

В связи с имеющейся сегодня в России проблемой потребления психоактивных веществ и в значительной мере обусловленных этим фактом эпидемий ВИЧ-инфекции, гепатитов В-С и иных социально значимых инфекций, важно в постоянном режиме проводить комплексные исследования по выявлению механизмов формирования и изменения фактической реализации поведенческих рисков в основных возрастных и социальных группах населения.

Одной из задач, которая была поставлена в исследовании, было личное участие в работе студентов и школьников. Мы исходили из того, что это позволяет ребятам лучше понять потенциальные проблемы в своем поведении и, возможно, изменить свое отношение и отношение своих сверстников к личным и групповым поведенческим рискам.

Для оценки поведенческих рисков с учетом образовательного уровня мы использовали анкетно-опросный метод и метод частотного анализа. Был сформирован опросник, который включал 47 вопросов. Кроме общих вопросов, характеризующих в целом отношение человека к здоровому образу жизни, были предложены и частные вопросы, характеризующие умение респондентов видеть и оценивать конкретные поведенческие риск-ситуации.

По результатам указанных групп вопросов исследуемую категорию населения можно разделить на любые кластеры и в соответствии с полученными результатами проводить детальную характеристику любых показателей с выявлением зависимостей и рисков для здоровья. Группа респондентов была сформирована из студенческой молодежи Екатеринбурга и Нижнего Тагила. В опросе участвовали 252 человека – студенты старших курсов из Уральского государственного экономического университета и Института физической культуры, спорта и молодежной политики Уральского федерального университета (г. Екатеринбург, всего 118 чел.), из филиала УрФУ и педагогического училища (г. Нижний Тагил, всего 134 чел.). Весьма примечательна гендерная характеристика опрошенных лиц – в целом доля мужчин среди опрошенных лиц составила 17 %. Возраст опрошенных по Екатеринбургу студентов составил 19–22 года, по Нижнему Тагилу – 18–35 лет.

При оценке поведенческих рисков 10,8 % опрошенных оценили свои поведенческие риски как вредные привычки, 8,6 % не сформировали свое отношение к рискам по причине отсутствия знаний, 1,7 % опрошенных затруднились ответить, остальные (78,9 %) считают, что их поведение не имеет в своем составе никаких рисков. При оценке рисков также изучался вопрос организации саморазвития и желания респондентов в части получения дополнительных жизненных навыков: 30,5 % респондентов в качестве сдерживающего фактора отметили лень, 59,3 % – отсутствие для саморазвития свободного времени, 6,8 % – отсутствие денежных средств. Таким образом, значительная часть студентов не видит в своем поведении потенциальных рисков и угроз, не готова к саморазвитию для повышения личной социальной и профессиональной конкурентноспособности.

УДК 796.034

А. Н. Тарбеева

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА

В последнее время большое внимание со стороны государства уделяется развитию физической культуры и спорта. В Свердловской области систематически занимается физической культурой и спортом 667,5 тыс. человек, что составляет 15,2 % от общего числа жителей области. Для сравнения, в Московской области данный показатель составляет 19 % от

© Тарбеева А. Н., 2014

количества всех жителей области, в России в целом – 20 % от общего числа населения страны, тогда как в экономически развитых странах мира этот показатель достигает 40–60 %.

Темпы роста количества занимающихся невелики. К основным причинам этого относят недостаточную материально-техническую базу. Но эту проблему невозможно решить быстро, так как она требует огромных финансовых расходов.

Гораздо быстрее можно увеличить количество занимающихся за счет организации и проведения соревнований, которые не требуют проявления узкоспециализированной подготовленности. На современном этапе развития физкультурно-массового движения такие соревнования приобретают все большую популярность, так как участникам необходимо проявлять всестороннее гармоничное физическое развитие. К таким стартам относятся мультигонки, горный бег, забеги на высотные здания и др.

В самом общем виде мультиспорт представляет собой соревнования (как правило, командные) по преодолению комбинированной дистанции на природном рельефе с использованием разнообразных средств передвижения: бегом, верхом, на лыжах, велосипеде, роликовых коньках, по веревкам, в байдарке, каноэ или рафте или что там еще подкинет изощренная фантазия организаторов гонки.

Мультигонки, как правило, проводят региональные федерации мультиспорта и экстремальных видов спорта. Единых правил проведения соревнований по приключенческим гонкам нет, тем не менее практически все гонки придерживаются трех базовых принципов:

- запрещено использование моторизованных средств передвижения;
- запрещено использование какой-либо внешней помощи (кроме помощи организаторов или групп поддержки в зонах смены этапов). Иногда разрешается также принимать помощь от участников конкурирующих команд;
- команда должна постоянно иметь при себе обязательное для данной гонки (или ее этапа) снаряжение.

Во многом привлекательность приключенческих гонок обусловлена элементами неожиданности. Разработчики гонок стараются разнообразить жизнь гонщиков постановкой необычных маршрутов или неожиданных задач.

В зависимости от ландшафта, класса гонки, фантазии и квалификации организаторов в гонку могут быть включены различные дисциплины. Как правило, состав дисциплин прописывается организаторами в регламенте предстоящей гонки.

Дисциплин мультиспорта множество:

Трекинг – передвижение пешком/бегом по пересеченной местности. Как правило, включает в себя ориентирование на местности.

Коастеринг – разновидность трекинга, передвижение вдоль береговой линии рек, озер, морей.

Каньонинг – преодоление сухих или заполненных водой каньонов.

Роллеры – ориентирование на роликовых коньках или лыжероллерах по городу или асфальтированным дорогам.

Велосипед – чаще всего ориентирование на пересеченной местности на горном велосипеде.

Лыжи – ориентирование на лыжах. Встречается в зимних гонках.

Гребля – возможна гребля на лодках, каноэ, байдарках и на других плавательных средствах

Рафтинг – сплав по рекам с преодолением порогов и других небезопасных естественных препятствий на надувных или деревянных плотках.

Веревоочные этапы или *скалолазание* – преодоление естественных или искусственных препятствий по закрепленным веревкам.

Чаще всего в мультигонках принимают участие спортсмены (лыжники, водники, велосипедисты, ориентировщики, альпинисты, спелеологи, бегуны и др.), которые уже имеют

базовую спортивную подготовку, и люди, желающие получить новые впечатления и проверить себя.

Горный бег – признанный во всем мире вид спорта. С 2002 г. является официальной частью легкой атлетики наряду с традиционными беговыми и техническими дисциплинами, бегом по шоссе, кроссом и спортивной ходьбой. Однако история этого вида спорта намного длиннее. Официальные международные соревнования – Мировые трофи по горному бегу – проводились ежегодно с 1985 г. и собирали спортсменов как минимум из 30 стран. Мировой горный бег подотчетен не только и не столько Международной ассоциации легкой атлетики (ИААФ), а, в первую очередь, Мировой ассоциации горного бега (WMRA).

Трассы для соревнований по горному бегу достаточно сильно отличаются по протяженности и рельефу. На трассах могут присутствовать участки «в гору», со спуска, может различаться сама естественная поверхность. И именно это делает горный бег таким захватывающим. Человек с любым уровнем подготовки может подобрать себе адекватную по сложности трассу. По протяженности трассы варьируются от коротких, для 15-минутного «спринта», до трасс для многочасовых забегов. В основном трассы проходят по пешеходным тропам и перед соревнованиями размечаются так, чтобы участники не сбились с пути и все следовали одному маршруту. Однако в некоторых странах есть и другая практика: в Великобритании, например, участникам позволено самим выбирать путь между каждыми двумя контрольными пунктами, т. е. в состязания привносится элемент ориентирования. Однако для крупных чемпионатов параметры трассы (протяженность и высота) для всех категорий (юниоров, мужчин и женщин) определяются специальными правилами ИААФ.

Ежегодно проходит целая серия крупных международных стартов по горному бегу – порядка 7 этапов Гран-при (включая чемпионат мира и финал гран-при), региональные чемпионаты. Также проходят ветеранский чемпионат, юношеский вызов и вызов по горному бегу на длинные дистанции. Появляются и другие международные чемпионаты: в 2008 г. появился так называемый чемпионат Балкан, а в 2009-м – чемпионат Британского Содружества. Также в каждой стране проходят и собственные старты – от любительских до соревнований серьезного уровня. Не забыт горный бег и в России. У нас проводится целый ряд турниров по горному бегу разного уровня и в разных регионах. Один из самых популярных стартов в Свердловской области – Международный горный марафон «Конжак» – в 2013 г. собрал около 1500 любителей бега и здорового образа жизни.

Наряду с этим среди спортсменов-любителей все большую популярность приобретает неофициальные соревнования с множеством профессиональных сложностей, а различного рода пробег и забеги. Большой интерес за рубежом вызывают забеги на высотные здания. Забег по лестницам «Эмпайрстейтбилдинг» в Нью-Йорке (1576 ступеней) проводится с 1978 г. и является одним из самых известных соревнований этого рода. Помимо главного нью-йоркского небоскреба, аналогичные марафоны проводятся по лестничным пролетам телевизионных башен в Торонто, Токио, Барселоне, Париже, на небоскреб Мессeturн во Франкфурте. В разных странах проходят почти 160 аналогичных соревнований.

Проходили подобные мероприятия и в Москве – на Останкинской телебашне. Впрочем, забег по ступеням самого высокого здания российской столицы считался значительно более трудным. Дело не только в длине вертикальной дистанции, которая на Останкинской телебашне составляет 337 м. В отличие от просторных пролетов нью-йоркского небоскреба, в Москве спортсменов ожидали узкие лестницы и ступени меньшего размера. К сожалению, этот забег проводился лишь до печально известного пожара на телебашне в 2000 г.

Но в этом году в нашей стране явно возрос интерес к высотным забегам. В апреле в Тольятти прошел забег по ступенькам на 23-й этаж в МТДЦ «Вега» (47 лестничных пролетов). В Екатеринбурге в июне 2013 г. участники забега (более 300 человек) покоряли самое высокое здание России за пределами столицы – небоскреб «Высоцкий» (52 этажа, 1137 ступеней).

9 августа в Москве впервые состоялся забег на время на крышу одного из самых высоких жилых зданий мира – небоскреба «Город столиц», находящегося в «Москва-Сити». На крышу 76-этажного небоскреба взбежали, преодолев 1950 ступенек, более 150 участников.

Такой необычайный интерес к этим соревнованиям обусловлен тем, что это очень демократичные состязания по доступности, подготовленности участников, принадлежности к совершенно разным видам спорта, возрастным группам. Многие обычные горожане захотели испытать свои физические возможности. И самое важное, что после завершения дистанции большинство участников выразили желание повторить забег через год и подойти к нему более подготовленными.

Таким образом, будущее в развитии массового спорта с целью привлечения большего количества занимающихся за теми видами спорта, которые вызывают интерес населения и требуют проявления универсальных спортивных способностей.

УДК 796.5:504:314.7-057.87

А. О. Татарникова

ЭКОТУРИЗМ КАК ОДНО ИЗ РЕШЕНИЙ ПРОБЛЕМЫ МИГРАЦИИ МОЛОДЕЖИ

Одной из актуальных проблем современной молодежи является миграция из малых городов и сел в крупные центры наиболее перспективных, активных и талантливых ее представителей. Многие считают, что этот поток остановить невозможно. Да, в чем-то они правы, т. к. основное производство и, соответственно, большое количество рабочих мест сосредоточено в крупных областных центрах, уровень зарплат в них значительно выше. Однако у «провинции» есть шанс на новый виток в развитии – все большую популярность в России набирает экотуризм.

Чем же экотуризм отличается от обычного туризма? Основной его отличительной чертой является тот факт, что человек имеет возможность полностью погрузиться в чистоту и красоту девственной природы, ощутив и оценив самобытность того края, через который проложен маршрут. Кроме того, одним из самых принципиальных условий развития экотуризма является соблюдение довольно жестких правил поведения на посещаемых территориях. Экологический туризм призван не только развлекать туристов, но и обучать их основам экологии [2].

При условии грамотного развития экологический туризм может сыграть свою роль в разрешении современного социально-экологического кризиса. Он содействует охране природы и традиционных культур. Возрастающий спрос в этом секторе туризма приводит к созданию новых особо охраняемых природных территорий, в первую очередь национальных и природных парков [3]. Кроме всего вышперечисленного, экотуризм приносит стабильный доход, и в первую очередь местным жителям. Ведь они не просто работают, обслуживая экотуристов, а еще и живут на охраняемой ими же территории, занимаются хозяйством, ведут обычный образ жизни, при этом получают неплохое материальное вознаграждение за свой труд [2]. Экологический туризм приносит существенный доход в государственный бюджет.

В развитии экотуризма прежде всего заинтересованы местные жители, а также администрации муниципальных образований. Экономические и социальные выгоды огромны:

– повышение экономической устойчивости территорий, вовлеченных в рекреационное пользование путем создания новых рабочих мест;