

УДК 796.525

## АЛЬПИНИЗМ В ПРОФЕССИИ СПАСАТЕЛЯ

Белокур Л.В., студент гр. ЗЧС 209 ка, II курс  
Научный руководитель: Григорьева Л.В., магистр 1 курса ФГАОУ ВО  
«Северо-Кавказский федеральный университет», ГБПОУ «Ставропольский  
государственный политехнический колледж», преподаватель химии,  
руководитель СНО,  
г. Ставрополь

Умение хорошо ориентироваться на высоте и преодолевать препятствия, это не только физиологические данные, которыми обладает индивид, но и целый ряд систематических сложных занятий туризмом и альпинизмом.

Альпинизм представляет собой вид спорта, который заключается в систематическом подъеме или восхождении на горную вершину.

Человек, который занимается или занимался подъемом и преодолением препятствий, считается альпинистом. Базовым критерием по спортивному альпинизму является его сложность, характер, длина, а так же природная местность.

Теоретический анализ спортивной и художественной литературы показал, что проблема развития альпинизма в современном обществе привлекала внимание многих специалистов, однако тема о формировании навыков и укреплении здоровья при занятиях этим видом спорта недостаточно изучены.

Значение альпинизма в профессии спасателя играет одну из главных ролей. Так как сохранение и спасение жизни потерпевшего во многом зависит от физической подготовки. И здесь, уровень владения альпинистской техникой выступает сферой профессиональных компетенций. Область применения альпинизма в частях МЧС очень разнообразная – это спасение и контроль в горах, спасение на высотных зданиях. Альпинизм очень травмоопасный вид физических нагрузок. Даже если соблюдать технику безопасности все равно есть риски получить травмы. Но не нужно надеяться на МЧС, и необходимо самостоятельно соблюдать правила при отправлении в горы: группа должна обязательно зарегистрироваться в поисково-спасательном отряде МЧС, не ходит в горы в одиночку, не отправляется в походы с аллергиями и другими болезнями, которые могут обостриться в период восхождения.

При занятиях спортивным альпинизмом у человека задействованы мышцы и группы мышц туловища, рук и ног. Так же большую роль на себя

берут мышечный корсет спины, живота и ног, а также пальцы, плечи. При систематических, продолжительных восхождениях у человека улучшается выносливость, укрепляется вера в себя, в свои возможности и в преодолении трудностей. Так же, улучшается гибкость и ловкость. С течением времени, постоянные тренировки альпинизмом помогают формировать сильные стороны характера, развить концентрацию, решительность, целеустремлённость, критичность, умение предугадывать на два шага вперед, анализировать ситуацию, креативно действовать в различных опасных ситуациях.

Альпинизм имеет спортивные корни и приравнен к спортивным дисциплинам. На здоровье спортсменов оказывает положительное влияние и свежий воздух, который богат атомами кислорода, а помогает питать мозговые клетки и клетки всего организма кровью. Любой коллектив альпинистов действует в постоянно меняющихся условиях, которые выражаются не только в характере маршрута, но не последнюю роль здесь играет психо-эмоциональное состояние коллектива. И поэтому у альпинистов вырабатывает умение действовать благоразумно и четко в любых ситуациях.

Не стоит забывать, что помимо спортивного альпинизма, который рассматривается как спортивный навык и оздоровительное время проведение, существует военный альпинизм. Военное значение, которого в странах с горным рельефом стало понятным относительно давно. Он необходим как средство сохранения суверенитета и сохранности границ государства.

После объявления начала Великой Отечественной войны 1941-1945 года всесоюзная секции альпинизма обратились с предложением сформировать особую альпинистскую группу для обучения горных частей. Группа была сформирована и отправлена на охрану горных своих рубежей на Закавказье и Северный Кавказ. На сегодняшний день горнострелковые части функционируют в Германии, Италии, США, России, Франции, Швейцарии и многих странах мира.

Альпинизм и знания, которые студенты получают на занятиях, пригодятся им в дальнейшей самостоятельной, профессиональной жизни. Важность профессии альпинизма и скалолазания доказывает участие скалолазов при строительстве ГЭС, в геологических разведывательных экспедициях в горах. Они одни из первых выезжают в места чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера. Умение работать на высоте порой спасает не одну жизнь. Нужно учесть, что сегодня в России не хватает опытных инструкторов для развития данного вида спорта.

## Список литературы

1. <http://15.mchs.gov.ru/document/3492308>
2. <https://ru.wikipedia.org/wiki/Маттерхорн>
3. <https://ru.wikipedia.org/wiki/Монблан>
4. [http://www.mountain.ru/article/article\\_display1.php?article\\_id=1123](http://www.mountain.ru/article/article_display1.php?article_id=1123)