

# Альпинизм

Вводная лекция



# Определение

- 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 (Из Википедии)

- "Альпинизм, - прекрасное средство оздоровления, он способствует воспитанию чувств отваги и храбрости - этих необходимых черт человека нашей эпохи".

Из советского учебника, так же там написано:

- Занятия альпинизмом требуют от физкультурника разностороннего физического развития, вырабатывают у него ценные для советского человека качества: волю к победе, смелость, дисциплинированность, умение ориентироваться в сложной обстановке и выносливость.

# История Альпинизма

- 26 апреля 1336 — итальянский гуманист и поэт Франческо Петрарка поднялся на одну из вершин своей родины — гору
- Вентукс близ города Воклюза.
- 8 августа 1786 врач Мишелем-Габриэлем Паккардом и горным проводником Жаком Бальма высшей точки Альп — Монблана (4810 м)
- 1829 — Первое восхождение на Восточную вершину Эльбруса (5621 м) участников Эльбрусской научной экспедиции Российской академии наук
- 1851 — Первое покорение семитысячника Шилла (Shilla peak) (7025 м), Индия
- 1868 — Покорение вершины Казбек (5 033 м)
- 1889 — Первое восхождение на Килиманджаро (5 895 м.)
- 1923 — Покорение вершины Казбек большой группой студентов Тифлисского университета. Считается датой рождения советского альпинизма

- 1933 — Первое восхождение на высшую точку Советского Союза — пик Коммунизма (7495 м) Евгением Абалаковым
- 1950 - Покорён первый восьмитысячник - Аннапурна (8091)
- 1953 — Покорение высочайшей вершины планеты Джомолунгмы Эдмундом Хиллари и Норгеем Тенцингом.
- 1954 — Покорена вторая по высоте вершина мира К2 итальянскими альпинистами Лино Лачеделли и Акиле Компаньони
- 1982 — Первое восхождение советских альпинистов на Джомолунгму по сложнейшему маршруту
- 2001 — Российская команда взошла на последнюю непокорённую отдельно расположенную вершину высотой свыше 8000 м Лходзе Средняя (8414 м)

**8 августа — Международный день альпинизма (День альпиниста)**

# Альпинистские организации:

история:

- 1857 — Основание Альпийского клуба (Alpine Club) в Лондоне
- 1862 — Основание Австрийского Альпийского союза
- 1863 — Основание Швейцарского альпклуба
- 1869 — Основание Немецкого Альпийского союза
- 1900 — Основание Русского горного общества
- 1929 — В созданном Обществе пролетарского туризма и экскурсий (ОПТЭ)
- 1932 — Основание UIAA — Union Internationale des Associations d'Alpinisme. (Международная Организация Ассоциаций Скалолазания и Альпинизма )
- 1994 — Федерация альпинизма России в настоящее время функционирует как межрегиональное общественное объединение.

# Спорт

- В наше время ни у кого не вызывает сомнений ценность спорта, как и его польза. Он способствует не только физическому здоровью, но и укрепляет волю и дух человека. Все развитые цивилизованные страны уделяют различным видам спорта очень много внимания, оказывая всяческую поддержку и способствуя его развитию.



# Особенности альпинизма как вида спорта

- Существует сложность равной (объективной) оценки результатов соревнующихся (секунды, высота подъема в метрах, количество попыток и. т. д), так как соревнования проходят не на стадионах, а под открытым небом (влияние погодных условий), поэтому альпинизм чистым спортом не является, хотя в России соревнования по альпинизму проводятся.
- Единая программа подготовки в комплексе с соответствующими нормативно-информационными документами обеспечивает систематическую теоретическую, физическую, тактико-техническую, психологическую подготовку альпинистов всех квалификационных уровней



# Разрядные нормы в альпинизме на 2014–2017 гг.

## Присвоение МСМК

МСМК  
>22 лет  
МСМК Л  
>17 лет

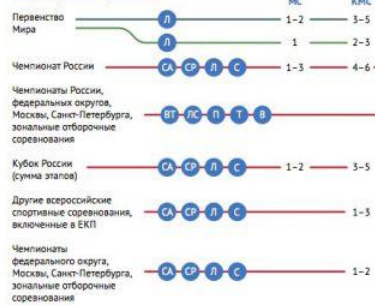


**\*Условия:**  
Требование выполнить два раза в течение 4-х лет.  
В классах: техническом, первопрохождений, высотном, высотно-техническом, ледово-снежном: у мужчин – иметь 3 восхождения 6б к. тр.; у женщин – иметь 2 восхождения 6б к. тр. Восхождения должны быть совершены не ранее, чем за 6 лет до момента выполнения требования 2-й раз.  
Требование выполняется на спортивных соревнованиях, в которых судьи находятся непосредственно на месте их проведения и имеют возможность визуально контролировать соревнования.

## Присвоение МС и КМС

Статус спортивных соревнований

Требование: занять место



**Условие:**  
при участии в виде программы не менее 2-х МС присваивается за 1-3 место, КМС за 4-6 место. При одном МС или отсутствии МС, КМС присваивается только за 1 место, КМС присваивается только за 2-5 место.

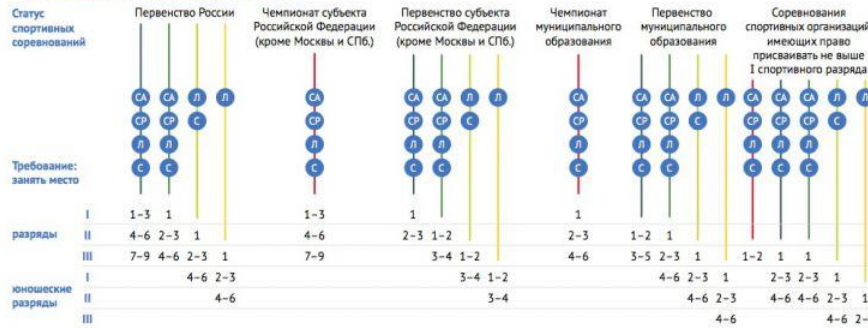
**Иные условия:**  
Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения соревнований.

**Выполнить норму: (баллы, не менее) МС**  
В течение 4-х лет набрать 25 баллов. В том числе 10 баллов на ЧР, из них 5 баллов в классе – техническом. При этом баллы за занятые места начисляются:  
● На ЧР (место-баллы): 1-10, 2-8, 3-7, 4-6, 5-5, 6-4, 7-3, 8-2, 9-1.  
● На чемпионатах федеральных округов, зональных отборочных соревнованиях, чемпионатах Москвы, СПб, (место-баллы): 1-5, 2-4, 3-3, 4-2, 5-1.  
● За совершенные восхождения: 5б – 1 балл, 6А – 2 балла, 6б – 3 балла, и дополнительно по 1 баллу за восхождения, совершенные: в двойке или первопрохождении (первовосхождение), или зимнее, или высотное (выше 6900 м).  
Мужчинам – иметь 1 восхождение 6б к. тр.; женщинам – иметь 1 восхождение 6А к. тр.  
Баллы начисляются за результаты в спортивных соревнованиях, в которых судьи находятся непосредственно на месте проведения соревнований и имеют возможность визуально контролировать соревнования.

МС и КМС  
>19 лет  
МС и КМС Л  
>17 лет

## Присвоение спортивных разрядов

Статус спортивных соревнований



**Иные условия:**  
Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения соревнований.

- Мужчины, женщины
- Юноши, юниоры (19–21 год)
- Юноши, девушки (16–18 лет)
- Юноши, девушки (13–15 лет)
- Мальчики, девочки (10–12 лет)
- Л ледолазание
- СР скайраннинг
- СА ски-альпинизм
- ВТ класс – высотно-технический
- ЛС класс – ледово-снежный
- П класс – первопрохождение
- С класс – скальный
- Т класс – технический
- В класс – высотный

## Присвоение разрядов в восходительском альпинизме В П ЛС ВТ Т



- КМС 6А, 5Вх2, 5А
- I 5Ах2, 4Б, 4Б, 4А, 4А, 3Б (или 3А)
- II 3Бх2, 3Ах3, 2Б (или 2А)
- III 2Б, 2Ах2, 1Бх2



- КМС 5Бх2
- I 5Ах2, 4Ах2, 4Бх2, 3Б (или 3А)
- II 3Бх2, 3Ах3, 2Б (или 2А)
- III 2Б, 2Ах2, 1Бх2

Указанные нормы выполняются при восхождении в группе из 2-х и более человек.  
Для подтверждения спортивных разрядов необходимо в течение 2-х лет с момента присвоения (предыдущего подтверждения) совершить 1 восхождение следующей категории трудности: КМС – 6А мужчины, 5Б – женщины, I спортивный разряд – 5А (мужчины и женщины), II спортивный разряд – 3Б (мужчины и женщины), III спортивный разряд – 2Б (мужчины и женщины).  
Участие в восхождении более высокой категории трудности засчитывается за участие в любом восхождении более низкой категории трудности.

по ледово-снежному, или комбинированному, или зимнему маршруту в группе из двух человек в качестве руководителя группы

\*\*Официальный документ «Нормы, требования и условия их выполнения по виду спорта «альпинизм» опубликован на сайте ФАУ»

# Особенности альпинизма как вида спорта

## Спортивные разряды:

«Значок альпиниста» - вручается человеку, прошедшему обучение по программе начальной подготовки и совершившему восхождение на зачетную вершину по **маршруту 1Б**

## III разряд

мужчины

*1/2Б и 2/2А и 2/1Б*

женщины

*1/2Б и 2/2А и 2/1Б*

## II разряд

мужчины

*2/3Б и 3/3А и 1/2Б\*\*\* (или 1/2А\*\*\*)*

женщины

## Спортивные разряды:

I разряд

мужчины

*2/5А\* и 1/4Б и 1/4Б\*\* и 1/4А и 1/4А\*\* и 1/3Б\*\*\* (или 1/3А\*\*\*)*

женщины

*2/5А\* и 2/4А и 2/4Б и 1/3Б\*\*\* (или 1/3А\*\*\*)*

КМС

мужчины

*1/6А и 2/5Б\* и 1/5А\*\**

женщины

# Альпинизм

Скалолазани  
е

Ледолазание

Драйтуллинг

Трудность

Скорость

Боулдеринг



Спасибо за внимание

