

Impact Factor:

ISRA (India) = 3.117
ISI (Dubai, UAE) = 0.829
GIF (Australia) = 0.564
JIF = 1.500

SIS (USA) = 0.912
PIHII (Russia) = 0.156
ESJI (KZ) = 8.716
SJIF (Morocco) = 5.667

ICV (Poland) = 6.630
PIF (India) = 1.940
IBI (India) = 4.260
OAJI (USA) = 0.350

SOI: [1.1/TAS](#) DOI: [10.15863/TAS](#)

International Scientific Journal Theoretical & Applied Science

p-ISSN: 2308-4944 (print) e-ISSN: 2409-0085 (online)

Year: 2019 Issue: 07 Volume: 75

Published: 30.07.2019 <http://T-Science.org>

QR – Issue



QR – Article



Anastasia Romanovna Putintseva

GBOWO "Kuban state University of physical culture, sport and tourism
student of the faculty of physical culture (Krasnodar, Russia)

nastya_putintseva@mail.ru

Yuri Dmitrievich Ovchinnikov

GBOWO "Kuban state University of physical culture, sport and tourism
candidate of technical Sciences, associate Professor, associate Professor of " Biochemistry,
biomechanics and natural Sciences» (Krasnodar, Russia)

yurij.ovchinnikov@inbox.ru

THE ESSENTIAL IDEA OF THE HUMAN EXTREME SPORTS

Abstract: The authors note that extreme sports are classified as non-standard sports and are positioned in various service markets as active recreation, Hobbies, extreme tourism, corporate events. The purpose of this research is to show at the conceptual level the essential idea of a person about extreme sports. Research materials. Studying the subject "Biomechanics of motor activity" students of the Kuban state University of physical culture, sports and tourism analyzed the problem of development and Hobbies extreme sports and especially teenagers who do not represent all the pros and cons of such sports Hobbies. Teenagers are not physically and mentally prepared for such serious physiological changes taking place in the body. As it turned out, citizens of different age groups do not even imagine what extreme sports are developing in Russia and in the world. As a result of the research was compiled by students dictionary-reference. It includes 50 extreme sports.

Key words: biomechanics of sports, biomechanics of project technologies, extreme sports, safety.

Language: Russian

Citation: Putintseva, A. R., & Ovchinnikov, Y. D. (2019). The essential idea of the human extreme sports. *ISJ Theoretical & Applied Science*, 07 (75), 361-365.

Soi: <http://s-o-i.org/1.1/TAS-07-75-59> **Doi:**  <https://dx.doi.org/10.15863/TAS.2019.07.75.59>

Classifiers: sport.

СУЩНОСТНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА ОБ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ВИДАХ СПОРТА

Аннотация: Авторы отмечают, что экстремальные виды спорта относят к нестандартным видам спорта и позиционируются на различных рынках услуг как активный отдых, хобби, экстремальный туризм, корпоративное мероприятие. Целью данного исследования - показать на понятийном уровне сущностное представление человека об экстремальных видах спорта. Материалы исследований. Изучая предмет «Биомеханика двигательной деятельности» студенты Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма проанализировали проблему развития и увлечения экстремальными видами спорта и прежде всего подростков, которые не представляют все плюсы и минусы таких спортивных увлечений. Подростки физически и морально психологически не готовы к таким серьезным физиологическим изменениям происходящими в организме. Как оказалось, граждане разных возрастных категорий даже не представляют, какие экстремальные виды спорта развиваются в России и в мире. В результате проведенного научного исследования был составлен студентами словарь-справочник. В него вошли 50 экстремальных видов спорта.

Ключевые слова: биомеханика спорта, биомеханика проектных технологий, экстремальные виды спорта, безопасность.

Impact Factor:

ISRA (India) = 3.117
ISI (Dubai, UAE) = 0.829
GIF (Australia) = 0.564
JIF = 1.500

SIS (USA) = 0.912
РИИЦ (Russia) = 0.156
ESJI (KZ) = 8.716
SJIF (Morocco) = 5.667

ICV (Poland) = 6.630
PIF (India) = 1.940
IBI (India) = 4.260
OAJI (USA) = 0.350

Введение

Экстремальные виды спорта развиваются во всем мире и России среди различных социальных слоев населения и возрастных групп. Понятие экстремальности каждый гражданин понимает по своему, не учитывая особенностей своего организма и тех последствий, которые могут быть от увлечения экстремальностью. Экстремальные виды спорта – это виды спортивной деятельности, включающие физические нагрузки, сопряженные с риском для жизни и иногда предполагающие активность, противоречащую установленному в той или иной стране законодательству. Понятие «экстрима» тождественно понятию «опасность».

«Экстрим» рассматривает молодежь как род неординарных занятий со зрелищными эффектами (Иванов В.А.) [7]. Поэтому неудивительно, что вслед за США и европейским странами, волна популярности экстремального спорта захлестнула и Россию. Подростки и взрослые люди занимаются экстремальными видами спорта, не представляя последствий данными спортивными увлечениями (Ахвердова О.А., Волоскова Н.Н.; Моцовкина Е.В., Глушаченкова О.И.) [3,5,10]. Люди, занимающиеся, экстремальными видами спорта были во все времена. Степень экстремальности в общественном понимании была различной в зависимости от вида спорта и характера двигательной деятельности. Например, хождение по канату при потере равновесия приведет к падению. Но такой вид движений породил различные виды профессиональной деятельности: канатоходцы, артисты цирка, трубочисты, монтажники-высотники и др. Определенные виды спортивных дисциплин начали обретать поклонников еще в середине 50-х г. 20в., со временем их отнесли к категории экстремальных. Обязательные условия таких видов спорта: увеличенная грань опасности, большое количество сложных приемов, максимальный выброс адреналина (Бородовская М.А.) [4]. Многие ученые связывают развитие экстремальных видов спорта с молодежной субкультурой (Глушаченкова О.И., Моцовкина Е.В.; Козьяков Р.В., Орлова Е.А., Петрова Е.А., Еремин М.В.) [5,9], другие позиционируют как активный отдых молодых людей (Уколов В.А., Мусина С.В., Юдина Н.М., 2015) [18], третьи даже выделяют особое направление - экстремальный туризм (Акимова М.А., Рубан Д.А.) [1]

Проведя ситуационный анализ, оказалось, граждане разных возрастных категорий даже не представляют, какие экстремальные виды спорта развиваются в России.

Экстремальные виды спорта развиваются под эгидой общественных организаций, и возникает вопрос, могут ли такие организации

гарантировать и обеспечить в реальности безопасность занятиями необычными видами спорта, как для подростков, так и для взрослых людей. Проблема правового статуса таких видов спорта остается открытой (Ермилова В.В., Кирьянова Л.А., Рогожина А.А., 2012) [6]. Иванов В.А. выделяет одну из главных проблем нехватку квалифицированных специалистов в области экстремального спорта [7].

Студентам была поставлена задача: выявить развивающиеся экстремальные виды спорта в России и в мире и представить в виде информационного проекта. Именно «метод проектных технологий» позволяет студентам и школьникам увидеть ситуацию в развернутом варианте и работать с начатым исследованием не только пошагово, но и с разработать стратегию движения проекта [11,12,13].

Подросткам будет интересно узнать о разных направлениях в экстремальных видах спорта. Данный проект является первой ступенью для студентов в изучении и развитии особенностей экстремальных видов спорта (Алёшичева А.В.; Коваленко А.В.) [2,8].

Целью данного исследования является показать на понятийном уровне сущностное представление человека об экстремальных видах спорта.

Проведенное научное исследование обозначило 50 видов, активно развивающихся в России и в мире экстремальных видов спорта. Представление студентов об экстремальных видах спорта на понятийном уровне выглядит следующим образом:

1. Аквабайк – совокупное обозначение дисциплин ВМС (водно-моторного спорта), который характеризуется гонками на водных скутерах.

2. Альпинизм – основная цель состоит в покорении вершин гор, где на пути к ним встречаются природные препятствия. Огромную роль играют техническая сложность пройденного маршрута, его характер и протяженность.

3. Аэркикинг - прыжок в бассейн при помощи специальной катапульты, которая способна подбросить человека на высоту 8 м.

4. Бейсджампинг – отдых, в котором используют парашют (специальный) для прыжка с объекта, который зафиксирован на одном месте. Это прыжки со сложенным за спиной парашютом с самых высоких точек: мосты, скалы, крыши и пр.

5. БТШ – тракторные перегонки (проходят лишь в РФ).

6. Бокинг – пробежки и прыжки на ходулях с пружинами (джамперы). В 1999 году австрийский изобретатель Александр Бок придумал необычное изобретение.

7. Бычья бега - это спорт, в котором надо бежать улицами города впереди освобожденных

Impact Factor:

ISRA (India) = 3.117
ISI (Dubai, UAE) = 0.829
GIF (Australia) = 0.564
JIF = 1.500

SIS (USA) = 0.912
РИИЦ (Russia) = 0.156
ESJI (KZ) = 8.716
SJIF (Morocco) = 5.667

ICV (Poland) = 6.630
PIF (India) = 1.940
IBI (India) = 4.260
OAJI (USA) = 0.350

быков. Ежегодный фестиваль Сан-Фермин в испанском городе Памплоне. Для получения двойной дозы максимального допустимого адреналина человеку поможет бег от разъяренного быка.

8. Вейкбординг – объединил в себе воднолыжный слалом и прыжки. 9. Вейкборд – это доска, которая сочетает в себе сноуборд, скейт и лыжи.

10. Вингсьютинг – это полет в специфическом устройстве из ткани, который имеет форму крыла.

11. Виндсерфинг – гонки на деревянных досках с парусом (Slalom). Плавание на скорость (Speed) и исполнение трюков на крупных волнах (Riding).

12. BMX (быстрая езда на велосипедах) – заезды с совмещением разнообразных трюков при помощи велосипеда.

13. Вулканобординг. Уже стало не модно покупать сноуборды и ездить на горнолыжные курорты. Теперь лучше ездить к вулканам. И там съезжать с безумной скоростью по застывшей магме.

14. Горные лыжи – съезд с горных спусков при помощи лыж.

15. Граффити (бомбинг) – суть данного вида спорта состоит в быстром нанесении рисунка баллончиком краски, в труднодоступных или опасных местах.

16. Дайвинг – прыжок и нахождение в подводном мире со специальным оборудованием (аквалангом).

17. Дельтапланеризм – парение на специальном летательном аппарате, которой называют «дельтаплан».

18. Зорбинг – быстрый спуск с высокого склона при помощи прозрачного шара, с горы или связанный с пересечением водоёмов внутри аналогичного шара.

19. Кайтсёрфинг – передвижение по полости воды при помощи тяговой силы, создаваемой человеком, и управляемой кайтом (воздушным змеем).

20. Каньонинг – переход или преодоление каньонов из рек. При этом не используется никаких средств для плавания.

21. Каякинг – переправа или плавание на судне для 1-го человека.

22. Лонгбординг – спуск по асфальтному склону на удлиненной доске. Это более ускоренное и пластичное катание, чем при помощи скейтборда.

23. Маунтинбординг – модифицированный скейт, у которого увеличены колеса, что позволяет перемещаться по любой поверхности.

24. Маунтинбайк – очень опасный спуск с горы при помощи особого велосипеда.

26. Parkour – быстрое преодоление и прохождение препятствий: заборы, лестницы, поручни, крыши домов в городской местности.

27. Парапланеризм – планирование при помощи восходящих потоков, которые дают усиленный поток воздуха для применения параплана.

28. Парашютизм – прыжки с использованием парашюта, акробатика под куполом и пр.

29. Прогулка на автомобиле по дюнам. Это перемещение по самым высоким дюнам, при этом есть большой риск упасть с обрыва дюны или перевернуться на автомобиле.

30. Рафтинг – плавание на спортивной надувной лодке.

31. Roup Jumping – прыжок с высоко расположенного объекта при помощи специальной веревки для подстраховки.

32. Роллерблейдинг – перемещение при помощи роликовых коньков и исполнение трюков.

33. Руфинг – быстрый подъем на крыши и высоты высоких зданий, где на пути к цели стоят труднодоступные проходы. При этом нельзя использовать страховочные приспособления.

34. Серфинг – катание на волне при помощи специальных досок или обрезанных ласт.

35. Силовой Extreme – при исполнении человеком силовых сетов применяются следующие предметы: автомобили, камни, тачки и т. д.

36. Скалолазание – подъемы и спуски по природному или искусственному рельефу. Различают виды скалолазание: свободное скалолазание, то есть, боулдеринг или соло (без страховки) и спортивное скалолазание (соответствующая техническая экипировка).

37. Скейтбординг – выполнение разнообразных трюков при помощи доски скейтборда.

38. Сноубординг – скоростной спуск по склонам гор, покрытых снегом, при помощи snowboard'a.

39. Сноукайтинг – исполнение скользящих движений и трюков на льду или же на покрытии из снега, помогая себе удержанием кайта.

40. Сэндбординг – перемещение по песочной местности при помощи сноуборда. Чаще всего, это делают в карьерах по добыче песка или на барканах пустыни.

41. Спелеология – активный вид спорта, в котором нужно проходить труднодоступные пещеры.

42. Стантрайдинг – езда и демонстрация трюков на мототехнике.

43. Спидрайдинг. Это «микс» парапланеризма и лыжного спорта. Благодаря крылу можно скользить по склону на лыжах с огромной скоростью.

Impact Factor:

ISRA (India) = 3.117
ISI (Dubai, UAE) = 0.829
GIF (Australia) = 0.564
JIF = 1.500

SIS (USA) = 0.912
РИИЦ (Russia) = 0.156
ESJI (KZ) = 8.716
SJIF (Morocco) = 5.667

ICV (Poland) = 6.630
PIF (India) = 1.940
IBI (India) = 4.260
OAJI (USA) = 0.350

44.Слэклайнинг. Для того чтобы заняться этим видом экстрима, нужны жесткие веревки и высота: проемы между скалами, домами и т.д.

45.Спорт уличных саней. Чтобы получить больше экстремальных ощущений, люди пересели на сани, и начали свои спуски по холмам, что обеспечивает достаточно высокую скорость и выброс адреналина.

46.Трейсерфинг. Смысл данного вида спорта состоит в том, чтобы зацепиться на ходу за вагон проезжающего поезда и взобраться на крышу. Это незаконное и крайне опасное занятие, поэтому хорошо подумайте прежде, чем испытывать судьбу таким образом.

47.Trial – разновидность экстремальных развлечений, связанных с преодолением разнообразных преград при помощи грузовых машин, велосипеда или мотоцикла.

48.«Человек-птица». При помощи крылато-костюма человек сможет летать, и без проблем перелетит с одной скалы на другую. Максимальная скорость таких полетов достигает около 180 км/ч.

49.Free Boarding – снижение с асфальтированных спусков с применением фриборда.

50.Фрирайд (от англ. free ride — свободная езда) – спхождение с природных подъемов и гор на неподготовленных дорогах.

Как показало проведенное исследование, многие граждане даже не представляют, какие экстремальные виды спорта существуют (опрос проведен на улицах города Краснодара и в собственном Вузе). Из представленного списка видно, что некоторые виды спорта более

популярны, другие менее из-за их малой известности или дорогого оснащения[9].

Экстремальные виды спорта постоянно совершенствуются, в их основе лежат законы, и принципы биомеханики движений[11,14]. Эти виды спорта развивают биомеханические качества: быстроты, ловкости, гибкости, ориентации в пространстве. Проблема ориентации человека в пространстве с возможностями управления человеческим телом в разных состояниях недостаточно изучена. Человек с плохой координацией движений или раскоординированными движениями не сможет заниматься «экстримом».

В Краснодарском крае сооружаются специальные площадки и комплексы для занятий экстремальными видами спорта.

Экстрим-парк «Роза Хутор» — спортивный комплекс, расположенный на территории горнолыжного комплекса «Роза Хутор» к западу от плато Роза хутор, на котором находится горная олимпийская деревня.

Экстрим-парк «Роза Хутор» принял первые официальные соревнования, здесь прошли этап Кубка России и этап Кубка Европы по сноуборду, а также этап Кубка России и этап Кубка Европы по фристайлу, получивший статус Супер континентального Кубка.

В городе Краснодаре на территории парка 30-летия Победы открыта площадка для экстремального вида спорта, общая площадь занимает около 2500 м². На площадке размещено порядка 30 фигур, среди которых радиусные и плоские разгонные горки различной высоты.



Фото 1. В Краснодаре на территории парка им. 30-летия Победы состоялось торжественное открытие экстрим-парка — лучшего парка, как считают профессиональные велосипедисты-райдеры, на юге России.

Impact Factor:

ISRA (India) = 3.117
ISI (Dubai, UAE) = 0.829
GIF (Australia) = 0.564
JIF = 1.500

SIS (USA) = 0.912
ПИИЦ (Russia) = 0.156
ESJI (KZ) = 8.716
SJIF (Morocco) = 5.667

ICV (Poland) = 6.630
PIF (India) = 1.940
IBI (India) = 4.260
OAJI (USA) = 0.350

В строительстве использовались надежные материалы и ламинированная водостойкая фанера, срок службы которых свыше 10 лет. Географическое положение региона влияет на развитие различных видов туризма (Tarasova E. V., Grivanova S. M., Grivanov I. Y., Tsvetlyuk L. S.) [16,17].

Данный словарь дает представление о развитии экстремальных видов

спорта в России. Студенты Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма впервые в рамках развития научно-исследовательского направления «Биомеханика в проектных технологиях» собрали информацию об экстремальных видах спорта и проанализировали свои возможности для занятий экстремальными видами спорта при изучении курса «Биомеханика двигательной деятельности».

References:

1. Akimova, M. A., & Ruban, D. A. (2016). Ekstremal'nyy turizm: sovershenstvovanie klassifikatsii. *Geograficheskiy vestnik, № 1 (36)*, pp. 95-103.
2. Aleshicheva, A. V. (2016). Psikhologicheskoe zdorov'e sportsmenov- professionalov, zanimayushchikhsya ekstremal'nymi vidami sporta. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta, № 3*, pp. 38-44.
3. Akhverdova, O. A., & Voloskova, N. N. (2012). Ekstremal'nye vidy sporta kak proyavlenie zavisimogo povedeniya u podrostka. *Nauka. Innovatsii. Tekhnologii, № 2*, pp.133-135
4. Borodovskaya, M. A. (2012). Strast' k ekstremal'nosti. *Nauchnye vedomosti Belgorodskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Filosofiya. Sotsiologiya. Pravo., № 21*, pp. 173-177.
5. Glushachenkova, O. I., & Motsovkina, E. V. (2016). Ekstremal'naya subkul'tura skaydaving: motivatsiya k zdorovoy, sportivnoy zhizni molodezhi Rossii. *Innovatsionnaya nauka, № 3-3*, pp. 202-204.
6. Ermilova, V. V., Kir'yanova, L. A., & Rogozhina, A. A. (2012). Spetsifika pravovogo statusa sportsmenov ekstremal'nykh vidov sporta. *Aktual'nye problemy fizicheskoy i spetsial'noy podgotovki silovykh struktur, № 3*, pp. 47-54.
7. Ivanov, V. A. (2016). Ob intensivatsii ekstremal'nykh vidov sporta v molodezhnoy srede strany, i potrebnostyakh v kvalifitsirovannykh spetsialistakh. *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta, № 9 (139)*, pp. 73-77.
8. Kovalenko, A. V. (2010). Osobennosti smyslozhiznennykh orientatsiy sportsmenov razlichnoy kvalifikatsii v ekstremal'nykh vidakh sporta. *Sportivnyy psikholog, № 3(21)*, pp.31-33.
9. Koz'yakov, R. V., Orlova, E. A., Petrova, E. A., & Eremin, M. V. (2017). Osobennosti vzaimosvyazi emotsional'nogo intellekta i koping-strategy podrostkov, zanimayushchikhsya ekstremal'nymi vidami sporta. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury, № 4*, pp. 26-28.
10. Motsovkina, E. V., & Glushachenkova, O. I. (2016). Sotsial'no-psikhologicheskie osobennosti ekstremal'nykh vidov sporta. *Lichnost', sem'ya i obshchestvo: voprosy pedagogiki i psikhologii, № 63*, pp. 80-83.
11. Ovchinnikov, Y. D. (2016). Biomekhanika v proektnykh tekhnologiyakh: nauchno-issledovatel'skoe napravlenie v predmete sportivnogo profilya. *Munitsipal'noe obrazovanie: innovatsii i eksperiment, № 2*, pp.36-45.
12. Ovchinnikov, Y. D. (2013). Biomekhanika v proektnykh tekhnologiyakh. *Fizicheskaya kul'tura, sport - nauka i praktika, № 3*, pp.32-35.
13. Ovchinnikov, Y. D., & Sidenko A. S. (2016). Pedagogicheskaya biomekhanika glazami studenta. *Munitsipal'noe obrazovanie: innovatsii i eksperiment, № 4*, pp. 47-52.
14. Surkov, A. M. (2015). Sredstvo i metod razvitiya glikoliticheskogo komponenta vynoslivosti dlya ekstremal'nykh vidov sporta. *Ekstremal'naya deyatel'nost' cheloveka, № 2 (35)*, pp. 9-11.
15. Tonoyan, V. K. (2011). Vliyaniye ekstremal'nykh vidov sporta na razvitie molodezhnogo dvizheniya v Rossii. *Vlast', № 9*, pp.33-36.
16. (1996). Task Force of the European Society of Cardiology the North American Society of PacingElectrophysiology. Heart Rate Variability Standards of Measurement, Physiological Interpretation, and Clinical Use. *Circulation*. pp. 1043-1065.
17. Tarasova, E. V., Grivanova, S. M., Grivanov, I. Y., & Tsvetlyuk, L. S. (2015). A survey of research concerned with the study of modern climate change and assessment of its impact on tourism, recreation, and sports. *European Geographical Studies, Vol. 5, N 1*, R 42-63.
18. Ukolov, V. A., Musina, S. V., & Yudina, N. M. (2015). Molodezhnaya kul'tura – skeytboarding. *Mezhdunarodnyy studencheskiy nauchnyy vestnik, № 5-3*, p.465.