

Скалолазание в Лесосибирске.

Скалолазание (англ. *Rock climbing*) - вид спорта и активного отдыха, который заключается в лазании по естественному (скалы) или искусственному (скалодром) рельефу. Зародившись как разновидность альпинизма, скалолазание в настоящее время - самостоятельный вид спорта.

Скалолазание как способ преодоления скального рельефа человеком в процессе освоения и приспособления к жизни в горных районах возник очень давно. Скалолазание как преодоление скального рельефа не с целью решения утилитарных житейских задач (охота, поиск кратчайших путей в горах и т. п.), а для самоутверждения, решения спортивных задач, то есть как разновидность активного отдыха и спорта, возникло в горных районах в XIX веке.

Занятие скалолазанием в свободное время получило широкое распространение в Европе: скальные районы Германии (Саксонская Швейцария, Циттауские горы и др.), Австрии (Тирольские Альпы), скалы Шотландии, Ирландии, Швейцарии и др. стран. В России более 150 лет тому назад в окрестностях Красноярска зародилось лазание на Красноярских столбах - столбизм.



По мере развития скалолазания в мире осваивались новые районы. В настоящее время в мире насчитывается более 2500 районов занятия скалолазанием.

Во второй половине XX века скалолазание стало признанным во всём мире видом спорта, по которому регулярно проводятся международные соревнования.

В СССР изначально скалолазание развивалось как лазание на скорость на относительно несложных трассах, тогда как в мире спортсмены состязались в лазании на трудность по сложному маршруту протяжённостью 20—35 метров. На протяжении ряда лет шло становление этих двух школ, создавались

методики, разрабатывалось снаряжение. Советские спортсмены, лазавшие в обычных резиновых галошах, не могли конкурировать в лазании на трудность.



В настоящее время большинство соревнований по скалолазанию проводятся на скалодромах. Это создаёт равные условия для всех участников, способствует привлечению зрителей, спонсоров, представителей средств массовой информации, решает проблему сохранения природной среды, а также в значительной мере позволяет уменьшить влияние погодных условий. Однако, современное скалолазание не отрицает использование «живых» скальных массивов в тренировочном процессе. А в лазании на трудность зачастую только сочетая занятия на скалах и на скалодромах можно добиться выдающихся результатов - одно дополняет другое.



Соревнования по скалолазанию становятся популярнее с каждым годом и притягивают к себе внимание всё большего количества как спортсменов - скалолазов, так и зрителей - болельщиков.



Между тем, скалолазание получило признание не только как соревновательный вид спорта, но также возросла его общественная роль, в связи с его включением в школьную программу во многих странах, а также в специальные программы, которые разрабатываются для людей с ограниченными возможностями. Стремительное развитие и распространение, которое также было отмечено и во многих развивающихся странах, ещё раз доказывает, что этот вид спорта может стать новым альтернативным видом активности для людей всех возрастов со всего земного шара. Считаясь поначалу окном в альпинизм, скалолазание в течение двух столетий росло под его крылом, и всего за двадцать лет стало соревновательным видом спорта, таким оно вошло в новое тысячелетие.

В нашем городе скалолазные стенды имеются в двух местах:

- 7 метровые скалолазные стенды в МБОУ «СОШ № 9» - три дорожки, различные по сложности и рельефу, оборудованные верхней судейской страховкой. Именно на этих стендах проводятся все городские соревнования на скорость и сложность;

- скалолазные стенды в детском Физкультурно-оздоровительном спортивном туристско-экологическом клубе (ФОСТЭК) «Эдельвейс», в 7-м микрорайоне, дом № 24. В клубе оборудована скалолазная комната, позволяющая заниматься «Болдерингом» - лазание по скалам без страховки.

30 мая 2014 года в на скалолазных стендах МБОУ «СОШ № 9» прошло ежегодное (седьмое) открытое Первенство города по Скалолазанию (на скорость и сложность).

Заявки на участие в соревнованиях подали 139 спортсменов и любителей этого экстремального вида спорта и отдыха в возрасте от 7 до 18 лет (из пяти возрастных групп) из одиннадцати ОУ города.



Соревнования проводились на трех дорожках различной сложности. В финальную часть соревнований прошли 80 спортсменов города. Победителями и призерами в различных возрастных группах стали:

Группа юниоры/юниорки (учащиеся 16 – 18 лет):

1 место – Чудаков Антон Витальевич (МБОУ «Лицей»)

Дубененко Александра Владиславовна (МБОУ «СОШ № 9»)

2 место – Зуев Виталий Сергеевич (МБОУ «СОШ № 2»)

Сиротина Татьяна Андреевна (МБОУ «СОШ № 9»)

3 место - Колесова Анастасия Владимировна (МБОУ «СОШ № 9»)



Группа юноши/девушки (учащиеся 14 – 15 лет):

1 место – Соколов Илья Андреевич (МБОУ «СОШ № 9»)

Кудинова Дарья Сергеевна (МБОУ «СОШ № 4»)

2 место – Фролов Леонид Валерьевич (КГКОУ «ЛДД им. Ф.Э. Дзержинского»)

Сергеева Екатерина Константиновна (КГКОУ «ЛДД им. Ф.Э. Дзержинского»)

3 место - Тимошенко Максим Русланович (МБОУ «СОШ № 18»)

Гусейнова Анастасия Акифовна (КГКОУ «ЛДД им. Ф.Э. Дзержинского»)



Группа юноши/девушки (учащиеся 12 – 13 лет):

1 место – Кудинов Константин Юрьевич (МБОУ «СОШ № 4»)

Александрова Кристина Дмитриевна (МБОУ «СОШ № 4»)

2 место – Королев Никита Александрович (КГКОУ «ЛДД им. Ф.Э. Дзержинского»)

Воробьева Полина Сергеевна (МБОУ «СОШ № 18»)

3 место - Василковский Николай Александрович (МБОУ «СОШ № 4»)

Заховская Алена Игоревна (МБОУ «СОШ № 18»)



Группа юноши/девушки (учащиеся 10 – 11 лет):

1 место – Рукосуев Андрей Михайлович (КГКОУ «ЛДД им. Ф.Э. Дзержинского»)

Назаренко Валентина Анатольевна (МБОУ «СОШ № 9»)

2 место – Гусейнов Равшан Акифович (КГКОУ «ЛДД им. Ф.Э. Дзержинского»)

Марченкова Алиса Сергеевна (МБОУ «СОШ № 18»)

3 место - Рахматуллин Тимур Рустамович (МБОУ «СОШ № 2»)

Дубененко Елизавета Юрьевна (МБОУ «СОШ № 9»)



Группа младшие школьники (учащиеся 9 лет и моложе):

Победителями в этой группе стали – Рахматуллин Захар Рустамович (МБОУ «СОШ № 2»), Батькова Ангелина Евгеньевна (МБОУ «СОШ № 2») и Гаджиева Эмилия Руфатовна (МБОУ «СОШ № 9», 1 класс).



Скалолазанием может заняться практически любой здоровый человек. Главное в занятиях - это желание трудиться и регулярность тренировок. Хорошо, если начинающий скалолаз до этого уже занимался каким-либо видом спорта, но если нет, то это занятие тем более для него.

При регулярных занятиях скалолазание сделает любого человека за довольно короткое время сильным, гибким, целеустремленным, смелым. Ведь каждая тренировка в скалолазании - это достижение цели. Если человек сделал один шаг вверх, у него появится цель сделать второй, если пройден легкий маршрут, есть стимул его усложнить и пройти другой вариант.

Увлечшись скалолазанием, его если и бросают, то только ленивые и равнодушные люди, которые не хотят заниматься ничем. Для тех, кто с ним подружится, оно становится образом жизни на долгие годы. Для того чтобы скалолазание не было добровольным мучением, а доставляло удовольствие, необходимо освоить азы техники скалолазания.



Так что тренируйтесь и мечтайте об успехе!

Статью подготовил – главный судья соревнований Темников А.В.