

К.В. Корнеев, Т.Г. Кириллова, В.С. Иванцова

ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ЧЕЛОВЕКА В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ЭКСТРЕМАЛЬНЫМИ ВИДАМИ СПОРТИВНОЙ И РЕКРЕАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. Представлен обзор актуальных исследований, посвященных минимизации рисков для здоровья и жизни человека при занятиях экстремальными спортивными дисциплинами. Выделены педагогические подходы для эффективной профилактики травматизма и снижения количества несчастных случаев в условиях специфической (в том числе спортивной и рекреационной) активности экстремального характера.

Ключевые слова: спорт, безопасность, экстремальные условия, педагогические условия, риск здоровья и жизни.

Для цитирования: Корнеев, К. В. Обеспечение безопасности человека в процессе занятий экстремальными видами спортивной и рекреационной деятельности / К. В. Корнеев, Т. Г. Кириллова, В. С. Иванцова // Труды Ростовского государственного университета путей сообщения. – 2026. – № 2. – С. 61–66. – DOI 10.46973/1818-5509_2026_2_61.

Актуальность. Глобальный рост популярности экстремальных спортивных дисциплин, в частности в Российской Федерации, отмечается многими исследователями [1 - 10]. При этом обостряется конфликт между возрастающим социальным запросом на подобную активность и актуальными требованиями к обеспечению безопасности рекреационной и спортивной деятельности, сопряженной с объективными рисками не только для жизни и здоровья участников, но и для достижения активного долголетия [11, 12]. По данным учёта, в гористой местности каждый год в среднем происходит около 17 случаев гибели среди скалолазов (с разбросом от 4 до 33 человек) и свыше 40 случаев среди туристов и отдыхающих. Тем не менее, имеющиеся численные данные не подкреплены единой общегосударственной системой фиксации, категоризации и изучения происшествий и травматизма в горах. Кроме того, на сегодняшний день не создана целостная образовательная методика выработки навыков безопасности для людей, находящихся в экстремальных условиях высокогорья [2, 6]. Обеспечение безопасности жизнедеятельности в горной местности имеет критическое оборонное и стратегическое значение для страны, поскольку около 20% всей протяженности государственной границы России протекает в горных районах. Как отмечают авторитетные специалисты в области альпинизма и горной подготовки, современная российская система защиты человека в экстремальных условиях высокогорья характеризуется крайне низким уровнем развития и остается недостаточно исследованной областью [4]. Даже при строгом соблюдении технических нормативов и регламентов проведения высотных восхождений сохраняется существенная вероятность повреждений, варьирующихся от легких до крайне тяжелых. Полная ликвидация указанных рисков признана невозможной. Однако задача по системному снижению уровня опасности данной спортивной дисциплины остается актуальной и необходимой [3, 8, 9].

Цель работы: провести анализ современного состояния обеспечения безопасности лиц, занимающихся экстремальными видами спорта, на основе системного обзора актуальных научных публикаций и методических материалов, посвящённых данной области физической активности.

Результаты исследования. Горные районы нашей страны обладают различной туристической специализацией. Здесь преобладают активные виды отдыха, которые требуют сохранности природы. К ним относят: экологический туризм, водный туризм, скалолазание, горно-пешеходный туризм, лечение горным климатом и горными минеральными источниками. Несмотря на то, что Россия (с учётом географических возможностей) обладает огромным туристским потенциалом в области горнолыжного туризма, посещает горнолыжные курорты всего около 3% населения страны, что во многом определяется низким уровнем обеспечения безопасности [1].

Для изучения механизмов обеспечения безопасности в экстремальных видах спорта используются разбор и анализ несчастных случаев, которые необходимы не только для выяснения причин ошибок и гибели спортсменов в горах, но и для разработки практических рекомендаций поведения человека в экстремальных условиях деятельности.

В структуре общего травматизма (бытового, уличного, производственного и пр.) на долю спорта приходится от 2 до 5% [3]. При этом в спортивном горном туризме подобное разделение утрачивает актуальность. В ходе мероприятий, осуществляемых в экстремальной природной среде, любое повреждение, полученное в условиях затруднённого доступа экстренной медицинской помощи, способно спровоцировать аварийную ситуацию. Данное обстоятельство обуславливает исключительно высокий уровень травматизма в этой сфере. Исследование системы безопасности человека в экстремальных условиях гор свидетельствует, что на этапе начальной подготовки, включающей некатегорийные походы и маршруты I категории сложности, концентрируется до 71% всех случаев травм [2]. Как отмечает Ю.В. Байковский, наиболее высокий коэффициент аварийности демонстрирует молодёжь в возрасте 14–25 лет. Важно подчеркнуть, что речь идёт преимущественно о туристах и спортсменах массовых разрядов. Характерной чертой последнего времени стала также практика участия в одно- или двухдневных походах (походы выходного дня) лиц, не обладающих какой-либо специальной туристской подготовкой [2].

Ряд авторов анализируют ключевые опасности, сопровождающие занятия альпинизмом, скалолазанием и горным туризмом: сход снежных лавин, обвалы скальных пород, резкие колебания температуры воздуха и кислородное голодание на большой высоте. Основное внимание в работах сосредоточено на современных методах минимизации указанных рисков, включая эксплуатацию специализированного снаряжения (датчики системы поиска пострадавших в лавинах, защитные шлемы), применение комплексных страховочных систем и использование средств прогнозирования метеоусловий и лавинной опасности на основе данных дистанционного зондирования Земли. Представлены практические рекомендации по регламентированным действиям в условиях чрезвычайного происшествия, а также аргументируется ключевое значение психологической подготовки к экстремальным нагрузкам для принятия оперативных решений. В заключении формулируется тезис о том, что неукоснительное соблюдение установленных нормативов безопасности и постоянное профессиональное совершенствование спортсменов представляют собой необходимые условия для достижения статистически значимого сокращения травматизма в высокогорной местности. [3,7].

Современные исследования [5, 6] указывают, что ужесточение нормативов, регламентирующих качество и безопасность в сфере активного туризма, обуславливает необходимость оформления обособленной профессиональной группы – экспертов в области рекреационной и спортивно-оздоровительной деятельности. Центральным компетентностным элементом для таких специалистов выступает фундаментальное освоение анатомо-физиологического цикла знаний, необходимое для проведения анализа функциональных резервов организма. По данным экспертных оценок, недостаточная подготовленность в области методологии оценки функционального состояния участников рекреационных и туристических программ находится в прямой зависимости от уменьшения результативности и

роста вероятности негативных последствий при осуществлении оздоровительных практик [5,6].

Эксперты отмечают, что воздействие опасных природных факторов значительно повышает риск развития чрезвычайных ситуаций в случае нарушения спортсменами регламентированных норм безопасного поведения [3]. Исследование происшествий демонстрирует ряд определяющих причин, которые провоцируют развитие критических событий:

- Недостаточный уровень технической и физической подготовки участников, а также неадекватная оценка сложности маршрута относительно их возможностей.
- Неграмотный подбор состава группы, отсутствие слаженности и взаимопонимания между её членами.
- Нехватка практического опыта и недостаточный авторитет руководителя похода.
- Низкий уровень дисциплины и исполнительности в коллективе.
- Нечёткое разграничение функциональных обязанностей среди участников.
- Недостаточное изучение трассы и внесение в неё неоправданных корректив.
- Неосведомлённость об объективных опасностях горной среды и процедурах их нивелирования.
- Пренебрежение средствами страховки либо их некорректное использование.
- Завышенная самооценка собственных сил и возможностей.
- Снижение бдительности, особенно на этапах спуска.
- Неудовлетворительное состояние или неполная комплектация специального снаряжения.
- Дефицит продовольствия, несоответствие экипировки климатическим условиям.
- Неукомплектованная или отсутствующая походная аптечка.
- Плохая организация быта и досуга, отсутствие систематического контроля за физическим состоянием участников.

В соответствии с экспертной оценкой области альпинизма и горного туризма «можно определить пять иерархических уровней обеспечения безопасности личности и коллектива в экстремальной горной обстановке:

1. Медико-биологический.
2. Психоэмоциональный.
3. Социально-коммуникативный.
4. Материально-экономический.
5. Нормативно-государственный.

На каждом из этих уровней функционирования системы безопасности присутствуют базовые элементы, от которых зависит эффективность работы всей системы. На первых двух уровнях (медико-биологическом и психоэмоциональном) таким элементом выступает индивид. На третьем уровне — это различного масштаба социальные образования (от малых групп до крупных коллективов). На четвёртом уровне основой является материально-техническое и экономическое обеспечение мер безопасности. На пятом уровне базовым элементом выступает государство с его регулирующими функциями. Взаимосвязь между всеми уровнями обеспечивается через управленческие процессы. В рассматриваемой концепции данная связь реализуется посредством педагогического управления» [2].

Такие исследователи, как Байковский Ю.В. (2011) определяют, «что пробелы и недоработки на этапе начальной подготовки приводят к травмам и аварийным ситуациям. Именно там закладываются базовые умения и навыки для безопасного прохождения маршрутов и снижения травматизма на спортивных туристских мероприятиях в экстремальных условиях горного рельефа. Недостаточная разработанность теоретических и научно-методических основ подготовки специалистов по горным видам спорта и обеспечению безопасности групп, действующих в экстремальных условиях горной среды...», делают

актуальными научными исследованиями и практическое внедрение этих изысканий в учебно-тренировочный процесс» [2].

Заключение. Анализ ключевых параметров физической кондиции спортсменов на начальном этапе подготовки, частоты возникновения травматических случаев в рамках спортивных мероприятий, а также клиническая характеристика полученных повреждений позволяют сформулировать следующие выводы:

- установлена статистически значимая взаимосвязь между показателями функциональной готовности организма и частотой травматизма;
- подтверждено определяющее влияние уровня развития физических качеств на обеспечение мер безопасности в условиях спортивного горного туризма.

Следовательно, формирование в Российской Федерации оптимизированной педагогической системы регулирования процессами гарантирования безопасности в особых условиях горного рельефа является значимой исследовательской задачей, требующей фундаментальной методологической проработки и аргументации. Соответственно, комплексность системы защиты личности в экстремальной горной обстановке достигается посредством образовательных мер, ориентированных как на индивида, так и на социальные общности различного масштаба.

Список литературы

1. Аникина, Л. А. Проблемные вопросы российских туроператоров при организации горнолыжных туров / Л. А. Аникина // Вестник Алтайской академии экономики и права. – 2025. – № 11-1. – С. 5-10. – DOI 10.17513/vaael.4384.
2. Байковский, Ю. В. Педагогическая система обеспечения безопасности человека в экстремальных условиях горной среды: автореферат дис. ... доктора педагогических наук : 13.00.08 / Байковский Юрий Викторович; Место защиты: Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма]. — Москва, 2011. — 50 с.
3. Варламов, П. П. Горный туризм, техника безопасности в горном спорте / П. П. Варламов // Образование. Наука. Производство: XIII Международный молодежный форум, Белгород, 08–09 октября 2021 года. – Белгород: Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, 2021. – С. 2747-2751.
4. Гадиева, А. Н. Условия эффективного развития горных территорий (на примере Северо-Кавказского региона) / А. Н. Гадиева // Общество: социология, психология, педагогика. – 2020. – № 12(80). – С. 97-100. – DOI 10.24158/spp.2020.12.17.
5. Долгополов, Л. П. Профессиональная подготовка инструкторов-проводников

References

1. Anikin, L. A. Problematic issues of Russian tour operators in organizing ski tours / L. A. Anikin // Bulletin of the Altai Academy of Economics and Law. - 2025. - No. 11-1. - Pp. 5-10. - DOI 10.17513/vaael.4384.
2. Baykovsky, Yu. V. Pedagogical system of ensuring human safety in extreme conditions of the mountain environment: abstract of the dissertation ... Doctor of Pedagogical Sciences: 13.00.08 / Baykovsky Yuri Viktorovich; Place of protection: Russian State University of Physical Culture, Sports and Tourism]. - Moscow, 2011. - 50 p.
3. Varlamov, P. P. Mountain tourism, safety precautions in mountain sports / P. P. Varlamov // Education. Science. Produced by: XIII International Youth Forum, Belgorod, October 8–9, 2021. – Belgorod: Belgorod State Technological University named after V.G. Shukhov, 2021. – Pp. 2747–2751.
4. Gadieva, A. N. Conditions for the Effective Development of Mountainous Territories (using the North Caucasus Region as an Example) / A. N. Gadieva // Society: Sociology, Psychology, Pedagogy. – 2020. – No. 12(80). – Pp. 97–100. – DOI 10.24158/spp.2020.12.17. .
5. Dolgopolov, L. P. Professional Training of International-Class Instructors-Guides

международного класса (горный туризм) / Л. П. Долгополов. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2018. – 109 с. – ISBN 978-5-93491-775-4.

6. **Звягина, Е. В.** Спортивно-оздоровительный мониторинг: обоснование внедрения учебной дисциплины для подготовки конкурентоспособных специалистов в сфере активного туризма и рекреации / Е. В. Звягина, Н. П. Петрушкина, О. Е. Кутепова // Вестник педагогических наук. – 2026. – № 1. – С. 132-138.

7. **Кириллова, Т. Г.** Формирование культуры здоровой и безопасной личности школьников в процессе физкультурно-оздоровительной работы / Т. Г. Кириллова, К. А. Филатов, М. И. Тимченко // Труды Ростовского государственного университета путей сообщения. – 2023. – № 4(65). – С. 23-27.

8. **Никонова, Н. И.** Техника безопасности в горном спорте / Н. И. Никонова // Аллея науки. – 2025. – Т. 1, № 6(105). – С. 284-287.

9. **Прокопьев, В. Н.** Обеспечение безопасности туристической сферы и её эффективность (краткий обзор литературы) / В. Н. Прокопьев // Традиции и инновации в современной науке и образовании: теория и передовая практика. – Петрозаводск: Международный центр научного партнерства «Новая Наука», 2021. – С. 184-234. – DOI 10.46916/02032021-3-978-5-00174-150-3.

10. **Расцелуева, Н. В.** Физическая подготовка на начальном этапе как основа безопасности спортивной деятельности горных туристов / Н. В. Расцелуева, А. С. Тарасов // Физическая культура и спорт в современном обществе : Материалы Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 50-летию образования Дальневосточной государственной академии физической культуры, 24 марта 2017 года / Под редакцией С.С. Добровольского. – Хабаровск: Дальневосточная государственная академия физической культуры, 2017. – С. 194-197.

(Mountain Tourism) / L. P. Dolgoplov. – Krasnodar: Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, 2018. – 109 p. – ISBN 978-5-93491-775-4.

6. **Zvyagina, E. V.** Sports and health monitoring: justification for the introduction of an academic discipline for the training of competitive specialists in the field of active tourism and recreation / E. V. Zvyagina, N. P. Petrushkina, O. E. Kutepova // Bulletin of pedagogical sciences. - 2026. - No. 1. - Pp. 132-138.

7. **Kirillova, T. G.** Formation of a culture of healthy and safe personality of schoolchildren in the process of physical education and health work / T. G. Kirillova, K. A. Filatov, M. I. Timchenko // Trudy Rostovskogo gosudarstvennogo universiteta putej soobseniya. - 2023. - No. 4 (65). - Pp. 23-27.

8. **Nikonova, N. I.** Safety precautions in mountain sports / N. I. Nikonova // Alley of Science. - 2025. - Vol. 1, No. 6 (105). - Pp. 284-287.

9. **Prokopiev, V. N.** Ensuring the safety of the tourism sector and its effectiveness (a brief literature review) / V. N. Prokopiev // Traditions and innovations in modern science and education: theory and best practice. - Petrozavodsk: International Center for Scientific Partnership "New Science", 2021. - Pp. 184-234. - DOI 10.46916/02032021-3-978-5-00174-150-3.

10. **Rastselueva, N. V.** Physical training at the initial stage as the basis for the safety of sports activities of mountain tourists / N. V. Rastselueva, A. S. Tarasov // Physical education and sport in modern society: Proceedings of the All-Russian scientific and practical conference dedicated to the 50th anniversary of the Far Eastern State Academy of Physical Culture, March 24, 2017 / Edited by S. S. Dobrovolsky. - Khabarovsk: Far Eastern State Academy of Physical Culture, 2017. - P. 194-197.

11. **Лысенко, А. В.** Здоровье и долголетие спортсменов: состояние и перспективы в условиях кризиса олимпийских идеалов и ценностей / А. В. Лысенко, Д. С. Лысенко, В. Н. Федорец, В. С. Василенко // Медицина: теория и практика. – 2021. – Т. 6, № 4. – С. 3 – 11.

12. **Лысенко, Д. С.** Биомедицинский анализ факторов, влияющих на продолжительность жизни и долголетие высококвалифицированных спортсменов / Д. С. Лысенко, Л. Е. Киселева, А. В. Лысенко, А. В. Петров // Биомедицинская радиоэлектроника. 2018. № 4. С. 57 – 62.

11. **Lysenko, A.V.** Athletes' Health and Longevity: Status and Prospects in the Context of the Crisis of Olympic Ideals and Values / A.V. Lysenko, D.S. Lysenko, V.N. Fedorets, V.S. Vasilenko // Medicine: Theory and Practice. – 2021. – Vol. 6, No. 4. – Pp. 3–11.

12. **Lysenko, D. S.** Biomedical analysis of factors influencing the life expectancy and longevity of highly qualified athletes / D. S. Lysenko, L. E. Kiseleva, A. V. Lysenko, A. V. Petrov // Biomedical radioelectronics. 2018. No. 4. Pp. 57–62.

K.V. Korneev, T.G. Kirillova, V.S. Ivantsova

ENSURING HUMAN SAFETY DURING EXTREME SPORTS AND RECREATIONAL ACTIVITIES

Abstract. This article presents a review of current research on minimizing health and safety risks associated with extreme sports. It also highlights educational approaches for effectively preventing injuries and reducing the number of accidents in specific extreme sports (including sports and recreational activities).

Keywords: sports, safety, extreme conditions, educational conditions, health and life risks.

For citation: Korneev, K. V. Ensuring Human Safety During Extreme Sports and Recreational Activities / K. V. Korneev, T. G. Kirillova, V. S. Ivantsova // Trudy Rostovskogo gosudarstvennogo universiteta putej soobseniya. – 2026. – № 2. – P. 61–66. – DOI 10.46973/1818-5509_2026_2_61.

Сведения об авторах

Корнеев Кирилл Викторович

Южный федеральный университет (ЮФУ)
студент
e-mail: kkorneev@sfedu.ru

Кириллова Татьяна Георгиевна

Южный федеральный университет (ЮФУ),
доцент,
e-mail: tgkirillova@sfedu.ru

Иванцова Виктория Станиславовна

Южный федеральный университет (ЮФУ),
студент,
e-mail: vivantsova@sfedu.ru

Information about the authors

Korneev Kirill Victorovich

Southern Federal University (SFU),
Student,
e-mail: kkorneev@sfedu.ru

Kirillova Tatiana Georgievna

Southern Federal University (SFU),
Associate Professor,
e-mail: tgkirillova@sfedu.ru

Ivantsova Victoria Stanislavovna

Southern Federal University (SFU),
Student,
e-mail: vivantsova@sfedu.ru