The background of the slide is a photograph showing the silhouettes of two people climbing a dark rock face. The sky is a deep blue with wispy white clouds, and the sun is low on the horizon, creating a bright glow. The climbers are positioned on the right side of the frame, with one higher up than the other. The overall mood is adventurous and serene.

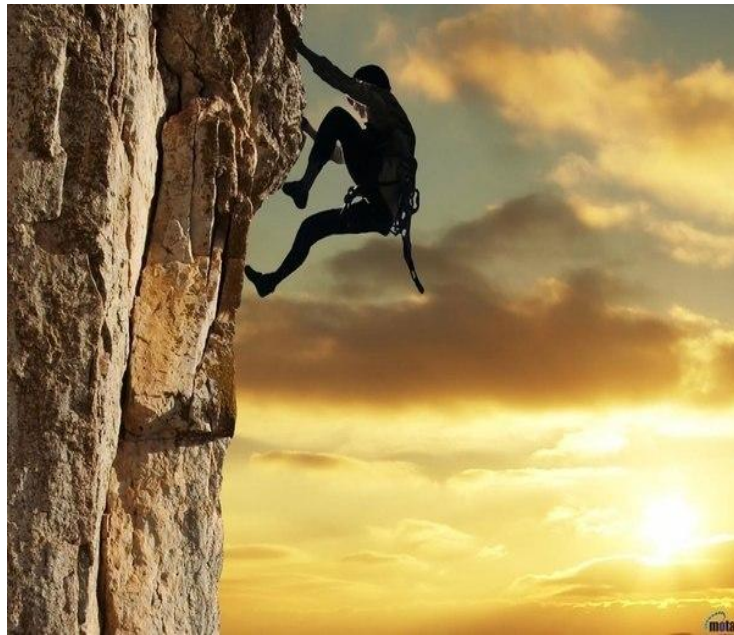
# АЛЬПИНИЗМ

Подготовила учитель  
физической культуры  
Серезичева Светлана  
Михайловна.

**Альпини́зм** — вид спорта и активного отдыха, целью которого является восхождение на вершины гор.



- Спортивная сущность альпинизма состоит в преодолении препятствий, создаваемых природой (высота, рельеф, погода), на пути к вершине.



. В спортивных соревнованиях по альпинизму объектом состязания являются высота вершины, техническая сложность пройденного маршрута, его характер и протяжённость [\[3\]](#).



## Технически сложные восхождения в Альпах.

Зародившись в Альпах, альпинизм именно здесь впервые стал развиваться как вид спорта. Чисто спортивные восхождения на вершины начали совершаться в Альпах ещё в начале XIX века. Особенно широкий размах развитие спортивного альпинизма получило в XX веке.



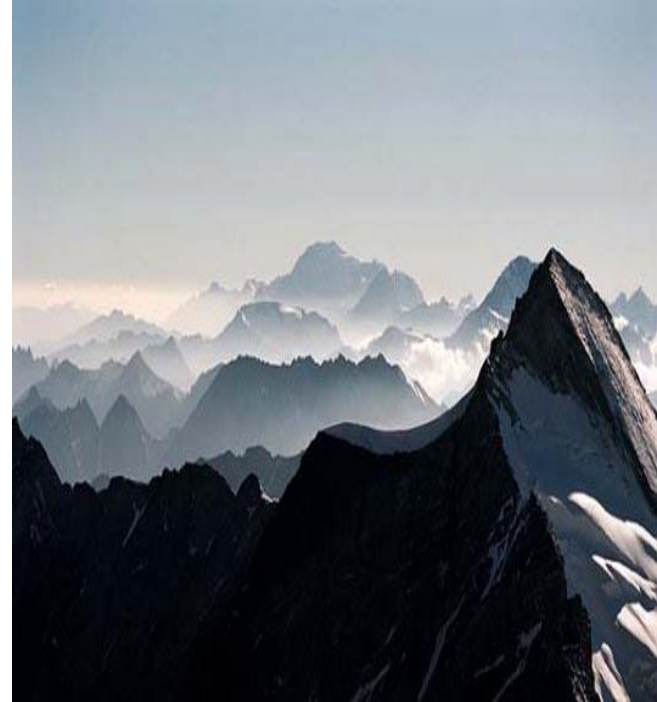
Пройденные маршруты по северной стене Эйгера

К началу XX века все вершины Альп были покорены, и восходители стали искать новые, более сложные маршруты восхождений. Чем сложнее был маршрут, тем более спортивным считалось восхождение. Так постепенно появился, вырос и утвердился «стенной» альпинизм, то есть прохождение маршрута по отвесным стенам гор.

Сильнейшими альпинистами в этой области были представители альпийских государств: итальянцы, немцы, австрийцы, французы, а также англичане. Во второй половине XX века были пройдены такие стены в Альпах, которые до этого долгое время считались абсолютно неприступными. Это свидетельствовало о том, что спортивный класс альпинистов, безусловно, вырос. Большое значение для роста спортивного мастерства сыграло общее развитие снаряжения и техники преодоления скальных и ледовых участков. Появились более легкие и прочные верёвки из синтетических волокон, облегченные кошки, ледорубы, шлямбуры и закладки, дюралевые лесенки, усовершенствованные кухни, новые продукты, лёгкая, тёплая одежда и обувь — все это, существенно повлияло на качественный рост альпинизма.



У Северная стена Эйгера. В течение десяти лет с 1928 по 1938 год альпинисты различных стран пытались безуспешно пройти эту труднейшую стену в Альпах. После первопрохождения северной стены Эйгера в 1938 году к настоящему времени по этой стене проложено большое количество маршрутов, пройденных неоднократно. Об одной из попыток восхождения по северной стене Эйгера в 1936 году, закончившейся трагически, немецкими кинематографистами в 2008 году был снят художественный фильм «Северная стена», основанный на действительных событиях. В настоящее время по северной стене Эйгера проложено







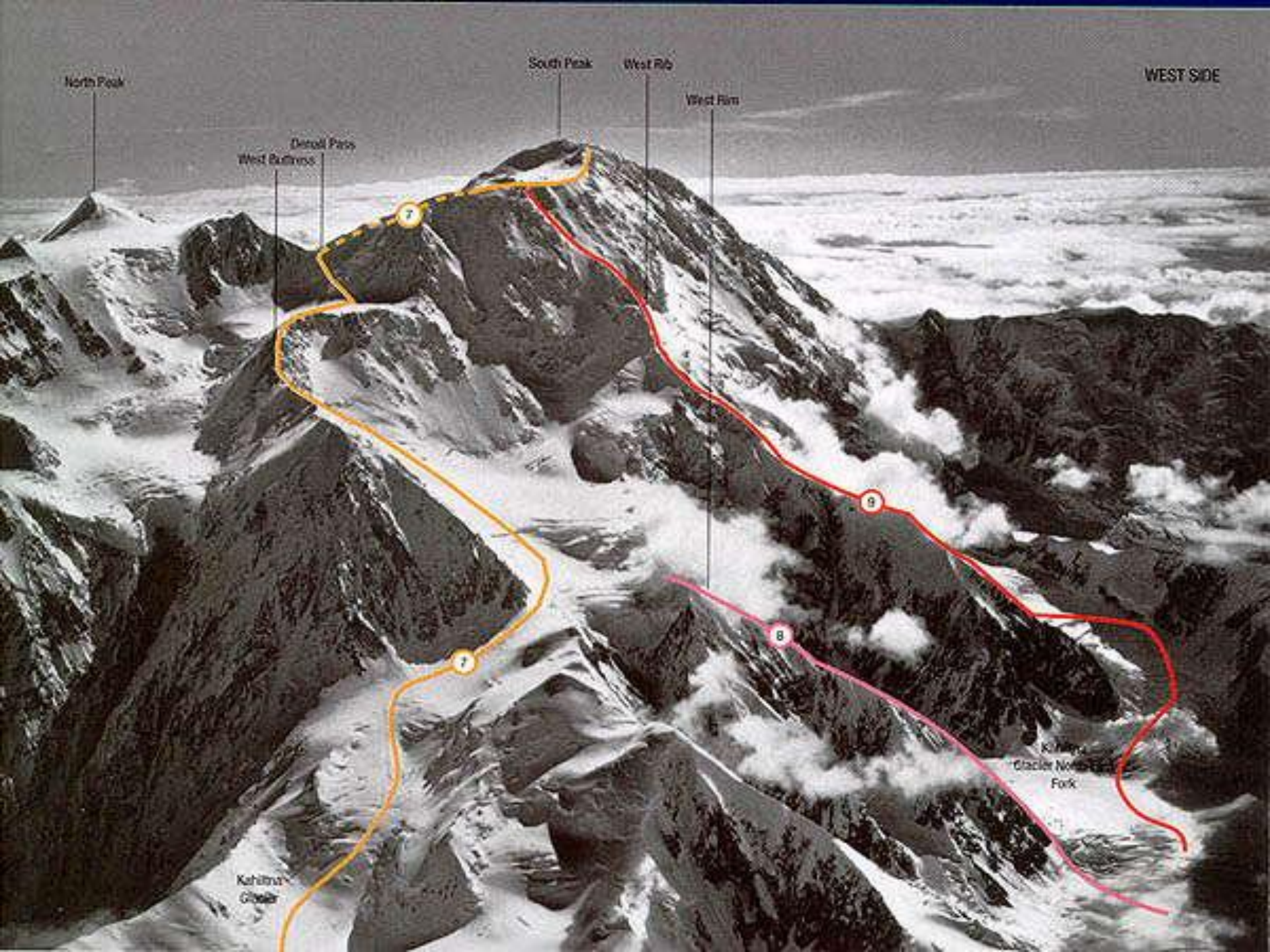


На вершине Эвереста 29 мая 1953 года Тенцинг Норгей, первовосходитель (вместе с Э. Хиллари) на высшую точку Земли. Фото Эдмунда Хиллари  
После того как были покорены все альпийские вершины, взоры восходителей всё чаще стали обращаться на другие горные районы Америки, Африки, Новой Зеландии. Дошла очередь и до Гималаев.

Первые попытки покорить вершины в Гималаях относятся к началу XIX века. Однако после первых попыток стало ясно, что экспедиция на вершину выше 6000—7000 м ставит перед альпинистами множество новых проблем, связанных прежде всего с высотой, малой освоенностью горных районов, большими масштабами подходов к подножию вершин.







North Peak

South Peak

West Rib

West Rim

WEST SIDE

Detail Pass  
West Buttress

Kaskinua  
Glacier

Killyn  
Glacier North  
Fork

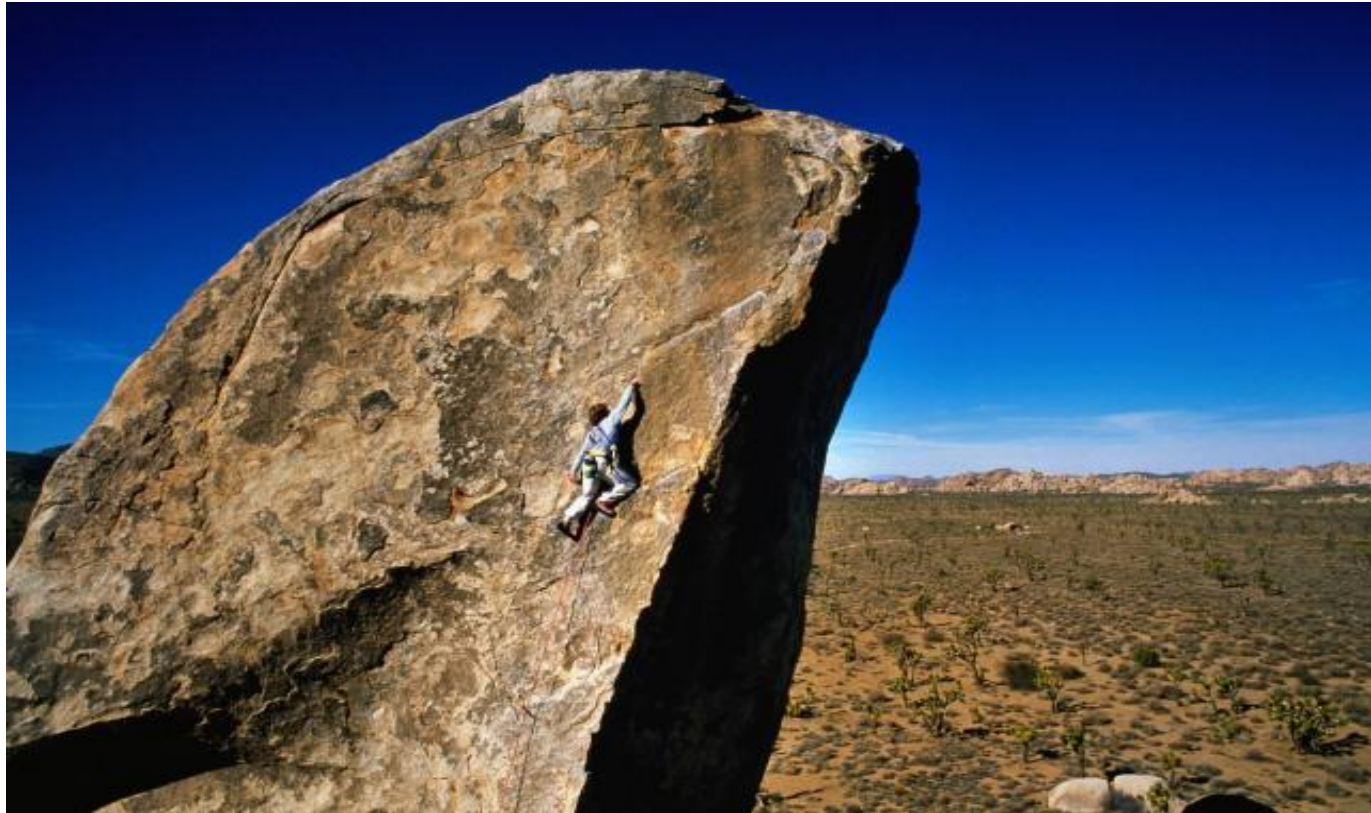
7

7

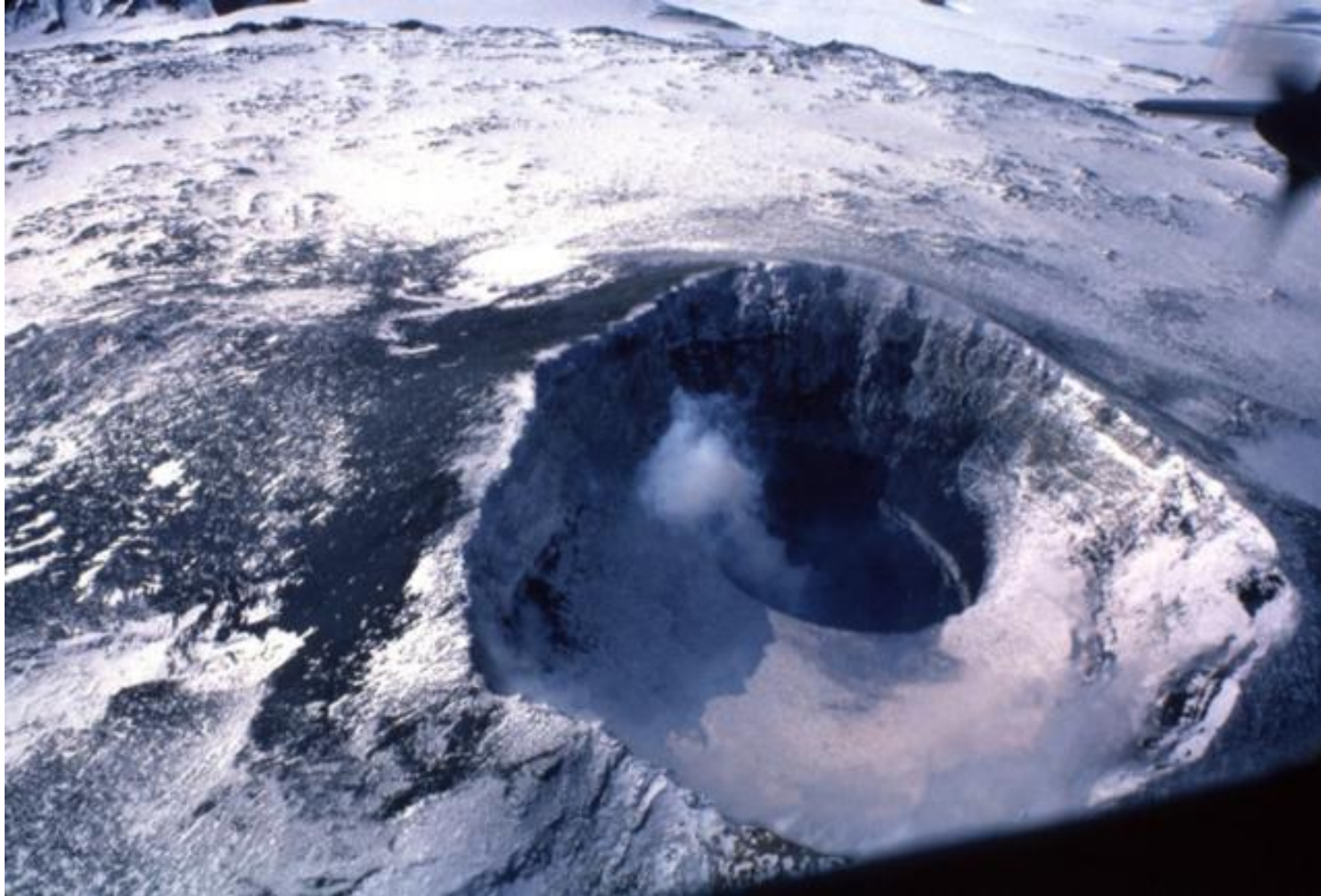
8

9

После покорения высочайших вершин по наиболее лёгкому маршруту началась эра покорения высочайших вершин по трудным, стенным маршрутам. Некоторые наиболее значительные стенные восхождения XX и XXI века на высочайшие вершины[52][53][54]



Знаменательным событием было участие русского путешественника Дмитрия Гирева, который входил в группу во главе с геологом К. Пристли, покорившую вулкан Эребус во время экспедиции Р. Скотта к Южному полюсу в 1911 году.



В 1939 году Всесоюзный комитет по делам физической культуры и спорта утверждает для альпинистов, имеющих выдающиеся достижения, звание мастера спорта и заслуженного мастера спорта.



Соревнования по альпинизму в России проводятся в соответствии с Правилами соревнований и организации восхождений[3] в следующих классах:  
скальном — на вершины до 4250 м над уровнем моря;  
техническом — на вершины до 5750 м над уровнем моря;  
высотном — на вершины выше 6500 м над уровнем моря;  
высотно-техническом; ледово-снежном; первопрохождений — маршруты восхождений оговариваются в положении о соревнованиях.





При занятии альпинизмом приходится преодолевать различные природные препятствия: реки, скалы, снег, ледники, ледопады. Их преодоление, как правило, связано с опасностью. За многолетнюю историю альпинизма была выработана специальная техника преодоления опасного горного рельефа.





Как правило, подготовка пути подъёма и спуска: установка верёвочных перил, промежуточных лагерей. Постепенный подъём на вершину со спуском для отдыха, что позволяет акклиматизироваться для решающего штурма вершины[27]



