортсмены, расположены дальше друг от друга, чем в слаломе, но не так далеко, как в супер-гиганте. Стандарты ФИС для слалома-гиганта следующие: перепад высот между стартом и финишем минимум — 140 м, а максимум — 350 м. На Кубке и чемпионатах мира он больше: 250-450 м — у мужчин и 250-400 м — у женщин. Количество ворот для мужчин — 56-70, для женщин — 46-58. Ширина ворот должна находиться в диапазоне 6-8 м; минимальная

дистанция между воротами – 15 м; максимальной дистанции не указано. Результат складывается из прохождения двух различных трасс.

Супер-гигант представляет собой дисциплину, объединяющую в себе скоростной спуск и слалом-гигант. Для обычных ФИС соревнований по супер-гиганту достаточно перепада высот в диапазоне 350-600 м. На Кубке мира у мужчин перепад высот составляет 500-650 м, а у женщин – 400-600 м. Дистанция между воротами в супер-гиганте не должна быть меньше 30 м. На прохождение трассы дается только одна попытка.

В *скоростном спуске* самые длинные трассы из всех видов горнолыжного спорта, а спортсмены развивают самые высокие скорости (до 160 км/ч). Скоростной спуск: перепад высот у мужчин – от 800 до 1100 м, у женщин – от 500 до 800 м. Спортсмены по одному проходят дистанцию один раз.

Комбинация представляет собой вид программы, объединяющий в себе скоростной спуск и слалом.

Каждая страна может быть представлена 22 спортсменами (не более 14 человек одного пола), а также не более 4 участников в каждой дисциплине горнолыжного спорта. Отбор для участия осуществляется по результатам выступления спортсменов в чемпионатах мира и этапах Кубка мира.

Многие ведущие спортсмены демонстрируют очень близкие тенденции в своей технической подготовке выполнения поворотов, независимо от дисциплины.

Под технической подготовкой следует понимать степень освоения спортсменом системы движений (техники вида спорта), соответствующей особенностям данной спортивной дисциплины и направленной на достижение высоких спортивных результатов.

Основной задачей технической подготовки спортсмена является обучение его основам техники соревновательной деятельности или упражнений, служащих средствами тренировки, а также совершенствование избранных для предмета состязания форм спортивной техники.

По мнению Холодова, в процессе спортивно-технической подготовки необходимо добиться от спортсмена, чтобы его техника отвечала следующим требованиям:

- **Результативность техники.** Обуславливается ее эффективностью, стабильностью, вариативностью, экономичностью, минимальной тактической информативностью для соперника.
- **Эффективность техники.** Определяется ее соответствием, решаемым задачам и высоким конечным результатам, соответствием уровню физической, технической, психической подготовленности.
- **Стабильность техники.** Связана с ее помехоустойчивостью, независимостью от условий, функционального состояния спортсмена.
- **Вариативность техники.** Определяется способностью спортсмена к оперативной коррекции двигательных действий в зависимости от условий соревновательной борьбы. Опыт показывает, что стремление спортсменов сохранить временные, динамические и пространственные характеристики движений в любых условиях соревновательной борьбы к успеху не приводит.
- **Экономичность техники.** Характеризуется рациональным использованием энергии при выполнении приемов и действий, целесообразным использованием времени и пространства. При прочих равных условиях лучшим является тот вариант двигательных действий, который сопровождается минимальными энерготратами, наименьшим напряжением психических возможностей спортсмена.
- **Минимальная тактическая информативность техники.** Для соперников является важным показателем результативности. Совершенной здесь может быть только та техника, которая позволяет маскировать тактические замыслы и действовать неожиданно. Поэтому высокий уровень технической подготовленности предусматривает наличие способности спортсмена к выполнению таких движений, которые, с одной стороны, достаточно эффективны для достижения цели, а с другой – не имеют четко выраженных информативных деталей, демаскирующих тактический замысел спортсмена.

Наряду со стабильностью и вариативностью навыков необходима также их надежность. Она определяется психической устойчивостью, специальной выносливостью, высокой степенью координации и других способностей спортсмена. Надежность действий спортсмена в соревнованиях есть комплексный результат совершенствования его навыков и способностей, гарантирующий высокую эффективность действий вопреки возникающим внешним и внутренним сбивающим факторам.

Условно различают общую техническую и специальную спортивно-техническую подготовку. Задачи общей технической подготовки заключаются в расширении фонда двигательных умений и навыков, а также в воспитании двигательно-координационных способностей, которые содействуют техническому совершенствованию в избранном виде спорта.

Основной задачей в специальной спортивно-технической подготовке является формирование таких умений и навыков выполнения соревновательных действий, которые позволяют спортсмену с наибольшей эффективностью использовать свои возможности в соревнованиях и обеспечивают прогресс технического мастерства в процессе занятий спортом.

Средствами технической подготовки являются общеподготовительные, специально подготовительные и соревновательные упражнения.

Двигательное умение – это способность выполнять двигательные действия на основе определенных знаний о его технике, наличия соответствующих двигательных предпосылок при значительной концентрации внимания занимающихся построить заданную схему движений.

Многократное повторение двигательных действий приводит к постепенной автоматизации движений, и двигательное умение переходит в навык, характеризующийся такой степенью владения

техникой, при которой управление движениями происходит, автоматизировано, а действия отличаются высокой надежностью.

Одна из основных задач технической подготовки спортсмена при совершенствовании закреплённых навыков состоит в том, чтобы обеспечить вариативность, соответствующую особенностям вида спорта. Это достигается путем направленного варьирования отдельных характеристик, фаз, форм упражнения, а также внешних условий их выполнения. Исходная основа различных приемов варьирования заключается в сочетании постоянной установки на результативность соревновательных действий и целесообразно изменяемых оперативных установок в тренировке.

Гуршман Г. считает, что в каждом большом цикле у прогрессирующего спортсмена можно выделить три этапа технической подготовки:

- Первый этап совпадает с первой половиной подготовительного периода больших тренировочных циклов, когда вся подготовка спортсмена подчинена необходимости становления спортивной формы. Это этап создания модели новой техники соревновательных движений (ее улучшения, практического освоения, разучивания отдельных элементов, входящих в состав соревновательных действий) и формирования их общей координационной основы.

- Второй этап. На этом этапе техническая подготовка направлена на углубленное освоение и закрепление целостных навыков соревновательных действий как компонентов спортивной формы. Он охватывает значительную часть второй половины подготовительного периода больших тренировочных циклов (специально подготовительный, предсоревновательный этапы).

- Третий этап. Техническая подготовка строится в рамках непосредственной предсоревновательной подготовки и направлена на совершенствование приобретенных навыков, моделирование соревновательных программ, увеличение диапазона их целесообразной вариативности и степени надежности применительно к условиям основных соревнований. Этот этап начинается с завершающей части подготовительного периода и распространяется на соревновательный период.

Одним из важнейших методических условий совершенствования технического мастерства являются взаимосвязь и взаимозависимость структуры движений и уровня развития физических качеств. Соответствие уровня физической подготовленности спортсмена уровню владения его спортивной техникой – важнейшее положение методики технической подготовки в спорте.

Анализ техники горнолыжного спорта

Поставленная стабильная техника придаёт спортсмену необходимую уверенность и со временем решает любые проблемы психологического плана. Достижение результатов в современном горнолыжном спорте невозможно без высокого уровня технической подготовки. Хорошая техника, возможно, не спасает от травм, но значительно уменьшает вероятность их получения. Спортсмены, которые по-настоящему технически сбалансированы, могут добиваться успеха во всех дисциплинах.

Нельзя недооценивать роль тренера в обучении, постановке и поддержании техники. Тренер может быть великодушным организатором, психологом и педагогом, но все эти замечательные качества в большинстве случаев не принесут результатов, если тренер не умеет ставить технику. Особенно это важно на уровне юниоров, хотя и при работе с высококвалифицированными спортсменами умение тренера корректировать и поддерживать технику играет немаловажную роль. Тренер, работающий с юниорами, должен уметь объяснить все элементы техники предельно просто и доходчиво. А это значит, что он должен и для себя понимать современную технику в рамках отдельных простых элементов.

Выполнение поворота – это создание условий, необходимых для того, чтобы поворот произошел, вместо приложения усилий для поворота лыж. В этом определении кроется суть подхода к обучению современной технике горнолыжного спорта. Обучение должно быть направлено только на отработку тех элементов, которые создают условия для «резания» максимально чистой дуги поворота. На это должны быть направлены упражнения, как в свободном катании, так и на трассе.

Биомеханический рисунок – это определённая последовательность движений. Многократное повторение конкретной последовательности движений вырабатывает мышечную память. Мышечная память позволяет спортсмену воспроизводить биомеханический рисунок. Именно поэтому тренерам очень важно создавать прогрессии упражнений, ведущие к тому же рисунку движений, что и в настоящем повороте.

Как правило, бесцельное выполнение различных, не связанных между собой упражнений приводит к созданию ненужных навыков, вырабатывая неправильную мышечную память и, соответственно, создается биомеханический антирисунок. Антирисунок содержит в себе определённые движения или последовательности движений, которые идут вразрез с правильной техникой выполнения поворотов. Не стоит забывать, что избавляться от антирисунков значительно труднее, чем изначально развивать правильный рисунок.

Почти все ведущие спортсмены демонстрируют очень близкие тенденции в своей технике выполнения поворотов, независимо от дисциплины. Эти общие тенденции современной техники выходят далеко за пределы индивидуального стиля катания или анатомического строения спортсмена. Приведённые ниже элементы техники универсальны и используются как юниорами, так и членами национальных сборных. Высокое мастерство и эффективность исполнения данных элементов, так же, как и биомеханика всего процесса в целом, четко выделяют группу лидеров на Кубке мира.

Элементы техники горнолыжного спорта

Параллельное ведение лыж. Повороты на параллельных широко идущих лыжах применяются во всех дисциплинах горнолыжного спорта. Достичь этого с определенным уровнем стабильности весьма непросто. В процессе любого поворота ноги движутся в разных направлениях – наружная поворачивает

внутри, в то время как внутренняя вращается наружу (относительно оси симметрии тела). Поэтому удержать и вести лыжи параллельно – технический навык, требующий отработки. Лыжи ведутся параллельно даже в поворотах, требующих небольшого перенаправления при входе в поворот. Скоростные преимущества параллельного ведения лыж очевидны, обе лыжи загружены и вовлечены в резание плавных, более быстрых, дуг.

Параллельные голени и колени. Угол закантовки создаётся в основном заклоном тела с выпрямленной внешней ногой. Вытянутая, но незаблокированная в коленном суставе, «прямая» внешняя нога создаёт эффективное, с точки зрения биомеханики, положение, которое позволяет выдерживать значительные силы, действующие на спортсмена в современных поворотах. Такое положение внешней ноги переносит основную нагрузку с суставов и мышц на костный каркас тела, что в значительной мере снижает травматизм. Заклон, смещение внутрь с параллельными голенищами, позволяет центру масс спортсмена продвигаться по более короткому спрямлённому пути при прохождении трассы. Комбинация параллельных голенищ-коленей и параллельного ведения лыж даёт возможность резать обоим лыжам. Все это приводит к значительному увеличению скорости.

Загрузка внутренней лыжи. Загрузка внутренней лыжи эффективна и даёт прирост скорости только при параллельном ведении лыж на протяжении всего поворота. Ведущие спортсмены поддерживают приблизительное соотношение давления на внешнюю лыжу к давлению на внутреннюю 80:20 – в слаломе-гиганте и 70:30 – в слаломе, только в начальной стадии поворота. В процессе поворота это соотношение меняется. Обычно поворот начинается над линией падения склона с почти 90% давления на внешнюю лыжу. По мере входа в линию падения склона внутренняя лыжа начинает нести большую нагрузку, не только помогая поддержанию бокового равновесия, но и активно участвуя в резании дуги поворота. Загрузка внутренней лыжи эффективна и даёт прирост скорости только при параллельном ведении лыж на протяжении всего поворота.

Носки лыж на одном уровне. Положение лыж с находящимися практически на одном уровне носками помогает обеспечить параллельное ведение и раннее начало резания дуги. Минимальная продольная разножка поддерживает корпус и ноги в одной плоскости на протяжении почти всего поворота. Это наиболее естественное и стабильное, с точки зрения биомеханики, положение тела, напоминающее стойку скоростного спуска, – наиболее эффективное в горных лыжах.

Пересечение «под» и «над» происходят одновременно. В современной технике в стадии сопряжения поворотов используются оба типа пересекающих движений.

Пересечение «над» – прохождение центра массы спортсмена над лыжами в направлении центра следующего поворота. Это движение преобладает в законченных поворотах слалома-гиганта и супер-гиганта на крутых участках трассы. Это движение менее выражено в современном слаломе.

Пересечение «под» – прохождение лыж под телом. Это движение вступает в игру в поворотах слалома-гиганта и супер-гиганта на участках средней крутизны. Пересечение «под» широко используется в современном слаломе. Оно обычно применяется в комбинации с разгрузкой вниз. Вне зависимости от вида пересечения, в современных поворотах используется вся лыжа.

Поворот обычно заканчивается с давлением на пятках лыж и начинается с давлением на их передней части. На самом деле в большинстве поворотов пересечение «над» и «под» происходит одновременно, обеспечивая перемещение центра массы вперед и в горизонтальном плане. Пересечения «над» и «под» при переходе в новый поворот обеспечивает раннюю закантовку.

Разгрузка вниз используется во всех дисциплинах как метод разгрузки лыж позволяющий им проходить под телом для перехода в новый поворот. Применение этого приема создаёт так называемый виртуальный бугор между поворотами. Спортсмен как бы подтягивает под себя ноги – таким же образом, как если бы он переезжал через бугор в стадии сопряжения поворотов и выпрямляет их в поворот так, будто это впадина между буграми. Комбинация разгрузки вниз и пересекающего «под» движения эффективна в поворотах на склонах средней крутизны. Такая комбинация обеспечивает раннюю закантовку и резание дуги обеими лыжами, благодаря чему значительно повышается скорость прохождения средних по сложности участков.

Ранняя закантовка. Современные повороты гиганта и слалома представляют собой не совершенные дуги окружности, а скорее напоминают по форме размашистую запятую. Основное изменение направления в повороте происходит над линией падения склона. Поэтому и резание дуги тоже должно начинаться до пересечения спортсменом линии падения склона. Это позволяет спортсмену ускоряться на выходе из линии падения, выполняя 70% поворота до фактического прохождения ворот. Для обеспечения этого лыжа должна быть закантована на самой начальной стадии поворота. Хорошо синхронизированные пересекающие движения в комбинации с выпрямлением и заклоном смещают тело внутрь поворота прежде, чем создается значительное давление на внешнюю лыжу. Раннюю закантовку и «заваливание внутрь» на начальной стадии поворота разделяет весьма тонкая грань. Тем не менее, ведущие спортсмены почти всегда тонко чувствуют это различие и идут именно «на грани».

Давление в линии падения склона. Для поддержания скорости и тем более для ускорения при выходе из поворота лыжи должны быть загружены над линией падения склона, или, по крайней мере, при входе в нее. Такой момент загрузки лыж влияет в большей степени на повороты гиганта и супер-гиганта, но и в слаломе может давать выигрыш во времени.

Когда техника или элементы техники обеспечивают лучшее время на трассе, они безоговорочно принимаются и используются другими спортсменами. Восемь вышеприведенных элементов, характерных для современной техники горнолыжного спорта, тесно взаимосвязаны. Большинство из них может быть эффективно использовано только при условии того, что остальные элементы также

присутствуют в техническом арсенале спортсмена. Комбинация всех восьми элементов, выполненная в соответствующей последовательности, создает атлетичную, динамичную, мощную и в то же время грациозную современную технику.

Техника слалома-гиганта является основой и включает в себя общие элементы техники, используемые как в слаломе, так и в скоростных дисциплинах. Выполнение чистых резаных поворотов слалома-гиганта – это то, к чему стремились спортсмены и тренеры в течение двух последних десятилетий. Для резания дуги поворота, лыжник должен поставить лыжу на кант путем выполнения последовательности технических элементов, обычно называемой *закантовкой*.

Закантовка может быть выполнена, как путем ангуляции колена и бедра, так и путем наклона или смещения тела внутрь поворота – *заклоном*.

В широком смысле *заклон* – это отклонение тела лыжника от его вертикальной оси, это движение всего тела вперед и внутрь в направлении центра будущего поворота. Заклон отличается от обычного наклона всего тела (плеч и корпуса) тем, что при заклоне спортсмен держит бедра и плечи выровненными – параллельными друг другу. Незначительное опрокидывание плеч внутрь поворота может вызвать перенос большей части веса на внутреннюю лыжу в начале поворота, что в результате приведет к проскальзыванию лыж. Заклон, выполненный своевременно и четко, – это весьма сложный навык, для мастерского овладения которым требуется время и определённый километраж.

Для каждой скорости и радиуса поворота существует критический угол закантовки, после превышения, которого лыжа уже не держит. Как и любой другой элемент современной техники, заклон основывается на ряде фундаментальных компонентов.

Укол палкой. В определенной степени игнорируемый и зачастую считающийся ненужным в слаломе-гиганте, укол палкой по-прежнему остается существенным элементом современной техники и используется большинством высококвалифицированных спортсменов в законченных поворотах на крутых участках трассы. Укол палкой инициирует движение распрямления, а также содействует последующему продвижению центра масс вперед и внутрь в направлении центра будущего поворота.

Распрямление. Это понятие относится в основном к распрямлению «новой» внешней ноги, которая была согнута при завершении предыдущего поворота. Несмотря на то что ноги распрямлены, ни бедра, ни коленные суставы не распрямлены полностью до стадии закрепощения. Распрямление внешней ноги необходимо для выполнения правильного заклона и достижения достаточного смещения лыж.

Продвижение-опережение. Под этим понятием имеется в виду движение центра масс в направлении центра будущего поворота. Комбинация распрямления и продвижения позволяет спортсмену начать новый поворот в положении правильного заклона с выровненными бедрами-плечами и распрямленной внешней ногой.

Динамическая ангуляция. Подразумевает создание углового положения в бедре во второй части поворота. Динамическая ангуляция не может быть выполнена эффективно, если начальный угол закантовки не создан заклоном с выровненными бедрами-плечами и распрямленной внешней ногой.

Динамика резаного поворота. О резаных поворотах или так называемом карвинге в последнее время много говорят и пишут. Почти все современные спортивные лыжи приспособлены именно для карвинга. Дуга динамичного поворота обычно имеет форму запятой, а не дуги окружности. При обучении динамичным поворотам тренерам следует отойти от таких понятий, как закантовка и давление на лыжу. Именно стремление поставить лыжу на кант, а затем сильно надавить на неё, и приводит к проскальзыванию лыжи. Следует просто смещать тело внутрь поворота – выполнять заклон. При этом внешняя нога выпрямляется, а внутренняя сгибается. Весь процесс резания дуги занимает от 0,2 до 0,5 секунды и требует тонкого чувства канта и незаурядной взрывной силы ног. Безусловно, далеко не все спортсмены в состоянии выполнять подобные повороты. Тем не менее даже младшие юниоры могут овладеть динамичными резаными поворотами применительно к свободному катанию на склонах средней крутизны. Тренеры, несомненно, должны уделять этому особое внимание. Конечно, нужна практика и грамотный подход к обучению. Необходимо и четкое понимание биомеханики процесса.

Разгрузка лыж. Разгрузка лыж появилась в арсенале горнолыжников задолго до закантовки и резаных поворотов. Как только люди стали пытаться спускаться на лыжах с гор, у них возникла необходимость изменять направление движения, обходить препятствия и, в конечном счете, выполнить повороты просто по желанию. Наиболее ярко выраженным случаем разгрузки, когда давление на лыжи при повороте практически отсутствует, является поворот с отрывом лыж от снега – поворот прыжком. Как и другие элементы техники, разгрузка лыж совершенствовалась и видоизменялась. В современных горных лыжах разгрузка едва заметна. Наиболее распространенным и весьма понятным методом «облегчения» лыж является так называемое приставание – распрямление ног, предварительно согнутых в коленях. Основная цель разгрузки – это «отпускание» кантов. Нужно отметить, что разгибание идет не только вверх и вперед, но и в сторону, в направлении центра следующего поворота. Таким образом, создается впечатление, что ноги движутся под телом подобно маятнику. Если учесть, что весь комплекс движений занимает от 0,3 до 0,5 секунды, то вполне понятно, почему даже некоторые тренеры верят в то, что разгрузка лыж уже не используется в спорте. На самом деле разгрузка по-прежнему является фундаментальным элементом техники. К сожалению, такой техникой владеют пока единицы – лучшие в мире спортсмены. Безусловно, именно за этой техникой будущее горных лыж.

Обучение технике горнолыжного спорта

Обучение детей было и остаётся предметом дискуссий среди инструкторов и тренеров различного уровня – от детских спортивных школ до сборных. Это неудивительно, ведь если детские тренеры и инструкторы не будут грамотно делать свою весьма непростую работу, то и всем остальным тренерам –

от юниоров и до национальных сборных – придётся её делать за них, но уже в условиях дефицита времени. В идеале основы техники должны быть заложены на протяжении первых двух-трех лет занятий, пока дети просто катаются вне трассы. В этом случае тренеры средних и старших юниоров могут заниматься своим непосредственным делом – применением техники на трассе и работой над увеличением скорости и стабильности. Более 50% российских юниоров не готовы к работе в трассе именно из-за пробелов в основах техники. Всё это идёт от неправильного подхода к обучению 4-8 летних малышей.

Несмотря на различия в подходах к обучению, большинство детских инструкторов во всём мире сходятся во мнении, что дети, в силу своих ограниченных физических возможностей, не могут кататься как взрослые. Считается, что у них слабые ноги, и поэтому они не могут эффективно выполнять разгрузку и закантовку лыж. Ряд инструкторов верит в то, что центр тяжести у детей находится ниже, чем у взрослых, вследствие чего они всегда катаются в плуге или, по крайней мере, подплуживают, сидя в задней стойке. Укол палкой и его координация с разгибанием тоже считаются недоступными. Более того, многие рекомендуют не использовать палки даже при обучении 5-6 летних горнолыжников из соображений безопасности. Большинство инструкторов и некоторые из детских тренеров не верят в возможность выполнения малышами резаных поворотов, являющихся верхом координации и силы.

Сила ног должна соответствовать весу горнолыжника. Именно поэтому женщины-спортсменки режут повороты ничуть не хуже мужчин, при этом их показатели по абсолютной силе ног значительно ниже.

Координация у детей в возрасте 5-7 лет во многих случаях действительно отстаёт, однако может быть легко и успешно развита путём выполнения правильно построенной последовательности упражнений, как на снегу, так и в процессе специальной физической подготовки, включающей элементы гимнастики и балета. Великолепным инструментом для обучения являются ролики (летом) и сноублэйдс (зимой). Постановка детей на лыжи в 2,5-3 года порой, не всегда оправдана именно из-за отсутствия координации. Иногда ребёнок проводит последующие два-три года, незначительно прогрессируя в своём катании, и другой малыш, начавший кататься в 4-5 лет, его легко нагоняет. Безусловно, во многом это чисто индивидуально. Все дети развиваются по-разному, и только опытный детский тренер может определить: готов ли малыш к горным лыжам или стоит ещё годик другой подождать.

Многие детей в возрасте 6 лет и старше, катаются с использованием техники взрослых спортсменов-чемпионов. Как правило, это является результатом вдумчивой и грамотной работы тренера и хороших условий катания, позволяющих набрать нужный километраж на склонах. Положение плуга является самым неестественным для детей. Научив ребёнка плугу, тренер или инструктор создаёт очень устойчивый антирисунк, избавиться от которого весьма непросто. Гораздо легче провести необходимое время, обучая детей просто ездить по прямой, на соответствующем пологом склоне. Далее можно делать прыжки или просто приседать и вставать, кататься на одной лыже и на сноублэйдс, репетировать приседания и укол палкой в траверсе и т.д. Методов много и все они довольно просты. Главное – создать условия, в которых дети сами научатся поворачивать на широко идущих параллельных лыжах. При переходе к поворотам очень важно избегать вращения и руления лыж. Даже в пять лет дети могут почувствовать закантовку и поворот смещением тела внутрь. Дети, которым удастся уловить чувство того, как закантованные лыжи «поворачивают сами», обычно начинают очень быстро прогрессировать. Великолепно помогают поймать это ощущение ролики и сноублэйдс на снегу. Конечно, такая грамотная подводка займёт чуть больше времени и потребует работы с особо нетерпеливыми родителями, которые любыми средствами хотели бы научить своих детей спускаться с верха крутой горы. Безусловно, что правильно подобранное оборудование и особенно условия катания играют определённую роль. Трудно переоценить вклад тренера или инструктора на этой стадии знакомства с горнолыжным спортом. Их главной задачей является скорее не обучение, а создание наиболее благоприятных условий для развития у малышей правильных технических навыков, буквально с первых шагов на склоне. Любой тренер, от работающего с юниорами до тренера сборных команд, знает, как трудно переучивать уже сложившихся спортсменов. Именно поэтому важно знать, на что действительно способны дети. Это поможет в процессе постановки современной техники буквально с первых занятий на склоне.

Общие принципы обучения детей. При обучении детей нужно руководствоваться одним основным принципом – дети учатся в процессе направленной игровой активности. Тренер должен постоянно создавать игровую ситуацию, обеспечивающую наиболее благоприятные условия для обучения. У детей, начавших обучение с плуга, негативные последствия этого проявляются на протяжении долгого времени. Они, как правило, возвращаются к плугу, как только чувствуют, что выходят из зоны комфорта. Это может проявляться как на трассе, так и в свободном катании на крутом склоне. Зачастую такой ребёнок может быть совсем потерян для спорта. Опытные детские тренеры знают, что реально обучать детей можно в течение 45-50 минут. Поэтому они разбивают занятия на три-четыре сегмента по 45 минут. Вся тренировка занимает меньше двух с половиной - трёх часов. Тренер всегда должен помнить, что игра - это лишь средство обучения конкретным техническим навыкам, а не самоцель. Дети учатся, опираясь на то, что тренер может сделать и показать, а не на то, что он или она говорят. Ученики должны иметь ясное представление того, что требуется сделать, условий игры. Далее им требуется определённое время и количество повторений для применения и выработки биомеханического рисунка, соответствующего задаче.

За основу обучения принимаются шесть основных двигательных навыков:

- положение над лыжами;
- динамическое равновесие;
- синхронизация и координация;
- разворот-перенаправление лыж;
- закантовка;
- давление.

Все навыки должны успешно применяться в условиях равновесия во всех возможных направлениях: переднезаднем – вдоль лыж, вертикальном – вверх и вниз, горизонтальном – поперек лыж и равновесии при вращении.

Методика современного начального обучения технике. Детей выводят на пологий широкий склон с хорошим ровным выкатом. Значительное время посвящается прямым спускам и привыканию к скорости. Ширина ведения лыж должна быть удобной. Не стоит увлекаться слишком широким ведением, которое в дальнейшем может препятствовать равномерной закантовке обеих лыж. Высота, с которой начинается спуск, постепенно увеличивается. При этом основное внимание уделяется положению ребёнка над лыжами. Очень важно, чтобы ребёнок стоял, не опираясь на языки или задники ботинок, при этом в прямом спуске лыжи должны идти абсолютно плоско. Выравнивание и подгонка ботинок также должны осуществляться именно на начальном уровне обучения.

Более сложные упражнения – это простой спуск на одной лыже и спуск на одной лыже, при котором вторая лыжа держится перекрестно под прямым углом поочередно спереди и сзади ботинка опорной ноги. Все эти упражнения не новы, но выполняются они в прямых спусках, скорость которых постоянно увеличивается. Привыкание к скорости имеет решающую роль на начальном этапе. Ребёнок, уверенно чувствующий себя на скорости в прямом спуске, не будет использовать повороты для контроля и уменьшения скорости. Далее можно переходить к упражнениям на сгибание и разгибание ног, а также к прыжкам с двух ног на две и с ноги на ногу. При правильном подходе на всё это может уйти более трёх месяцев занятий:

1. Основной задачей технической подготовки спортсмена является обучение его основам техники соревновательной деятельности или упражнений, служащих средствами тренировки, а также совершенствование избранных для предмета состязания форм спортивной техники. Условно различают общую техническую и специальную спортивно-техническую подготовку.

2. Почти все ведущие спортсмены демонстрируют очень близкие тенденции в своей технике выполнения поворотов, независимо от дисциплины. Эти общие тенденции современной техники выходят далеко за пределы индивидуального стиля катания или анатомического строения спортсмена. Общие тенденции современной техники: параллельное ведение лыж, параллельные голени и колени, загрузка внутренней лыжи, носки лыж на одном уровне, пересечение «под» и «над» происходят одновременно, разгрузка вниз, ранняя закантовка, давление в линии падения склона.

3. При обучении детей нужно руководствоваться одним основным принципом – дети учатся в процессе направленной игровой активности. У детей, начавших обучение с плуга, негативные последствия этого проявляются на протяжении долгого времени. Они, как правило, возвращаются к плугу, как только чувствуют, что выходят из зоны комфорта. Это может проявляться как на трассе, так и в свободном катании на крутом склоне.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бабич В.В. Система подготовки горнолыжников: Сочи: Ясная поляна, 2006.
 2. Горяйнов А. В. Горнолыжный спорт. Правила соревнований. М.: Физкультура и Спорт, 2001.
 3. Горяйнов А. В., Ростовцев Д.Е., Павлов Е. К. Секреты слалома: учеб. пособие. СПб.: Профф, 2007.
 4. Гуршман Г. Пьянта Су или горные лыжи глазами тренера: М.: Лабиринт Пресс, 2005.
 5. Жубер Ж. Техника и мастерство: М.: Профиздат, 2001.
 6. Карлышев В.М. Методика комплексного контроля в подготовке горнолыжников: Омск: Ветна, 2001.
 7. Кожевникова Е. А. Горные лыжи с самого начала. М.: Орбита – М, 2000.
 8. Основы управления подготовкой юных спортсменов: учеб. пособие / под. ред. М. А. Набатниковой СПб.: Центр, 2004.
 9. Ремизов Л. П. Современная школа обучения горнолыжной технике: от «плуга» до карвинга: учеб. пособие. М.: Физическая культура, 2004.
 10. Ростовцев Д. Е. Подготовка горнолыжника: М.: ФК и С, 2003.
 11. Теория и методика физического воспитания: учебник / под ред. Крুцевич Т. Ю. Киев: Олимпийская литература, 2003.
 12. Тренировочный процесс на горных лыжах и оценка его эффективности: учеб. пособие / под ред. Лисовского А.Ф. Малаховка: Орион, 2003.
 13. Франко Ж. Французская горнолыжная школа М.: Рипол классик, 2004.
 14. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: М. Академия, 2002.
- Интернет источники:
15. URL: <http://lyzhi.by.ru/gornye/gcompetition.htm>
 16. URL: http://www.ski.ru/static/342/2_10217.html
 17. URL: <http://www.ski-season.ru/resorts/russia/3/11/7>

ПРАВИЛА ВИДА СПОРТА «ГОРНОЛЫЖНЫЙ СПОРТ»

1. Общие положения для всех соревнований

1.1. Соревнования по горнолыжному спорту проводятся в соответствии с правилами (ICR) Международной федерации лыжных видов спорта (FIS), настоящими правилами (далее Правилами). В настоящей редакции правил, в части повторяющей положения правил ICR FIS (далее – Правила ФИС), в скобках приведена нумерация указанных правил. Ситуации, не нашедшие отражения в настоящей редакции Правил трактуются исходя из Правил ФИС.

1.2. Официальные спортивные соревнования по горнолыжному спорту проводятся в спортивных дисциплинах в соответствии с Всероссийским реестром видов спорта и в возрастных категориях в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.

1.3. Спортивное соревнование – это состязание среди спортсменов или команд спортсменов по различным видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязания, проводимое по утвержденному его организатором положению (регламенту).

1.4. Спортивная дисциплина – часть вида спорта, имеющая отличительные признаки и включающая в себя один или несколько видов, программ спортивных соревнований. Например горнолыжный спорт – это вид спорта, а комбинация – это спортивная дисциплина.

1.5. Для участия в официальных спортивных соревнованиях Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, (ЕКП), календарных планов спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации, спортсмены возрастной группы U18 и старше допускаются при наличии RUS кода (числовой код, под которым спортсмен зарегистрирован в базе данных).

1.6. Для участия в соревнованиях календаря FIS проводимых на территории Российской Федерации допускаются спортсмены, имеющие FIS код (числовой код, по которым спортсмен зарегистрирован в базе данных) в соответствии со ст. 200.3 Правил ФИС.

1.7. Порядок участия спортсменов в спортивных соревнованиях более низкого статуса определяется региональными (местными) спортивными Федерациями, аккредитованными по виду спорта «горнолыжный спорт».

1.8. Соревнования по горнолыжному спорту среди спортсменов до 14 лет (далее - U 14) и до 16 лет (далее - U 16), проводятся в соответствии с настоящими правилами, а в ситуациях, не нашедшие отражения в настоящей редакции Правил трактуются исходя из Правил ФИС.

1.9. Все соревнования, включенные в календарь официальных спортивных соревнований, должны проводиться в соответствии с настоящими Правилами.

1.10. Для организации и проведения различных соревнований действуют настоящие Правила и предусмотренные для них, положения и регламенты.

1.11. Участвовать в соревнованиях, включенных в календарь спортивных соревнований, имеют право спортсмены в рамках квот, указанных в регламентирующих проведение соревнований документах (положений и регламентов).

1.12. Все классифицируемые соревнования, включенные в календарь официальных спортивных соревнований, должны контролироваться техническим делегатом общероссийской спортивной федерации (далее - ОСФ).

2. Спортивные дисциплины, по которым проводятся соревнования в горнолыжном спорте

2.1. (201.6.2.) Горнолыжные соревнования включают следующие дисциплины:

Скоростной спуск, слалом, слалом-гигант, супер-гигант, параллельный слалом, горнолыжные комбинации, пандные соревнования.

3. (205.) Права и обязанности участников

Спортсменам запрещено заключать пари на исход соревнований.

3.1. Участники соревнований обязаны подчиняться указаниям жюри, быть точно информированы о соответствующих положениях настоящих Правил и выполнять их.

3.2. (205.2.) Участникам, находящимся под воздействием допинга, не разрешается принимать участие в соревнованиях.

3.3. Участники соревнований имеют право информировать жюри о проблемах с безопасностью на тренировочных и соревновательных трассах.

3.4. (205.4.) Участникам, отсутствующим на церемонии награждения по неуважительной причине, призы не пересылаются. Они теряют право на приз, включая денежный.

В исключительных случаях участник может быть представлен другим членом его команды, который, однако, не имеет права занять его место на пьедестале почета.

3.5. (205.5.) Участники соревнований должны вести себя корректно по отношению к членам Организационного комитета, официальным лицам и публике.

4. Требования к проводящей организации.

4.1. Организатор

4.1.1. Организатором соревнований ОСФ может быть лицо или группа лиц, которые осуществляют необходимую подготовку и организацию соревнований на месте их проведения.

4.1.2. Если ОСФ не является непосредственным организатором соревнований, то она может делегировать права на проведение соревнований соответствующей организации.

4.2. Организационный комитет

Организационный комитет состоит из членов, делегированных организатором и ОСФ. На оргкомитет возлагаются все права и обязанности организатора (подробно в п. 20 настоящих правил).

5. Страхование

5.1. В случаях, установленных Правилами ФИС (ст. 212. Правил ФИС), организатор обязан иметь страхование гражданской ответственности.

В остальных случаях рекомендуется страхование гражданской ответственности организаторов перед третьими лицами с аналогичной страховой премией.

5.2. Все спортсмены, принимающие участие в официальных спортивных соревнованиях, должны быть застрахованы от несчастного случая на сумму, достаточную, чтобы покрыть расходы, связанные с несчастным случаем, транспорт, оплату лечения, включая риски соревнований.

Участники соревнований должны быть готовы предоставить страховое свидетельство в любое время по требованию ОСФ или Организационного комитета.

6. (213.) Программа

Для каждого соревнования, включенного в календарь официальных спортивных соревнований, организаторами должна быть опубликована программа, включающая в себя следующие пункты:

- 6.1. сроки и место проведения соревнования вместе с информацией о расположении трасс соревнования и наилучшего варианта проезда к месту соревнований;
- 6.2. технические данные для конкретных дисциплин и условия участия;
- 6.3. фамилии основных должностных лиц;
- 6.4. время и место первого заседания руководителей команд и жеребьевки;
- 6.5. расписание начала официальных тренировок и времени старта;
- 6.6. местонахождение официальной доски объявлений;
- 6.7. время и место проведения церемонии награждения;
- 6.8. сроки подачи заявок (предварительных и окончательных), точный адрес, включая телефон, факс и адрес электронной почты;
- 6.9. место подачи протестов.

7. (214.) Объявления

- 7.1. Организационный комитет должен опубликовать объявление о соревнованиях.
- 7.2. О переносе или отмене классифицируемых всероссийских соревнований, как и об изменении программы, должно быть немедленно сообщено по телефону, электронной почте или факсу в ОСФ, а также всем приглашенным и заявленным участникам и назначенному на соревнования техническому делегату ОСФ. Перенос соревнований на более раннюю дату должен быть одобрен ОСФ.

8. (215.) Заявки

- 8.1. Все заявки должны быть отправлены таким образом, чтобы Организационный комитет получил их до истечения крайнего срока подачи заявок, указанный в Положении и/или Регламенте соревнований. Организаторы должны иметь список участников не позднее, чем за 24 часа до жеребьевки.
- 8.2. Каждая заявка должна содержать следующие данные:
- 8.3.1. РУС и ФИС коды (в установленных случаях), фамилию, имя, дату рождения, региональную федерацию;
- 8.3.2. точное указание дисциплин, на участие в которых делается заявка.
- 8.4. Подробные правила подачи заявок могут регулироваться Положением о соревнованиях и Регламентом.

9. (216.) Совещания руководителей команд

- 9.1. Время и место первого заседания руководителей команд и жеребьевки должно быть указано в программе. Приглашения на все последующие заседания сообщаются руководителям команд на первом заседании. Внеочередные заседания должны объявляться заранее в максимально короткие сроки.
- 9.2. На обсуждениях представительство команды через представителя другой команды не разрешается.
- 9.3. Руководители команд и тренеры должны быть включены в официальную заявку на соревнования.
- 9.4. Руководители команд и тренеры обязаны подчиняться предписаниям настоящих Правил, решениям жюри и вести себя корректно.

10. (217.) Жеребьевка

10.1. Порядок старта участников в каждом соревновании и в каждой дисциплине определяется в соответствии с настоящими Правилами и/или Правилами ФИС, и по очкам ОСФ и/или очкам ФИС.

10.2. Участники, заявленные от каждой команды, будут проходить жеребьевку при условии, что заявки получены организаторами до истечения объявленного срока подачи заявок в письменном виде.

10.4. Если участник, прошедший жеребьевку, не участвовал в соревнованиях, то это должно быть отражено в отчете технического делегата с указанием причины отсутствия спортсмена (по возможности).

10.5. Представители всех команд, участвующих в соревнованиях, должны быть приглашены на жеребьевку.

10.6. Если соревнования будут перенесены хотя бы на один день, жеребьевка должна быть проведена заново.

11. (218.) Публикация результатов

11.1. Неофициальные и официальные результаты публикуются в соответствии с правилами для отдельных дисциплин.

11.2. Данные, времена и результаты, полученные на всех официальных соревнованиях предоставляются ОСФ, организатору, региональным федерациям и спортсменам для использования в своих публикациях, включая опубликования на сайтах в сети Интернет.

12. (219.) Призы

12.1. Детализированные правила, касающиеся присуждения призов содержатся в Положениях о соревнованиях.

12.2. Если два или более участника соревнования показали одинаковый результат, то они должны занять одно и то же место. Они награждаются одинаковыми призами, титулами и дипломами. Распределение призов и титулов жребием или по результатам новых соревнований запрещено.

12.3. Все призы должны быть вручены не позднее последнего дня проведения соревнований или серии соревнований.

13. (221.) Медицинское обследование и допинг

13.1. Спортивные организации, заявившие спортсмена для участия в соревнованиях, несут ответственность за здоровье направленных спортсменов и их готовность к участию в соревнованиях.

Все спортсмены обязаны регулярно проходить всестороннее углубленное медицинское обследование.

13.2. Принятие допингов запрещено. Любое отступление от антидопинговых правил будет наказано согласно антидопинговых правил.

13.3. Контроль на допинг может выполняться на любых соревнованиях ОСФ (так же, как и вне соревнований). Регламент и порядок проведения обследования публикуются в антидопинговых правилах и в указаниях о проведении обследования.

13.4. Пол спортсмена.

При наличии подозрения или протеста касательно пола спортсмена ОСФ должен предпринять необходимые шаги для определения пола спортсмена.

14. (222.) Инвентарь для соревнований

14.1. Новые разработки в области инвентаря, регламент использования нового спортивного инвентаря и процедура проверки проводятся в соответствии со статьёй 222 Правил ФИС.

14.2. Понятие “Инвентарь для соревнований” включает в себя все виды инвентаря, который спортсмен использует на соревнованиях, включая одежду, а также предметы технического назначения. Полный комплект инвентаря для соревнований образует функциональное целое.

14.3. Все новые разработки в области инвентаря должны быть принципиально разрешены ФИС.

ОСФ не несет никакой ответственности за разрешение разработок, которые в момент представления могли содержать скрытую опасность для здоровья и повышения риска.

14.4. Запрещены неестественные, искусственные вспомогательные средства, которые изменяют данные участника и/или осуществляют техническую корректировку, приводящую к неестественной компенсации его индивидуальных особенностей. Запрещается использование инвентаря для соревнований, который представляет опасность для здоровья участников или увеличивают опасность несчастных случаев.

15. (205.8.) Пари на соревнования

Спортсменам, тренерам, официальным лицам команд и техническому персоналу запрещено заключать пари на исход соревнований в которых они участвуют или причастны.

16. (223.) Санкции

16.1. Общие положения

16.1.1. Нарушение, за которое могут быть применены санкции и наложены штрафы, определяется как поведение, при котором имеет место:

нарушение или несоблюдение правил соревнований;

нарушение указаний жюри или отдельных членов жюри в соответствии со ст. 18.1.1. (224.2. Правил ФИС);

нарушение спортивной этики.

16.1.2. Как нарушение расценивается следующее поведение:

попытка совершить нарушение;

помощь или побуждение других к совершению нарушения;

совет другим совершить нарушение.

16.1.3. При решении, можно ли расценивать поведение как нарушение, должно быть учтено:

было ли поведение намеренным или неумышленным;

явилось ли поведение результатом чрезвычайных обстоятельств.

17.1. (223.3.) Наказания

17.1.1. За совершение нарушений могут применяться наказания в соответствии с настоящими Правилами и Положением о соревнованиях.

- 17.1.2. К участникам соревнований могут применяться следующие наказания:
дисквалификация;
перенос его старта на более позднее время;
лишение призов и премий, которые в таком случае могут оставаться у организаторов;
запрещение участвовать в официальных спортивных соревнованиях.
- 17.1.3. Дисквалифицировать участника можно только тогда, когда его нарушение принесло ему преимуществ в результатах, если правила не определяют в каждом конкретном случае другого решения.
- 17.2. Следующие взыскания могут выноситься в устной форме:
выговор;
отзыв аккредитации с текущего соревнования для тех, кто не был зарегистрирован организаторами;
отзыв аккредитации с текущего соревнования для лиц, аккредитованных ОСФ;
отказ в аккредитации на текущем соревновании для лиц, находящихся без аккредитации в месте проведения соревнования.
- 17.3. В письменной форме выносятся решения о применении взысканий в виде:
дисквалификации;
переноса старта участника на более позднее время;
запрета на участие в соревнованиях;
отказа в аккредитации лицам, зарегистрированным через региональные федерации;
отказа в аккредитации лицам, зарегистрированным ОСФ;
других мер дисциплинарного воздействия.
- 17.4. В письменном виде решение о взыскании направляются соответствующему лицу (если это не спортсмен), в его команду и генеральному секретарю ОСФ.
- 17.5. Все решения о дисквалификации должны отражаться в отчете рефери и/или технического делегата.
- 17.6. Отчет технического делегата должен содержать отметки обо всех взысканиях.
- 18. (224.) Процедурные вопросы**
- 18.1. Компетенция жюри**
Жюри на месте соревнований имеет право применять наказания в соответствии с вышеизложенными правилами. Жюри принимает решение абсолютным большинством голосов. В случае если голоса разделились поровну, председатель жюри имеет право решающего голоса.
- 18.1.1. Во время проведения тренировок или соревнований любой член жюри с правом голоса имеет право делать устные замечания и лишать аккредитации на период проведения текущих соревнований.
- 18.2. (224.3.) Коллективные нарушения**
Если несколько человек одновременно совершат одинаковое нарушение при сходных обстоятельствах, решение жюри относится ко всем нарушителям. В письменном решении должны быть отмечены имена всех нарушителей, уровень дисциплинарных мер можно определить в индивидуальном порядке. Решение будет доставлено каждому имеющему к нему отношение лицу.
- 18.3. (224.4.) Ограничения**
К нарушителю нельзя применить наказания спустя 72 часа после нарушения.
- 18.3.1. Каждое лицо, имеющее отношение к делу, обязано оказывать помощь в предоставлении свидетельских показаний. Жюри обязано учитывать все имеющие отношение к делу показания.
- 18.3.2. Жюри может конфисковать предметы, которые заподозрены или могли быть использованы в нарушение правил экипировки.
- 18.3.3. До применения дисциплинарных мер у обвиняемого есть возможность оправдать свои действия в письменной или устной форме.
- 18.3.4. Любые письменные решения жюри должны содержать:
- 18.3.4.1. описание действия, которое предполагается совершённым;
- 18.3.4.2. доказательства нарушения
- 18.3.4.3. правило или указание жюри, которое было нарушено;
- 18.3.4.4. наложенное взыскание.
- 18.3.5. Взыскание должно быть соразмерно тяжести нарушения. Наказания нужно устанавливать с учетом смягчающих и отягчающих обстоятельств.
- 19. (224.10.) Средства правовой защиты**
- 19.1. Решение жюри о взыскании может быть обжаловано в соответствии с правилами.
- 19.2. Если апелляция не подана в предписанные сроки, решение о взыскании становится окончательным.
- 20. (210.) Организация соревнований**
- 20.1. Организационный комитет**
- 20.1.1. (601.1.) Состав**
Организационный комитет состоит из членов (физических и юридических лиц), уполномоченных организатором и ОСФ. Они несут все права и обязанности организатора.
- 20.2. Назначения ОСФ**
ОСФ назначает на все классифицируемые соревнования технического делегата.
- 20.2.1. *На Кубках России:*
рефери (главный судья соревнования);

для скоростного спуска и супер-гиганта - ассистента рефери.

20.2.2. *На Чемпионатах России*

всех членов жюри.

20.2.3. (601.2.3.) *На всех других соревнованиях технический делегат назначает:*

рефери;

для скоростного спуска и супер-гиганта - ассистента рефери.

20.2.4. (601.2.4.) Назначенные лица становятся членами Организационного комитета.

20.3. (601.3.) Назначения со стороны организатора:

Организатор назначает всех других членов Организационного комитета. Председатель или его заместитель публично представляет комитет, проводит собрания и принимает все решения, которые не были приняты другими лицами или группами. До, в течение и после соревнований он работает совместно с оргкомитетом и его официальными лицами. Он берет на себя все обязанности, которые необходимы для проведения соревнований.

20.4. Судейская коллегия

Поименный и должностной состав судейской коллегии определяется организатором. Квалификационные требования к спортивным судьям по виду спорта «горнолыжный спорт» формируются на основании положений настоящих Правил.

20.4.1. Судейская коллегия соревнований отвечает за все технические вопросы в процессе подготовки и проведения соревнований.

20.4.2. Расходы по привлечению судей

Оплата расходов по привлечению судей для проведения соревнований, осуществляется в соответствии с положением (регламентом) о соревнованиях, в размере определяемым организатором соревнований, но не ниже норматива, утвержденного органом исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта.

20.4.3. Состав судейской коллегии

20.4.3.1 (601.3.1.) *Руководитель соревнований (главный судья)*

Руководитель соревнований организует всю подготовку соревнований и контролирует все мероприятия в технической сфере. Проводит собрания по техническим вопросам и ведет заседания руководителей команд после консультации с техническим делегатом.

20.4.3.2. (601.3.2.) *Начальник трассы (заместитель главного судьи по трассам)*

Начальник трассы отвечает за подготовку трассы в соответствии с указаниями и решениями жюри. Он должен знать, какова снежная обстановка на соответствующей местности, предназначенной для проведения соревнований.

Направляет и контролирует работу групп маркировки, заглаживания и восстановления.

20.4.3.3 (601.3.3.) *Старший судья на старте*

Старший судья на старте обязан находиться на старте от начала официального просмотра трассы и до окончания тренировки или соревнований.

В обязанности старшего судьи на старте входит:

Следить за тем, чтобы все требования к старту и к организации старта были тщательно соблюдены.

Фиксировать все опоздания на старт и фальстарты.

Оставаться на связи и быть готовым немедленно связаться с жюри в течение всего времени, от начала официального просмотра трассы и до окончания тренировки или соревнований.

Докладывать рефери имена всех участников соревнования, которые не стартовали, и информировать жюри обо всех нарушениях правил, таких как фальстарт или различные нарушения правил по инвентарю.

Обеспечить наличие на старте достаточного количества резервных стартовых номеров.

20.4.3.4 (601.3.4.) *Старший судья на финише*

Старший судья на финише обязан находиться на финише от начала официального просмотра трассы и до окончания тренировки или соревнований.

В обязанности старшего судьи на финише входит:

Контролировать, чтобы все предписания по организации финиша, доступа на финиш и покидания финиша были тщательно выполнены.

Следить за работой контрольного поста на финише, регистрацией времени и за службой ограждения зрителей в зоне финиша.

Оставаться на связи и быть готовым немедленно связаться с жюри в течение всего времени, от начала официального просмотра трассы и до окончания тренировки или соревнований.

Сообщать рефери имена спортсменов, которые не финишировали.

Информировать жюри обо всех нарушениях правил.

20.4.3.5. (601.3.5.) *Старший контроллер*

Старший контроллер формирует бригаду судей-контролеров, руководит ими и контролирует их деятельность. Расставляет судей-контролеров на трассе и определяет ворота, за прохождением которых они должны наблюдать. После окончания соревнований на первой трассе и по завершению соревнований на второй трассе старший контроллер обязан немедленно собрать контрольные карточки и вручить их рефери.

Старший контроллер обязан своевременно вручить каждому судье-контролеру необходимые для работы материалы (контрольные карточки, карандаши, стартовый протокол и т.д.), должен быть

готовым оказать им содействие или помощь в поддержании порядка на трассе (в том числе в обеспечении нахождения зрителей на достаточном расстоянии от трассы), в восстановлении трассы и т.п. Он должен обеспечить своевременную нумерацию ворот на трассе.

20.4.3.6. (601.3.6.) *Заместитель главного судьи по результатам (руководитель службы хронометрирования и подсчета результатов)*

Руководитель службы хронометрирования и подсчета результатов отвечает за координацию работы судей на старте и финише, включая хронометрирование, подсчет результатов и работу секретариата. В слаломе он или его специальный помощник определяет интервал между стартами. Под его руководством работают:

- стартер;
- помощник стартера;
- секретарь, ведущий протокол;
- руководитель службы хронометрирования (старший хронометрист);
- судьи хронометристы;
- контрольный пост на финише;
- руководитель службы по подсчету результатов и его помощники.

Он контролирует подготовку технического отчёта о хронометрировании и обработке данных и файла в формате xml для электронной передачи в ОСФ и ФИС после соревнований.

20.4.3.7. (601.3.7.) *Главный секретарь соревнований*

Подотчетен заместителю главного судьи по результатам, в случае его отсутствия - главному судье соревнования. Отвечает за всю работу секретариата, всего необходимого для подготовки отчета по соревнованиям.

Главный секретарь соревнований:

руководит работой комиссии по допуску участников к соревнованиям (мандатной комиссией) в части проверки официальной заявки, наличия у участников соревнования индивидуального числового кода, наличия квот - для соревнований с ограниченным допуском);

должен гарантировать, что официальные результаты содержат информацию, описанную в статье 33.3.4. (617.3.4. правил ФИС), отвечает за составление протоколов совещаний официальных лиц, жюри и руководителей команд;

принимает необходимые меры для того, чтобы все формуляры для старта, финиша, фиксации времени, подсчета результатов и контроля прохождения ворот были полностью подготовлены, в правильном порядке и вовремя были переданы соответствующим официальным лицам;

должен упрощать подсчет результатов при помощи хорошей подготовки документов и обеспечивать размножение и публикацию результатов настолько возможно быстро после завершения соревнования.

Главный секретарь принимает официальные протесты и передает их в соответствующие инстанции.

20.4.3.8. (601.3.8.) *Руководитель медицинской и спасательной служб*

Руководитель медицинской и спасательной служб отвечает за создание необходимой и достаточной спасательной службы и медицинской помощи во время официальных тренировок и соревнований.

Он должен создать все необходимые условия, при которых травмированный участник соревнований может быть вовремя госпитализирован.

Врач соревнований встречается с врачами команд до начала официальных тренировок, чтобы обсудить и координировать размещение во время соревнований.

В течение тренировок и соревнований он должен поддерживать телефонную или радио связь со своими помощниками. Он должен согласовать свои планы до начала официальных тренировок с руководителем соревнований.

Один из врачей, по возможности хороший лыжник, должен быть на старте, готовый к любым неожиданностям, и должен быть в постоянном контакте с жюри и сотрудниками службы спасения. Эта обязанность может быть возложена на врача команды.

20.4.3.9. Старший судья-маркировщик

Отвечает за своевременную маркировку трассы (нанесение специальной разметки), в соответствии со ст. 29.1.3.4. (614.1.2.4. Правил ФИС). Формирует бригаду судей-маркировщиков. Руководит работой бригады на трассе, определяет участки и порядок работы судей-маркировщиков.

20.4.3.9.1. Судья-маркировщик

Осуществляет маркировку трассы (нанесение специальной разметки) краской вертикально от ворот к воротам трассы, а также на трассах скоростного спуска и супер-гиганта горизонтально - поперек трассы, особенно в местах изменения направления и крутизны, прыжках и т.д.

20.4.3.10. Старший судья группы заглаживания

Организовывает поддержание поверхности трассы в процессе соревнований в соответствии с требованиями и мерами безопасности.

Организовывает и руководит работой группы заглаживания в процессе:

- заглаживания лыжами поверхности соревновательной трассы;
- удаления свежевывавшего снега, в соответствии со ст. 76.1.4. (802.1.4.);
- удаления снега оставшегося после просмотра спортсменами трассы до начала соревнования;

удаления снега образующегося на поверхности трассы во время соревновательного проезда спортсменом.

20.4.3.10.1. Судья группы заглаживания

Под руководством старшего судьи группы заглаживания осуществляет квалифицированное заглаживание лыжами соревновательной поверхности трассы, удаление свежеснежавшегося снега, и снега образовавшегося на поверхности трассы, после просмотра и соревновательного проезда трассы спортсменами.

20.4.3.11. Старший судья группы восстановления

Организовывает и руководит работой группы восстановления по поддержанию в надлежащем состоянии и скорейшему восстановлению установленной постановщиком соревновательной трассы, в случае если спортсмен во время соревновательного спуска повредил, поломал и/или вырвал поворотные древки, либо панели с места их установки на соревновательной трассе.

20.4.3.11.1. Судья группы восстановления

Осуществляет скорейшую замену/установку на прежнее место повреждённых, поломанных, вырванных с места установки спортсменом во время соревновательного спуска, поворотных древков или панелей.

20.4.3.12. Заместитель главного секретаря (руководитель бюро по подсчету результатов)

Отвечает за:

быстрый и точный подсчет результатов;
немедленное размножение протоколов с неофициальными результатами и возможно быстрое опубликование официальных результатов по истечении сроков подачи протестов или после рассмотрения всех протестов.

Оказывает помощь главному секретарю соревнований:

в ведении документооборота и протоколов соревнований;
в проведении мандатной комиссии;
в проведении совещаний Жюри с руководителями команд;
в организации награждения.

В отсутствие главного секретаря выполняет его обязанности.

20.4.3.13. Судья секретариата

Работает в составе секретариата на различных участках соревнований - на старте, на финише, на информационном щите, формирует и тиражирует протоколы и другую документацию соревнований.

20.4.3.14. Судья-информатор

Отвечает за информационное обеспечение спортсменов и зрителей в течение всего хода соревнований. Делает официальные объявления судейской коллегии, в том числе объявляет о результатах, дисквалификации, о регламенте и ходе соревнований, о решениях и указаниях жюри.

20.4.3.15. Судья при участниках

Отвечает за подготовку, распределение и сбор стартовых номеров, выдаваемых спортсменам.

20.4.3.17. Судья по оборудованию трасс

Отвечает за наличие, сохранность и поддержание в работоспособном состоянии нужного количества инвентаря, необходимого для выполнения работ по подготовке и обслуживанию трасс во время проведения соревнований.

20.4.3.18. Открывающие трассу

Соревнования во всех дисциплинах горнолыжного спорта начинаются со спуска открывающих по установленной постановщиком соревновательной трассе.

В задачу открывающих входит: тестирование траектории, рельефа и полотна трассы на безопасность прохождения. Открывающие информируют жюри, о состоянии снежного покрова, видимости и характере спуска на трассе.

Квалификация открывающих должна позволить им пройти трассу соревнований так же, как проходят её участники.

20.4.3.19. Другие функционеры в организационном комитете

Также могут быть назначены следующие функционеры:

20.4.3.20. Руководитель службы по обеспечению порядка

Руководитель службы по обеспечению порядка должен принять все необходимые меры ограждения, чтобы удалить зрителей от трассы соревнований. Находящийся в его распоряжении персонал должен действовать согласно точному плану. Он должен озаботиться тем, чтобы за ограждениями было достаточно пространства для свободного перемещения зрителей.

20.4.3.21. Руководитель службы материального обеспечения (Комендант соревнований)

Руководитель службы материального обеспечения отвечает за обеспечение оборудованием для подготовки и проведения соревнований, за проведение соревнований и коммуникационное оборудование, если эти обязанности не возложены на другое официальное лицо.

20.4.3.22. Начальник пресс-службы

Начальник пресс-службы отвечает за предоставление информации для журналистов, фотографов, теле- и радио- репортеров в соответствии с инструкциями Организационного комитета.

20.4.3.23. Рекомендуются следующие функционеры:

начальник финансовой службы;
начальник службы размещения и питания;
начальник протокола (проведение церемоний).

Организатор уполномочен включить других официальных лиц в состав организационного комитета.

20.5. (601.4.) Жюри

За техническое проведение соревнований внутри ограниченной соревновательной зоны отвечает жюри, которое состоит из следующих членов организационного комитета:

технический делегат;
рефери;
руководитель соревнований (главный судья);
ассистент рефери для скоростного спуска и супер-гиганта;
судья на старте;
судья на финише.

20.6. (601.4.3.) Несовместимость

20.6.1. Участник соревнований не может являться членом жюри.

20.7. (601.4.4.) Период деятельности жюри.

20.7.1. Назначенные члены жюри собираются на свое первое заседание до начала первого заседания руководителей команд.

20.7.2. (601.4.4.2.) Деятельность жюри начинается с момента первого заседания и заканчивается по окончании срока, установленного для подачи протестов, если протестов не поступило. В случае наличия протестов – после рассмотрения всех протестов.

20.8. (601.4.5.) Право голоса и голосование.

Председателем жюри является Технический делегат. Он проводит заседания. Все члены жюри имеют по одному голосу.

20.8.1. При равенстве голосов решающим является голос технического делегата.

20.8.2. О каждом заседании и решении жюри составляется протокол с указанием решения каждого из членов жюри. Протокол подписывается каждым членом жюри.

20.8.3. Каждый член жюри в случаях острой необходимости имеет право во время подготовки соревнований или их проведения принять решения, которые в соответствии с настоящими Правилами находятся в компетенции всего жюри, при условии, что эти решения как можно быстрее будут доведены до сведения жюри для дополнительного подтверждения.

20.9. (601.4.6.) Задачи жюри

Жюри следит за соблюдением правил в течение всего хода соревнований, включая официальную тренировку.

20.9.1. (601.4.6.1.) В техническом отношении особенно:

проверка трассы соревнований и правильности установки контрольных ворот;
проверка состояния снежного покрова;
проверка подготовки трассы;
разрешение применения снежного цемента и других химических средств;
проверка ограждений;
проверка старта, финиша и зоны остановки на финише;
проверка санитарной службы;
назначение постановщика трассы;
назначение времени постановки трассы;
контроль за деятельностью постановщика трассы;
выборочная проверка флагов на воротах;
открытие или закрытие трассы для тренировки, принимая во внимание техническую подготовку трассы для соревнований и преобладающие погодные условия;
определение способа просмотра трассы;
проверка трассы перед соревнованиями;
определение числа открывающих на каждую трассу и установление порядка старта открывающих;
получение информации от открывающих при необходимости;
изменение порядка старта, принимая во внимание условия на трассе и чрезвычайные обстоятельства;
изменение промежутка между стартами;
выдача указаний и получение информации от судей-контролеров.

В соревнованиях по скоростному спуску:

назначение дополнительного просмотра при чрезвычайных метеорологических условиях;
сокращение официальной тренировки;
определение желтых зон;
контроль правильности установки ворот;
изменение расположения ворот, расстояния между воротами или постановка дополнительных ворот, на основе опыта официальной тренировки. После выполнения существенных изменений участникам должна быть предоставлена возможность совершить, по крайней мере, один тренировочный спуск по трассе.

20.9.2. (601.4.6.2.) В организационном отношении особенно:

распределение участников для жеребьевки;
распределение участников без очков на группы по определенным принципам;
разрешение перестартовки;

запрещение соревнований (перед началом), если:
 неудовлетворительное состояние снежного покрова;
 не выполнены рекомендации отчета технического советника;
 неудовлетворительная организация службы спасения и медицинской службы или вообще её отсутствие;
 недостаточная организация службы ограждения трассы;
 укорочение трассы в случае неудовлетворительных снежных и погодных условий;
 прерывание соревнований, если соблюдены требования ст. 38;
 прекращение соревнований, если соблюдены требования ст. 39.

20.9.3. (601.4.6.3.) В дисциплинарном отношении особенно:
 по предложению технического делегата или одного из членов жюри - решение об отстранении участника от участия в соревнованиях в случае его недостаточной физической и технической подготовки;
 контроль над соблюдением предписаний по рекламе и инвентарю в зоне проведения соревнований;
 ограничение квоты для официальных лиц, техников и медицинского персонала для входа на трассу соревнований;
 принятие дисциплинарных мер;
 решение по протестам;
 выпуск особых распоряжений в течение всего времени проведения соревнований.

20.10. (601.4.7.) Вопросы, не оговоренные правилами.
 Жюри решает все вопросы, не определенные настоящими Правилами.

20.11. (601.4.8.) Рации
 На всех соревнованиях, включенных в календарь официальных спортивных мероприятий, члены жюри и судьи на старте и финише должны иметь рации, работающие на одной защищенной от помех частоте.

20.12. (602.) Технический делегат (ТД)
20.12.1. Основные задачи технического делегата:
 заботиться о соблюдении настоящих правил и предписаний ОСФ;
 наблюдать за безупречным проведением соревнований;
 советовать организаторам в рамках их задач;
 официально представлять ОСФ.

20.13.1. (601.4.9.) Обязанности технического делегата на всех соревнованиях
20.13.1.1 Перед соревнованиями технический делегат:
 Знакомится с актами по утверждению трасс соревнований и узнает у организатора о возможном наличии особых официальных разрешений.
 Если он определит, что актов утверждения трасс ОСФ нет, жюри должно отменить соревнования.
 Он знакомится с отчетом технического делегата предыдущих соревнований в этом месте и проверяет, выполнены ли предлагаемые там мероприятия по улучшению.
 Проверяет наличие страхового покрытия и докладывает ОСФ, если необходимо.
 Проверяет состояние трасс соревнований и официальных тренировок.
 Контролирует точное соблюдение официальных тренировок. Контролирует флаги на воротах.
 Принимает участие при административной и технической подготовке проведения соревнований.
 Контролирует официальные заявки на участие в соревнованиях, включая очки ОСФ.
 Проверяет наличие достаточного количества раций для всех членов жюри (отдельный частотный канал).
 Получает сведения об аккредитации и допуске необходимых лиц по обслуживанию трасс соревнований.
 Проверяет трассы для соревнований с точки зрения подготовки, маркировки, ограждения, а также оборудование стартовой и финишной зон.
 Проверяет постановку трассы совместно с жюри.
 Проверяет местоположение телевизионных вышек и дает указания о проведении необходимых мероприятий по их ограждению для обеспечения безопасности.
 Контролирует местоположение медицинских постов вдоль трассы и организацию медицинского обслуживания.
 Проверяет все техническое оборудование, включая хронометраж, ручной хронометраж, связь, средства передачи информации, личный транспорт и т.п.
 Присутствует на всех тренировках в зоне соревнований.
 Участвует во всех заседаниях жюри и руководителей команд.
 Работает в тесном контакте с членами Организационного комитета.
 Является председателем жюри с правом решающего голоса при равенстве голосов.
 Назначает в случае необходимости членов жюри.
 Имеет право, если соревнования по слалому или слалому гиганту не могут проводиться на утвержденной для соревнований трассе из-за форс-мажорных обстоятельств, перенести соревнования на другую трассу, предложенную организатором соревнований. Это может быть сделано при условии, что все требования по утверждению для этой трассы должны быть выполнены. Для скоростного спуска и

супер-гиганта возможно только сокращение утвержденной трассы. Минимум вертикального перепада должен соблюдаться в любом случае.

20.13.1.2 (601.4.9.2.) *Во время проведения соревнований технический делегат:*

Обязан находиться в зоне соревнований.

Работает в тесном контакте с членами жюри, руководителями команд и тренерами.

Наблюдает, правильно ли соблюдаются действующие правила и предписания о рекламных надписях на снаряжении, инвентаре и технических средствах, используемых на соревнованиях.

Наблюдает за техническим и организационным развитием соревнований.

Консультирует организаторов соревнований в отношении соблюдения Правил и предписаний ОСФ, а также указаний жюри.

20.13.1.3 (601.4.9.3.) *После соревнований технический делегат:*

Содействует составлению протокола рефери.

Подсчитывает очки соревнований и надбавку для каждого соревнования. Если очки подсчитаны компьютером, то задачей технического делегата является перепроверить их и заверить личной подписью. Особенно тщательно, он проверяет правильность использования F-фактора для каждой дисциплины.

Представляет законно поданные протесты на рассмотрение жюри.

Подписывает подготовленные секретарем соревнований протоколы с официальными результатами и дает разрешение на церемонию награждения.

Составляет отчет технического делегата, в том числе возможные дополнительные отчеты, в бюро ОСФ и соответствующие дополнительные организации и ответственен за отсылку их в течение трехдневного срока.

Представляет в ОСФ предложения по изменению правил соревнований, основанные на опыте проведения соответствующих соревнований.

20.13.1.4. (601.4.9.4.) *Общее. Технический делегат:*

Решает все вопросы, которые не отражены или неполно отражены в настоящей редакции Правил, коль скоро эти вопросы уже не могут решаться жюри, и не подпадают под компетенцию других органов.

Работает в тесном контакте с рефери и его ассистентом.

Имеет право предложить жюри отстранить спортсмена от участия в соревнованиях;

Имеет право получать поддержку организационного комитета и входящих в него любых официальных лиц во всех своих действиях, направленных на выполнение возложенных на него задач.

20.14. (601.4.10.) **Задачи и полномочия рефери:**

Проведение жеребьевки.

Просмотр трассы непосредственно после навешивания флагов лично, либо в сопровождении членов жюри.

Право на изменение трассы путем удаления или установки дополнительных ворот на трассе. Если рефери инспектирует трассу один, то его решение является окончательным. Постановщик трассы должен быть извещен об изменениях, если он не присутствовал при инспектировании трассы.

Получение сообщений от судей на старте и финише и официальных лиц соревнований о нарушении правил соревнований и ошибках, допущенных при прохождении ворот после окончания первой трассы и соревнований в целом.

Проверка и подписание протокола рефери после каждой трассы. Он должен проследить, чтобы на доске официальных объявлений и на финишном домике сразу же после окончания соревнований был помещен список дисквалифицированных участников с указанием фамилий судей, сообщивших о дисквалификации, номеров ворот, в зоне которых была допущена ошибка и точное время сообщения о дисквалификации.

В случае особых происшествий, или веских расхождений во мнениях жюри, или тяжелой травмы участника составляет отчет в ОСФ.

20.14.1. Сотрудничество с техническим делегатом

Рефери и ассистенты рефери должны работать в теснейшем контакте с техническим делегатом.

20.14. ОСФ может применить санкции к жюри или к отдельным членам жюри.

21. (603.) **Постановщик трассы**

21.1. (603.1.) **Назначение**

Постановщика назначает жюри или оргкомитет соревнований.

21.2. Утверждение

Утверждение производится жюри. В соревнованиях, которые проводятся на двух трассах, каждая трасса ставится разными постановщиками. Один из постановщиков может быть назначен организатором соревнований.

21.3. Контроль над работой постановщика трассы

Деятельность постановщика трассы контролируется жюри.

21.4. (603.6.) **Права постановщика трассы**

21.4.1. Вносить предложения в отношении изменения зоны проведения соревнования и мероприятий по обеспечению безопасности.

21.4.2. Требовать предоставления соответствующего количества помощников для постановки трассы, чтобы он мог сосредоточить свое внимание исключительно на постановке трассы.

21.4.3. Требовать предоставления необходимых материалов у судьи по оборудованию трасс/коменданта соревнований.

21.4.4. Требовать немедленного завершения оформления всей трассы.

21.5. (603.7.) Обязанности постановщика трассы

21.5.1. Чтобы поставленная трасса соответствовала местности, на которой будут проводиться соревнования, состоянию снежного покрова и уровню подготовки участников, допущенных на старт, постановщик трассы проводит предварительный осмотр места проведения соревнования в присутствии технического делегата, рефери, руководителя соревнования и начальника трассы.

21.5.2. Постановщик трассы должен учитывать все меры безопасности при постановке трассы.

21.5.3. На всех соревнованиях постановщик трассы должен устанавливать ворота в соответствии с настоящими Правилами.

21.5.4. Трасса должна быть установлена окончательно заблаговременно, чтобы участникам при просмотре трассы ничего не мешало.

21.5.5. Постановщик трассы должен озаботиться тем, чтобы разница в лучших временах, показанные участниками на обеих трассах в соревнованиях по слалому и слалому-гиганту, была не слишком велика.

21.5.6. Постановка трассы – основная и единственная задача постановщика трассы. Он несет ответственность за соответствие поставленной трассы настоящим Правилам и принимает во внимание мнение членов жюри и технического советника в соревнованиях по скоростному спуску и супер-гиганту, если таковой присутствует.

21.5.7. Постановщик трассы должен принимать участие в каждом совещании руководителей команд, на котором делается сообщение о поставленной трассе.

21.6. (603.8.) Прибытие на место проведения соревнований

21.6.1. В соревнованиях по скоростному спуску и супер-гиганту не позднее, чем утром дня первого совещания руководителей команд, чтобы, в крайнем случае, еще можно было провести необходимые работы по подготовке трассы и мероприятия по обеспечению безопасности.

21.6.2. В соревнованиях по слалому и гигантскому слалому по возможности за день до соревнований, во всяком случае, до совещания руководителей команд.

22. (605.) Открывающие

22.1. Организатор должен предоставить, по меньшей мере, трех квалифицированных открывающих, которые соответствуют требованиям настоящих правил проведения соревнований так же, как и все участники соревнований. В соревнованиях по скоростному спуску открывающие должны участвовать в каждой тренировке.

В особых случаях жюри может увеличить количество открывающих.

Жюри может назначить разных открывающих для каждого заезда.

22.2. Открывающие должны носить особые стартовые номера открывающих.

22.3. Назначенные открывающие должны уметь соответствующим образом владеть лыжами, чтобы пройти трассу соревнований так же, как проходят ее участники.

22.4. Открывающим не разрешено участвовать в соревнованиях.

22.5. Жюри назначает открывающих и устанавливает порядок их старта. При прерывании соревнований, в случае необходимости, открывающие могут потребоваться вновь.

22.6. Время открывающих объявлять не разрешается.

22.7. Открывающие должны информировать членов жюри, по их просьбе, о состоянии снежного покрова, видимости и характере спуска на трассе.

23. (606.) Экипировка участников

23.1. (606.1.) Стартовые номера

Все участники должны носить официальные стартовые номера во время соревновательных или тренировочных заездов. Требования к дизайну и коммерческой маркировке стартовых номеров изложены в Правилах ФИС о рекламе. Все номера отдельного соревнования должны иметь одинаковую форму и размеры, шрифты и методы закрепления не должны изменяться.

23.2. (606.3.) Тормозные устройства на лыжах

На соревнованиях и официальных тренировках можно использовать только лыжи с тормозными устройствами. Участники с лыжами без тормозных устройств на старт не допускаются.

23.3. (606.4.) Шлемы

На всех соревнованиях все участники и открывающие обязаны надевать защитные шлемы, которые соответствуют спецификациям соревновательного оборудования ФИС.

23.4. Реклама

Реклама на экипировке и инвентаре, используемых на соревнованиях и тренировках, должна соответствовать спецификациям ОСФ и ФИС.

24. (607.) Возрастные границы

24.1. Соревновательным сезоном считается период с 1-го июля по 30-е июня следующего года. К участию в международных соревнованиях (за исключением соревнований для возраста U14 и U16) допускаются спортсмены, не младше возрастной группы U18.

24.2. Международные юниорские соревнования ограничиваются возрастной категорией U18 и U21.

24.3. (607.3) Категории на международных соревнованиях

	Года рождения участников		
сезон:	15/16	16/17	17/18
U14	2003	2004	2005

	2002	2003	2004
U16	2001 2000	2002 2001	2003 2002
U18 ¹⁾	1999 1998	2000 1999	2001 2000
U21	1997 1996 1995	1998 1997 1996	1999 1998 1997
Участники с лицензиями	1999 и ранее	2000 и ранее	2001 и ранее
Ветераны. А (мужчины)	1985- 1961	1986- 1962	1987- 1963
Ветераны. В (мужчины)	1960 и ранее	1961 и ранее	1962 и ранее
Ветераны. С (женщины)	1985 и ранее	1986 и ранее	1987 и ранее

¹⁾ Для первого года U18 максимальное количество стартов в слаломе-гиганте и слаломе на соревнованиях, на которых начисляются очки ФИС, в сезоне равно 25. Спортсмены не должны участвовать в соревнованиях, свыше максимального количества в 25 стартов для первого года U18.

Любые результаты, полученные после первых 25 стартов для первого года U18 аннулируются и, следовательно, не учитываются при расчёте их очков ФИС. Не существует никаких ограничений для скоростных дисциплин - скоростного спуска, супер-гиганта и супер-комбинации. Подкомитет по юношеству информирует подкомитет по классификации и горнолыжный исполнительный комитет о любых нарушениях этих правил и о предлагаемых наказаниях.

Подкомитет по классификации спортсменов сообщает в Президиум ФИС.

25. (610.) Старт, финиш, хронометрирование и расчеты

25.1. (611.) Технические устройства

25.2. (611.1.) Связь и кабельные соединения

На всех соревнованиях между стартом и финишем должна быть обеспечена задублированная проводная связь. Голосовая связь между стартером и финишем должна быть обеспечена стационарной проводной связью или рацией. В случае использования рации должна быть выделена отдельная частота, не используемая для иных целей.

25.2. (611.2.) Аппаратура для хронометрирования

25.2.1. Электронное хронометрирование

На всех классифицируемых ОСФ соревнованиях должны быть установлены две синхронизированные, независимо действующие системы электронного хронометрирования. Перед началом соревнований одна система обозначается как система А (основная система), вторая как система В (вспомогательная система).

Время в реальном режиме должно незамедлительно и автоматически последовательно записываться на печатной ленте с точностью, по меньшей мере, до тысячных долей секунды. В обеих системах должна быть предусмотрена возможность рассчитывать общее время путем математического сравнения времени старта со временем на финише для каждого участника. Затем итоговый результат каждого участника выражают с точностью до сотых долей секунды, отбрасывая тысячные доли секунды.

Все используемые для расчета результата времени должны быть получены с системы А. В случае сбоя системы А расчёт общего времени с системы В должен производиться в соответствии со статьёй 25.3.3. (611.3.2.1.) Запрещается использовать хронометрические измерения системы В для подсчёта общего времени в системе А.

На всех спортивных соревнованиях система А должна быть подсоединена к соответствующему контакту на стартовых воротах проводами. Система В должна быть соединена с другим, отдельным электрическим контактом на стартовых воротах, другой парой проводов.

Вся аппаратура для хронометрирования и технические средства обеспечения должны устанавливаться и изолироваться таким образом, чтобы, по возможности, не подвергать участников опасности.

Синхронизация двух систем хронометрирования должна быть проведена в течение 60 минут до начала каждого заезда. Синхронизация должна поддерживаться на протяжении всего времени соревнований. Запрещается вторично синхронизировать часовые механизмы во время соревнований.

25.2.2. Стартовые ворота

Стартовые ворота должны быть оборудованы независимыми изолированными контактами для регистрации стартовых импульсов для обеих систем А и В.

Если во время соревнований требуется заменить стартовые ворота или калитку, их следует заменить тождественным оборудованием, не меняя их начального местоположения.

25.2.3. Фотоэлементы

Для проведения любых соревнований на финише необходимо установить два фотоэлемента, сертифицированных ФИС. Один из них соединяется с системой А, второй – с системой В.

Правила и процедуры использования стартового оборудования и фотоэлементов содержатся в брошюре ФИС по хронометрированию (TIMING-BOOKLET).

25.2.4. Ручное хронометрирование

Ручное хронометрирование должно проводиться на всероссийских соревнованиях, включенных в календарь официальных, классифицируемых ОСФ спортивных мероприятий, совершенно отдельно и независимо от электронного хронометрирования. Для ручного хронометрирования на старте и финише следует использовать секундомеры с остановом или переносные электронные часы на батарейках, определяющих время с точностью как минимум до сотых долей секунды. Их нужно синхронизировать перед началом каждого следующего старта, желательно, в одинаковом режиме времени с системами А и В. Зафиксированные автоматически или от руки результаты ручного хронометрирования должны быть незамедлительно доступны на старте и финише.

25.2.5. Объявление результатов

Организаторы должны предоставить все необходимое для визуального или звукового объявления зарегистрированных результатов хронометрирования всех участников.

25.2.6. Передача по радио

На всех соревнованиях, кроме Чемпионата России разрешается использовать системы радиопередачи сигналов, одобренные ФИС, для связи системы В со стартом. Подробная информация содержится в брошюре ФИС по хронометрированию (TIMING-BOOKLET).

25.3. (611.3.) Хронометрирование

25.3.1. При электронном хронометрировании фиксируется время, когда участник пересекает линию финиша и прерывает финишный луч между фотоэлементами. При падении на финише, при котором спортсмен не остановился, может быть зарегистрировано время до момента, когда обе ноги участника пересекли линию финиша.

Для того чтобы зарегистрированное время было зачтено, участник должен немедленно полностью пересечь линию финиша на лыжах или без них.

При ручном хронометрировании фиксируется время, когда участник пересекает линию финиша любой частью тела. Контрольный пост на финише определяет правильность пересечения линии финиша.

25.3.2. В случае выхода из строя главной системы электронного хронометрирования (системы А), в соответствии со статьей 25.2. (611.2. Правил ФИС), будут зачтены результаты, зафиксированные вспомогательной системой электронного хронометрирования (система В). На всероссийских соревнованиях, включенных в календарь официальных, классифицируемых ОСФ соревнованиях обязательно использование синхронизированной системы электронного хронометрирования с выводом результатов на печать, подсоединенной к стартовым воротам и фотоэлементам на финише.

В случае сбоя в системе электронного хронометрирования между стартом и финишем вспомогательная система позволит произвести расчет времени с точностью до сотых долей секунды.

В случае, когда невозможно рассчитать общее время участника на основании данных системы А или системы В, учитывается время, полученное ручным хронометрированием согласно статье 25.3. (611.3. правил ФИС).

25.3.3. Использование результатов, полученных ручным хронометрированием.

Результаты ручного хронометрирования могут использоваться в официальных результатах после корректировки.

Расчет корректировки:

Необходимо рассчитать разницу между временем, зафиксированным в результате ручного хронометрирования и временем, полученным путем электронного хронометрирования для пяти участников, стартовавших до неполадок в системе хронометрирования, а затем для пяти (при необходимости - десяти) участников, стартовавших непосредственно после устранения неполадок.

Суммировав полученные в результате вычитания данные для 10 участников, результат надо разделить на 10, чтобы получить погрешность, которую необходимо применить (вычесть) к результатам ручного хронометрирования участника, оставшегося без результатов электронного хронометрирования.

25.3.4. Официальные записи хронометрирования с печатающего устройства передаются техническому делегату для контроля.

Они будут храниться у организатора соревнований до официального одобрения результатов соревнований или до окончания рассмотрения апелляций относительно результатов хронометрирования или соревнований в целом.

Технический отчет о хронометрировании, как предписано ОСФ, должен быть представлен одновременно с результатами соревнований. Он должен быть проверен и подписан руководителем службы хронометрирования, а затем проверен и подписан техническим делегатом. Все записи с системы А, системы В, а также результаты ручного хронометрирования должны храниться в Организационном комитете соревнований в течение 3 (трех) месяцев со дня окончания соревнований или до момента решения всех споров относительно результатов хронометрирования или соревнований в целом.

25.3.5. Если устройство автохронометрирования позволяет осуществлять ручной ввод или исправления результатов хронометрирования, на всех документах с результатами хронометрирования должны печататься особые значки (звездочки или иные обозначения) для указания на любые внесенные изменения.

25.3.6. Компьютерное программное обеспечение, которое рассчитывает разность между временем старта и временем финиша участника должно соответствовать по точности используемому для фиксации времени оборудованию.

26. (612.) Официальные лица на старте и финише

26.1. Стартер

Стартер должен синхронизировать свои часы с часами помощника стартера и по телефону или радиации с часами руководителя службы хронометрирования в течение 10 минут до старта.

Стартер ответственен за предупредительный сигнал и стартовую команду, а также за соблюдение временного интервала между этими сигналами.

Он поручает контроль над участниками соревнований помощнику стартера.

26.2. Помощник стартера

Помощник стартера ответственен за вызов на старт участников в соответствии с порядком старта.

26.3. Секретарь на старте

Секретарь на старте ответственен за запись фактического стартового времени участников.

26.4. Старший хронометрист (руководитель службы хронометрирования)

Старший хронометрист ответственен за точность хронометрирования. Он синхронизирует свои часы со стартером непосредственно перед соревнованиями и сразу после их окончания как можно быстрее.

Он должен как можно быстрее объявлять неофициальные результаты на табло.

В случае отказа аппаратуры для электронного хронометрирования руководитель службы хронометрирования должен немедленно связаться с судьей на старте и техническим делегатом.

26.5. Судья хронометрист (помощник хронометриста)

Два судьи-хронометриста работают с ручными хронометрами. Один из судей-хронометристов составляет полный протокол полученных времен всех участников соревнований.

26.6. Судья на финише (контрольный пост на финише).

Контрольный пост на финише выполняет следующие функции:

наблюдение за участком трассы между последними воротами и финишем;

наблюдение за правильным пересечением линии финиша;

регистрация очередности финиша всех участников, закончивших прохождение трассы.

26.7. Заместитель главного секретаря (руководитель бюро по подсчету результатов)

Заместитель главного секретаря (руководитель бюро по подсчету результатов) ответственен за быстрый и точный подсчет результатов.

Он отвечает за немедленное размножение протоколов с неофициальными результатами и возможно быстрое опубликование официальных результатов по истечении сроков подачи протестов или после рассмотрения всех протестов.

27. (613.) Старт

27.1. Зона старта

Зона старта должна быть огорожена. В ней, кроме стартующего спортсмена, разрешается находиться только одному сопровождающему его тренеру и уполномоченным официальным лицам.

Стартовая зона должна быть защищена от непогоды. Для тренеров, руководителей команд, обслуживающего персонала и т. д. должно быть оборудовано специально огороженное место, где они без помех от зрителей могут заниматься подготовкой участников к старту. Для участников, ожидающих вызов на старт, также должно быть оборудовано соответствующее укрытие.

Участник входит в стартовый домик с обеими лыжами без чехлов.

27.2. (613.2.) Стартовая площадка

Стартовая площадка должна быть подготовлена таким образом, чтобы участник имел возможность расслабленно стоять на линии старта и набрать полную скорость сразу же после старта.

27.3. (613.3.) Выполнение старта

Ни официальное лицо, ни лицо из обслуживающего персонала, которые могли бы дать преимущество на старте или помешать участнику, не должны находиться на старте сзади участника. Всякая посторонняя помощь запрещается. Стартер не должен касаться участника на старте. По команде стартера стартующий участник должен поставить свои палки перед стартовой линией или в специально предусмотренное для них место. Участник может стартовать исключительно с помощью своих лыжных палок. Отталкивание от стартовых кольев или использование других вспомогательных средств запрещается.

27.4. (613.4.) Стартовые команды

За 10 секунд до старта стартер подает каждому участнику знак: «10 секунд!». За пять секунд до старта он начинает отсчет: «5, 4, 3, 2, 1», а затем дает стартовую команду «марш!» (Go! - Partez! - Los!).

(Для соревнований по слалому см. ст. 79.3. (805.3. Правил ФИС)).

Если имеется возможность, должен использоваться автоматический звуковой сигнал. Стартер дает возможность участнику видеть стартовые часы.

27.5. (613.5.) Хронометрирование на старте

Стартовое устройство должно отметить точное время пересечения участником стартовой линии голенью.

27.6. (613.6.) Опоздание на старт

Участник, который не готов вовремя стартовать, подвергается санкциям. Судья на старте может, однако, извинить такое опоздание, если, по его мнению, оно было следствием форс-мажора.

Например, поломка инвентаря у участника или небольшое недомогание не являются форс-мажором.

В случае сомнений судья на старте может разрешить старт условно.

27.6.1. Судья на старте принимает все относящиеся к старту решения после совещания с жюри, и отмечает стартовые номера и фамилии участников, которые из-за опоздания на старт не были допущены к старту или, несмотря на опоздание, были допущены на старт или которым разрешили стартовать условно.

27.6.2. При фиксированном времени старта опоздавший участник, после того как он сообщил об этом судье на старте, может стартовать в соответствии с решением судьи на старте в фиксированном стартовом интервале. Стартер сообщает жюри, когда (после какого стартового номера) стартует опоздавший участник.

27.6.3. В случае не фиксированного времени старта опоздавший участник стартует в соответствии со статьёй 79.3. (805.3. Правил ФИС) Стартер сообщает жюри, когда (после какого стартового номера) стартует опоздавший участник.

27.7. (613.7) Правильный старт и фальстарт

На соревнованиях с фиксированным временем старта участник должен стартовать по стартовому сигналу. Время старта действительно, если пересечение стартовой линии происходит в следующем интервале времени: за 5 секунд до и 5 секунд после официального времени старта. Участник, который не стартовал в этом промежутке времени, дисквалифицируется.

Судья на старте должен сообщать рефери стартовые номера и фамилии участников, которые допустили фальстарт или нарушили правила старта.

29. (614.) Трасса и проведение соревнований

29.1. Трасса

29.1.1. Технические составные части трассы

Оборудование на старте и финише, телевизионные вышки, измерительное оборудование, устройства для размещения рекламы спонсоров, и т. д. являются необходимым оборудованием при проведении соревнований

29.1.2. Подготовка трассы

Для заблаговременной установки средств безопасности, необходимого оборудования, (в соответствии со статьями 68.3., 69.2.1. настоящих Правил (702.3. 703.2.1. Правил ФИС)), качественной подготовки снежного покрова и тестирования трассы для соревнований уровня Чемпионата России, Финала кубка России, Первенства России и международных соревнований уровня континентального Кубка, Кубка мира, Первенства мира, необходимый следующий период подготовки трассы и соревновательного оборудования судейской бригадой:

не менее трёх дней до начала совещания руководителей команд для соревнований в скоростном спуске, супер-гиганте и супер-комбинации;

не менее одного дня до начала совещания руководителей команд для соревнований в слаломе и слаломе-гиганте.

29.1.3. Постановка трассы

29.1.3.1. Помощь при постановке трассы.

В помощь постановщику трассы должна быть предоставлена техническая поддержка в срок, определяемый жюри, с тем, чтобы он имел возможность сосредоточиться только на постановке трассы, а не отвлекался на сбор деревьев и прочее.

Судья по оборудованию трасс должен предоставить в нужном количестве следующие материалы:

необходимое количество слаломных деревьев синего и красного цветов;

соответствующее количество флагов, разложенных по цветам;

буры, молотки, сверла, клинья и т. д.;

достаточное количество бирок с номерами для маркировки ворот;

аппарат и краску для маркировки трассы, и мест установки деревьев для обозначения ворот.

29.1.3.2. Обозначение места установки ворот

Места установки деревьев, обозначающих ворота, должны быть отмечены краской таким образом, чтобы быть видными в течение всего времени соревнования. В случае если ворота закрепляются на крупных деревянных или пластиковых основах, отмечать их положение краской не требуется.

29.1.3.3. Нумерация ворот

Ворота должны быть пронумерованы в направлении от старта к финишу, а номер прикреплен к внешнему дереву. Стартовые и финишные ворота не нумеруются.

29.1.3.4. Обозначение трассы и местности

В соревнованиях по скоростному спуску и супер-гиганту трасса может быть маркирована следующим образом:

посыпкой мелко нарубленного лапника, хвои или чем-то подобным;

и/или

краской вертикально от ворот к воротам трассы, а также горизонтально поперек трассы, особенно в местах изменения направления и крутизны, прыжках и т.д.

29.1.3.5. Запасные деревки

Начальник трассы отвечает за наличие и правильную установку необходимого количества запасных деревьев. Деревки должны быть расставлены таким образом, чтобы не вводить в заблуждение участников соревнований.

29.1.4. (614.1.3) Трассы для разминки

Должны быть предоставлены подходящие разминочные трассы.

29.1.5. (614.1.4) Закрытие и изменение трассы

Трасса закрывается с момента начала постановки трассы. На закрытой трассе никто, за исключением членов жюри, не имеет права переставлять ворота, флаги, менять маркировку и прочее, или изменять структуру трассы (прыжки, бугры и т.д.).

Участникам соревнований запрещается находиться на закрытой трассе соревнований.

Жюри определяет, кто из тренеров, обслуживающего персонала и других лиц может находиться на закрытой трассе соревнований.

Фотографы и телерепортеры допускаются на закрытую трассу для проведения необходимых на соревнованиях документальных съемок. Жюри может ограничить их количество. Жюри определяет те участки трассы, на которых им разрешается находиться, и они не должны покидать эту зону.

В целях подготовки и постановки трассы жюри или организационный комитет могут закрыть доступ на трассу или ее отдельные участки для участников соревнований, тренеров, средств массовой информации и обслуживающего персонала в любое время, кроме непосредственно соревнований или просмотра трассы.

29.1.6. (614.1.4) Изменения трассы

При срочных - несущественных, но необходимых - изменениях трассы, которые представляют собой небольшую перестановку ворот, новый просмотр или тренировка не требуется.

Существо корректировки должно быть сообщено всем руководителям команд, а также спортсменам через стартера.

29.2. (614.2.) Проведение соревнований

29.2.1. Прохождение ворот

Ворота должны проходиться в соответствии со статьёй 53.5.1. (661.4.1).

29.2.2. Запрещение дальнейшего прохождения трассы при ошибке в прохождении ворот

Участник, пропустивший ворота, не должен продолжать дальнейшее движение по трассе.

29.2.3. (614.2.3.) Запрет дальнейшего прохождения трассы в случае остановки участника

Если участник полностью остановился (например, в случае падения), он не должен далее продолжать с предыдущих или следующих ворот. Этот запрет действует для всех соревнований с фиксированным стартовым интервалом (скоростной спуск, супер-гигант, слалом-гигант). Исключение делается только в слаломе (статья 53.5.1. (661.4.1)), пока участник:

- не является помехой проезду следующего участника, или
- следующий участник не проедет мимо.

29.2.4. Потеря лыж

Если участник теряет лыжу без нарушения правил прохождения ворот, или без полной остановки, он может продолжать соревнования, если он:

- не является помехой проезду следующего участника, или
- следующий участник не проедет мимо.

См. также подробности в статьях 31.3., 78.3., 86.3. (ст. 615.3, 804.3, 904.3. Правил ФИС)

30. (614.3.) Инспекция и просмотр трасс

30.1. Инспектирование жюри

В день соревнования жюри инспектирует трассу и подтверждает программу дня. Руководители команд могут сопровождать жюри.

30.1.1. Просмотр трассы спортсменами

Просмотр трассы спортсменами проводится после инспектирования трассы жюри и после того, как жюри откроет трассу для просмотра, сверху вниз. Со времени начала просмотра спортсменами, трасса должна быть готова к соревнованиям, спортсменам не должны мешать работы на трассе и тому подобное. Спортсменам разрешается изучать окончательную постановку трассы, двигаясь вниз вдоль трассы на малой скорости, либо боковым соскальзыванием через ворота. Не разрешается проезжать ворота или упражняться в поворотах параллельно поставленной трассе. Спортсмен должен нести на себе стартовый номер. Ограничения передвижения при просмотре в форме ограждения, связывания деревьев верёвкой или закрытия проезда на участках трассы или воротах должны соблюдаться спортсменами. По истечении времени просмотра спортсмены должны спуститься вниз по краю трассы. Участникам не разрешается входить на трассу ногами без лыж.

30.1.2. Решение жюри

Время и продолжительность просмотра трассы спортсменами определяется жюри и объявляется на заседании руководителей команд. Если это необходимо (например, при экстремальных погодных условиях), жюри может принять решение об особой форме просмотра трассы спортсменами.

31. (615.) Финиш

31.1. Зона финиша

31.1.1. Зона финиша должна быть хорошо видна участникам, приближающимся к финишу. Она должна быть широкой, достаточно длинной, выровненной, с пологим выкатом.

31.1.2. При расстановке ворот на трассе особое внимание следует обратить на то, чтобы участники проходили через финиш по линии, соответствующей естественной форме склона.

31.1.3. Зона финиша должна быть полностью огорожена. Появление посторонних лиц в финишной зоне должно быть полностью исключено.

31.1.4. С помощью различных средств безопасности должна быть исключена любая возможность столкновения участников с финишными сооружениями.

31.1.5. Организаторы должны выделить отчетливо видимой красной чертой «внутреннюю зону финиша», такую, чтобы участники могли с легкостью достичь ее на лыжах.

31.1.6. Для финишировавших участников должна быть предусмотрена специальная зона, отделенная от финиша. Эта зона предназначена для встреч с прессой (журналисты, представители радио, кино и телевидения).

31.1.7. Участник должен покинуть зону финиша через официальный выход вместе со всем снаряжением, которое он использовал во время соревнований.

31.2. (615.2.) Финиш и его разметка

Финиш отмечается двумя древками или вертикальными полотнищами, которые могут соединяться горизонтальным полотнищем. В скоростном спуске и супер-гиганте финишный створ должен быть не менее 15 метров, в слаломе и в слаломе-гиганте – не менее 10 метров. В исключительных случаях жюри на месте, исходя из технических причин или особенностей склона, может разрешить сократить это расстояние. Шириной финишного створа считается расстояние между древками или флагами. Штанги, используемые для установки оборудования для хронометрирования, должны находиться, на таком же расстоянии друг от друга, что и финишные флаги.

Наилучшим является размещение этих штанг сразу же за финишными флагами или полотнищами, ниже по склону.

Линия финиша между фото ячейками должна быть маркирована подходящей краской.

31.3. (615.3.) Прохождение финиша и регистрация времени

Финишный створ должен быть пересечен:

либо на двух лыжах;

либо на одной лыже;

либо обеими ногами при падении в непосредственной близости от финиша. В этом случае фиксируется момент времени, когда участник пересекает линию финиша какой-либо частью тела.

31.4. Отчетность

Судья на финише должен представить рефери отчет.

32. (616.) Микрофоны в зоне старта и финиша

В зоне старта и финиша, а также в огороженной зоне, как во время тренировки, так и соревнований запрещается применение микрофонов («передвижных», так называемых «висячих», встроенных в видеокамеры и иные технических приспособлений) без разрешения организатора.

33. (617.) Подсчет и объявление результатов

33.1. (617.1.) Неофициальные результаты

Результаты, зарегистрированные хронометристами, считаются неофициальными результатами. Они должны объявляться на табло, расположенном таким образом, чтобы оно было хорошо видно финишировавшим участникам и из зоны размещения прессы. Если возможно, неофициальные результаты должны доводиться до сведения зрителей через громкоговорители.

33.2. Объявление неофициальных результатов и дисквалификация

33.2.1. Неофициальные результаты и дисквалификации должны быть опубликованы на официальной доске объявлений на финише как можно скорее после окончания соревнований.

Срок подачи протестов исчисляется с момента этого объявления (статьи 47.3., 47.5. (643.4, 643.5 Правил ФИС)).

33.2.2. Устное объявление о дисквалификации может заменить собой публикацию на официальной доске объявлений. Может быть принято решение, что протесты могут быть заявлены рефери устно в течение 15 минут после объявления о дисквалификации. Протесты, которые поступят позже, будут считаться недействительными. Руководители команд должны быть проинформированы своевременно о способе объявления и о процедуре подачи протестов.

33.3. Официальные результаты

33.3.1. Протокол результатов содержит официальные времена тех участников, которые были квалифицированы на этих соревнованиях.

33.3.2. Результаты в многоборье подсчитываются путем сложения времен, полученных в каждом состязании многоборья (или путем сложения очков соревнований).

33.3.3. Если два или более участников имеют одинаковый результат, то участник с большим стартовым номером должен вноситься в официальный протокол результатов первым.

33.3.4. Официальный протокол результатов должен содержать следующие данные:

название проводящей соревнования организации;

название и место проведения соревнований, дисциплина, категория и пол (мужчины или женщины);

дата соревнований;

все технические данные, такие как: название трассы, высота старта и финиша над уровнем моря, перепад высот, длина трассы для скоростного спуска и супер-гиганта;

фамилии членов жюри;

для каждой трассы: имена постановщиков трассы и открывающих трассу, количество ворот (для слалома, слалома-гиганта и супер-гиганта в скобках указывается количество ворот с изменениями направления движения) и время старта каждого заезда;

погодные условия, состояние снега на трассе, температура воздуха в зоне старта и финиша;

полные данные, касающиеся участников: место, стартовый номер, код, фамилия и имя участника, принадлежность, время и очки соревнований;

стартовый номер, код, фамилия и имя участников, которые не явились на старт, не финишировали или были дисквалифицированы на каждой трассе;

официальные названия обслуживающих компаний, обеспечивающих автоматическое хронометрирование, компьютерную поддержку;
официальный номер (кодекс) соревнования из календаря ОСФ и коэффициент F для подсчета очков соревнований;
расчет константы соревнований;
подпись технического делегата.

34. (618.) Очки соревнований и участие в соревнованиях ОСФ

Следует руководствоваться Положением о соревнованиях.

35. (619.) Церемония награждения

Награждение нельзя проводить до окончания соревнований и без разрешения технического делегата.

Организатор имеет право представить вероятных победителей до этого срока. Такое представление носит неофициальный характер и не должно происходить в том же месте, что и официальная церемония награждения.

36. (621.) Групповая жеребьевка и порядок старта

36.1. Распределение по группам спортсменов, участвующих в соревнованиях, производится жюри.

36.2. При распределении участников используются списки с очками ОСФ или очками ФИС. Если участник не указан в последнем действующем списке ОСФ или ФИС, он включается в группу участников без очков ОСФ или очков ФИС.

36.3. Порядок старта участников во всех соревнованиях по горнолыжному спорту (скоростной спуск, слалом-гигант, слалом, комбинации, супер-гигант, параллельный слалом, командные соревнования) устанавливается на основании их очков ОСФ или очков ФИС. Первая группа, самое большое 15 человек из лучших участвующих в соревнованиях спортсменов, независимо от принадлежности к региону/клубу, проходит жеребьевку.

В случае равенства очков ОСФ или ФИС у спортсменов на 15 м месте, первую группу можно соответственно увеличить.

Все остальные участники стартуют в порядке их очков ОСФ или очков ФИС. Участники без очков ОСФ или очков ФИС проходят жеребьевку в последней группе.

Если среди первых 15 участников разница в очках ОСФ или очков ФИС между одним и следующим за ним участником очень велика, жюри решает вопрос о сокращении состава группы. Оставшиеся участники, не вошедшие в первую группу, стартуют в этом случае в порядке их очков ОСФ или очков ФИС.

36.3.1. Юношеские соревнования

Распределение участников производится не по очкам ОСФ, а в соответствии с выданной квотой. При жеребьевке разыгрываются места для команд, а не для конкретных участников. Руководители команд сообщают секретарю соревнований фамилии стартующих участников.

36.3.2. Горнолыжная комбинация.

Если слаломный заезд проводится прежде заезда скоростного спуска или супер-гиганта, то спортсмены, которые в первом заезде числятся не стартовавшими, не финишировавшими или дисквалифицированными, стартуют в скоростном заезде в порядке их стартовых номеров после последнего спортсмена, имеющего результат в первом заезде.

36.4. Если количество участников без очков ОСФ или очков ФИС избыточно, жюри должно разделить их на несколько групп. В этом случае каждая команда заявляет, в какой группе она хотела бы видеть своих участников. Затем в каждой группе проводится жеребьевка. Жюри, по возможности, должно учесть наблюдения, сделанные во время официальных тренировок по скоростному спуску, и равномерно распределить участников из разных команд по группам без очков ОСФ или очков ФИС. Как правило, каждая команда, участники которой выступают на соревнованиях без очков ОСФ или очков ФИС, выставляет по одному участнику в первую группу участников без очков ОСФ или очков ФИС.

36.5. Жюри имеет право изменить порядок старта, в случае если этого требует состояние трассы.

36.6. Жеребьевка проводится за день до соревнований. Если соревнования происходят в вечернее или ночное время, то жеребьевка проводится не позднее полудня дня соревнований.

36.7. Жеребьевка участников первой группы в тренировках по скоростному спуску должна проводиться ежедневно.

36.8. Жюри может разрешить жеребьевку с помощью компьютера. Представитель каждой команды должен на совещании представителей команд подписать явочный лист, прежде чем жеребьевка с помощью компьютера будет произведена

36.10. (621.10.) Порядок старта при чрезвычайных обстоятельствах.

При чрезвычайных обстоятельствах жюри может изменить порядок старта в соревнованиях по скоростному спуску, слалому-гиганту и супер-гиганту (при снегопаде и т. д.). Группа, по крайней мере, из 6 спортсменов, определенных заранее, стартует перед участником с первым номером. Эти шесть участников должны определяться жеребьевкой из числа последних 20% участников по стартовому протоколу. Они стартуют в обратном порядке своих стартовых номеров.

36.11. (621.11.) Порядок старта на второй трассе

36.11.1. В соревнованиях с двумя трассами порядок старта на второй трассе определяется по результатам, показанным на первой трассе, за исключением первых 30-ти участников.

36.11.2. Для первых 30-ти участников установлен следующий порядок старта:

30-й по протоколу результатов стартует первым;

29-й вторым;

28-й третьим;

27-й четвертым,

1-й тридцатым.

начиная с 31-го в порядке результатов, показанных на первой трассе.

Если на 30-м месте больше одного участника, то первым стартует обладатель меньшего стартового номера.

36.11.3. Порядок старта на второй трассе

Жюри может не позднее, чем за час до старта на первой трассе, уменьшить количество мест, для которых применяется обратный порядок старта, до 15.

36.11.4. Стартовый протокол для второй трассы должен быть опубликован вовремя и доставлен на старт.

37. (622.) Стартовые интервалы.

37.1. Обычные интервалы

В соревнованиях по скоростному спуску, слалому-гиганту, и супер-гиганту участники стартуют с равными интервалами. Как правило, участники стартуют с интервалом в 60 секунд. Для соревнований по слалому (см. ст. 79.1. (805.1.))

Жюри может утвердить и другие интервалы.

37.2. Специальные стартовые интервалы

Стартовый интервал в скоростном спуске, супер-гиганте и, если необходимо, в гигантском слаломе может быть изменен при следующих обстоятельствах:

37.2.1. Увеличение интервала между стартами будет использовано для телевизионной передачи интересных моментов со всей трассы соревнований.

37.2.2. Стартовые интервалы могут устанавливаться жюри.

37.2.3. Стартовые интервалы не могут устанавливаться менее 40 секунд для скоростного спуска и супер-гиганта и 30 секунд – для слалома-гиганта.

37.2.4. Иные исключения могут устанавливаться только ОСФ.

37. (623.) Перестартовка

37.1. Предпосылки

37.1.1. Участник, которому во время соревнований была создана внешняя помеха, должен непосредственно после имевшей место помехи остановиться и сообщить об этом ближайшему судье контролёру. Он может обратиться к любому члену жюри с просьбой о перестартовке. Эта просьба может также исходить от руководителя команды участника, которому помешали при прохождении трассы.

Участник должен дойти до финиша по краю трассы.

37.1.2. Жюри может предоставить перестартовку при особых обстоятельствах (например, при отсутствии ворот и других технических недостатках).

37.1.3. Когда спортсмену машут жёлтым флагом, он должен немедленно остановиться. Он имеет право на перестартовку при условии, что жюри сочтёт это возможным с организационной точки зрения. Жюри должно гарантировать, что перестартовка состоится до последнего спортсмена в стартовом протоколе (см. статьи 71.2. и 71.3. (ст. 705.2 и 705.3. правил ФИС)).

37.2. (623.2.) Виды помех

37.2.1. Преграда на трассе в виде официального лица соревнований, зрителя, животного или других препятствий.

37.2.2. Преграда на трассе в виде упавшего участника, своевременно не освободившего трассу.

37.2.3. Наличие на трассе посторонних предметов, например, лыжных палок или лыж, потерянных предыдущим участником.

37.2.4. Действия службы первой помощи, которые помешали участнику.

37.2.5. Отсутствие на трассе ворот, сбитых предыдущим участником и не поставленных вовремя.

37.2.6. Другие подобные инциденты, которые независимо от воли и умения участника уменьшили его скорость или удлиннили путь, и тем самым существенным образом могли повлиять на результат участника.

37.2.7. Остановка официальным лицом жёлтым флагом (см. статью 37.1.3. (623.1.3 Правил ФИС)).

37.3. (623.3.) Действительность перестартовки

37.3.1. Если рефери или другой член жюри не имеет возможности тотчас же выяснить у компетентного лица, оправдана ли просьба о перестартовке, они могут, во избежание задержки соревнований, разрешить участнику перестартовку условно. Повторный старт будет засчитан в том случае, когда он дополнительно будет подтвержден жюри.

37.3.2. Если участник был дисквалифицирован до инцидента, явившегося причиной перестартовки, повторный старт считается недействительным.

37.3.3. В случае перестартовки участнику засчитывается результат, показанный им при повторном старте, даже если он хуже результата, показанного до перестартовки.

37.4. (623.4.) Время старта при перестартовке

37.4.1. При фиксированном времени старта участник может, после того как он сообщил о своей готовности судье на старте, стартовать в соответствии с решением судьи на старте в фиксированном стартовом интервале.

37.4.2. В случае нефиксированного времени старта порядок старта определяется статьёй 79.3. (805.3. Правил ФИС).

38. (624.) Прерывание соревнований или тренировок

Если прерванный заезд нельзя закончить в тот же день, он считается отмененным.

38.1. (624.1.) Жюри

38.1.1. Жюри может прервать соревнования для технического обслуживания трассы и создания одинаково хороших условий на трассе для всех участников.

38.1.2. Жюри может прервать соревнования из-за неблагоприятных погодных условий или снегопада.

38.1.2.1. Соревнования должны возобновиться сразу же по окончании работ на трассе или когда погодные условия и состояние снежного покрова изменились так, что проведение полноценных соревнований стало возможным.

38.1.2.2. Многократное прерывание соревнований по одной и той же причине должно привести к прекращению соревнований. Соревнования по скоростному спуску, супер-гиганту, а также каждый заезд в слаломе и гигантском слаломе не могут продолжаться дольше 4 часов подряд.

38.2. Краткий перерыв

Каждый член жюри имеет право назначать краткие перерывы, в том числе по требованию судьи на воротах.

39. (625.) Прекращение соревнований

39.1. Жюри

когда на участников оказывается чрезмерное внешнее воздействие;
при возникновении неравных условий для участников, или когда надлежащее проведение соревнований не гарантируется.

39.2. (626.) Отчет

Во всех подобных случаях в адрес ОСФ и организатора должен быть направлен подробный отчет. Отчет должен содержать обоснованные рекомендации по поводу начисления классификационных очков ОСФ за прерванные соревнования.

40. (627.) Запрет на старт

Участнику соревнований будет запрещено стартовать на любых соревнованиях ОСФ, если он:

40.1. носит неприличные надписи и/или символы на костюме и снаряжении или ведет себя неподобающим для спортсмена образом в стартовой зоне (статья 3.5. (205.5, 223.1.1 Правил ФИС));

40.2. нарушает правила ОСФ, ФИС относительно снаряжения и коммерческих знаков (ст. 222., 207. Правил ФИС);

40.3. отказывается от необходимого медицинского обследования ОСФ;

40.4. тренируется на трассе, закрытой для участников соревнований (статья 29.1.5. (614.1.4 Правил ФИС));

40.5. перед скоростным спуском, не участвовал ни в одной официальной тренировке с регистрацией времени (статья 70.8.3. (704.8.3 Правил ФИС));

40.6. не носит защитную каску, отвечающую спецификациям для снаряжения на соревнованиях (статьи 73., 81., 89., 96., (707, 807, 907, 1007 Правил ФИС) или не имеет тормозов на лыжах (статья 23.2. (606.3 Правил ФИС));

40.7. был дисквалифицирован (DSQ), не стартовал (DNS) или не финишировал (DNF) на первой трассе. Соревнование супер-комбинации не подпадает под это правило. Участник, который DSQ, DNS или DNF в слаломном заезде, может участвовать в скоростном соревновании супер-комбинации. Если скоростное соревнование в супер-комбинации предшествует слаломному заезду, такое исключение не применяется (статья 36.3.2. (621.3.3. Правил ФИС));

40.8. Если участник фактически стартовал, а позже выяснится, что он нарушил вышеуказанные правила, жюри должно подвергнуть его санкциям.

41. (628.) Наказания

Применение наказаний будет рассматриваться жюри, в случае если участник:

41.1. нарушит правила относительно рекламы на снаряжении;

41.2. изменит стартовый номер запрещенным способом;

41.3. не имеет или не носит официального стартового номера, как это предписывают правила (статьи 23.1., 30.1.1. (606.1.; 614.3.2.));

41.4. во время просмотра трассы проходит ворота или выполняет повороты параллельно воротам на трассе (статья 30.1.1. (614.3.2.));

41.5. не явился вовремя на старт или сделал фальстарт (статьи 27.6., 27.7., 79.3.1., 79.4., 110.3. (соответственно статьи правил ФИС 613.6, 613.7, 805.3.1, 805.4, 1226.3));

41.6. нарушает правила на старте или стартует не разрешенным этими правилами образом (статья 27.3. (613.3 Правил ФИС));

41.7. необоснованно требует перестартовки (статья 37.3.2. (623.3.2 Правил ФИС));

41.8. продолжает прохождение трассы после совершения ошибки при прохождении ворот или после остановки, либо нарушает правила при потере лыжи (статьи 29.2.2. (614.2.2), 29.2.3. (614.2.3), 29.2.4. (614.2.4 Правил ФИС));

- 41.9. не пересекает финишный створ по правилам, описанным в статье 31.3. (615.3 Правил ФИС);
- 41.10. снимает лыжи до пересечения красной линии (см. ст. 31.1.5. (615.1.5. Правил ФИС));
- 41.11. покидает зону финиша через официальный выход не вместе со всем снаряжением, которое он использовал на соревнованиях статья 31.1.7. (615.1.7 Правил ФИС);
- 41.12. берет с собой лыжи на официальные церемонии;
- 41.13. принял постороннюю помощь во время соревнований (статья 53.4. (661.3 Правил ФИС)).

42. (629.) Дисквалификация

Участник будет дисквалифицирован, если он:

- 42.1. принимает участие в соревнованиях по фальшивым документам;
- 42.2. угрожает безопасности людей и имущества, или наносит материальный и физический ущерб;
- 42.3. совершает ошибку при прохождении ворот (статья 53.5. (661.4)) или стартует не в течение определенного статьей 27.7. (613.7) времени.

43. (640.) Протесты

- 43.1. Жюри может принять протест, только если он основывается на существенных доказательствах.
- 43.2. Жюри разрешается пересмотреть ранее принятое решение, если появились новые доказательства, которые связаны с предыдущим мнением.
- 43.3. Все решения жюри являются окончательными, за исключением тех, которые касаются поданных согласно статье 44 (641 правил ФИС) протестов, или согласно статье 51.1.1. (647.1.1) апелляций.

44. (641.) Виды протестов

- 44.1. связанные с допуском участников или их экипировкой;
- 44.2. касающиеся трассы или ее состояния;
- 44.3. против участников или официальных лиц во время соревнования;
- 44.4. против дисквалификации;
- 44.5. связанные с хронометрированием;
- 44.6. против указаний жюри.

45. (642.) Место подачи протестов

Различные виды протестов следует направлять:

- 45.1. Протесты согласно статьям 44.1. - 44.6. (641.1 - 641.6 Правил ФИС) подаются по месту, указанному на официальной доске объявлений или туда, куда указывалось на собрании руководителей команд.

46. (643.) Сроки подачи протестов

- 46.1. Связанные с допуском участников: перед жеребьевкой.
- 46.2. Касающиеся трассы или ее состояния: не позднее, чем за 60 минут перед началом соревнований.
- 47.3. Против участников, их инвентаря и костюмов, или официальных лиц за их неправильное поведение во время проведения соревнований: в течение 15 минут после того, как последний участник пересек финиш.
- 47.4. Против дисквалификации: в течение 15 минут после объявления о дисквалификации.
- 47.5. Связанные с хронометрированием в течение 15 минут после объявления неофициальных результатов.
- 47.6. Против прочих решений жюри или технического делегата незамедлительно, но не позже истечения срока подачи протестов.

48. (644.) Форма протестов

- 48.1. Протесты подаются в письменном виде.
- 48.2. Протесты должны быть детально обоснованы. Должны быть приложены доказательства и свидетельские показания.
- 48.3. При подаче протестов в залог вносится сумма в размере 100 швейцарских франков или ее эквивалент в другой валюте. Эта сумма возвращается при удовлетворении протеста, при отклонении протеста она передается в пользу организаторов или ОСФ.
- 48.4. Протест может быть отозван протестующей стороной до опубликования решения жюри. В этом случае залог возвращается. Тем не менее, если жюри или член жюри, в целях экономии времени, примут промежуточное решение, например, решение «под условием», отозвать протест уже невозможно.
- 48.5. Протесты, которые подаются не в указанные сроки или без внесения суммы залога, не принимаются.

49. (645.) Право подачи протестов

Право подачи протестов имеют:
региональная федерация горнолыжного спорта;
руководитель команды и тренер;

50. (646.) Рассмотрение протестов жюри

50.1. Жюри само определяет место и время совещания для рассмотрения поданных ему протестов.

50.2. При рассмотрении протеста против решения о прохождении ворот (статья 53.5. (661.4)) должны присутствовать судья-контролер, при необходимости судья-контролер соседних комбинаций ворот, иные официальные лица, сам участник, а также руководитель или тренер команды, подавшие протест.

Кроме того, для проверки должны быть запрошены любые материалы, такие, как: видеозапись, фотографии, фильм.

50.3. При вынесении решения по протесту присутствуют только члены жюри.

Председателем на заседании является технический делегат. На заседании ведется протокол, который подписывается всеми членами жюри с правом голоса. Решение по протесту должно быть принято большинством списочного состава членов жюри, а не только большинством присутствующих. В случае равенства голосов, голос технического делегата является решающим.

Соблюдается принцип независимой оценки доказательств.

Положения, на основании которых принимается решение, должны применяться и толковаться так, чтобы соответствовать смыслу честной спортивной деятельности, и с особым учетом необходимости поддержания дисциплины.

50.4. Решение жюри после принятия должно быть немедленно помещено на официальной доске объявлений с указанием времени объявления решения.

51. (647.) **Право подачи апелляции**

51.1. **Апелляция**

51.1.1. Апелляция может быть подана:

против решения жюри касательно денежных штрафов;

против решения жюри о прекращении соревнований, против рекомендаций жюри классифицировать по очкам ОСФ прерванные соревнования;

против протокола официальных результатов. Эта апелляция должна быть направлена исключительно в случае очевидной и доказанной ошибки в расчетах.

51.1.2. Апелляции должны подаваться в ОСФ.

51.1.3. *Сроки подачи апелляций*

51.1.3.1. Апелляции против решений жюри должны быть поданы в течение 24 часов с момента их опубликования;

51.1.3.2. Апелляции против официальных результатов должны быть поданы в ОСФ в течение 30 дней, включая день соревнований.

52. (655.) **Соревнования при искусственном освещении**

52.1. Разрешается проведение соревнований при искусственном освещении.

52.2. Освещение должно соответствовать следующим требованиям:

52.2.1. Сила света на трассе должна составлять не менее 80 люкс, измеренная параллельно склону. Трасса по возможности должна быть освещена равномерно.

52.2.2. Светильники должны быть расположены так, чтобы свет не искажал профиль трассы. Свет должен выявлять участнику точную картину местности и не должен влиять на точность и оценку расстояний при прохождении трассы.

52.2.3. Свет не должен бросать тень участника по линии движения и ослеплять участника.

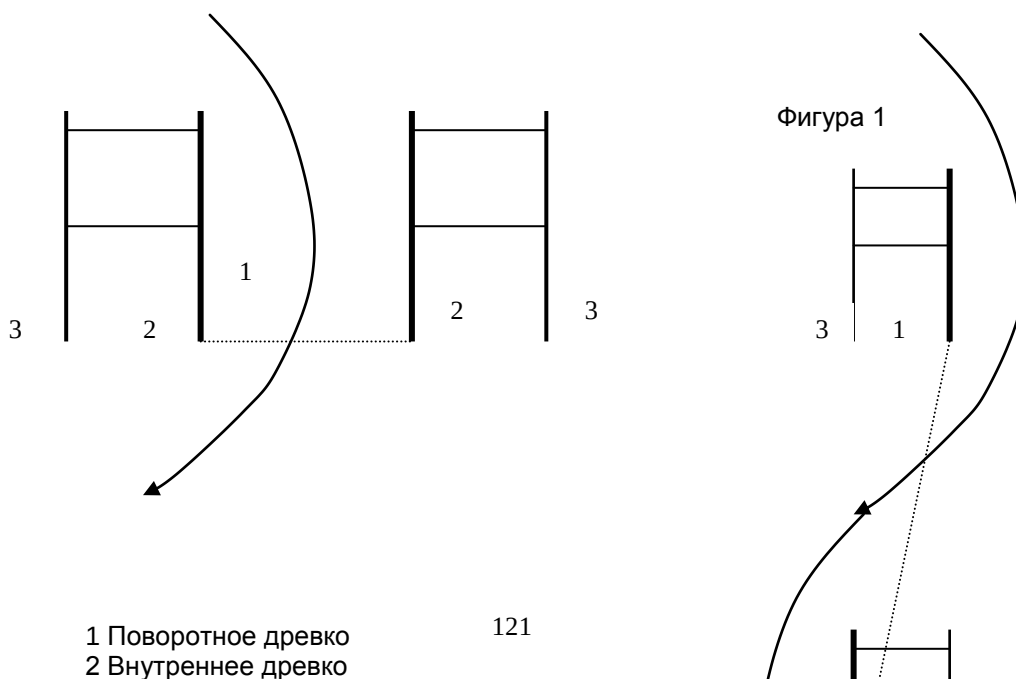
52.3. Технический делегат совместно с жюри должен своевременно проконтролировать, соответствует ли освещение правилам.

52.4. Технический делегат должен составить дополнительный отчет о качестве освещения.

53. (660.) **Обязанности судей-контролеров**

53.1. (661.) **Наблюдение за прохождением контрольных ворот (объяснение)**

Скоростной спуск, слалом-гигант и супер-гигант.



53.2. Каждый судья-контролер должен получить контрольную карточку, при необходимости в водонепроницаемой упаковке. Для каждого заезда контрольная карточка должна содержать следующие сведения:

фамилия судьи-контролера;
номер или номера ворот, за которые контролер отвечает;
обозначение трассы (первая или вторая).

53.3. Если участник при прохождении контрольных ворот (или знака поворота) нарушил приведенные в статье 53.5 правила, судья-контролер должен немедленно и ясно отметить:

стартовый номер участника;
номер ворот, в которых участник совершил ошибку;
схему нарушения.

53.4. Судья-контролер должен наблюдать за тем, чтобы участник не получал помощи со стороны. Ошибка подобного типа должна быть также отмечена в контрольной карточке.

53.5. Правильное прохождение контрольных ворот

53.5.1. Ворота считаются правильно пройденными, если передние концы обеих лыж и ступни ног участника пересекают линию ворот. Если участник теряет одну лыжу, но не нарушает правила, например, не сбивает слаломное древко, то мысок оставшейся лыжи и обе ступни должны пересечь линию ворот.

Это правило действует и в тех случаях, когда участник поднимается назад к воротам (статья 29.2.3 (614.2.3)).

53.5.2. Линия ворот в скоростном спуске, слаломе-гиганте и супер-гиганте, где каждые ворота состоят из двух древков, между которыми натянут флаг, представляет собой кратчайшее расстояние между двумя внутренними древками (статья 53.1., фигура 1).

53.5.3. В соревнованиях по слалому, линия ворот – воображаемая кратчайшая линия между поворотным и внешним древками.

53.5.3.1. Если участник выводит древко из вертикального положения прежде, чем передние концы его лыж и ступни обеих ног пересекли линию ворот, он все равно должен пересечь линию ворот (обозначенную на снегу маркировкой) передними концами лыж и ступнями.

53.5.4. В соревнованиях по параллельному слалому передние концы обеих лыж и ступни обеих ног участника должны пройти по внешней части флага в направлении поворота (статья 53.1., фигура 3).

54. (662.) Значение задач судей-контролеров

54.1. Каждый судья-контролер обязан в совершенстве знать правила соревнований.

Судья-контроллер обязан выполнять указания жюри.

54.2. Решение, принятое судьей-контролером, должно быть четким и объективным.

54.3. Судья-контролер может консультироваться с соседним судьей-контролером, чтобы перепроверить свои наблюдения. Он может даже попросить любого члена жюри прервать на короткое время соревнования для изучения следов участника на трассе.

54.4. Если соседний судья-контролер, член жюри или официальный контролер видеоматериалов составляют отчет относительно участника, и этот отчет отличается от показаний судьи-контролера, жюри имеет право использовать эти показания, как для дисквалификации, так и в случае подачи протеста.

55. (663.) Информирование участников

55.1. После совершения ошибки или падения участник может обратиться к судье-контролеру и спросить его, была ли совершена ошибка, судья-контролер должен по запросу участника информировать участника, совершившего ошибку, ведет ли она к дисквалификации.

55.2. Сам участник полностью отвечает за свои действия, и поэтому он не может возлагать ответственность на судью-контролера.

56. (664.) Немедленное сообщение об ошибках, ведущих к дисквалификации

56.1. Жюри может принять решение о том, что судья-контролер должен тотчас же сообщать об ошибках, ведущих к дисквалификации поднятием флага специальной расцветки, с помощью звукового сигнала или другими средствами, предусмотренными организаторами соревнований.

56.2. Судья-контролер, несмотря на немедленное сообщение, должен отметить нарушение в контрольной карточке.

56.3. Судья-контролер обязан информировать членов жюри по их запросу.

57. (665.) Задачи судей-контролеров по завершении соревнований на первой и второй трассах

57.1. Руководитель судей-контролеров (или его заместитель) должен немедленно после каждого заезда собрать у всех судей-контролеров контрольные карточки и передать их рефери на финише.

58. (666.) Задачи судей-контролеров по окончании соревнований

58.1. Каждый судья-контролер, который зафиксировал ошибку при прохождении трассы участником, или стал свидетелем инцидента на трассе, ведущего к перестартовке, должен находиться в распоряжении жюри до истечения срока подачи протестов.

58.2. В компетенции технического делегата находится решение об освобождении находящегося в распоряжении жюри контролера.

59. (667.) Дополнительные обязанности судей-контролеров

59.1. Судью-контролера могут попросить после исполнения его функций выполнить другие задания. Это может быть следующее: замена древков, порванных флагов.

59.2. Он должен помогать освобождать трассу и удалять с трассы любые метки, сделанные участниками или третьими лицами.

59.3. Участник, которому на соревновании была создана помеха, должен немедленно после этого остановиться и сообщить об этом ближайшему судье-контролеру. Судья-контролер должен отметить обстоятельства инцидента в своей контрольной карточке и по окончании первого или второго заезда предоставить ее в распоряжение жюри.

Участник может обратиться к любому члену жюри за перестартовкой.

60. (668.) Место судьи-контролера на трассе

60.1. Судья-контролер должен быть расположен таким образом, чтобы он наилучшим образом мог видеть ворота и участок трассы, за которыми он наблюдает. Судья-контролер должен находиться настолько близко к трассе, чтобы иметь возможность, в случае необходимости, предпринять немедленные действия, но достаточно далеко, чтобы не создавать помехи участнику. Он должен находиться в безопасной зоне.

60.2. Организаторы обязаны экипировать судей-контролеров хорошо заметной формой. Во избежание ошибок способ идентификации или одежда судей-контролеров не должны быть того же цвета, что и флаги, закрепленные на воротах.

60.3. Судья-контролер должен заблаговременно до начала соревнований быть на трассе и на своем посту. Организаторам рекомендуется по возможности оснастить судей-контролеров одеждой защищающей от ненастья, и озаботиться питанием контролеров во время заезда.

60.4. Все оснащение, которое может понадобиться судьям-контролерам для исполнения их задач, должно быть им предоставлено.

61. (669.) Количество судей-контролеров

61.1. Организаторы несут ответственность за наличие в их распоряжении необходимого числа компетентных судей-контролеров, которые в состоянии исполнить свои обязанности.

61.2. Организаторы должны сообщить жюри количество судей-контролеров, имеющих в их распоряжении для проведения тренировки, и, прежде всего, для обеспечения соревнований.

62. (670.) Видеоконтроль

Если организаторы имеют техническое оборудование для официального видеоконтроля, жюри может назначить официального видеоконтроллера. Обязанность видеоконтроллера, контролировать правильное прохождение ворот участником.

63. (680.) Слаломные древки

Все древки, используемые для соревнований по горнолыжному спорту, называются древками для слалома и подразделяются на жесткие и падающие (гибкие, шарнирные) древки.

63.1. Жесткие древки

В качестве жестких древков разрешается использовать круглые, одинаковой формы древки, диаметром от 20 минимум до 32 мм максимум, без соединительных узлов. Древки должны быть такой длины, чтобы, будучи установленными, возвышались над снежным покровом, по крайней мере, на 1,80 м. Слаломные древки должны изготавливаться из нерасщепляемого материала (пластик, пластифицированный бамбук или материал со сходными свойствами).

63.2. Падающие древки

Падающие древки оснащены шарнирным механизмом.

63.2.1. Использование гибких древков

Гибкие древки должны использоваться на всех официальных соревнованиях по горнолыжному спорту, кроме скоростного спуска. Применение падающих древков на скоростном спуске может быть разрешено жюри.

63.2.1.1. Слалом

Слаломные древки должны быть окрашены в красный и синий цвета. Поворотное древко должно быть падающим.

63.2.1.2. Гигантский слалом и супер-гигант

В гигантском слаломе и супер-гиганте используются две пары слаломных древков, между каждой парой должен быть натянут флаг. Флаги закрепляются или привязываются таким образом, чтобы они могли обрываться или отрываться с одного из древков. Поворотные древки должны быть падающими.

64. (690.) Флаги для гигантского слалома и супер-гиганта

На включенных в календарь официальных спортивных классифицируемых ОСФ соревнованиях флаги должны соответствовать спецификациям ФИС.

64.1. Отделение при наезде

Цель - создать такую практику, чтобы при наезде спортсмена на флаг полотнище флага отделялось бы от древков. При лабораторных исследованиях это должно происходить при падающем на полотнище маятнике массой 70 кг и скоростью 75 км/ч. При десяти опытах полотнища флагов должны отделяться 10 раз.

64.2. Без отделения при нормальном прохождении.

При нормальном прохождении ворот полотнища флагов не должны отделяться от древков. При лабораторных исследованиях запускается маятник массой 70 кг и со скоростью 75 км/ч на древко флага. При трех сериях испытаний полотнища должны простоять 30 раз без отделения от древка.

65.3. Продуваемость ветром

Полотнища должны быть изготовлены из материала, хорошо пропускающего воздух.

65.4. Рекламные надписи

Рекламные надписи не должны ухудшать продуваемость полотнищ и снижать эффективность средств безопасности.

Специальные правила для отдельных дисциплин

66. (700.) Скоростной спуск

67. Технические параметры

67.1. Перепад высот

67.1.1. *Трассы для мужчин*

от 450 м – до 1100 м (для юниоров – до 700 м)

67.1.2. *Трассы для женщин*

от 450 м. до 800 м (для юниорок – до 700 м)

67.1.3. *Для соревнований межрегионального уровня*

Соревнования в один заезд:

минимум 400 м - 500 м.

Соревнования в 2 заезда:

минимум 300 м - 400 м.

Трасса должна быть сертифицирована для скоростного спуска с указанием положения старта и финиша.

67.2. Длина трассы

Длина трассы измеряется мерной лентой, колесом или GPS и печатается в стартовом протоколе и в протоколе результатов.

67.3. Ворота

67.3.1. Ворота для скоростного спуска состоят из 4 слаломных древков и 2 полотнищ флагов.

67.3.1.1. Трассы размечаются красными или синими воротами.

67.3.1.2. Если мужчины и женщины используют для соревнований одну и ту же трассу, дополнительные ворота для женщин должны быть синего цвета.

67.3.2. В качестве флагов используются красные или синие прямоугольные полотнища шириной примерно 0,75 м и высотой 0,50 м. Они должны быть укреплены таким образом, чтобы участники могли их видеть на значительном расстоянии.

Вместо красной материи может быть использована светящаяся ткань оранжевого цвета. Если сети безопасности имеют тот же цвет, что и полотнища флагов, (как правило, красный или синий), то ворота, которые на фоне сетей могут быть плохо различимы, маркируются флагами противоположного цвета (как правило, синий или красный).

67.3.3. Ширина ворот должна быть не меньше 8 м.

68. (702.) Трассы

68.1. Общие требования к трассам скоростного спуска (мужчины и женщины)

Трассы соревнований по скоростному спуску должны инспектироваться особым образом, так чтобы внимание обращалось не только на технические и качественные параметры, но и на то, чтобы трассы требовали высокой техники прохождения и соревнования были зрелищными.

68.2. Общая характеристика трасс

Скоростной спуск характеризуется шестью качествами: техникой, мужеством, скоростью, риском, силой и интеллектом. Трасса должна обеспечивать прохождение от старта до финиша на разных скоростях. Спортсмен приспосабливает скорость и прохождение к своей технике движения на лыжах и к своему индивидуальному ответственному здравому смыслу.

68.3. Особые требования по устройству трассы

Трассы должны обычно иметь в ширину около 30 м. Инспектор, проводящий проверку трассы с целью её утверждения, решает, достаточна ли такая ширина трассы, и, в случае необходимости, может дать указание о проведении работ по её расширению. Он также может одобрить местами ширину менее 30 м, в зависимости от контура и требований местности, в случае, если участки трассы до и после узкой части позволяют это. Зоны падения должны быть предусмотрены там, где это необходимо, на внешней стороне трассы. Возможность управлять скоростью должна быть предусмотрена особенно при подходе к бровкам, началам спадов и прыжков.

Не все части трассы должны обязательно проходиться на полной скорости.

Поверхность может быть оставлена в своём естественном состоянии.

Препятствия, с которыми может столкнуться сошедший с трассы участник, должны быть максимально закрыты сетями безопасности, безопасными ограждениями, матами или просто любыми другими подходящими для этого материалами, включая соскальзывающие полотнища.

Установка систем защиты должна соответствовать погодным условиям, типичным для горнолыжных спусков.

68.4. Транспортные средства

Доступ на старт должен обеспечиваться подъемниками.

69. (703.) Постановка трассы

69.1. Постановка ворот

69.1.1. Ворота устанавливаются для обозначения направления трассы.

69.1.2. При необходимости трасса должна быть поставлена таким образом, чтобы обеспечить возможность контролировать скорость перед сложными прыжками и сложными участками трассы.

69.1.3. В тех местах, где внешние древки по техническим причинам удалены, ворота обозначают внутренние древки.

69.2. Подготовка и просмотр трассы

69.2.1. На всех соревнованиях по скоростному спуску, включенных в календарь ОСФ, трасса для соревнований должна быть подготовлена для соревнований до первого просмотра жюри. Все оборудование должно быть установлено таким образом, как это указано в отчете по утверждению трассы, или так, как это согласовано между организаторами и ОСФ, до приезда команд.

69.2.2. Перед началом тренировки в первый официальный день тренировки жюри совместно с возможно присутствующим техническим советником инспектировать трассу. На инспекции также могут присутствовать руководители команд и тренеры.

69.2.3. Перед началом тренировки в первый официальный день тренировки участники должны просмотреть трассу.

69.2.4. Члены жюри должны выслушать от участников соревнований и тренеров их пожелания и замечания, касающиеся трассы, тренировки и т. д.

70. (704.) Официальная тренировка

70.1. Обязательное участие

Официальная тренировка является неотъемлемой частью соревнований. Участники обязаны принимать в ней участие. Участник, заявленный на соревнования, должен быть также заявлен и пройти официальную жеребьевку на все тренировочные заезды.

Это действует также, если в соответствии со специальными правилами заявлены запасные участники.

70.2. Продолжительность тренировок

Для просмотра и официальных тренировок должны быть предусмотрены три дня.

70.2.1. Жюри может принять решение об уменьшении до двух дней тренировки или, по крайней мере, двух тренировочных спусков.

70.2.2. Официальная тренировка может проводиться в течение дней, которые не обязательно следуют друг за другом.

70.3. Полная готовность

Все оборудование для соревнований (старт, трасса и финишная зона) должны быть полностью подготовлены к первому дню официальной тренировки.

70.3.1. Должны быть приняты все меры по ограждению трассы.

70.4. Спасательная и медицинская службы

В течение всей тренировки спасательная и медицинская службы должны находиться в состоянии готовности.

70.5. Преимущественное право подъема на старт

Организаторы должны обеспечить участникам и специально обозначенным официальным лицам преимущественное право подъема на старт, чтобы они могли полностью использовать время тренировки, не теряя его на ожидание.

70.6. Тренировочные номера

В течение всей официальной тренировки участники должны носить тренировочные номера, как на соревнованиях.

70.7. Порядок старта

Судья на старте или специально назначенный жюри судья должен с помощью стартового протокола обеспечить, чтобы участники на тренировке стартовали в порядке их тренировочных номеров. Стартовый интервал не менее 40 секунд.

70.8. Тренировка с регистрацией времени

70.8.1. В течение, по крайней мере, одного из двух последних дней тренировки должна проводиться регистрация времени.

70.8.2. Времена, зарегистрированные в различных спусках в день тренировки, могут объявляться выпуском протоколов с результатами тренировки или с помощью громкоговорителя. Результаты могут быть также опубликованы на доске объявлений. Руководители команд во всех случаях должны получать результаты тренировочных спусков не позднее, чем на заседании руководителей команд.

70.8.3. Участник должен участвовать, по крайней мере, в одном тренировочном спуске с регистрацией времени.

70.8.4. В случае падения, остановки или обгона другим участником, участник должен сойти и освободить трассу. Продолжение спуска во время непрерывной тренировки не разрешается. Он может двигаться в направлении финиша по краю вдоль трассы.

70.8.5. В случае изменения погоды (снегопада и т.п.) в период между последней тренировкой и соревнованиями для участников организуется просмотр трассы в день соревнований.

70.8.6. Насколько возможно, необходимо предусмотреть проведение тренировки в то же время дня, на которое назначено проведение соревнования.

71. (705.) Желтые флаги

71.1. Просмотр

Жюри может, в случае необходимости, установить для тренировки и соревнований позиции жёлтых флагов, размахивая которыми можно предупредить следующего участника об опасности. Эти флаги должны быть размещены уже при первом просмотре, и должны быть известны спортсменам.

71.2. Тренировка

Если участник остановлен жёлтым флагом, у него есть право возобновить спуск с места остановки.

По запросу участника ответственный член жюри может разрешить перестартовку, если это уместно с точки зрения организации и последующей задержки. В этом случае участник ответственен за то, чтобы обратиться к судье на старте до того, как стартует последний участник, в противном случае разрешение члена жюри теряет силу.

71.3. Соревнование

Если участник остановлен во время соревнования, у него есть право на перестартовку, если жюри сочтет это возможным с точки зрения организации. Жюри должно гарантировать, что перестартовка участника состоится перед последним участником в стартовом протоколе.

71.4. Обязательность

Если машут жёлтым флагом, участник обязан остановиться.

71.5. Команды

По команде: «Старт стоп!» «Желтый флаг стоп!» судья на старте должен немедленно прекратить старт. Стартер должен немедленно подтвердить по рации, что старт закрыт, и сообщить номер последнего стартовавшего спортсмена и спортсмена, который на старте остановлен ("Старт стоп принят, на трассе номер 23, на старте номер 24").

Любой член жюри, который дал команду "Старт стоп!", ответственен за то, чтобы потребовать применения желтых флагов для остановки участников на трассе.

72. (706.) Проведение скоростного спуска

72.1. (706.1.) Скоростной спуск в один заезд

Соревнования по скоростному спуску проводятся в один заезд по трассе.

72.2. (706.2.) Скоростной спуск в два заезда

72.2.1. Если топография места проведения не позволяет провести скоростной спуск на трассе, удовлетворяющей требованиям настоящих правил по минимальному перепаду высот, то допускается проведение соревнований по скоростному спуску с двумя заездами.

72.2.2. Перепад высот должен быть не менее 300 м.

72.2.3. Места участников определяется по сумме времен, показанных в обоих заездах. Старт во втором заезде проводится в соответствии с правилами, определенными статьёй 36.11. настоящих Правил (621.11. Правил ФИС).

72.2.4. В случае проведения соревнований с двумя заездами все правила соревнований по скоростному спуску остаются в силе. Жюри решает все вопросы, связанные с трассой, тренировкой и двумя заездами.

72.2.5. Оба заезда должны проводиться в один и тот же день.

73. (707.) Защитная каска

Все участники и открывающие в соревнованиях ОСФ обязаны носить защитную каску, соответствующую спецификациям снаряжения для соревнований ФИС. Это правило распространяется на официальную тренировку и соревнования.

Защитные каски, которые должны использоваться в снежных видах спорта ОСФ, разрабатываются и производятся в соответствии с требованиями ФИС.

74. (800.) Слалом

75. (801.) Технические параметры

75.1. (801.1.) Перепад высот

75.1.1. Трассы для мужчин
от 140 до 220 м.

75.1.2. Трассы для женщин
от 120 до 200 м.

75.1.3. Трассы для возраста U14 и U16
от 100 до 160 м.

75.1.4. При отсутствии трасс, с необходимым для проведения соревнований перепадом высот, организаторы могут его уменьшить, но не более чем на 35% от указанного в п.п. 75.1.1.-75.1.3.

При минимуме перепада высот 50 м соревнования по решению организатора могут быть проведены в три заезда

75.2. (801.2.) Ворота

75.2.1. Слаломные ворота состоят из двух древков см. ст. 63. Настоящих правил (680 Правил ФИС).

75.2.2. Последовательно стоящие ворота должны быть разными по цвету (красные и синие).

75.2.3. Ширина ворот должна быть от 4 м до 6 м.

Расстояние между поворотными древками при открытых или закрытых воротах должно быть не менее 6 м и не более 13 м, для всех категорий соревнований. Исключение - в соревнованиях U16 - U14: – от 7 м до 11 м.

Расстояние между воротами в вертикальных комбинациях (шпилька или змейка) должно быть не менее 0,75 м и не более 1 м. Ворота в шпильках и змейках должны быть поставлены в одну линию.

В задерживающих поворотах расстояние между поворотными древками должно быть минимум 12 м и максимум 18 м (в соревнованиях U16 - U14 - 15 м).

75.2.4. Количество ворот/изменений направления движения (поворотов):

- от 30% до 35% от перепада высот в метрах +/- 3 поворота,

исключение для соревнований U16 - U14:

- от 32% до 38% от перепада высот в метрах, +/- 3 поворота.

76. (802.) Трассы

76.1. (802.1.) Общая характеристика трассы

76.1.1. На Чемпионатах России трасса слалома должна быть поставлена на склоне с уклоном от 33 до 45%. Уклон может быть и меньше 33%, но может превышать 52% только на очень коротких участках трассы.

76.1.2. Идеальная слаломная трасса, удовлетворяющая указанным выше требованиям по перепаду высот и крутизне склона, должна содержать серию поворотов, позволяющих участнику сочетать максимально возможную скорость с чистым выполнением поворотов.

76.1.3. Слалом должен обеспечивать быстрое и завершённое выполнение всех поворотов. Трасса не должна требовать от участника акробатических движений, не совместимых с обычной горнолыжной техникой. Трасса слалома должна представлять собой технически грамотную композицию фигур, соответствующую склону и составленную из одиночных ворот и комбинаций ворот, обеспечивающих плавное скольжение и позволяющих продемонстрировать разнообразные приемы горнолыжной техники, включающие повороты с различным радиусом. Ворота не должны быть установлены только вдоль линии спуска, но так, чтобы участник мог выполнять полностью законченные повороты, перемежающиеся траверсами.

76.1.4. Подготовка трассы

Соревнования по слалому должны проводиться на как можно более жестком снежном покрове. Если во время соревнований идет снег, начальник трассы должен позаботиться о том, чтобы утрамбовать свежеснег выпавший снег или, если возможно, удалить его с трассы.

76.2. (802.2) Ширина

Как правило, ширина склона составляет 40 м, если обе трассы ставятся на одном и том же склоне.

77. (803.) Постановка трассы

77.1. (803.1.) Постановщик трассы

77.1.1. Изучение склона трассы слалома.

Постановщик трассы перед постановкой должен изучить склон. Трасса слалома должна соответствовать средним возможностям первых 30 участников.

77.2. (803.2.) Количество комбинаций ворот

Трасса слалома должна включать горизонтальные (открытые) и вертикальные (закрытые) ворота, в том числе не меньше одной и не больше трех вертикальных комбинаций, содержащих от трех до четырех ворот, и минимум три шпильки. Слалом должен содержать минимум одну и максимум три комбинации задерживающих ворот.

77.2.1. Для возраста U14 и U16

Для U14: максимум две шпильки и не более одной вертикальной комбинации, состоящей максимум из 3-4 ворот.

Для U16: максимум три шпильки и не более двух вертикальных комбинаций, состоящих из 3-4 ворот.

Трасса не должна содержать технических сложностей особого рода.

На юношеских соревнованиях должны использоваться легкие гибкие древки (27мм.).

77.3. (803.3.) Ворота и комбинации ворот

Самые важные типы ворот и комбинаций следующие: открытые ворота, закрытые ворота, вертикальные комбинации, шпильки и комбинации задерживающих ворот.

77.4. (803.4.) Постановка

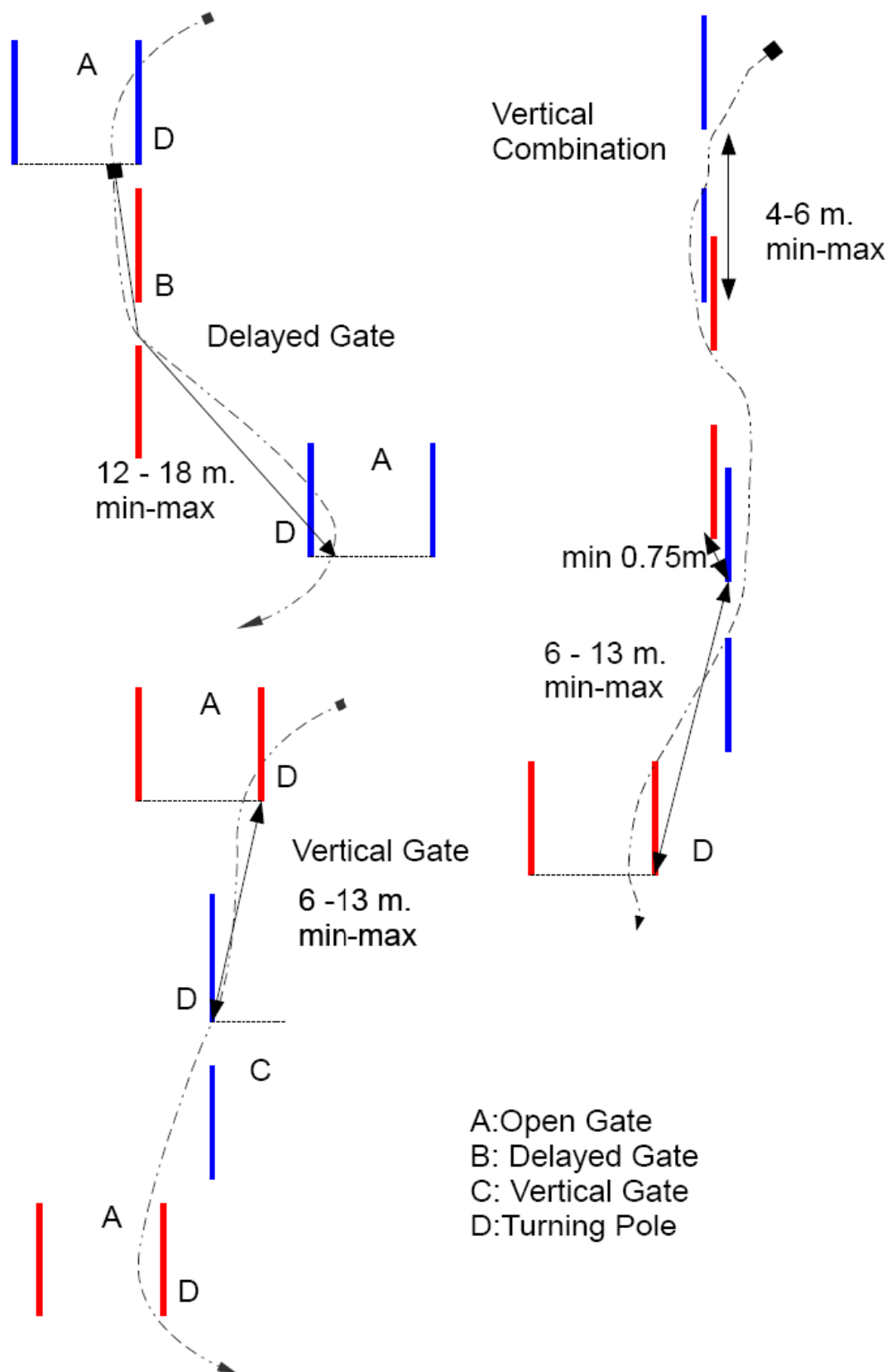
При постановке трассы слалома должны соблюдаться следующие принципы:

77.4.1. Избегать однообразных серий стандартных комбинаций ворот.

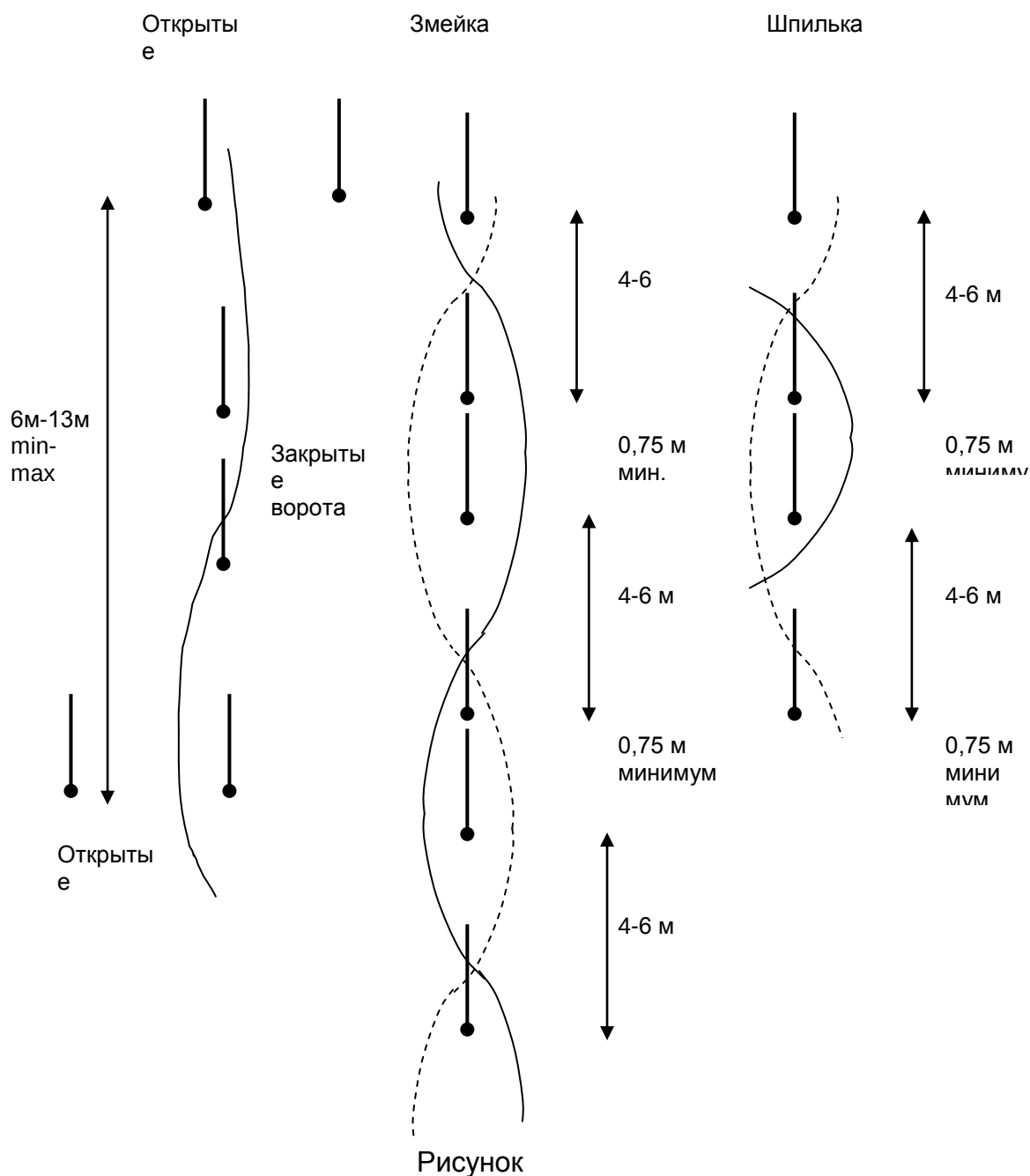
77.4.2. Не устанавливать ворот, требующих внезапного и резкого торможения, поскольку это мешает плавному прохождению трассы, не увеличивая при этом трудности, которые должна содержать современная трасса слалома.

77.4.3. Рекомендуется перед сложной комбинацией ворот установить, по крайней мере, одни ворота, которые бы позволили участнику пройти через трудную комбинацию ворот с контролируемой скоростью.

77.4.4. Не рекомендуется устанавливать сложные комбинации ворот в самом начале или в самом конце трассы. Последние ворота должны быть установлены достаточно далеко, чтобы участник мог финишировать с большой скоростью.



A: открытые ворота, B: задерживающие ворота,
C: вертикальные ворота, D: поворотное древко (штанга).



77.4.5. Последние ворота также не должны находиться слишком близко к финишу. Они должны направлять участника в середину створа финишных ворот. Если ширина склона ограничена, последние ворота могут быть общими для обеих трасс при условии чередования синих и красных ворот.

77.4.6. Древки слаломных ворот сразу же после установки должны быть прочно закреплены начальником трассы или старшим судьёй группы восстановления. Постановщик трассы должен проконтролировать выполнение этого требования.

77.5. (803.5.) Проверка трассы слалома

Жюри должно проверить готовность трассы слалома для соревнований сразу же после ее постановки постановщиком трассы. При проверке особое внимание должно быть обращено на то, чтобы:

- слаломные древки были прочно закреплены;
- правильно чередовались цвета ворот;
- при необходимости положение древков на снегу было промаркировано;
- бирки с номерами ворот в правильной последовательности были закреплены на внешних древках;
- древки, обозначающие ворота, соответствующим образом возвышались над склоном;
- две трассы слалома находились на достаточном расстоянии друг от друга, чтобы не вводить в заблуждение участников;

запасные древки были правильно размещены, чтобы не вводить участников в заблуждение; старт и финиш соответствовали требованиям статей 27. и 31. (соответственно ст. 613, 615 правил ФИС).

78. (804.) Слалом с одними поворотными древками

Действительны все положения настоящих правил, за исключением следующего:

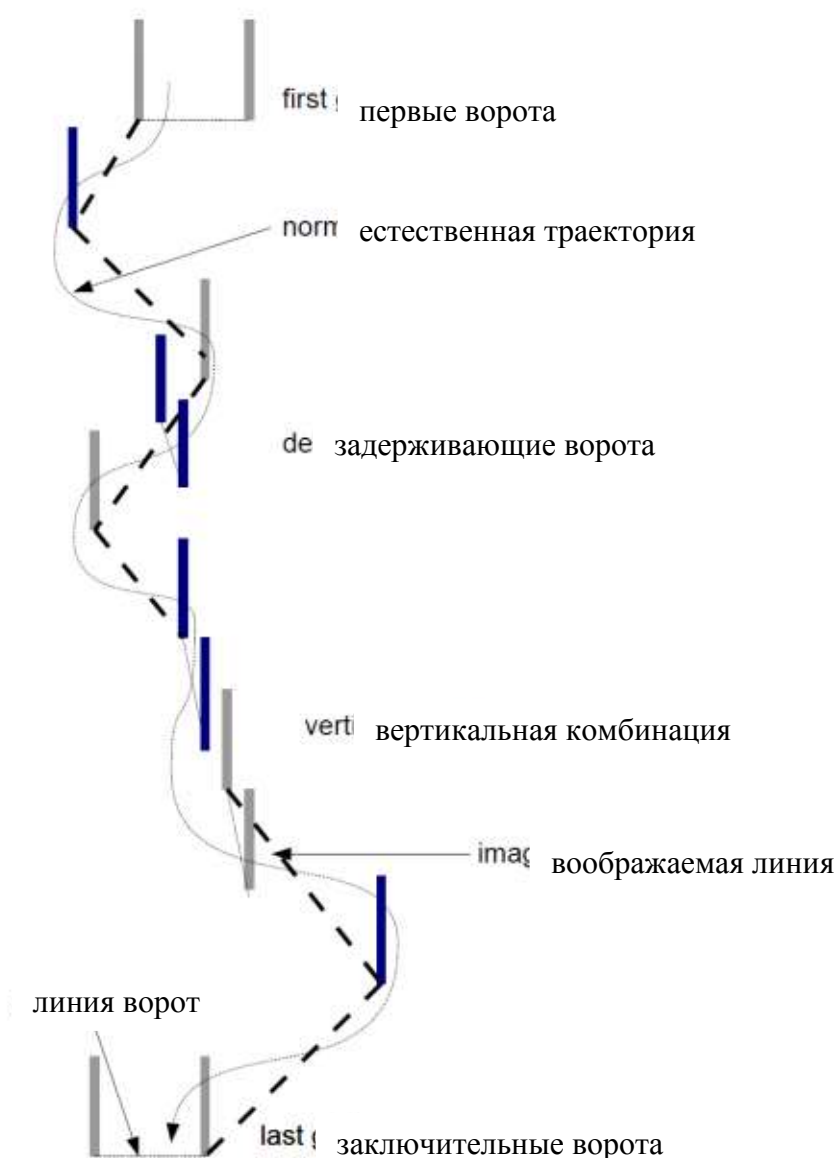
78.1. Слалом с одним поворотным древком разрешается на всех соревнованиях, за исключением Чемпионата России.

78.2. Слалом с одним древком ставится без внешних древков, за исключением первых и последних ворот и задерживающих ворот и комбинаций (шпильки и змейки).

78.3. Там, где нет внешних древков, обе ступни и концы лыж должны пройти поворотное древко с одной стороны, следуя естественной линии курса слалома, пересекая воображаемую линию от одного до другого поворотного древка. Если участник теряет лыжу без совершения ошибки, например, не при прохождении ворот верхом, тогда для конца оставшейся лыжи и обеих ног должны быть выполнены эти требования.

Если участник неправильно пересечёт воображаемую линию от поворотного флага до поворотного флага, и не следует естественной траектории, он должен вернуться обратно и обогнуть пропущенное поворотное древко. Там, где есть внешние древки (первые и последние ворота, задерживающие ворота и комбинации (шпильки и змейки)) действует статья 53.5.1. (661.4.1)

Слалом с одним поворотным древком (статья 78. (804))



78.4. Инспекция и просмотр трасс

см. статью 30. настоящих правил (ст. 614.3. правил ФИС).

79. (805.) Старт

79.1. (805.1.) Интервалы между стартами

В соревнованиях по слалому участники стартуют через неодинаковые промежутки времени. Руководитель бригады по хронометрированию и подсчету результатов или его специальный помощник сообщает старту по соглашению с жюри, когда стартует следующий участник. Разрешается давать

старт очередному участнику, если стартовавший перед ним участник еще находится на трассе, и не финишировал к моменту старта.

79.2. (805.2.) Порядок старта

79.2.1. На первой трассе участники стартуют в порядке стартовых номеров.

79.2.2. Порядок старта на второй трассе (см. статью 36.11. (621.11. Правил ФИС)).

79.3. (805.3.) Стартовые команды

После того, как стартер получает разрешение на старт следующего участника, он предупреждает участника словами: «Внимание!, Ready!, Attention!, Achtung!» и через несколько секунд после этого произносит стартовую команду: «Марш! Go! Partez! Los!». Участник должен стартовать в течение 10 секунд после стартовой команды.

79.3.1. Участник обязан явиться на старт не позднее 1 минуты после официального вызова. При вызове на старт других участников может приниматься во внимание неявка на старт предыдущих участников. Судья на старте, тем не менее, может извинить опоздание, если оно, по его мнению, было вызвано непредвиденными обстоятельствами. В сомнительных случаях судья на старте может разрешить участнику стартовать условно. В этом случае опоздавшему участнику дается старт в соответствии с обычным порядком старта. Судья на старте принимает связанные с этим решения.

79.4. (805.4.) Правильный старт и фальстарт

Каждый участник должен стартовать в соответствии со статьёй 79.3. настоящих Правил (805.3 Правил ФИС), в противном случае он подвергается санкциям.

80. (806.) Проведение слалома

80.1. Две трассы

В соревнованиях по слалому всегда должны проводиться два заезда на двух различных трассах.

Обе трассы должны быть пройдены участниками одна за другой в установленном жюри порядке. Распределение участников по двум трассам с одновременным началом соревнований на обеих трассах запрещается. По возможности оба заезда должны проводиться в один и тот же день.

80.2. Ограничение числа участников на второй трассе

Жюри имеет право сократить число участников на второй трассе до половины количества участников в стартовом протоколе первого заезда. Такое решение должно быть принято не позднее, чем за один час до начала первого заезда.

81. (807.) Защитная каска

Все участники и открывающие в соревнованиях ОСФ обязаны носить защитную каску, соответствующую спецификациям снаряжения для соревнований ФИС.

82. (900.) Слалом-гигант

83. (901.1.) Технические параметры

83.1. Перепад высот

83.1.1. Трассы для мужчин

от 250 до 450м.

83.1.2. Трассы для женщин:

от 250 до 400м.

83.1.3. Трассы для спортсменов U14 и U16:

от 200 до 350м.

Слалом-гигант для U16 должен проводиться в два заезда, и для U14 такая возможность должна быть предоставлена.

83.1.4. При отсутствии трасс, с необходимым для проведения соревнований перепадом высот, организаторы могут его уменьшить, но не более чем на 35% от приведенных в п.п. 83.1.1.-83.1.3.

83.2. (901.2.) Ворота

83.2.1. Ворота слалома-гиганта состоят из 4 слаломных древков, (ст. 63.2.1.2. (680.2.1.2 Правил ФИС)) и 2 флагов.

83.2.2. Ворота должны быть попеременно красного и синего цвета. Полотнища флагов должны быть не менее 75 см шириной и 50 см высотой. Они закрепляются между древками так, чтобы нижний край полотнища флага находился на расстоянии, по меньшей мере, 1 м от поверхности снега, а также, чтобы их можно было оторвать или открепить от древка.

83.2.3. Ширина ворот должна находиться в пределах от 4 до 8 м расстояние между двумя ближайшими древками двух последовательных ворот должно быть не менее 10 м. В соревнованиях U14 и U16 расстояние между поворотными древками не более 27 м.

83.2.4. Трасса слалома-гиганта должна быть поставлена следующим образом:

Число поворотов должно быть равно 11-15% от перепада высот в метрах с округлением до целых.

Для спортсменов возраста U14 - U16 - 13-18% от перепада высот.

Для межрегиональных соревнований 11% - 15% от перепада высот.

84. (902.) Трассы

84.1. Общая характеристика трассы

Местность, на которой проводятся соревнования, должна быть по возможности волнообразной и холмистой. Ширина полотна трассы должна быть около 40м.

Инспектор, проводящий проверку трассы с целью ее утверждения, решает, достаточна ли ширина трассы, и в случае необходимости, может дать указание о проведении работ по ее расширению. Он

может одобрить трассу шириной менее 40м, в зависимости от контура и требований местности, в случае если участки трассы до и после узкой части позволяют это.

84.2. Подготовка трассы

Трасса слалом-гиганта готовится так же, как трасса скоростного спуска. Участки трассы, на которых устанавливаются ворота и участники меняют направление движения, должны быть подготовлены так же, как трасса слалома.

85. (903.) Постановка трассы

85.1. Формирование трассы

При формировании трассы должны учитываться следующие основные принципы:

85.1.1. Первая трасса ставится накануне дня соревнований. Обе трассы могут ставиться на одном полотне. Вторая трасса должна быть поставлена заново.

85.1.2. Принцип целесообразного использования местности при постановке трассы слалом-гиганта еще более важен, чем при постановке трассы слалома, поскольку использование комбинаций ворот менее эффективно ввиду как предписанного расстояния между воротами, так и их ширины. Поэтому рекомендуется как можно лучше использовать особенности рельефа, устанавливая главным образом одиночные ворота. Фигуры можно устанавливать в ограниченном количестве и главным образом на неинтересных участках трассы.

85.1.3. Трасса слалом-гиганта должна содержать повороты большого, среднего и малого радиуса. Участник должен иметь возможность прокладывать свой путь между воротами. По возможности должна использоваться вся ширина склона.

85.1.4. Постановщик трассы для детей обязан особенно тщательно учитывать физические особенности детского организма участников.

86. (904.) Слалом-гигант с одним флагом

Все положения настоящих правил действительны, за исключением следующих:

86.1. Слалом-гигант с одним флагом разрешён на всех соревнованиях, кроме Чемпионата России.

86.2. Слалом-гигант с одним флагом ставится без внешних флагов, кроме первых, последних и задерживающих ворот.

86.3. Там, где нет внешнего флага, поворотный флаг должен быть пройден обеими ступнями ног и обеими носками лыж с одной стороны, следуя естественной линии трассы гигантского слалома, пересекая воображаемую линию от одного до другого поворотного древка. Если спортсмен теряет лыжу без совершения ошибки, например, без прохождения флага верхом, это правило действует для носка оставшейся лыжи и ступней. Если речь идёт о воротах с двумя флагами (первые, последние и задерживающие), действует правило статьи 53.5.1. (661.4.1.)

86.4. Действительны все правила и указания относительно ширины трассы, так, как было бы при воображаемом внешнем флаге.

86.5. Инспекция и просмотр трасс см. статью 30. настоящих правил (ст. 614.3. правил ФИС).

87. (905) Старт

87.1. На первой трассе участники стартуют в порядке своих стартовых номеров (см. статьи 36.3. и 37. (621.3 и 622 правил ФИС)).

87.2. Порядок старта на второй трассе (см. статью 36.11. (621.11. Правил ФИС)).

88. Проведение соревнований по слалому-гиганту

88.1. Соревнования по слалому-гиганту всегда должны проводиться на двух трассах (для мужчин и женщин). Вторая трасса может находиться на том же склоне, но ворота должны быть переставлены. По возможности оба заезда должны быть проведены в один и тот же день.

88.2. Жюри имеет право сократить число участников на второй трассе до половины количества участников в стартовом протоколе первого заезда. Такое решение должно быть принято не позднее, чем за один час до начала первого заезда.

Дети обязаны иметь защитные каски, соответствующие требованиям к экипировке для соревнований.

88.3. Соревнования по слалому-гиганту для возраста U16 должны состоять из двух заездов, для U14 такая возможность должна быть предоставлена.

89. (907) Защитная каска

Все участники и открывающие в официальных спортивных соревнованиях обязаны носить защитную каску, соответствующую спецификациям снаряжения для соревнований ФИС.

90. (1000) Супер-гигант

91. (1001) Технические параметры

91.1. Перепад высот

91.1.1. Трассы для мужчин

от 350 до 650 м.

91.1.2. Трассы для женщин

от 350 до 600 м.

91.1.3. Трассы для спортсменов U14 и U16:

от 250 до 450м.

91.1.4. При отсутствии трасс, с необходимым для проведения соревнований перепадом высот, организаторы могут его уменьшить, но не более чем на 35% от приведённых в п.п. 91.1.1.-91.1.3.

91.2. Длина трассы

Длина трассы измеряется мерной лентой, колесом или GPS и печатается в стартовом протоколе и в протоколе результатов.

91.3. Ворота

91.3.1. Ворота для супер-гиганта состоят из 4 слаломных древков (статья 63.2.1.2. (680.2.1.2 правил ФИС)) и 2 флагов.

91.3.2. Ворота должны быть попеременно красного и синего цвета. Полотнища флагов должны быть примерно 75 см шириной и примерно 50 см высотой. Они закрепляются между древками так, чтобы нижний край полотнища флага находился на расстоянии около 1 м от снега, а также так, чтобы они могли отрываться, по меньшей мере, от одного древка.

91.3.3. Ширина ворот должна находиться в пределах от 6 до 8 м - расстояние между двумя ближайшими внутренними древками открытых ворот, и от 8 до 12 м - для закрытых ворот. Полотнища флагов должны быть такими, чтобы, по крайней мере, на одном древке флаг мог быть оторваться.

91.3.4. Трасса супер-гиганта должна быть поставлена следующим образом:

7% от перепада высот соответствует минимальному количеству поворотов.

Расстояние между двумя поворотными древками двух последовательных ворот должно быть не менее 25 м (исключение – см. статью 93.1.1. (1003.1.1 Правил ФИС)).

Для спортсменов U14 и U16: минимальное количество изменений направлений (поворотов) - 8% - 12% от перепада высот в метрах.

92. (1002) Трасса

92.1. Общая характеристика трассы

Местность, на которой проводятся соревнования, должна быть по возможности волнообразной и холмистой. Ширина полотна трассы должна быть около 30м.

Инспектор, проводящий проверку трассы с целью ее утверждения, решает, достаточна ли ширина трассы, и в случае необходимости может дать указание о проведении работ по ее расширению. Он также может одобрить трассу шириной менее 30м., в зависимости от контура и требований местности, в случае если участки трассы до и после узкой части позволяют это.

92.2. Подготовка трассы

Трасса супер-гиганта готовится так же, как и трасса скоростного спуска. Участки трассы, на которых устанавливаются ворота и участники меняют направление движения, должны быть подготовлены так же, как трасса слалома.

92.3. Свободные спуски по полотну трассы.

До постановки трассы участникам, если это позволяют обстоятельства, должна быть предоставлена возможность свободных спусков на лыжах по закрытому склону соревнований.

92.4. Сертификация трасс супер-гиганта для юношей

Все трассы, на которых проводятся соревнования U16 - U14 по супер-гиганту, должны быть сертифицированы. Если будет использоваться трасса, сертифицированная для гигантского слалома ФИС, то необходима инспекция безопасности техническим экспертом ОСФ.

93. (1003) Постановка трассы

93.1. Формирование трассы

При формировании трассы супер-гиганта должны учитываться следующие основные принципы:

93.1.1. Рекомендуется устанавливать ворота так, чтобы наилучшим образом использовать возможности рельефа. Разрешается устанавливать лишь в небольших количествах комбинации ворот в соответствии со статьей 77.3. (803.3 правил ФИС.) Расстояние между ближайшими поворотными древками последовательных ворот в таком случае может быть меньше 25м., но не меньше 15м.

93.1.2. Трасса супер-гиганта должна содержать повороты большого и малого радиуса. Участник абсолютно свободен в выборе пути между воротами. Не разрешается устанавливать ворота только вдоль линии спуска.

93.1.3. В тех местах, где в исключительных случаях по решению жюри внешние флаги должны быть удалены, поворотный флаг служит для обозначения ворот.

93.1.4. Трасса супер-гиганта для U16 - U14 должна содержать участки различной сложности. Основная часть должна состоять из волнистого рельефа и элементов, требующих техники. Выбор и постановка трассы должны быть обусловлены максимальной скоростью и уровнем лыжного мастерства U16 - U14. Они должны учиться контролировать скорость и овладевать техническими тонкостями.

93.1.5. Постановка трассы для U14

Для U14 и U16 должны быть адаптированы разные трассы, радиусы поворотов которые соответствуют их возрасту. Используются лыжи, предназначенные для соревнований в слаломе-гиганте у U14.

93.1.6. Инспекция и просмотр трасс - см. статью 30. настоящих правил (ст. 614.3. правил ФИС).

94. (1005) Старт

Порядок старта и стартовые интервалы – см. статьи 36.3. и 37. (соответственно ст. 621.3 и 622. Правил ФИС)

95. (1006) Проведение соревнований по супер-гиганту

Соревнования по супер-гиганту проводятся в один заезд.

96. (1007) Защитная каска

Все участники и открывающие в официальных спортивных соревнованиях обязаны носить защитную каску, соответствующую спецификациям снаряжения для соревнований ФИС.

97. (1008.) Жёлтые флаги

Применяется статья 71. (705. правил ФИС).

98.1. (1100.) Соревнования по горнолыжной комбинации

Общие положения

97.1. Согласно статьи 2.1. (201.6.2) могут проводиться горнолыжные комбинированные соревнования по особым техническим положениям о соревнованиях и по специальным утверждённым ОСФ положениям.

97.2. Проведение таких соревнований разрешается на любом уровне. В случае если для проведения комбинированных соревнований действуют особые правила, эти особые правила применяются как дополнение к настоящим правилам.

97.3. Для проведения комбинированных соревнований существуют следующие модели:

Супер-комбинация.

Классическая комбинация.

Комбинации особых форм, в том числе комбинации описанные настоящими Правилами для спортсменов U14 и U16.

97.4. Комбинированные соревнования могут проводиться как с личным, так и с командным зачетом.

97.5. Стартовый номер, полученный спортсменом для первого заезда, действует до окончания комбинированного соревнования.

97.6. Классификация комбинированных соревнований разрешается лишь тогда, когда участник завершил все заезды (соревнования) и классифицирован во всех промежуточных протоколах соревнований.

97.7. Результаты комбинированных соревнований определяются на основе времен, показанных спортсменом в отдельных состязаниях комбинации или заездов. Особые формы комбинированных соревнований (статья 100. (1103)) могут обсчитываться на основании других правил.

97.8. Оргкомитет должен определить в описании соревнований, сколько участников стартует во втором или в каждом из следующих заездов или соревнованиях. Жюри может изменить это количество.

97.9. Порядок старта, если в отдельном соревновании он не основывается на классификационном основании, определяется порядком старта для каждой специальной дисциплины согласно статье 36. (621.).

97.10. Для уже законченных заездов (соревнований) разрешается опубликовать только промежуточные результаты. Окончательные результаты публикуются по завершении всех заездов (соревнований).

97.11. Последовательность проведения заездов определяет в основном организатор, что должно быть отражено в программе соревнований. Изменение последовательности возможно по решению жюри.

98. (1101.) Альпийская комбинация (супер-комбинация)

98.1. Это результат проведённого согласно техническим правилам слалома одного заезда слалома и либо скоростного спуска, либо супер-гиганта. Состязание состоит из двух заездов.

98.2. Скоростной спуск и супер-гигант должны проводиться на специально для этих состязаний сертифицированной трассе. Заезд слалома может проводиться на полотне этой же трассе.

98.3. Оба заезда проводятся в один и тот же день (исключения возможны по решению жюри).

99. (1102.) Классическая комбинация

99.1. Это результат одного скоростного спуска и одного слалома. Каждое состязание судится самостоятельно.

99.2. Если слалом проводится как второе состязание, то спортсмены, помеченные в стартовом протоколе второго заезда знаком К или ЗК, стартуют в конце, если они не вошли группу первых 30 ранжированных спортсменов.

100. (1103.) Особые формы комбинаций

100.1. ОСФ может разрешить соревнования, которые заключаются в комбинации одного или нескольких состязаний в соответствии со статьями 66. - 90. (700-1000 правил ФИС), с одной из других дисциплин или с другим видом спорта (например, горнолыжный спорт и лыжные гонки, или плавание, или парусный спорт и т.д.). Для комбинированных соревнований такого типа применяются соглашения в каждом конкретном случае. Положения об участии и проведении таких соревнований не должно противоречить правилам.

100.2. Особые формы комбинаций могут проводиться среди спортсменов в возрастных группах U14 и U16. Положения об участии и проведении таких соревнований не должно противоречить Правилам.

101. (1210.) Общее. Командные соревнования

101.1. Если не оговорено другое, команда состоит из пяти участников, при оценке результатов в зачёт идут три лучших времени из них.

101.2. Участники каждой команды должны быть названы до жеребьёвки.

101.3. Классификационные очки будут даваться только в том случае, если отдельные дисциплины будут проведены по настоящим правилам.

101.4. Командное место определяется суммой очков соревнований трёх лучших участников каждой команды. При равной сумме очков место команды определяется по лучшему результату, показанному отдельным участником.

101.5. Для протокола результатов командных соревнований в комбинации суммируются командные очки, подсчитанные в соответствии со статьёй 101.4. При равной сумме очков порядок мест определяется по лучшим командным результатам в следующей последовательности: скоростной спуск, супер-гигант, гигантский слалом, слалом.

102. (1211.) Комбинированные командные состязания

Состязание состоит из двух заездов (супер-гигант и слалом) и четырёх серий в каждом заезде.

102.1. Участие

Все команды с по меньшей мере четырьмя участниками (2 мужчин и 2 женщины), которые допущены к участию в соответствующих состязаниях (супер-гигант и слалом), имеют право на заявку.

102.1.1. Количество участников от команды

От каждой команды в каждом заезде разрешено участвовать не более чем двум мужчинам и двум женщинам. Количество членов команды ограничено шестью.

102.2. Трассы соревнований

Мужчины и женщины стартуют на одной трассе.

102.3. Порядок старта

Команды, распределяются в обратном порядке их классификационных очков. Женщины получают стартовые номера с 1 по 4, мужчины с 5 по 8.

102.4. Результат

Сумма мест спортсменов от каждой команды из каждой серии (1 участник от команды это одна серия) в обоих заездах даёт победителя командных соревнований.

При равенстве общих сумм мест учитывается количество лучших мест в отдельных сериях (1ж, 2м, 3ж, 4м, 5ж, 6м, 7ж, 8м).

Если и в этом случае получается равенство, тогда считается общая сумма времён во всех сериях.

102.5. Объявление участника

Для серии 1 женщин за 5 минут до начала серии.

Для всех других серий после окончания предыдущей серии не позднее 1 минуты до начала следующей серии.

В случае несвоевременной заявки в определённое жюри время спортсмен не допускается к старту - числится как не стартовавший.

102.6. Ограничение на старты

Одни и те же спортсмены (спортсменки) могут стартовать только один раз в заезд в рамках комбинированных командных соревнований.

103. (1212.) Параллельные командные состязания стран

103.1. Характеристика соревнований

Командные соревнования проводятся как параллельные соревнования с использованием ворот и флагов гигантского слалома.

103.2. Размер команды

Общий размер команды ограничен максимум шестью участниками, по меньшей мере, 2 участника одного пола. Участник может стартовать только в одном заезде.

103.3. Заявка команды

Заявка на участие в командных соревнованиях (без фамилий) должна быть подана не менее чем за 24 часа до планируемого старта командных соревнований.

103.4. Распределение команд

Команды распределяются в соответствии с суммами классификационных очков каждого заявленного участника, от минимального количества к максимальному.

103.5. Жеребьёвка команд

Заявленные команды распределяются на пары (4, 8 или 16), основанные на их классификации. Список распределений будет выглядеть так (пример для 8 пар):

Пара 1: команда №1 - против команды №16 (последней)

Пара 2: команда №8 - против команды №9

Пара 3: команда №5 - против команды №12

Пара 4: команда №4 - против команды №13

Пара 5: команда №3 - против команды №14

Пара 6: команда №6 - против команды №11

Пара 7: команда №7 - против команды №10

Пара 8: команда №2 - против команды №15

Лучшая команда, в соответствии с классификацией команд, получает стартовый номер 1, а последняя команда получает последний стартовый номер.

Женщины получают стартовые номера начиная с 1, а затем мужчины с номера 5, в алфавитном порядке. Если пара неполная, оставшаяся команда автоматически получает выход в следующий круг (без заезда).

103.6. Проведение соревнований

Каждый тур между двумя противниками состоит из одного заезда. Порядок старта описан ниже (на примере для пары 1):

"Синяя трасса" команда 1 Ж 1 против "Красная трасса" последняя команда Ж 1
"Синяя трасса" команда 1 М 1 против "Красная трасса" последняя команда М 1
"Красная трасса" команда 1 Ж 2 против "Синяя трасса" последняя команда Ж 2
"Красная трасса" команда 1 М 2 против "Синяя трасса" последняя команда М 2
Синяя трасса должна быть расположена по ходу справа.

103.7. Подсчёт очков

Победитель каждого индивидуального тура приносит 1 очко своей команде. При равном счёте каждая команда получает по одному очку.

Если равный счёт имеет место в конце тура (2:2), команда с лучшим суммарным временем лучшей женщины и лучшего мужчины (или вторыми лучшими, если первые имеют равное время) выигрывает тур.

Если оба участника упали в любом туре, победителем будет тот участник, который первым успешно достиг финиша. Если оба участника не достигли финиша, победителем признаётся тот, кто успешно проехал большее расстояние.

103.8. Основания дисквалификации (немедленной и без протестов)

- переход с одной трассы на другую;
- столкновение с соперником, сознательное или нет;
- неправильное прохождение ворот (статья 53.5.4. (661.4.2 Правил ФИС))

103.9. Награждение

Оргкомитет может организовать награждение участвующих команд и может наградить специальными призами отдельных спортсменов, например, самую быструю женщину или мужчину,

104. (1220.) Параллельный слалом

105. (1221.) Определение

Соревнования на параллельных трассах представляют собой соревнования, в которых два или более участников одновременно проходят по двум или нескольким рядом расположенным трассам. Постановка трасс, рельеф склона и снежный покров должны соответствовать друг другу как можно более точно.

106. (1222.) Перепад высот

Перепад высот на трассе должен быть от 80 до 100м. при количестве ворот от 20 до 30 без учета старта и финиша. Время прохождения трассы должно быть от 20 до 25 секунд.

Для спортсменов возраста U14 лет: максимальный перепад высот должен быть 60м., при количестве ворот от 12 до 15.

Для возраста U16 лет: максимальный перепад высот – 80м., при количестве ворот от 15 до 22.

107. (1223.) Выбор и подготовка трассы

107.1. Следует выбрать склон, ширина которого позволяет постановку двух или нескольких трасс. Желательно, чтобы склон был слегка вогнутым (для того, чтобы имелась возможность обозреть всю трассу с любой точки). Изменения рельефа поверхности должны быть одинаковыми по всей поверхности склона. Трассы должны быть одинаковыми по рельефу и степени трудности.

107.2. Установленная и размеченная трасса должна быть жесткой и подготовлена для соревнований по всей ширине аналогично трассе слалома, чтобы обеспечить равные шансы участникам при прохождении трассы.

107.3. Необходимо, чтобы подъемник находился непосредственно вблизи трассы с целью обеспечения быстрого и непрерывного проведения соревнований.

107.4. Трасса должна быть полностью ограждена. Рекомендуются предусмотреть ограждение, внутри которого могут находиться тренеры, участники и обслуживающий персонал.

108. (1224.) Трасса

108.1. Каждая трасса должна быть размечена знаками поворотов. Каждый знак поворота состоит из 2 слаломных древков, между которыми натягивается полотнище флага для гигантского слалома. Оно укрепляется так, чтобы оно могло быть оторвано от древка.

108.2. При наличии только двух трасс древки и флаги должны быть красного цвета на левой по ходу трассе и синими на другой стороне. В случае более чем двух трасс, организаторы должны использовать для них дополнительные цвета, например, зеленый и оранжевый. Нижний край полотнища должен находиться, по крайней мере, на высоте 1 м над поверхностью снега.

108.3. Трассы ставятся одним и тем же постановщиком, и он должен обеспечить их тождественность и параллельность. Он должен обеспечить плавность трассы, на ней должны быть разнообразные и четко выраженные повороты. Постановка трассы должна обеспечивать безусловную ритмичность ее прохождения. Трасса ни в коем случае не должна сводиться к простому прохождению сверху вниз набора вертикальных комбинаций.

108.4. Первые ворота на каждой трассе должны находиться не ближе 8 и не далее 10 м от старта.

108.5. Непосредственно перед финишем после последнего указателя поворота должна быть четко обозначена граница между трассами так, чтобы каждого участника направлять на свой финиш.

109. (1225.) Расстояние между трассами

Расстояние между двумя соответствующими указателями поворотов (от поворотного древка до поворотного древка) должно быть не менее 6м и не более 7 м Такое же расстояние должно отделять друг от друга стартовые ворота.

110. (1226.) Старт

110.1. Стартовое устройство

Должны применяться утверждённые ФИС двое ворот примерно 100 см шириной и 40 см высотой. Ворота должны иметь возможность одновременного открытия и/или открытия с задержкой и соединены с устройством хронометража.

110.2. Руководство стартом осуществляет жюри совместно со стартером. Стартовая команда может быть подана только после того, как жюри даст разрешение участникам на старт.

Может быть использовано любое стартовое устройство, гарантирующее одновременность старта.

110.3. Фальстарт

Участник подвергается санкциям:

110.3.1. если стартующий участник, по крайней мере, носком одной лыжи не касается в стартовом положении открывающихся ворот;

110.3.2. если стартующий участник обе свои лыжные палки не поставит в специально отмеченное место.

110.4. Стартовая команда

Прежде чем будет выполнена команда «Внимание - приготовиться» с подачей стартового сигнала, который открывает стартовые ворота, стартер должен убедиться, что участники готовы

110.5. Если одно или оба стартующих устройства блокируются по техническим причинам, старт необходимо повторить.

111. (1227.) Финиш

111.1. Финишное сооружение должно быть симметричным. Линия финиша должна быть параллельна линии старта.

111.2. Два древка с натянутым между ними полотнищем с надписью «Финиш» образуют финишные ворота. Каждые ворота должны быть, по меньшей мере, 7м. шириной. Внутренние древки финишных ворот на каждой трассе должны располагаться рядом друг с другом.

111.3. Необходимо обеспечить ясно видимую границу между финишами обеих трасс для финиширующих участников и участников, покидающих зону финиша.

112. (1228.) Жюри и постановщик трассы

112.1. Жюри состоит из:

технического делегата;

рефери;

руководителя соревнований (главного судьи).

112.2. Постановщик трассы назначается жюри соревнований (если он не был назначен ОСФ). Перед постановкой параллельных трасс он должен произвести в присутствии жюри и ответственных за трассу лиц (руководителя соревнований и начальника трассы) инспекцию и изучить место постановки трассы.

113. (1229.) Регистрация времени

Так как участники стартуют строго одновременно, то регистрируется только разница времен участников при прохождении финиша. При наличии нескольких фоторегистрирующих каналов с автоматическим выводом результатов на печать участник, финишировавший первым, включает один из каналов хронометра и получает время, равное нулю, для следующих участников, последовательно финиширующих, регистрируется разница времени с первым участником, с точностью до 1/100 секунды.

114. (1230.) Проведение соревнований на двух параллельных трассах

Каждая встреча между двумя участниками состоит из двух заездов, при этом оба участника после первого заезда меняются трассами.

114.1. Количество участников

Финал соревнований проводится максимум для 32 участников. Эти 32 участника допускаются к соревнованиям либо сразу, либо отбираются по результатам предварительных соревнований, где учитываются 32 лучших участника.

114.2. Образование пар

114.2.1. Формируется 16 пар участников либо по результатам предварительных отборочных соревнований, либо по действующей в данный момент общей классификации в ФГССР, по следующему правилу:

Пары:

	1-й и 32-	9-й и 24-й
й	2-й и 31-	10-й и 23-
й	3-й и 30-	й
й	4-й и 29-	11-й и 22-
й	5-й и 28-	й
й	6-й и 27-	12-й и 21-
й	7-й и 26-	й
й		13-й и 20-
		14-й и 19-
		й
		15-й и 18-
		й

(см. нижеследующую таблицу)

114.2.2. Участники получают в порядке их классификации соответствующие стартовые номера от 1-го до 32-го и сохраняют их до конца соревнований.

114.2.3. Порядок старта указан в нижеследующей таблице, которую следует читать сверху вниз. Все группы соревнуются в последовательности, указанной в таблице, сначала в первом заезде, а затем - во втором.

Участник с меньшим стартовым номером в первом заезде стартует на трассе с красной разметкой, а с большим – на трассе с синей разметкой. Во втором заезде они меняются трассами. Эта система стартов сохраняется в течение всех соревнований, включая финалы.

114.2.4. Участник просматривает трассу один раз, двигаясь сверху на лыжах. Время просмотра – 10 минут.

114.2.5. После первого этапа для последующего турнира квалифицируются 16 участников, то есть те участники, которые в своей группе набрали наименьшее суммарное значение разницы времени по двум заездам (или дважды нулевое значения времени).

114.2.6. Участники без пары могут совершить лишь один тренировочный спуск по одной из двух трасс до начала соревнований.

114.3. Одна восьмая финала

114.3.1. 16 квалифицированных по первому этапу участников стартуют парами сверху вниз в последовательности, указанной в таблице.

114.3.2. Соревнования второго этапа также проводятся по двум заездам. 8 участников выходят в четвертьфинал.

114.3.3. Если соревнования на параллельных трассах должны учитываться в общем зачете, то распределение выбывших участников производится в последовательности от меньшей разницы времени по отношению к соответствующему победителю пары, места начинаются с 9-го.

В случае, если имеются сошедшие с трассы, их распределение по местам производится по количеству пройденных трасс либо ворот.

114.4. Четвертьфиналы

114.4.1. 8 квалифицированных участников стартуют парами в соответствии с таблицей в порядке сверху вниз.

114.4.2. Четверым выбывшим участникам присуждаются 5, 6, 7, и 8 места на основании сравнения показанных результатов со временем победителя.

114.5. Полуфиналы и финал

114.5.1. 4 квалифицированных участников стартуют в соответствии с таблицей в порядке сверху вниз.

114.5.2. Проигравшие в полуфинале, разыгрывая 3-е и 4-е места, стартуют в первом заезде раньше, чем финалисты. После этого разыгрывается первый заезд у финалистов, затем второй у полуфиналистов, и, наконец, стартуют финалисты в своем последнем заезде.

115. (1231.) Контроль соревнований

Судьи-контролеры располагаются по обеим внешним сторонам трассы. Они получают флаги, цвет которых (синий или красный) соответствует цвету разметки на контролируемой ими трассе, чтобы они тотчас же могли уведомить жюри о замеченных нарушениях.

В середине трассы стоит соответствующее официальное лицо (судья) с желтым флагом. Он оценивает обоснованность дисквалификации, сделанной судьей-контролером. Если официальное лицо поднимает желтый флаг над красной или синей трассой, это подтверждает дисквалификацию участника.

116. (1232.) Дисквалификация

116.1. Участники дисквалифицируются в следующих случаях:

фальстарт;

переход с одной трассы на другую;

случайное или преднамеренное создание помехи сопернику;

неправильное прохождение ворот.

116.2. Участник, который дисквалифицирован или не финишировал в первом заезде круга, стартует во втором заезде круга с задержкой.

116.3. Участник, не финишировавший или дисквалифицированный во втором заезде круга, выбывает.

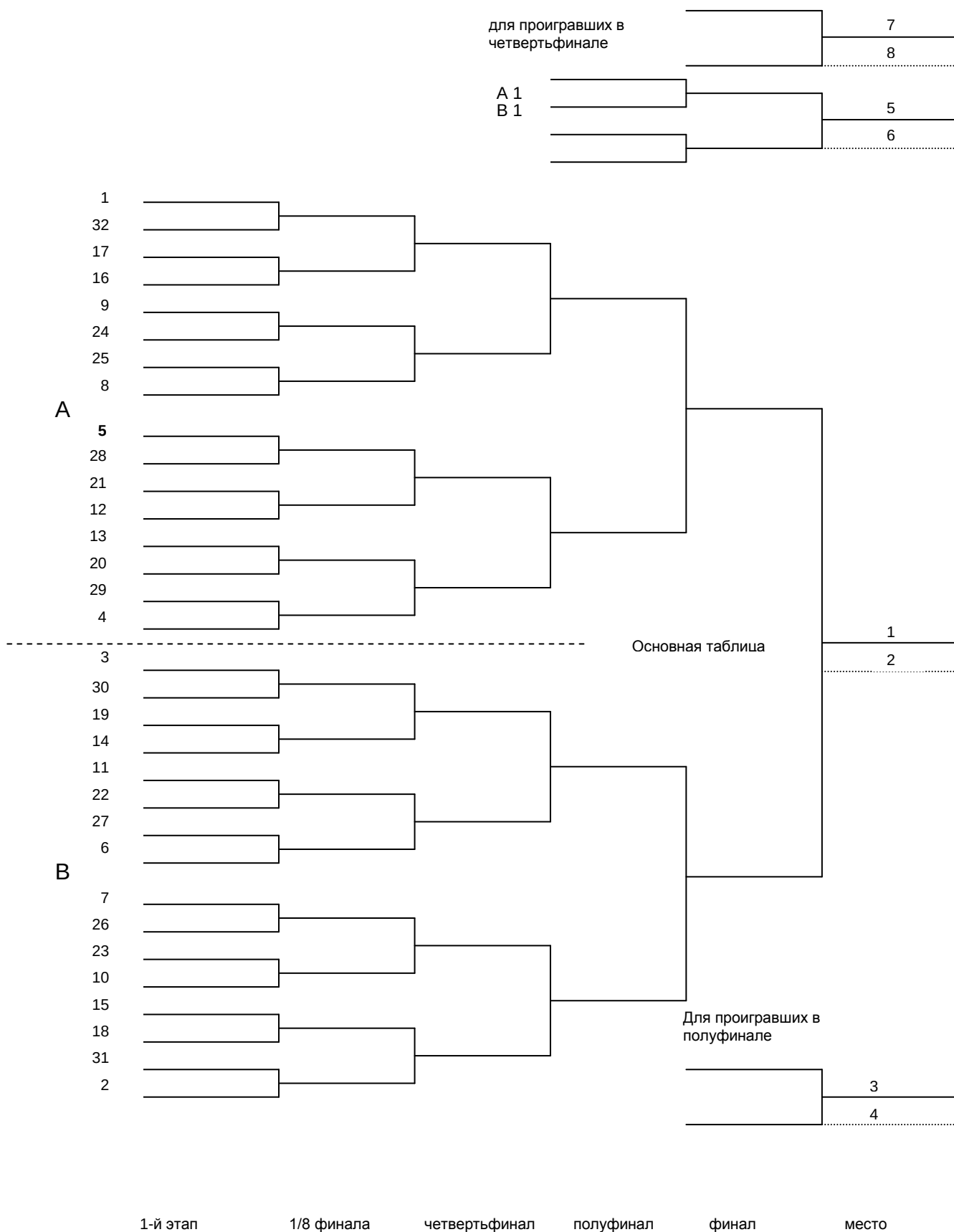
116.4. Если оба участника не финишировали во втором заезде, засчитывается результат первого заезда. Если при этом оба были дисквалифицированы либо не финишировали в первом заезде, участник, прошедший большую часть дистанции, выходит в следующий круг.

116.5. Время задержки. Максимальное время задержки 0,5 секунды. В любом случае максимальная разница времён первого заезда по парам не может быть больше, чем время задержки. Если оба участника имеют равные результаты после второго заезда, участник, выигравший второй заезд, выходит в следующий круг. Если оба были дисквалифицированы или не финишировали во втором заезде, выигрывает тот участник, который проехал большее расстояние до дисквалификации или падения. Если оба участника во втором заезде дисквалифицированы или не финишировали в одних и тех же воротах, выигрывает тот, кто выиграл первый заезд.

117. Правила соревнований по слалому

В случае, если случай или ситуация не описаны в статьях 104.-116. (1220 – 1232 правил ФИС), должны применяться правила слалома (статьи 74. - 81. (800)).

ТАБЛИЦА.



118. (1240.) КО система

118.1. Участие

Все спортсмены допускаются к квалификационным заездам согласно регламенту соответствующей серии.

119. (1241.) Режим и продолжительность проведения

По причинам организационного характера проведение в тот же день еще одной дисциплины неприемлемо.

119.1. Предварительный круг (квалификационный заезд) - трасса 1

Классическое проведение, традиционная длина трассы и перепад высот.

Порядок старта согласно регламенту соответствующей серии

Действительно для начисления классификационных очков ОСФ с надбавкой категории.

Стартовые номера остаются на все соревнования теми же самыми.

119.2. Промежуточный круг 1-й заезд - трасса 2

Отобранные на предварительном круге 30 быстрееших спортсменов стартуют в отборочном режиме (30-й против 1-го и т.д.) Трое "счастливых проигравших" квалифицируются к следующему заезду и стартуют в соответствии с их временами после 15 квалифицированных участников.

Если двое участников не финишировали или дисквалифицированы в заезде, то применяется принцип "счастливых проигравших" (четверо "счастливых проигравших" квалифицируются для второго заезда). В случае ничьей оба участника выходят в следующий круг.

119.3. Промежуточный круг 2-й заезд - трасса 3

Квалифицированные 15 участников + 3 "счастливых проигравших" (в случае ничьей в первом промежуточном круге только 2 "счастливых проигравших") стартуют опять в отборочном режиме (18-й против 1-го и т.д.).

Если во втором заезде 2 спортсмена не финишировали или дисквалифицированы, "счастливый проигравший" второго заезда квалифицируется на третий заезд (финальный), чтобы в финал вышло 9 участников. В случае ничьей оба участника выходят в финал.

119.4. Финальный заезд - трасса 3

Квалифицированные 9 участников (10 участников в случае ничьей во втором промежуточном круге) стартуют в обратном порядке времен, показанных ими во втором заезде промежуточного круга.

119.2. После второго заезда промежуточного круга распределяются места с 10 по 18 (распределение по показанным временам, для не стартовавших, не финишировавших и дисквалифицированных участников согласно их временам в первом заезде предварительного круга).

119.3. После финала распределяются места с 1 по 9 (распределение по показанным временам, для не стартовавших, не финишировавших и дисквалифицированных участников согласно их временам во втором заезде предварительного круга).

119.4. Окончательный результат определяется сложением второго и третьего заездов - так определяется победитель.

119.5. Время для подачи протестов - 5 минут после последней пары (после каждого заезда).

120. Правила соревнований по горнолыжному спорту для спортсменов юношеских возрастных групп U14 и U16.

120.1. Возрастные границы

Согласно установленным правилам по виду спорта к юношеским соревнованиям допускаются спортсмены возрастных групп U14 и U16.

Каждый участник соревнований U14 и U16, должен документально подтвердить свой возраст удостоверением личности. Год рождения участника должен указываться в заявке на участие.

121. Состязания спортсменов U14 и U16.

121.1. Соревнования U14 - U16 могут состоять из состязаний по слалому, слалому-гиганту, параллельному слалому, супер-гиганту, комбинаций (слалом/слалом-гигант, слалом-гигант/супер-гигант), возможны также командные соревнования.

121.2. В состязаниях должны выполняться общие правила соревнований по горнолыжному спорту с теми исключениями, которые даны в настоящих Правилах.

121.3. Командные соревнования могут проводиться среди спортсменов U14 и U16. Такие командные соревнования должны быть описаны в регламентах соревнований.

В командных соревнованиях зачёт проводится только для тех команд, которые на первом заседании руководителей команд заявлены как команды.

122. Распределение по группам и порядок старта

В каждой группе участвует по одному представителю школы, клуба, группы, команды (далее команды).

Применяются следующие принципы:

-группа 1: Первая группа включает в себя по одному спортсмену от каждой заявленной команды. Каждой команде выделяется только одно стартовое место.

-группы 2 - 3 - 4 ...: то же самое, что и для первой группы.

-последняя группа: последняя группа состоит из спортсменов проводящей организации из её двойной квоты. Если число оставшихся участников превышает двойную квоту, должны быть образованы отдельные группы по той же процедуре, что и первая группа.

122.1. Руководители команд должны назвать своих участников в каждой группе.

122.2. В каждой группе жеребьёвка проводится отдельно.

122.3. Порядок старта во втором заезде - лучшие 30 стартуют в обратном порядке.

123. Оборудование

Всё оборудование и инвентарь, используемые на юношеских соревнованиях, должны соответствовать требованиям "Инструкции ФИС по инвентарю соревнований".

Спортсмены обязаны носить защитные шлемы (каска) соответствующие требованиям "Инструкции ФИС по инвентарю соревнований".

124. Комбинации (комбинированные соревнования)

Комбинированные соревнования - это международно-признанные соревнования, которые состоят из смеси стандартных поворотов и ворот. Соревнования соответствуют потребностям развития спортсменов возрастной группы U14 и U16, вырабатывая тактические навыки на сочетании различных комбинаций и серий ворот в гладком, ритмичном, постоянно меняющемся рисунке.

Результат может определяться сложением времён в каждом заезде, или каждый заезд может классифицироваться отдельно. Оргкомитет должен определить метод заранее.

125. Постановка

Постановщик и жюри должны создать интересную, но безопасную трассу.

Скорость участника должна регулироваться на переходах от одной секции к другой и постановка трассы должна позволять лыжнику гладкий переход от прыжков и волн обратно в трассу.

126. Структура комбинации

Существуют две различные формы комбинации:

формат постановки слалом/слалом-гигант (техническая ориентация) с обозначенными воротами слалома и гигантского слалома или цветными метками на полотне трассы,

формат постановки слалом-гигант/супер-гигант (скоростная ориентация) с обозначенными воротами гигантского слалома, цветными метками на полотне трассы, рельефом трассы.

Выбранный стиль трассы должен быть объявлен заранее до соревнований в объявлении о соревнованиях и ещё раз на первом заседании руководителей команд.

127. Комбинация слалом/слалом-гигант: технические параметры.

Комбинация слалом/слалом-гигант соединяет в себе элементы слалома и слалома-гиганта.

Для комбинации слалом/слалом-гигант рекомендуются слаломные лыжи. Оргкомитет соревнований должен заранее объявить тип комбинации, чтобы дать возможность подобрать лыжи.

128. Полотно трассы и перепад высот.

Используется полотно трассы гигантского слалома с перепадом высот от 140 до 350м.

129. Ворота:

ворота состоят из двух флагов,

внешняя часть ворот должна быть того же типа, что и поворотная (маркерные - с маркерными, слаломные - со слаломными, гигантская панель - с гигантской панелью),

в последовательных воротах чередуются красный и синий цвета;

для слалома могут использоваться укороченные древки;

слаломные ворота должны быть шириной минимум 4 м и максимум 6 м;

ворота гигантского слалома должны быть шириной минимум 4 м и максимум 8 м;

слалом - минимальное расстояние между поворотными древками 75 см;

слалом - максимальное расстояние между поворотными древками 12 м;

слалом-гигант - минимальное расстояние между поворотными древками не ограничивается;

слалом-гигант - максимальное расстояние между поворотными древками 20 м.

130. Характеристики трассы и рекомендации:

минимально 30 поворотов,

рекомендуется иметь не менее 5-ти различных участков,

необходимо поставить как минимум один прыжок,

рекомендуются слаломные лыжи,

должен быть, по крайней мере, один участок с укороченными древками,

рекомендуется применять только одиночные древки для вертикальных комбинаций,

трасса должна показать способность лыжника реагировать и приспособиться к любым изменениям ритма и радиусов поворотов, но позволять участнику плавно переходить между различными участками трассы,

профилирование склона возможно, но не необходимо, поскольку трасса сама по себе должна соответствовать достаточным требованиям,

избегайте ворот, которые приводят к рваным поворотам и торможениям,

используйте полностью склон, и натуральный профиль, и спуск вдоль линии склона как можно чаще,

первые и последние ворота должны направлять лыжника удобным образом,

в слаломных поворотах используются только укороченные древки,

открывающие или тестирующие должны соответствовать постановке трассы.

131. Комбинация слалом-гигант/супер-гигант: технические параметры.

Для комбинации слалом-гигант/супер-гигант рекомендуются лыжи для слалома-гиганта, и оргкомитет соревнований должен заранее объявить тип комбинации, чтобы дать возможность подобрать лыжи.

132. Полотно трассы и перепад высот:

Используйте трассу для гигантского слалома, максимальный перепад высот 250м.

133. Ворота:

ворота состоят из двух флагов,

- внешняя часть ворот должна быть того же типа, что и поворотная, в последовательных воротах чередуются красный и синий цвета, ворота гигантского слалома должны быть шириной минимум 4 м и максимум 8 м, слалом-гигант - минимальное расстояние между поворотными древками 10 м, максимальное расстояние 20 м, супер-гигант - минимальное расстояние между поворотными древками 15 м, максимальное расстояние 28 м, ворота супер-гиганта должны быть шириной минимум 6 м, и максимум 8 м,
- 134. Характеристики трассы и рекомендации:**
количество поворотов 10 - 12% от перепада высот, рекомендуется иметь 3- 5 разных участков, рекомендуются лыжи для гигантского слалома, трасса должна показать способность лыжника реагировать и приспособляться к любым изменениям ритма и радиусов поворотов, но позволять участнику плавно переходить между различными участками трассы, профилирование склона желательно, трасса должна соответствовать достаточным требованиям, иметь волны, прыжки, уклоны и т.д., используйте творчество на доступных склонах, должен быть, по крайней мере, один прыжок, избегайте ворот, которые приводят к рваным поворотам и торможениям, первые и последние ворота должны направлять лыжника удобным образом, открывающие или тестирующие должны соответствовать постановке трассы.
- 135. Просмотр трассы юношеской комбинации**
Как правило, предлагается один обычный просмотр трассы спортсменами или просмотр с ограничением времени просмотра по решению жюри. Смысл заключается в том, чтобы проверить реакцию и приспособляемость к стандартному времени просмотра.
- 136. Количество заездов**
Оргкомитет соревнований и жюри должны объявить количество заездов на первом заседании руководителей команд. В зависимости от погоды и состояния трассы рекомендуется, чтобы при количестве участников до 140 соревнования проводились в два заезда, а свыше 140 участников в один заезд. Если количество участников соревнований менее 140, должно планироваться два заезда.
- 137. Контроль ворот**
Должно быть достаточное количество судей контролеров. На участках с укороченными древками рекомендуется ставить одного контролера на двое ворот. Рекомендуется также, выполнить маркировку синей линией по внутренней стороне ворот для помощи в идентификации трассы.
- 138. Международные юношеские соревнования**
Международные соревнования U14 – U16 одобряются ФИС и публикуются в календаре ФИС.
- 139. Ограничение международных соревнований**
Спортсмену возрастной категории U14 разрешается принимать участие не более чем в двух международных U16 - U14 соревнованиях за границей.
Спортсмену возрастной категории U16, первого года рождения, разрешается принимать участие не более, чем в трёх международных U16 - U14 соревнованиях за границей.
Спортсмену возрастной категории U16, второго года рождения, разрешается принимать участие не более чем в четырёх международных U16 -U14 соревнованиях за границей.
Соблюдение этих условий контролируется горнолыжным подкомитетом по вопросам юношества.
- 140. Правила по квотам для Европы, США и Канады**
Квота каждой страны-участницы составляет максимально 4 (четыре) спортсмена категории U14 и 6 (шесть) спортсменов в категории U16, в сумме максимально 10 участников на страну. В каждой категории не должно быть более 4 (четырёх) спортсменов одного пола. Страна - организатор получает двойную квоту, которая составляет максимально 20 спортсменов. В случае мероприятий с несколькими соревнованиями квота рассматривается не на отдельное соревнование, а на мероприятие в целом.
В обычных условиях количество участников не должно превышать 140 спортсменов в каждой возрастно-половой категории.
Согласно Правилам классификационных очков ФИС проводящая страна может заявить и более двойной квоты спортсменов, с приглашением также и других стран.
В юношеских соревнованиях с небольшим количеством участников другие страны могут получить двойную квоту по запросу проводящей страны.
- 141. Правила соревнований для U12*, U10* (см. Приложение №1).**
- 142. Классификация возрастных групп.**

Год рождения	Сезон 2014/2015	Сезон 2015/2016	Сезон 2016/2017	Сезон 2017/2018
1994	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS
1995	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS
1996	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS
1997	U18 FIS	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS
1998	U18 FIS	U18 FIS	U21 FIS	U21 FIS

1999	<i>U16</i>	<i>U18 FIS</i>	<i>U18 FIS</i>	<i>U21 FIS</i>
2000	<i>U16</i>	<i>U16</i>	<i>U18 FIS</i>	<i>U18 FIS</i>
2001	<i>U14</i>	<i>U16</i>	<i>U16</i>	<i>U18 FIS</i>
2002	<i>U14</i>	<i>U14</i>	<i>U16</i>	<i>U16</i>
2003	<i>U12</i>	<i>U14</i>	<i>U14</i>	<i>U16</i>
2004	<i>U12</i>	<i>U12</i>	<i>U14</i>	<i>U14</i>
2005	<i>U10</i>	<i>U12</i>	<i>U12</i>	<i>U14</i>
2006	<i>U10</i>	<i>U10</i>	<i>U12</i>	<i>U12</i>
2007		<i>U10</i>	<i>U10</i>	<i>U12</i>
2008			<i>U10</i>	<i>U10</i>
2009				<i>U10</i>
2010				

(*) U– under (до поименованного года, фактически включая указанный год)

Приложение №1

К правилам по виду спорта

«Горнолыжный спорт»

Правила соревнований по горнолыжному спорту для спортсменов детского возраста 8-10 лет и 11-12 лет.

Соревнования по горнолыжному спорту среди спортсменов 8-12 лет, проводятся в соответствии с настоящими Правилами, Правилами вида спорта «Горнолыжный спорт», Правилами и техническими регламентами Международной лыжной федерации (ФИС), Положениями, Регламентами о проведении соревнований.

Спортивные ситуации, не нашедшие отражения в настоящей редакции Правил, трактуются исходя из Правил ФИС.

1. Возрастные категории

Согласно настоящим правилам по виду спорта, к детским соревнованиям допускаются спортсмены возрастных групп до 10 лет (U10) и до 12 лет (U12).

Каждый участник соревнований U10-U12 должен документально подтвердить свой возраст (удостоверение личности). Год рождения участника должен указываться в заявке на участие. Разрешённые года рождения участников в группе **до 10 лет (U10)** и в группе **до 12 лет (U12)** приведены в таблице (ст.19 настоящего Приложения к Правилам).

2. Оборудование

2.1. Всё оборудование и инвентарь, используемые на детских соревнованиях, должны соответствовать требованиям "Инструкции ФИС по инвентарю соревнований" (ст. 20 настоящих правил).

2.2. Спортсмены обязаны носить защитные шлемы (каска) соответствующие требованиям "Инструкции ФИС по инвентарю соревнований" (ст. 20 настоящего Приложения к Правилам).

3. Соревнования

3.1. Соревнования U10 - U12 могут состоять из состязаний по слалому, гигантскому слалому, параллельному слалому, горнолыжной комбинации (далее - «Комби») (слалом/мини-кросс, слалом-гигант/супер-кросс), возможны также командные соревнования (ст. 21 настоящих правил).

3.2. В состязаниях должны выполняться общие правила соревнований по горнолыжному спорту с теми исключениями, которые даны в настоящих правилах (ст. 20 настоящего Приложения к Правилам).

3.3. Командные соревнования могут проводиться среди спортсменов до 10 (U10) и до 12 (U12) лет. Такие командные соревнования должны быть описаны в регламентах соревнований.

3.4. В командных соревнованиях зачёт проводится только для тех команд, которые на первом заседании руководителей команд заявлены как команды.

4. Распределение по группам и порядок старта

4.1. В каждой группе участвует по одному представителю школы, клуба, группы, команды (далее команды).

4.2. Применяются следующие принципы:

группа 1: Первая группа включает в себя по одному спортсмену от каждой заявленной команды. Каждой команде выделяется только одно стартовое место.

группы 2 - 3 - 4 ...: то же самое, что и для первой группы.

последняя группа: группа состоит из спортсменов проводящей организации, которой дается двойная квота. Если число оставшихся участников превышает двойную квоту, должны быть образованы отдельные группы по той же процедуре, что и первая группа.

4.3. Руководители команд должны назвать своих участников в каждой группе.

4.4. В каждой группе жеребьёвка проводится отдельно.

4.5. Порядок старта во втором заезде - лучшие 30 спортсменов стартуют в обратном порядке.

5. Комби

Комбинированные соревнования - это признанные международной федерацией соревнования, которые состоят из смеси стандартных поворотов и ворот. Соревнования предназначены для выработки тактических навыков при сочетании различных комбинаций и серий ворот в гладком, ритмичном, постоянно меняющемся рисунке.

Результат может определяться суммированием времён в каждом заезде, или результат каждого заезда может определяться отдельно. Оргкомитет должен определить способ подведения итогов и проинформировать об этом на первом заседании руководителей команд.

6. Постановка

6.1. Постановщик и жюри должны создать интересную, но безопасную трассу.

6.2. Скорость участника должна регулироваться на переходах от одной секции к другой и постановка трассы должна позволять лыжнику гладкий переход от прыжков и волн обратно в трассу.

7. Структура комбинированных соревнований «Комби»

Используются две различные формы:

формат постановки слалом/мини-кросс (техническая ориентация) с обозначенными воротами слалома и гигантского слалома или цветными метками на полотне трассы,

формат постановки гигантский слалом/супер-кросс (скоростная ориентация) с обозначенными воротами гигантского слалома, цветными метками на полотне трассы, рельефом трассы.

Выбранный стиль трассы должен быть объявлен до соревнований в программе о соревнованиях и ещё раз на первом заседании руководителей команд.

8. «Комби» слалом/мини-кросс: технические параметры.

Слалом/мини-кросс соединяет в себе элементы слалома и слалома-гиганта.

Для комбинации слалом/мини-кросс рекомендуются слаломные лыжи. Оргкомитет соревнований должен объявить тип комбинации на первом заседании руководителей команд, чтобы дать возможность подобрать лыжи.

9. Полотно трассы и перепад высот.

Рекомендуется использовать полотно трассы гигантского слалома с перепадом высот до 180 м.

10. Ворота:

ворота состоят из двух флагов;

внешняя часть ворот должна быть того же типа, что и поворотная (маркерные - с маркерными, слаломные - со слаломными, флаг/панель - с флагом/панелью);

для слалома используются только укороченные древки;

слаломные ворота должны быть шириной минимум 4 м и максимум 6 м;

ворота гигантского слалома должны быть шириной минимум 4 м и максимум 8 м;

слалом - минимальное расстояние между поворотными древками 75 см;

слалом - максимальное расстояние между поворотными древками 9 м;

слалом - максимальное расстояние между поворотными древками при затяжном повороте 14 м.;

слалом-гигант - минимальное расстояние между поворотными древками не ограничивается;

слалом-гигант - максимальное расстояние между поворотными древками 22 м.

— слалом-гигант - максимальное расстояние между поворотными древками при затяжном повороте («банан») 30 м.

11. Характеристики трассы и рекомендации:

минимально 20 поворотов;

рекомендуется иметь минимум 3 различных друг от друга участка,

на участках слалома количество ворот от 5 до 15;

при использовании на участках слалома укороченных древков, максимальное расстояние 9 м;

при использовании на участках слалома гигантской панели, максимальное расстояние - 11 м;

на участках слалома-гиганта количество ворот от 5 до 15, при максимальном расстоянии - 22 м;

минимально, наличие одной вертикальной комбинации на участке слалома с одиночными укороченными древками при расстоянии 4-6 м;

минимально один затяжной поворот на слаломном участке;

необходимо поставить как минимум один прыжок;

рекомендуются слаломные лыжи;

трасса должна показать способность лыжника реагировать и приспособляться к любым изменениям ритма и радиусов поворотов, но при этом плавно переходить между различными участками трассы;

профилирование склона возможно, но не необходимо, поскольку трасса сама по себе должна соответствовать достаточным требованиям;

ворота, которые приводят к рваным поворотам и торможениям, должны исключены;

естественные склоны, натуральный профиль, спуск вдоль линии склона должен быть использован в полной мере;

первые и последние ворота должны направлять лыжника удобным образом;

в слаломных поворотах используются только укороченные древки;

открывающие или тестирующие должны соответствовать постановке трассы.

12. «Комби» слалом-гигант/супер-кросс - технические параметры.

Для комбинации слалом-гигант/супер-кросс рекомендуются лыжи для слалома-гиганта, и оргкомитет соревнований должен объявить тип комбинации на первом заседании руководителей команд, чтобы дать возможность подобрать лыжи.

13. Полотно трассы и перепад высот:

Рекомендуется использовать трассу для гигантского слалома, максимальный перепад высот 180 м.

14. Ворота:

ворота состоят из двух флагов;

внешняя часть ворот должна быть того же типа, что и поворотная,

возможно использование ворот для сноуборда (флаг/панель с укороченным поворотным древком);

в последовательных воротах чередуются красный и синий цвета;

ворота гигантского слалома должны быть шириной минимум 4 м и максимум 8 м;

слалом-гигант - максимальное расстояние между поворотными древками;

22 м., а при затяжном повороте 30 м.

15. Характеристики трассы и рекомендации:

количество поворотов 13 - 18% от перепада высот;

рекомендуется иметь 3 разных участка;

рекомендуются лыжи для гигантского слалома;

трасса должна показать способность лыжника реагировать и приспособляться к любым изменениям ритма и радиусов поворотов, но позволять участнику плавно переходить между различными участками трассы;

профилирование склона желательно;

трасса должна соответствовать достаточным требованиям, иметь волны, прыжки, уклоны и т.д.;

используйте творчество на доступных склонах;

должно быть, по крайней мере, два прыжка и два затяжных поворота;

избегайте ворот, которые приводят к рваным поворотам и торможениям;

первые и последние ворота должны направлять лыжника удобным образом;

открывающие или тестирующие должны соответствовать постановке трассы.

16. Просмотр трассы «Комби»

Как правило, предлагается один обычный просмотр трассы спортсменами или просмотр с ограничением времени просмотра по решению жюри. Смысл заключается в том, чтобы проверить реакцию и приспособляемость к стандартному времени просмотра.

17. Количество заездов

Оргкомитет соревнований и жюри должны объявить количество заездов на первом заседании руководителей команд. В зависимости от погоды и состояния трассы рекомендуется, чтобы при количестве участников до 140 соревнования проводились в два заезда, а свыше 140 участников в один заезд.

18. Классификация возрастных групп

Год рождения	Сезон 2015/2016	Сезон 2016/2017	Сезон 2017/2018	Сезон 2018/2019
1994	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS
1995	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS
1996	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS
1997	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS
1998	U18 FIS	U21 FIS	U21 FIS	U21 FIS
1999	U18 FIS	U18 FIS	U21 FIS	U21 FIS
2000	U16	U18 FIS	U18 FIS	U18 FIS
2001	U16	U16	U18 FIS	U18 FIS
2002	U14	U16	U16	U18 FIS
2003	U14	U14	U16	U16
2004	U12	U14	U14	U16
2005	U12	U12	U14	U14
2006	U10	U12	U12	U14
2007	U10	U10	U12	U12
2008		U10	U10	U12
2009			U10	U10
2010				U10

(*) U – under (до поименованного года, означает указанный год)

19. Требования к инвентарю для соревновательных групп U10 и U12.

возраст	лыжи	Ботинки	палки	защита
U10	рекомендованные фирмой производителем для данного возраста	рекомендованные фирмой производителем для данного возраста	рекомендованные фирмой производителем для данного возраста	шлем, защита спины.
U12	рекомендованные фирмой	рекомендованные фирмой	рекомендованные фирмой	шлем,

	производителем для данного возраста	производителем для данного возраста	производителем для данного возраста	защита спины.
--	-------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------	---------------

20. Рекомендации для проведения соревнований по горнолыжному спорту среди спортсменов U10 и U12.

возраст	параметры	параллельный слалом (PSL)	«Комби»	слалом (SL)	слалом-гигант (GS)	технические требования для соревнований «Комби»
			слалом/мини-кросс сл.-гигант/супер-кросс			
(U10)	Перепад высот в метрах:	макс. 60	макс. 100 макс. 180	макс. 100	макс. 180	Склоны средней крутизны, отработка старта, скольжение по траектории, скольжение на кантах, прямой и косой спуски, повороты различных радиусов, изменение маршрута при спуске, прыжки, преодоление волн и контруклона, др. технические элементы.
	Количество ворот от перепада высот:	10-20	мин. 20 13-18%	35-40% (+-3)	13-18%	
	Вертикальное расстояние в метрах:	6-8	слалом: макс.9м.(11 ¹), слалом-гигант: макс.22м.	макс.9м., затяжной поворот макс.14м.	макс. 22м.	
	Тип ворот:	флаг/панель	укороченные древки, флаг/панель	укороченные древки	флаг/панель	
	Комбинации фигур:	нет	мин. 3 секции	2 шпильки, 1 змейка, 1 затяжной	ограничений нет	
	Кол-во заездов:	см. пояснения (*)	1-2 заезда 1-2 заезда	1-2 заезда	1-2 заезда	
	Безопасность:	шлем, защита спины	шлем, защита спины	шлем, защита спины	шлем, защита спины	
(U12)	Перепад высот в метрах:	макс.60	макс. 100 макс. 180	макс.100	макс. 180	Склоны разной крутизны, прямой и косой спуски, повороты различных радиусов, сопряженные повороты малых радиусов на параллельных лыжах, изменение ритма при спуске, прыжки в группировке, безостановочные спуски 1200 м. с выполнением поворотов большого радиуса, преодоление волн и контруклонов, др. технические элементы.
	Количество ворот:	10-20	мин. 20 13-18%	35-40% (+-3)	13-18%	
	Вертикальное расстояние в метрах:	6-8	слалом: макс.9м.(11*), слалом-гигант: макс.22	макс.9м., затяжной поворот макс.14м.	макс.22	
	Тип ворот:	флаг/панель	укороченные древки, флаг/панель	укороченные древки	флаг/панель	
	Комбинации:	нет	мин. 3 секции	3 шпильки, 1 змейка, 1 затяжной поворот	ограничений нет	
	Кол-во заездов:	см. пояснения (*)	1-2 заезда 1-2 заезда	1-2 заезда	1-2 заезда	
	Безопасность:	шлем, защита спины	шлем, защита спины	шлем, защита спины	шлем, защита спины	

¹ Используются укороченные древки или флаг/панель - две падающие штанги с флагом 0.75 x 0.50. В «Комби», при постановке участка слалома укороченными древками максимальное расстояние 9 м, а при использовании на этом участке флага/панели максимальное расстояние 11 м.

*В параллельном слаломе (см. правила ФИС) в зависимости от количества участников, возможно выявление победителя пары в одном заезде. Соревнования проводятся на жестком полотне трассы, оборудованном сетями безопасности.