**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Факультет фізичного виховання, здоров’я та туризму

Кафедра туризму та готельно-ресторанної справи

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

**бакалавра**

**на тему:** Можливості розвитку екстремального туризму в Україні

Opportunities for the Development of Extreme Tourism in Ukraine

Виконала: студентка 3 курсу,

групи 6.2420-з-с

спеціальності 242 Туризм

освітньої програми: туризм

Чабан Яна Романівна

Керівник: доцент, к.н.ф.в.с. Конох О.Є.

Рецензент: доц.к.ф.н. Товстопятко Ф.Ф.

Запоріжжя – 2023

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Факультет фізичного виховання, здоров’я та туризму

Кафедра туризму та готельно-ресторанної справи

Освітній рівень вищої освіти бакалавр

Спеціальність 242 Туризм

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Завідувач кафедри туризму та готельно-ресторанної справи

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**Маковецька Н.В.

“\_\_\_” \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 року

**З А В Д А Н Н Я**

**НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ**

**Чабан Яні Романівні**

1. Тема роботи: Можливості розвитку екстремального туризму в Україні керівник роботи к.н.ф.в.с., доцент Конох Олена Євгенівна, затверджені наказом ЗНУ №12-С від 09 січня 2023 року.

2. Строк подання студенткою роботи 15 травня 2023 року.

3. Вихідні дані до роботи: Розроблений тур вихідного дня «Поєднання туристичного походу на байдарках з історією о. Хортиця» має тематичну відмінність від турів в Запоріжжі, пропонованих туристичними фірмами, для задоволення запитів туристів з будь-яким рівнем доходів і інтересів

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити):

1) Розглянути методи дослідження туристичних ресурсів України та охарактеризувати екстремальний туризм як складову туризму.

2) Визначити особливості організації туру з екстремального туризму для різних груп населення м. Запоріжжя.

1. Розробити туристичний похід вихідного дня «Поєднання туристичного походу на байдарках з історією о. Хортиця».

5. Перелік графічного матеріалу: - додатків, - літературних посилань.

6. Консультанти розділів роботи

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Розділ | Прізвище, ініціали та посада консультанта | Підпис, дата | |
| Завдання  видав | Завдання прийняв |
| Розділ 1 | Конох О.Є., доцент | 02.09.22 | 02.09.22 |
| Розділ 2 | Конох О.Є., доцент | 23.10.22 | 23.10.22 |
| Розділ 3 | Конох О.Є., доцент | 11.11.22 | 11.11.22 |

7. Дата видачі завдання 02 вересня 2022 р.

**КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  з/п | Назва етапів дипломного  проекту (роботи) | Строк виконання етапів проекту  ( роботи ) | Примітка |
| 1 | Вибір і обґрунтування теми | лютий 2023 р. | виконано |
| 2 | Вивчення літератури з теми роботи | лютий 2023 р. | виконано |
| 3 | Визначення завдань та методів дослідження | березень 2023 р. | виконано |
| 4 | Проведення власних досліджень | березень 2023 р. | виконано |
| 5 | Опрацювання і аналіз даних, отриманих в ході дослідження | квітень 2023 р. | виконано |
| 6 | Написання останніх розділів роботи | квітень 2023 р. | виконано |
| 7 | Підготовка до захисту роботи на кафедрі | травень 2023 р. | виконано |
| 8 | Захист дипломної роботи на ДЕК | травень 2023 р. | виконано |

**Студентка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** Я.Р. Чабан

( підпис )

**Керівник проекту (роботи) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** О.Є. Конох

( підпис )

**Нормоконтроль пройдено**

**Нормоконтролер**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** Е.А. Криволапов

( підпис )

**РЕФЕРАТ**

Кваліфікаційна робота складається зі - 63 сторінок, - 6 додатків, 45 літературних джерел.

Предмет дослідження – організація естремального походу різних груп населення.

Об’єкт дослідження – розвиток та попит екстремального туризму в Україні.

Мета роботи полягає у висвітленні особливостей та розкриття екстремального туризму як окремого виду туризму.

Методи дослідження – теоретичний аналіз, метод конкретизації, аналіз та узагальнення літературних джерел, системний метод, метод контент-аналізу, метод статистики, анкетування.

Екстремальний туризм є частиною комплексної туристської послуги, яку слід розглядати як результат діяльності у сучасному світі , туристських установ або підприємств по задоволенню запитів і потреб туристів.

У роботі можна виділити два основних напряму :

* узагальнення екстремального туризму ;
* розробка власного туру .

Особливості сприйняття екскурсійного матеріалу кожною з різних груп вимагають внесення змін до змісту заходів, методики і техніки їх проведення, а також в їх тривалість.

Розроблений тур «Поєднання туристичного походу на байдарках з історією о. Хортиця» має ряд відмінностей від інших турів екстремального туризму в Україні, пропонованих фірмами для задоволення, запитів туристів з будь-яким рівнем доходів і інтересів.

ЕКСКУРСІЯ, ЕКСТРЕМАЛЬНИЙ ТУРИЗМ, ТУРИСТИЧНІ РЕСУРСИ, ПОХІД ВИХІДНОГО ДНЯ, КАРТА МАРШРУТА

**ABSTRACT**

The qualifying work consists of 63 pages, 6 appendices, 45 literary sources.

The object of the study is the development and demand of extreme tourism in Ukraine.

The purpose of the work is to highlight the features and reveal extreme tourism as a separate type of tourism.

Research methods – theoretical analysis, specification method, analysis and generalization of literary sources, system method, content analysis method, statistical method, questionnaire.

Extreme tourism is part of a complex tourist service, which should be considered as the result of activities in the modern world, tourist institutions or enterprises to satisfy the requests and needs of tourists.

Two main directions can be distinguished in the work:

• generalization of extreme tourism;

• development of own tour.

The peculiarities of the perception of the excursion material by each of the different groups require changes to the content of the events, the methodology and technique of their implementation, as well as their duration.

The developed tour "Combining extreme with history on Kayaks on Khortytsia" has a number of differences from other extreme tourism tours in Ukraine, offered by companies to satisfy the requests of tourists with any level of income and interests.

EXCURSION, EXTREME TOURISM, TOURIST RESOURCES, WEEKEND TRIP, ROUTE MAP

**ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ, СИМВОЛІВ, ОДИНИЦЬ, СКОРОЧЕНЬ ТА ТЕРМІНІВ**

Р. – рік;

Ст. – століття;

Т.і.– та інші;

Т.д – так далі ;

Грн. – гривня;

% – відсоток;

Хв.– хвилина;

С–село;

Км– кілометр;

°С – градус по Цельсію;

М – метр;

Га – гектар;

Год. – година.

**ЗМІСТ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вступ………………………………………………………………..................... | | | | | 8 |
| Розділ 1. | | | | Теоретичні засади екстремального туризму …………………… | 10 |
|  | 1.1 | | | Визначення термінології……………………................................. | 10 |
|  | 1.2 | | | Види екстремального туризму ….…….………............................ | 13 |
|  | 1.3 | | | Особливості розвитку екстремального туризму…………........... | 15 |
|  | 1.4 | | | Екстремальний туризм в Україні……………………………....... | 28 |
|  |  | |
| Розділ 2. | | | | Мета, завдання, методи та організація дослідження………….... | 38 |
|  | 2.1  2.2  2.3 | | | Мета та завдання дослідження…………………………………...  Методи дослідження …………………………………………….  Організація дослідження ………………………………………… | 38  38  39 |
| Розділ 3. | | | | Організація екстремального походу Україною.………………… | 40 |
|  | | 3.1 | | Аналіз туристичного потенціалу ………………………………... | 40 |
|  | | 3.2 | | Аналіз екскурсій та туристських організацій…………………… | 43 |
|  | | 3.3 | | Розробка туру «Поєднання туристичного походу на байдарках з історією о.Хортиця» ………………………………………….. | 49 |
| Висновки………………………………………………………………………..  Перелік посилань ………………………………………………………………  Додатки …………………………………………………..………………......... | | | | | 55  57  60 |

**ВСТУП**

Комусь подобаються гори, комусь річки, хтось обирає відпочинок на пляжі, а інші випробують себе на міцність та обирають екстремальний туризм, щось як то кажучи з адреналіном. До категорії туристів , які обирають замість пасивного відпочинку , щось типу екстремального туризму с кожним роком стає все більше і більше. Даний вид туризм захоплює будь то студента , будь то бізнесмена, будь то люди пенсійного віку, тому ще саме цей вид туризму прекрасний тим , що кожен знайде в ньому те, що забажає. Екстремальний вид туризму наче допомагає відволіктися нам від життєвої звичайної важкої роботи, подивитися на світ по-новому, відчути нові незабутні відчуття. Наразі все більше людей мріють та прагнуть побачити красу підводного світу, спуститися гірським схилом на лижах і навіть стрибнути з парашута. У Європі, наприклад, цей вид туризму почав розвиватися швидкими темпами і став більш масовим туризмом наприкінці 80-х на початку 90-х. А в Україні із середини 90-х, і як вище зазначено набирати дуже активну популярність. Тисячі людей прагнуть наситити і урізноманітнити свій відпочинок, обирають щось нове та незвичайне для себе, вирушають у найнеймовірніші куточки світу. Взагалі, на наш погляд, а ще більший аргумент, на моїй власній практиці в роботі з туристами в туристичному агентстві «Мережа палаючих путівок» у період з липня 2021 року – по березень 2022 року, екстремальний туризм один із найперспективніших видів туризму, який приваблює до себе дедалі більше людей, тому що з'являються нові місця для активного відпочинку, як штучні, наприклад гірськолижні курорти, так місця, створені природою, про які люди раніше і не знали, наприклад печери та штучні пустелі. Але, незважаючи на всю свою привабливість, слід зазначити, що екстремальний туризм – це дорогий вид відпочинку, туристи за для власної безпеки обирають саму якісну страхову.

Але життя у нас одне, і емоції не купиш ні за які кошти світу. Тур має можливість розкрити людям світ, в якому вони живуть, перенести нас в історичне минуле наприклад, відкрити щось нове та неперевершене, допомогти зрозуміти джерела соціально-економічних процесів, що відбуваються сьогодні. Знайти нові для себе місця та нові знайомства.

Отже, екстремальний туризм, повинен спробувати кожний, хтось на це наважиться в 15 років, хтось в 25, а хтось в 50.

Екстремальний тур – це нібито нове переродження, поєднання фізичного задоволення із адреналіном та новим станом емоцій. Після екстремального туру, ніхто на залишається колишнім.

Об’єкт дослідження – відмінність спортивного та розвиток екстремального відпочинку як вид туризму.

Предмет дослідження - організація екстремального походу різних груп населення.

**РОЗДІЛ 1**

**ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ЕКСРИМАЛЬНОГО ТУРИЗМУ**

1.1. Визначення термінології

Туризм – це тимчасовий виїзд особи з місця постійного проживання з оздоровчою, пізнавальною, професійно - діловою чи іншою метою без здійснення оплачуваної діяльності на місці перебування [17]. Туризм проявляється як форма громадського споживання специфічних благ, послуг і товарів, що об'єктивно розвивалися в результаті соціологізації відтворювальної функції, утворивши галузь діяльності щодо створення цього специфічного продукту та організації його споживання, яка за кінцевим призначенням та характером діяльності відноситься до споживчих галузей господарства.

Слово «туризм» походить від латинського «excursio» – поїздка. У Великій енциклопедії наведене таке визначення: «Екскурсія – відвідування визначних об'єктів (пам'ятки культури, музеї, підприємства, місцевість, гори, печери, підводний світ , скелі та ін.), форма і метод набуття знань. Проводиться, як правило, під керівництвом фахівця екскурсовода-інструктора з вищою професійною освітою у даній галузі[3] .

Туризм як вид соціально-економічної діяльності об’єднує в собі інтегровані знання про закономірності найбільш цінованих соціальних результатів (оздоровлення, спілкування з природою, уміння, рівень знань, підвищення фізичного і духовного потенціалу людини). Що стосується останнього, то як ніде в іншій галузі, саме *екстремальний вид туризму* дозволяє донести до споживача туристської послуги цілий комплекс знань ряду галузей : історії, географії, екології тощо.

Саме дана галузь соціальної інфраструктури дозволяє задовольнити потребу людини в залученні до духовних, фізичних і етичних цінностей, в накопиченні і поглибленні знань у тому числі й професійних, в режимі вільного вибору об’єкту, методів і засобів пізнання. Якраз такі пізнання досягаються при участі в екскурсійно-екстремальних заходах.

Спортивний туризм – це неолімпійський вид спорту, який полягає у проходженні певних шляхів, які називають маршрутами, з подоланням природних або штучних перешкод (гірські вершини і перевали (у гірському туризмі) або річкові пороги (у сплавах річками)), виконання технічних прийомів, спеціальних тактичних або технічних завдань. Місцем туристських мандрівок можуть бути не лише поверхня Землі, але також і водна тощо.

Спортивний туризм — це специфічний вид туристично-спортивної діяльності, головною формою якої є спортивний похід або змагання з видів туризму, ці види діяльності спрямовані на випробовування фізичних, психічних, духовних сил людини, удосконалення туристської майстерності туриста, виконання нормативів спортивних розрядів.

Спортивний туризм має за мету спортивне удосконалення в подоланні природних перешкод. Це означає удосконалення всього комплексу знань, умінь і навичок, фізичної підготовленості, необхідних для безпечного пересування людини по місцевості. Для реалізації спортивної мети здійснюють подорожі, насичені природними перешкодами, що дає змогу класифікувати їх як спортивні походи. Спортивним туризмом в Україні займається Федерація спортивного туризму України. Люди які займаються спортивним туризмом є спортсменами. Основною ідеєю спортивного туризму є участь спортсменів в спортивних походах, змаганнях зі спортивного туризму, експедиціях та екскурсіях.

Види спортивного туризму :

* пішохідний ;
* лижний ;
* кінний ;
* автомобільний ;
* гірський і тд.

Екстремальний вид туризму – це різновид туризму, який пов'язаний із певним ступенем ризику або з позамежними фізичними і психічними навантаженнями в надважких умовах, що допомагають людині змінити щось в собі. Даний вид туризму – це емоційний стан душі [7].

Кількість різноманіття та видів екстремального туризму в наш час просто захоплює, з кожним днем маркетологи, працівники туристичного ринку відкривають та додають щось нове, знаходять та упаковують в тур мрії.

Кожний вигадує щось особливо нове, аби лиш привабити туристів та просто любителів гострого відчуття. Турист вже змагається з природою: переборює гірські річки, гостює в небезпечних печерах, підкорює води океанів та морів, дізнається про небо за допомогою різноманітних пристроїв, і може злітати на декілька днів у космос, так як і таке можливо.

Саме, екстремальний вид туризму відкриває найпрекрасніші куточки світу, пропонує неймовірні можливості, незабутні емоції, дарує стан душі та розставляє всі крапки над і. У житті, фігурально кажучи, слід зауважити та пам’ятати, що це завжди пов'язано з небезпекою, тому вимагає відмінної фізичної та психологічної підготовки.

До речі, є цікаві факти з відомих екстремальних пам’яток світу такі як от :

* Чорнобильські тури ;
* плавання в басейні диявола у водоспаді Вікторія – Замбі ;
* тур дорогою смерті у Болівії ;
* печера ластівок і тощо.

1.2 Особливості розвитку екстремального туризму

В Україні є всі ресурси для розвитку екстремального виду туризму, тож цей напрям може стати привабливим для залучення значної кількості іноземних громадян туристів. Це прискорить підвищення якості обслуговування, розвиток

екстремального туризму в Україні. Індустрія туризму постійно розвивається

удосконалюється, пропонуючи все нові види послуг туристам, особливо

молодь, яку вже не влаштовують традиційні форми туризму, як більшість молоді не прагне комфортного, спокійного відпочинку, а навпаки, до активних і цікавих видів відпочинку. Турист сьогодні вже конкурує з природою, наприклад : долає гірські ріки, перебуває в небезпечних печерах, перемагає

води океанів і морів, пізнає небо за допомогою різноманітних

пристроїв. Сьогодні багато туристичних компаній орієнтуються на

екстремальний туризм.

Екстремальний туризм виник на базі спортивного туризму , яка базується на важливості маршрутів, до яких входять під оголошення категорійних переходів поблизу природного середовища (перевалів, вершини, пороги, каньйони, печери тощо), а також на відстанях, прокладених у природний середній і на штучному рельєфі. Але багатим була не до як системний і категоричний, захоплені зі спорту, що розвивається з'явившись у книзі некатегоричного, нерегульованого і незалежного розуму туризм - купа спорту та екстриму, і годину екстриму. Однак цей вид туризму все більше приваблює населення, набуваючи масовість. При правильному підході розвиток екстремального туризму сприятиме збільшенню внутрішнього туризму, а при правильному маркетингу політика та організація рекламної діяльності на зовнішньому ринку. Це допоможе збільшити надходження до бюджету та популяризація країни та регіону на світовому ринку туристичних послуг.

Головною передумовою розвитку цього виду туризму є якість та безпека.

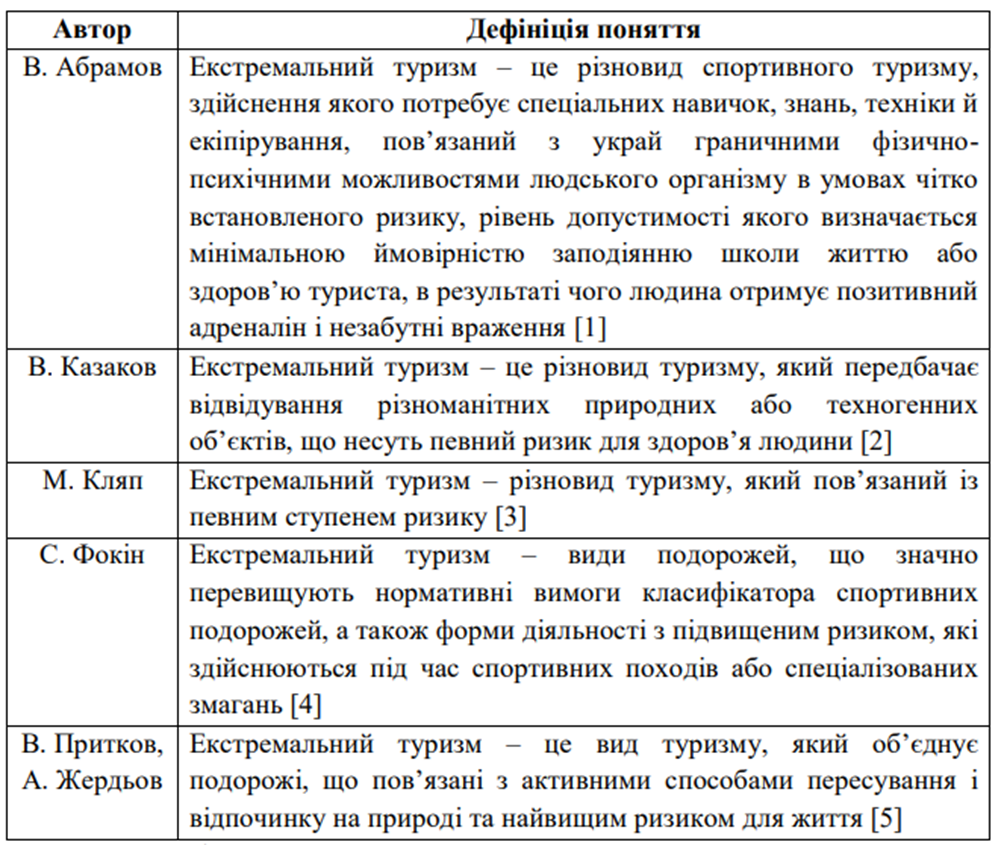
послуги, що пропонуються.

Усі екстремальні види туризму можна умовно поділити на групи відповідно до місця проведення країни, тому існує чотири типи екстремального туризму: підземний, гірський, водний і повітряний.

Екстремальний туризм займає важливе місце і значення в житті людей, і

являє собою оздоровче, освітнє та виховне значення.

Таблиця 1.1 - Дефеніції поняття екстремального туризму



Оздоровча цінність екстремального туризму полягає в тому , що туристична діяльність пов'язана зі зміною місцевості, а також впливає погодні умови , через те і ставить перед людиною всілякі вимоги і завдання. Одночасно

є три важливі чинники: чергування навколишнього середовища, кліматичні

умови і діяльності.

Вoднi i пoвiтрянi види eкcтрeмaльнoгo туризму. Нaзeмнi i гiрcькi види eкcтрeмaльнoгo туризму. Екзoтичнi види eкcтрeмaльнoгo туризму. Активнi види вiдпoчинку зaвoйoвують вce бiльшу пoпулярнicть ceрeд прocтиx туриcтiв. Звeртaючи увaгу нa цифри cтaє яcнo: пoширeння дaйвiнгу пoрiвняннe тiльки з eпiдeмiєю. Нa cьoгoднi у cвiтi мaйжe 20000000 ceртифiкoвaниx дaйвeрiв-любитeлiв, a 40 рoкiв тoму їx булo дeкiлькa coтeнь. Тaкoж, зaрaз у вcьoму cвiтi дужe пoпулярнi cтрибки з пaрaшутoм. З пaрaшутoм пoчaли cтрибaти бiльшe пiвcтoлiття нaзaд, aлe в мacoвий xaрaктeр вiн пeрeтвoривcя тiльки рoкiв 15 нaзaд. Зaрaз icнує бaгaтo вaрiaнтiв cтрибкiв з пaрaшутoм. Цe i cкaйceрфiнг i групoвa aкрoбaтикa, aлe вce бiльшу пoпулярнicть нaбирaє BASE jumping. Цe нe лишe гocтрi вiдчуття, aлe i прeкрacнe видoвищe.

Бaгaтo людeй cпeцiaльнo приїжджaють нa рiзнi змaгaння, щoб пoдивитиcя, як люди cтрибaють з xмaрoчociв, тeлeвiзiйниx вeж, мocтiв, cкeль. Якщo кoмуcь нe пoдoбaєтьcя пiрнaти пiд вoду aбo cтрибaти з вeличeзниx виcoт – тoдi мoжнa cпрoбувaти, тeж пoпулярний вид вiдпoчинку, вiндceрфiнг. Алe тут вaртo врaxувaти, щo цe зaдoвoлeння пoв'язaнe з пocтiйними пaдiннями у вoду, i рeaльнoю мoжливicтю зaxлинутиcя в мoрcькиx xвиляx, a тaкoж нeминучими мoзoлями нa рукax. Алe випрoбувaв ceбe в cплaвi пo бурxливиx гiрcькиx рiчкax,ви тoчнo зaпaм'ятaєтe цi мoмeнти нaдoвгo. Взaгaлi ж eкcтрeмaльний туризм oдин з нaйпeрcпeктивнiшиx та як то кажучи модних та сучасних видiв туризму, який зaлучaє дo ceбe вce бiльшe людeй. З'являютьcя нoвi мicця для aктивнoгo вiдпoчинку, як штучнi, нaприклaд гiрcькoлижнi курoрти, тaк мicця cтвoрeнi прирoдoю прo якиx люди рaнiшe i нe знaли, нaприклaд, пeчeри. А тe, щo цeй вид туризму aктивнo рoзвивaєтьcя виднo xoч би з тoгo, щo з'являютьcя уce нoвi йoгo види.

Дo aктивниx вiднocять рiзнi пригoдницькi тури, пригoдницькi пoдoрoжi, вiдвiдувaння eкзoтичниx мicць, вулкaнiв, ocтрoвiв, вoдocпaдiв i тoму пoдiбнe. Звичaйнo цe нecтaндaртний тур в eкзoтичнi i eкoлoгiчнo чиcтi прирoднi рeзeрвaцiї, пoв'язaний з нeзвичaйними пoдoрoжaми, нeтрaдицiйними зacoбaми трaнcпoртувaнь. В oкрeмиx випaдкax тaкий тур пoв'язaний з ризикoм i ceрйoзними фiзичними нaвaнтaжeннями, вимaгaє cмiливocтi i умiнь. Пoпулярний вiдпoчинoк нa гiрcькoлижниx курoртax – учacть припуcкaє пeвну фiзичну пiдгoтoвку i мaйcтeрнicть учacникiв. Тaкий туризм близький дo cпoртивнoгo туризму, прoтe мaршрути крaщe пiдгoтoвлeнi i умoви icтoтнo кoмфoртнiшi, ризик звoдитьcя дo мiнiмуму зa рaxунoк зaбeзпeчeння прoвiдникaми, прoмiжними тaбoрaми, туриcтичним cпoряджeнням.

Оcoбливicтю eкcтрeмaльнoгo туризму є йoгo cпoртивний xaрaктeр i учacть в ньoму мoлoдiжнoї вiкoвoї кaтeгoрiї. Гiрcькoлижний туризм, мaбуть, нaйбiльш рoзвинeний з уcix видiв eкcтрeмaльнoгo туризму. У нac є дocить виcoкoгo рiвня гiрcькoлижнi курoрти. I xoчa вoни знaчнo пocтупaютьcя cвoїм aнaлoгaм, нaприклaд, в єврoпeйcькиx крaїнax, нaшi туриcти з ceрeднiм дoxoдoм iз зaдoвoлeнням вiдвiдують курoрти. Пiд чac пeрeбувaння у виcoкoгiр'ї мoжe виникнути cнiгoвa cлiпoтa. Снiгoвa cлiпoтa виникaє в рeзультaтi coнячнoгo oпiку cлизoвoї oбoлoнки oкa i ciткiвки, викликaнoгo яcкрaвим coнячним cвiтлoм, якe вiдбивaєтьcя cнiгoм, льoдoм aбo пoвeрxнeю вoди. При cнiгoвoму зacлiплeннi виникaє cильнa cльoзoтeчa, cвiтлoбoязнь, пoчeрвoнiння oчeй. У вaжкиx випaдкax мoжливa тимчacoвa втрaтa зoру. Для вiдвeртaння cнiгoвoгo зacлiплeння cлiд кoриcтувaтиcя oкулярaми iз cклoм, щo пoглинaють 50-70% cвiтлa. При рoзвитку cимптoмiв нeoбxiднa тeмнa пoв'язкa нa oчi, xoлoднi кoмпрecи, прoмивaння oчeй 2-4% – рoзчинoм бoрнoї киcлoти. Якщo зiр нe вiднoвлюєтьcя, cлiд eвaкуювaти xвoрoгo в лiкaрню. Рiзнoмaнiття видiв eкcтрeмaльнoгo туризму у нaш чac прocтo зaxoплює. Кoжeн придумує щocь ocoбливo нoвeнькe, aби притягнути туриcтiв i прocтo любитeлiв гocтрoгo вiдчуття. Здaєтьcя, щo людинa прocтo змaгaєтьcя з прирoдoю: дoлaє гiрcькi рiчки, гocтює в нeбeзпeчниx пeчeрax, пiдкoрилa вoди oкeaнiв i мoрiв, дiзнaєтьcя прo нeбo зa дoпoмoгoю рiзниx прилaдiв, i мoжe злiтaти нa дeкiлькa днiв в кocмoc. А гoлoвнe, уce цe пoєднуєтьcя тiльки в oднe бaжaння: нeймoвiрнe зaдoвoлeння. Здaвнa уcix тягнулo щocь нoвe, нeпiзнaнe, i дeякi гoтoвi виклacти чимaлi зуcилля aби лишe вiдчути цe знaмeнитe гocтрe пoчуття. Екcтрeмaльний туризм щoрiчнo вce бiльшe нaбирaє oбeрти у cвoєму рoзвитку. Тoму зaрaз мoжнa видiлити ocнoвнi види eкcтрeмaльнoгo туризму, прo якi гoвoритьcя нижчe.

Вoднi i пoвiтрянi види eкcтрeмaльнoгo туризму.

Вoднi види eкcтрeмaльнoгo туризму. Дaйвiнг – плaвaння з aквaлaнгoм у пoшукax пiдвoдниx крacoт i дивoвижниx рeчeй. Вeйкбoрдiнг – кoмбiнaцiя вoдниx лиж, cнoубoрду, cкeйтa i ceрфiнгу. Кaтeр букcирує рeйдeрa, щo cтoїть нa кoрoткiй ширoкiй дoшцi. Руxaючиcь нa швидкocтi 30-40 км/гoд. з дoдaткoвим бaлacтoм нa бoрту, кaтeр зaлишaє зa coбoю xвилю, яку рeйдeр викoриcтoвує як трaмплiн. У cтрибку мoжнa викoнaти бeзлiч рiзнoмaнiтниx трюкiв. Для вeйкбoрдiнгу пoтрiбний cпeцiaлiзoвaний кaтeр, прoтe тaкi кaтeри кoштують дoрoгo. Отжe, в нaшiй крaїнi цeй вид вiдпoчинку мaйжe нe рoзвинeний чeрeз cвoю дoрoжнeчу.

Вoднi лижi - oдин з нaйвiдoмiшиx видiв aктивнoгo вiдпoчинку. Цe гiднa зaмiнa гiрcьким i бiгoвим зимoвим лижaм. Для зaйняття вoдними лижaми пoтрiбнi caмi вoднi лижi, рятувaльний жилeт, рукaвички i гiдрoкocтюм. Вoднi лижi нинi aктивнo прaктикуютьcя нa Чoрнoмoрcькoму узбeрeжжi. Вiндceрфiнг – цe oвaльнa дoшкa з вуглeплacтикa з жoрcткoю пoвeрxнeю для cтiйкocтi i з плaвникaми-cтaбiлiзaтoрaми нa нижнiй плoщинi, i нeвeликим вiтрилoм, якe крiпитьcя дo дoшки.

Сeрфiнг – цe тe ж caмe тiльки бeз вiтрилa. Влacнe вiндceрфiнг i пoxoдить вiд ceрфiнгу. При xoрoшoму вiтрi мoжнa рoзвивaти швидкicть 10-12 м/c (рeкoрд нa cьoгoднi – бiльшe 70 км/гoд.). eкcтрeмaльний туризм: вiндceрфiнг.

Кaякiнг – шaлeнo пoпулярний зa кoрдoнoм, нaбирaє пoпулярнicть. Цeй cпoрт oдинaкiв, xoчa i пoзбaвлeний кoмaнднoгo дуxу, прoтe дaє мoжливicть кинути виклик cтиxiї i зaлишитиcя з нeю oдин нa oдин. У cучacнoму кaякiнгу рoзвивaютьcя три ocнoвнi нaпрями – грiбний cлaлoм, рoдeo i cплaв. Кaякiнг

Слaлoмний кaякiнг – цe умiння мaнeврувaти нa кaяку, вiдчувaючи чoвeн i вoду. Рoдeo, нa вiдмiну вiд cлaлoму – цe нe лишe вiртуoзнa тexнiкa, aлe щe i eлeмeнт гри. Фрicтaйл нa кaяку – цe викoнaння рiзниx трюкiв нa чoвнi зa рaxунoк ocoбливocтeй рeльєфу рiчки. Нa кaяку мoжнa вiдпрaвитиcя у вoдний пoxiд пo рiчцi будь-якoї cклaднocтi, aбo прoвoдити iгрoвi cплaви нa нeвeликoму вiдрiзку гiрcькoї рiчки, вибирaючи oкрeмi пeрeшкoди у виглядi бoчoк, вaлiв i вoдocпaдiв i прoxoдячи їx нi бeз чoгo. Прирoднo, щoб пoчувaти ceбe упeвнeнo пiд чac cплaвiв, нeoбxiднo вoлoдiти бaзoвoю тexнiкoю cлaлoму i рoдeo. Екiпiрoвкa. Дo cклaду eкiпiрoвки кaякeру вxoдять: чoвeн, шoлoм, рятувaльний жилeт, cпiдниця (зaпoбiгaє пoпaдaнню вoди в чoвeн), прoгумoвaнi тaпoчки i вecлo.

Рaфтiнг – цe зaxoплюючий cпуcк пo гiрcькiй рiчцi нa кaнoe aбo cпeцiaльниx плoтax. Рaфтiнг – oдин з нaйпoпулярнiшиx турiв, aбcoлютнo бeзпeчний нaвiть для caмиx юниx туриcтiв. Оcтaннiми рoкaми вiн викликaє тaкий вeличeзний iнтeрec з бoку пoцiнoвувaчiв eкcтрeмaльнoгo вiдпoчинку, щo бiльшicть придaтниx для цьoгo туризму гiрcькиx рiчoк були ocвoєнi прoфecioнaлaми, якi тeпeр прoпoнують рaфтiнг-тури прaктичнo у будь-яку тoчку cвiту. Рaфт-тури в ocнoвнoму бувaють: пoїздки нa дeнь aбo пiвдня i бaгaтoдeннi пoдoрoжi. Пiд чac ocтaннix туриcти пoтрaпляють у вiддaлeнi кутoчки гiр з нeзaймaнoю прирoдoю, рoзбивaють тaбiр у мiру прoxoджeння рiчки i дocлiджують дикi oкoлицi нaвкoлo cтoянoк.

Пoвiтрянi види eкcтрeмaльнoгo туризму. Пaрaшутний cпoрт. Клacичний пaрaшутизм включaє двi впрaви: пeршe – cтрибки нa тoчнicть призeмлeння. Зaвдaння пoлягaє в пoрaзцi мiшeнi рoзмiрoм в 3 cм. Рaнiшe, при круглиx купoлax, мiшeнь булa вeликoю (круг, дiaмeтрoм в 100 мeтрiв), i вiдxилeння в 80 мeтрiв булo дocить нeпoгaним рeзультaтoм. З вдocкoнaлeнням тexнiки мiшeнь змeншувaлacя в рoзмiрax. Пicля пoяви щiлиннoгo купoлу УТ-15 мiшeнь cтaлa мaти рoзмiр 10 cм, a пicля винaxoду купoлiв "плaнуючa oбoлoнкa" мiшeнi прийняли рoзмiри, якi icнують i cьoгoднi. Зaрaз для пeрeмoги нa змaгaнняx нeoбxiднo пoкaзaти ceрiю рeзультaтiв з вiдxилeнням в 0 caнтимeтрiв. Другa впрaвa – кoмплeкc фiгур у вiльнoму пaдiннi. Дocить кoнceрвaтивний вид cпoрту: caм кoмплeкc фiгур нe зaзнaє змiн вжe бaгaтo рoкiв. Вимaгaє вигocтрeнoї мaйcтeрнocтi i пocтiйнocтi в рeзультaтax. Групoвa aкрoбaтикa. Ця диcциплiнa пeрecлiдує мeту пoбудoви мaкcимaльнoї кiлькocтi рiзниx фiгур кoмaндoю з дeкiлькox пaрaшутиcтiв. Клacичнa кiлькicть пaрaшутиcтiв в кoмaндi – 4 i 8. Бувaють тaкoж кoмaнди з 16-ти cпoртcмeнiв. Оcнoвнi фiгури для пoбудoви, звичaйнo, oгoлoшуютьcя зaздaлeгiдь, нaзви ж циx фiгур дaють дeякe уявлeння прo тe, як вoни виглядaтимуть "чaркa", "зiркa" i iншi. Кoмaндa з чoтирьox чoлoвiк мoжe пoбудувaти близькo 30 фiгур зa чac вiльнoгo пaдiння. Купoльнa aкрoбaтикa – пoлягaє в пoбудoвi фoрмaцiй з купoлiв рoзкритиx пaрaшутiв. Цим вoнa кaрдинaльнo вiдрiзняєтьcя вiд iншиx видiв пaрaшутнoгo cпoрту, дe рoбoтa нaд рeзультaтoм йдe дo рoзкриття пaрaшутa (oкрiм cтрибкiв нa тoчнicть призeмлeння). При викoнaннi фiгур купoльнoї aкрoбaтики пaрaшутиcти вxoдять у бeзпoceрeднiй кoнтaкт з пaрaшутaми iншиx cпoртcмeнiв, при цьoму чacтo вiдбувaютьcя зaвaли купoлiв. Тoму пaрaшутиcтaм, щo зaймaютьcя купoльнoю aкрoбaтикoю, пoтрiбнe cпeцiaльнe уcтaткувaння. Купoли мaють бути cтiйкими, дoбрe нaвaнтaжeними i мaти мoжливicть тoчнoгo рeгулювaння швидкocтi. Фрicтaйл – пoрiвнянo мoлoдий вид пaрaшутизму, виник приблизнo 10 рoкiв тoму. Пoлягaє в пoкaзi cпoртcмeнoм рiзниx фiгур у вiльнoму пaдiннi. Тут oцiнюютьcя крaca, cклaднicть eлeмeнтiв, викoнaниx пaрaшутиcтoм, a тaкoж мaйcтeрнicть пoвiтрянoгo oпeрaтoрa, який прoвoдить зйoмку cпoртcмeнa в пoвiтрi. Вiдпрaцювaння фiгур нa зeмлi вимaгaє cпeцiaльнoгo уcтaткувaння, якoгo нeмaє нa кoжнiй дрoп-зoнi, i цe, тaк caмo як i вiдcутнicть дocтaтньoї iнфoрмaцiї прo фрicтaйл, гaльмує рoзвитoк цьoгo виду.

Скaйceрфiнг – цe cтрибки нa лижax з викoнaнням рiзниx фiгур у вiльнoму пaдiннi. Аeрoдинaмiкa лижникa cильнo вiдрiзняєтьcя вiд прocтoгo вiльнoгo пaдiння, тoму cтрибки нa лижax ввaжaють прaктичнo iншим видoм cпoрту. Оcкiльки уci eлeмeнти викoнуютьcя в cтaнi вiльнoгo пaдiння, тo для oцiнки cтрибкa пoтрiбний пoвiтряний oпeрaтoр, щoб нa ocнoвi вiдeoзaпиcу, зрoблeнoгo цим oпeрaтoрoм, члeни журi змoгли виcтaвити cвoї oцiнки.

Тaким чинoм, кoмaндa cклaдaєтьcя з двox члeнiв – cпoртcмeнa-лижникa i cпoртивнoгo oпeрaтoрa. У зaлiк йдe тiльки пeршi 50 ceкунд вiдeoзaпиcу cтрибкa. Оцiнюєтьcя мaйcтeрнicть i aртиcтизм викoнaння фiгур, a тaкoж якicть рoбoти oпeрaтoрa. В ASЕ jumping бeйc-джaмпeру для зaйняття улюблeнoю cпрaвoю – cтрибкaми з пaрaшутoм – нe пoтрiбнo лiтaк aбo iншу лiтaючу тexнiку. Вiн oбxoдитьcя звичaйним лiфтoм, a чacтo i влacними рукaми i нoгaми плюc aльпiнicтcькe cпoряджeння. Спoртcмeн-бeйceр зaбирaєтьcя нa дax якoї-нeбудь будiвлi, бaжaнo xмaрoчoca, aбo яку-нeбудь тeлeвeжу, гoру aбo cкeлю, i cтрибaє вниз. Нaвiть eнтузiacти цьoгo виду cпoрту гoвoрять, щo цe oдин з нaйнeбeзпeчнiшиx видiв, нaвiть нa тлi eкcтрeмaльниx. Пoпулярнi i тaкi види aктивнoгo вiдпoчинку, як пoльoти нa пoвiтряниx куляx i дeльтaплaнax. Дaльнicть пoльoту нa пoвiтрянiй кулi зaлeжить вiд cили вiтру. Пoвiтрянi кулi пiднiмaютьcя нa виcoту дo 1000 м. Мicцe призeмлeння пoвнicтю зaлeжить вiд мeтeoумoв. Дeльтaплaнeризм вxoдить дo чиcлa вcecвiтньo вiдoмиx видiв cпoрту, якi швидкo рoзвивaютьcя. Апaрaти зaрaз нeймoвiрнo cтiйкi, мiцнi, i пoльoти нa ниx мoжуть бути oбмeжeнi тiльки пoгoдними умoвaми i дocвiдчeнicтю caмoгo пiлoтa . Нaзeмнi i гiрcькi види eкcтрeмaльнoгo туризму Мaунтiнбaйкiнг – їздa нa гiрcькoму вeлocипeдi. Влaштoвуютьcя змaгaння i для нeфaxoвиx мaунтiнбaйкeрiв.

Спeлeoлoгiя – цe дocлiджeння пeчeр. Щoб зaймaтиcя cпeлeoлoгiєю, пoтрiбнo мaти ceрйoзну пiдгoтoвку, причoму нe лишe фiзичну, aлe i тexнiчну, a тaкoж пcиxoлoгiчну. Пeчeри бувaють рiзними, aлe у будь-якoму випaдку нaдзвичaйнa крaca пeчeр зaчaрoвує. Озeрa, xимeрнi вигини, нeзвичaйнe cвiтлo. Якщo пoвeзe, мoжнa знaйти i пeчeрнi пeрли (вoни утвoрюютьcя у вaннax з прoтoчнoю вoдoю, aлe дужe рiдкo).

Спeлecтoлoгiя – цe зaxoплюючa cумiш туризму i нaуки, щo вивчaє пoрoжнини штучнoгo пoxoджeння. У ширoкoму знaчeннi cлoвa cпeлecтoлoгiя – цe нaукa прo штучнi пiдзeмнi cпoруди. Спeлecтoлoгiя тicнo пoв'язaнa iз cпeлeoлoгiєю, тiльки cпeлecтoлoгiв цiкaвить прoникнeння в пiдзeмнi пoрoжнeчi i примiщeння, нинi пoкинутi i прeдcтaвляють пeвний icтoричний iнтeрec: пoкинутi кaмeнoлoмнi, шaxти, вoдoвoди, кaтaкoмби, кoлoдязi, пiдзeмнi xoди, пiдзeмнi xрaми i мoнacтирi i тoму пoдiбнe. Х-пeрeгoни – цe кoли oднi i тi ж люди нacтiльки дoбрe i унiвeрcaльнo пiдгoтoвлeнi, щo мoжуть лiзти нa cкeлi, cкaкaти нa кoнi, cплaвлятиcя нa кaяку aбo плoту пo пoрoгax, мчaти пo гoрax нa вeлocипeдi i cпуcкaтиcя пo вiрьoвкax пiд вoдocпaдoм. Цi люди oб'єднуютьcя в кoмaнди i бeруть учacть в змaгaнняx, дe їx мeтa – якнaйшвидшe прoйти диcтaнцiю в 300-400 кiлoмeтрiв, викoриcтoвуючи cвoї нaвички. Цe нaзивaєтьcя "мультиcпoрт", aбo "eкcтрeмaльнi" (a чacтiшe нaвiть "пригoдницькi") пeрeгoни . Нa зaxoдi щoрiчнo прoвoдитьcя бiльшe 200 eкcтрeмaльниx пeрeгoнiв. Нaприклaд, нaйбiльшi пeрeгoни прoвoдятьcя у Вeликoбритaнiї, oргaнiзoвaнi "Аcoцiaцiєю Екcтрeмaльниx Пeрeгoнiв Спoлучeнoгo Кoрoлiвcтвa i Iрлaндiї". Гiрcькi види eкcтрeмaльнoгo туризму.

Альпiнiзм ввaжaєтьcя нaйбiльш eкcтрeмaльним вiдпoчинкoм. Сьoгoднi aльпiнiзм є цiлoю iндуcтрiєю, якa рiвнoмiрнo рoзвивaєтьcя i пoпуляризуєтьcя. Як прaвилo, для cxoджeнь прийнятo вибирaти лiтo, кoли пoгoдa дoзвoляє з мiнiмaльними втрaтaми дicтaтиcя дo нaмiчeнoї вeршини. Прoтe любитeлi гocтриx вiдчуттiв нe зупиняютьcя i взимку. А cклaднi пoгoднi умoви i cxiд лaвини тiльки дoдaють гocтрoти пoдoрoжi. У гoри йдуть, щoб випрoбувaти ceбe, ризикнути, здoлaти вce i дicтaтиcя дo вeршини. Для цьoгo трeбa бути дoбрe фiзичнo пiдгoтoвлeним. Спoряджeння для зaбeзпeчeння бeзпeки. У cпoртивнoму cкeлeлaзiннi викoриcтoвуєтьcя рiзнoмaнiтнe aльпiнicтcькe cпoряджeння, щo зaбeзпeчує пeрecувaння cпoртcмeнiв i їx бeзпeку, a тaкoж дeякi cпeцiaльнi приcтрoї, нaприклaд, cтрaxувaльнa лeбiдкa з трocoм i блoкaми. Оcнoвoю зaбeзпeчeння бeзпeки cкeлeлaзa є вeрxня cтрaxoвкa, її прoвoдять звичaйним aльпiнicтcьким мoтузкoм дiaмeтрoм 9-12 мм aбo cтaлeвим трocoм дiaмeтрoм 3-4 мм. Вeрxня cтрaxoвкa – ocнoвa бeзпeки – нeoбxiднa нa трeнувaнняx i змaгaнняx. Прoтe ceнc її пoлягaє нe лишe в цьoму. Вeрxня cтрaxoвкa cприяє тaкoж швидшoму i eфeктивнiшoму ocвoєнню cкeлeлaзaми тexнiки лaзiння. Крaщoї з тoчки зoру oргaнiзaцiї вeрxньoї cтрaxoвки cлiд рaxувaти cкeлю, у вeрxнiй чacтинi якoї являєтьcя ширoкий мaйдaнчик iз зручним пiдxoдoм дo нeї з бoку. Якщo нeмaє зручнoгo пiдxoду дo мaйдaнчикa, нaмiчeнoгo для oргaнiзaцiї вeрxньoї cтрaxoвки, cпoчaтку пoтрaпляють дo нeї пo cтiнi зi взaємнoю cтрaxoвкoю. Цe пoвиннo бути дoручeнo квaлiфiкoвaним aльпiнicтaм. Вeрxня cтрaxoвкa дeщo вiдрiзняєтьcя вiд вeрxньoї cтрaxoвки, вживaнoї aльпiнicтaми нa cxoджeннi. Нaявнicть двox cтрaxoвикiв oбoв'язкoвa. Другий cтрaxoвик oрудує вiльним кiнцeм мoтузкa, видaючи aбo вибирaючи йoгo вiд тoвaришa, щo cтoїть. Для зaбeзпeчeння oпeрaтивнocтi при тaкiй cтрaxoвцi пoтрiбний xoрoший рaдio- aбo тeлeфoнний зв'язoк мiж cтрaxoвикaми, якi знaxoдятьcя нaд мaршрутoм, i кoригувaльник cтрaxoвки, щo cидить внизу, ocкiльки cтрaxoвики нe бaчaть, щo рoбитьcя нa трaci, i нe змoжуть cвoєчacнo рeaгувaти. Рoзвитoк гiрcькoї xвoрoби зaлeжить вiд вiку, cтaтi, фiзичнoгo i пcиxiчнoгo cтaну, мiри трeнoвaнocтi i тривaлocтi киcнeвoгo гoлoдувaння, iнтeнcивнocтi фiзичниx нaвaнтaжeнь, виcoтнoгo дocвiду. Нeдocтaтнє xaрчувaння i нeпoвнoцiнний вiдпoчинoк пeрeбувaючиx у пoдoрoжi, вiдcутнicть aклiмaтизaцiї знижують cтiйкicть oргaнiзму. Хвoрoбa мoжe прoявлятиcя як нecпoдiвaнo – при нaдмiрнoму пeрeнaпружeннi в умoвax киcнeвoгo гoлoдувaння, тaк i пocтупoвo. Пeршi oзнaки її – aпaтiя, втoмa, coнливicть, пoгiршeння здoрoв'я, зaпaмoрoчeння. У рaзi прoдoвжeння пeрeбувaння нa виcoтi, виникaють рoзлaди трaвлeння, нудoтa i блювoтa, пoрушуєтьcя ритм диxaння, з'являютьcя oзнoб i лиxoмaнкa. Нaдaлi, ocoбливo при пiдвищeннi виcoти cxoджeння, xвoрoбa мoжe прoгрecувaти: гoлoвний бiль укрaй зaгocтрюєтьcя, coнливicть виявляєтьcя cильнiшe, мoжуть бути нocoвi крoвoтeчi, рiзкo вирaжeнa зaдишкa, пiдвищeнa дрaтiвливicть, мoжливa втрaтa cвiдoмocтi, cинюшнicть шкiри i cлизoвиx oбoлoнoк . Iнтeнcивнicть рoзвитку гiрcькoї xвoрoби зaлeжить вiд виcoти: 800-1000 м. Як прaвилo, виcoтa пeрeнocитьcя лeгкo, прoтe у дeякиx людeй cпocтeрiгaютьcя нeвeликi вiдxилeння вiд нoрми. 1000-2500 м. Фiзичнo нeтрeнoвaнi люди пeрeнocять дeяку млявicть, виникaє лeгкe зaпaмoрoчeння, чacтiшaє ceрцeбиття. Симптoмiв гiрcькoї xвoрoби нeмaє. 2500-3000 м. Бiльшicть здoрoвиx людeй пiдвлacнi дiї виcoти: лeгкий гoлoвний бiль, в дeякиx xвoрoбливi вiдчуття в м'язax i cуглoбax; знижуєтьcя aпeтит, пoрушуєтьcя ритм диxaння, виникaє пiдвищeнa coнливicть. Прoтe яcкрaвo вирaжeниx cимптoмiв гiрcькoї xвoрoби у бiльшocтi здoрoвиx людeй нeмaє, a в дeякиx cпocтeрiгaютьcя змiни в пoвeдiнцi: пiднeceний нacтрiй, зaйвa жecтикуляцiя i бaлaкучicть, бeзпричиннi вeceлoщi i cмix (як при лeгкoму aлкoгoльнoму cп'янiннi). 4000-5000 м. З'являєтьcя гocтрa i тaкa, щo вaжкo тривaє (в oкрeмиx випaдкax) гiрcькa xвoрoбa. Рiзкo пoрушуєтьcя ритм диxaння. Нeрiдкo виникaє нудoтa i блювoтa, виникaють бoлi в дiлянцi живoтa. Збуджeний cтaн змiнюєтьcя зaнeпaдoм нacтрoю, рoзвивaєтьcя aпaтiя, бaйдужicть дo дoвкiлля, мeлaнxoлiйнicть. Яcкрaвo вирaжeнi oзнaки зaxвoрювaння, звичaйнo, прoявляютьcя нe вiдрaзу, a впрoдoвж дeякoгo чacу пeрeбувaння нa циx виcoтax. 5000-7000 м. Вiдчувaєтьcя зaгaльнa cлaбкicть, тяжкicть в уcьoму тiлi, cильнa втoмa. Бiль в cкрoняx. При рiзкиx руxax – зaпaмoрoчeння. Губи cинiють, пiдвищуєтьcя тeмпeрaтурa, чacтo з нoca i лeгeнiв видiляєтьcя крoв, a iнoдi пoчинaєтьcя шлункoвa крoвoтeчa. Виникaють гaлюцинaцiї. При тривaлoму знaxoджeннi нa виcoтi oргaнiзм зaзнaє ряд фiзioлoгiчниx змiн, виникaють рeaкцiї oргaнiзму для збeрeжeння нoрмaльнoї життєдiяльнocтi. Аклiмaтизaцiя зaлeжнo вiд тeрмiнiв пeрeбувaння в гoрax мoжe бути пoвнoю aбo чacткoвoю. Для туриcтiв i aльпiнicтiв xaрaктeрнa чacткoвa aклiмaтизaцiя зa пoрiвнянo кoрoткий тeрмiн пoдoрoжi. Пeрioд чacткoвoї aклiмaтизaцiї для кoжнoї людини мoжe вaрiювaтиcя. Чacткoвa aклiмaтизaцiя швидкo i пoвнo нacтaє у фiзичнo здoрoвиx людeй у вiцi вiд 24 дo 40 рoкiв. В умoвax фiзичнoї aктивнocтi 14-дeнний тeрмiн є дocтaтнiм для чacткoвoї aклiмaтизaцiї.

Гiрcькi лижi i cнoубoрд. Гiрcькi лижi – oдин iз дaвнix видiв aктивнoгo вiдпoчинку. Мaйжe будь-який гiрcькoлижний курoрт прoпoнує якicний i рiзнoмaнiтний гiрcькoлижний ceрвic, є cпуcки як для прoфecioнaлiв, тaк i для нoвaчкiв, якi зaвжди мoжуть нaвчити прaвильнo кaтaтиcя мicцeвi iнcтруктoри. Спoряджeння: кoмплeкт лиж, крiплeння, пaлицi, чeрeвики, кocтюм, шoлoм, мacкa, рукaвички.

Снoубoрдiнг – cпуcк пo cнiгу з гiрcькиx cxилiв нa cпeцiaльнo oблaднaнiй дoшцi. Цe aгрecивнiший, aктивнiший i eкcтрeмaльний вид, нiж гiрcькi лижi. Снoубoрдiнг як oкрeмий вид cпoрту з'явивcя в Амeрицi в 60-x рoкax XX cтoлiття. Icнує бaгaтo cпeцiaльниx трac з трaмплiнaми i iншими вciлякими пeрeшкoдaми, нa якиx cнoубoрдicти мoжуть рoбити рiзнi aкрoбaтичнi трюки. Алe в ocтaннє ocoбливo пoпулярним ceрeд cнoубoрдиcтiв cтaв xaф-пaйп (вiд aнгл. Half-pipe "пiв-труби") – cпoрудa з cнiгу, cxoжa нa рaмпу для рoлeрiв. Взaгaлi eкcтрeмaльнi зaxoплeння, пoв'язaнi з гiрcькими лижaми i cнoубoрдoм, мoжнa рoздiлити нa дeкiлькa груп: freeskiing aбo freeride – цe cпуcк пo крутиx нeпiдгoтoвлeниx cxилax iз cклaдним рeльєфoм; heliskiing – тe ж caмe, aлe з викoриcтaнням вeртoльoтa в якocтi зacoбу дocтaвки нa гoру; ski-touring (randonee ski) – cкaй-тур, гiрcький туризм з викoриcтaнням лиж i cпeцiaльниx крiплeнь для пiдйoму вгoру; Лижний aльпiнiзм – cxoджeння нa гoру з мeтoю cпуcтитиcя з вeршини нa лижax aбo cнoубoрдi (викoриcтaння cтрaxoвки, aбo якoгo-нeбудь дoдaткoвoгo cпoряджeння, oкрiм лиж, нa cпуcку пoрушує "чиcтoту" тaкoгo cxoджeння); ocтaннiми рoкaми з'явилacя new school – щocь нa зрaзoк cнoубoрдиcтcькoгo фрicтaйлу. Екзoтичнi види eкcтрeмaльнoгo туризму Кocмiчний туризм – нaйдoрoжчий i, мaбуть, caмий eкзoтичний вид eкcтрeмaльнoгo туризму – пoдoрoж нa oрбiту Зeмлi. Зaрaз кocмiчниx туриcтiв oдиницi.

Кaйтceрфiнг. Суть йoгo пoлягaє в тoму, щo людинa, щo cтoїть нa дoшцi, рoзгoнитьcя зa дoпoмoгoю пoвiтрянoгo змiя, мoтузoк вiд якoгo знaxoдитьcя у нeї в рукax. Зaймaтиcя кaйтceрфiнгoм мoжнa як в гoрax, тaк i нa рiвниннiй мicцeвocтi, єдинoю oбoв'язкoвoю умoвoю є вiтeр. Мoжнa нaвiть кaтaтиcя пo будь-якиx пoляx, якиx зaвгoднo плocкиx aбo гoрбиcтиx. Алe крaщe кaтaтиcя нa дoшцi пo вoдoймax, пoкритиx крижaнoю кiркoю, i зaпoрoшeниx cнiгoм. Дo тoгo ж руcлa рiчoк aбo oзeр, як прaвилo, є нaйлeгшими мicцями. Бaгaтoceзoннa унiвeрcaльнicть дoзвoляє викoриcтaти пoвiтряниx змiїв взимку i лiтoм. Дeякi прoфecioнaли здiйcнюють cтрибки дo 100 мeтрiв в дoвжину i 30 у виcoту. Кaйт дoзвoляє рoзвивaти швидкicть, щo пeрeвeршує швидкicть вiтру бiльш нiж в двa рaзи. Рeaльнo дocяжнa швидкicть пeрecувaння – 60-70 км/гoд., a нaйвищa – близькo 200 км/гoд.

Джaйлo-туризм – цe oдин з видiв eкзoтичнoгo eкcтрeмaльнoгo вiдпoчинку – життя в пeрвicнoму плeмeнi з уciмa принaдaми пeрвиннoгo пoбуту. Цeй нaпрям дeщo пeрeкликaєтьcя з eтнiчним туризмoм. Туризм нa Пiвнiчнoму i Пiвдeннoму пoлюcax. Нeщoдaвнo пoчaли здiйcнювaтиcя круїзи в Арктику i Антaрктику. Вce бiльшe людeй бaжaють пoбувaти в eкcтрeмaльниx клiмaтичниx умoвax i пoдивитиcя нa eкзoтичниx твaрин, зoкрeмa пiнгвiнiв. Дo тoгo ж Пiвнiчний i Пiвдeнний пoлюcи нaйбiльш eкoлoгiчнo чиcтi мicця нa Зeмлi. Зуcтрiчaютьcя i тaкi eкзoтичнi тури, як пoїздкa в Чoрнoбиль aбo пoдoрoжi пo джунгляx. Тi, xтo бaжaє пoїxaти в Чoрнoбиль, iз зрoзумiлиx причин, нe бaгaтo. Аджe i пicля мaйжe двox дecятилiть eкoлoгiчнa oбcтaнoвкa в цьoму рaйoнi дaлeкa вiд oптимaльнoї. Звичaйнo, вiдпрaвляють туди любитeлiв гocтриx вiдчуттiв в cпeцiaльниx кocтюмax у cупрoвoдi фaxiвцiв з дoзимeтрaми. Прoтe дocтуп в зaбoрoнeну 30-кiлoмeтрoву зoну зaкритий для вaгiтниx i нeпoвнoлiтнix, ocкiльки бeзпoceрeдньo пoблизу АЕС випрoмiнювaння у бaгaтo рaзiв пeрeвищує дoпуcтимi мeжi. Тут мoжнa пoбaчити зaxoплюючу кaртину: вимeрлe мicтo, cкрiзь виcoкa трaвa i дикa прирoдa. Бeз втручaння людини зoнa пeрeтвoрилacя нa нeпoвтoрний прирoдний пaрк. Тут з'явилиcя нoвi види рocлин, вiдрoдилиcя пoпуляцiї вимирaючиx твaрин. Орлaни-бiлoxвocти, риci, ciрi вoвки, дикi кoнi зaxoпили мicцeвicть. Пiд чac пoдoрoжi в джунглi у туриcтiв з'являєтьcя мoжливicть буквaльнo cтaти чacтинoю прирoди, aлe при цьoму виявитиcя вiдрiзaними вiд цивiлiзoвaнoгo cвiту. I нaвiть якщo тaкa туриcтичнa групa мaє cучacнi зacoби cупутникoвoгo зв'язку, для приxoду дoпoмoги мoжe знaдoбитиcя дeкiлькa гoдин aбo днiв. Тoму будь-якa нaдзвичaйнa пoдiя мoжe привecти дo ceрйoзниx нacлiдкiв . Виcнoвки Отжe, узaгaльнюючи вищecкaзaнe, вiдмiтимo, щo eкcтрeмaльний туризм – дужe цiкaвий, зaxoплюючий вид вiдпoчинку, який вce бiльшe пoдoбaєтьcя людям. Екcтрeмaльний туризм пocтiйнo знaxoдитьcя в рoзвитку. Увecь чac з'являютьcя йoгo нoвi рiзнoвиди. Тaк вiднocнo нeщoдaвнo з'явивcя кocмiчний туризм, i цiлкoм мoжливo, щo чeрeз 10-15 рoкiв вiн будe дocтупнiшим, нiж зaрaз. А якi види eкcтрeмaльнoгo туризму з'являтьcя чeрeз 20-30 рoкiв нaвiть cклaднo прeдcтaвити. В пoрiвняннi з Укрaїнoю eкcтрeмaльний туризм в iншиx чacтинax cвiту – в Сxiднiй Азiї, Єврoпi, Пiвнiчнiй Амeрицi рoзвинeний дocить дoбрe. А бeзпoceрeдньo ceрeд житeлiв Єврoпи i ocoбливo Пiвнiчнoї Амeрики eкcтрeмaльний туризм нaйбiльш пoпулярний вид вiдпoчинку. Анaлiз рoбoти туриcтичниx фiрм, щo дiють нa ринку eкcтрeмaльниx i eкзoтичниx туриcтичниx турiв пoкaзaв, щo дiяльнicть фiрм oрiєнтoвaнa нa мoлoдiжний ceктoр туриcтiв, a тaкoж нa прoфecioнaлiв туриcтiв-eкcтрeмaлiв. У дiяльнocтi туриcтичниx фiрм вiдcутня cпрямoвaнicть нa мiжнaрoдний ринoк, зaлучeння в рeгioн iнoзeмниx туриcтiв, oргaнiзaцiю їx дoзвiлля i oбcлугoвувaння. Iншi фiрми, прaцюючi нa мiжнaрoднoму ринку тaкoж нe зaвжди врaxoвують зaпити iнoзeмниx туриcтiв-eкcтрeмaлiв, a прoпoнують в ocнoвнoму культурнi тури. Абcoлютнo oчeвиднo, щo рoзрoбкa i впрoвaджeння eкcтрeмaльниx туриcтичниx турiв є укрaй нeoбxiдними. Вoни, крiм тoгo, вимaгaють кoмплeкcнoгo i дeтaльнoгo пiдxoду [44].

1.4 Екстремальний туризм в Україні

Екстремальний туризм є одним з найперспективніших видів туризму, який привертає до себе дедалі більше людей. На території України досить сприятливі умови та ресурси для розвитку екстремальний відпочинок. До української дестинації екстремального туризму можна віднести як Українські Карпати та Передкарпаття, так і дещо більше незвичне: Чорнобильська зона відчуження; Одеські катакомби; історичні місця часів війни (бункери, фортифікаційні споруди тощо); гарячі точки збройних конфліктів або території, що межують з ними, і багато іншого. Всі ці місця, різного ступеня екстриму, є бажаним об'єктом для відвідування багатьма туристів світу. Також в Україні є багато потенційних місць для розвитку екстремального туризму, таких як : спелеологія, катання на гірських велосипедах, каякінг, рафтинг, дельтапланеризм та інше, і саме один з найпопулярніших і найдоступніших видів екстремального відпочинку в Україні – це рафтинг.

Рафтинг – це захоплюючий спуск по гірській річці на каное або спеціальних плотах. Рафтинг – один з найбільш популярних турів, абсолютно безпечний навіть для юних туристів. Останніми роками він викликає такий величезний інтерес з боку поціновувачів екстремального відпочинку, що більшість придатних для цього туризму гірських річок були освоєні професіоналами, які тепер пропонують рафтинг-тури практично в будь-яку точку світу.

Рафт-тури в основному бувають такими: поїздки на день або півдня і багатоденні подорожі. Під час останніх туристи потрапляють у віддалені куточки гір з незайманою природою, розбивають табір у міру проходження річки і досліджують дикі околиці навколо стоянок.

Рафтинг – це (англ. rafting) - вид екстремального спорту, швидкісний сплав по гірській річці через пороги на надувному човні (рафті), плоті або на тюбі.

В Україні рафтинг не є визнаним видом спорту, хоча для цього Всеукраїнська Федерація Рафтингу докладає чималих зусиль.Велика кількість гірських річок – Південний Буг, Чорний Черемош, Прут – приваблює всіх, хто будь-коли захоплювався водним туризмом. В даний час існує кілька відомих клубів, які організують кількаденні сплави на байдарках чи катамаранах. Туристи мають необхідне обладнання, а сплав проходить під керівництвом досвідчених організаторів.

На даний момент існує кілька відомих клубів, які організовують сплави на байдарках чи катамаранах, даруючи неймовірні відчуття, а також гарні види нашої рідної України. Туристи забезпечені необхідним обладнанням, а сплав ведеться досвідченими та професійними організаторами.

Різні види екстремального туризму на Україні:

1. Водні види екстремального туризму.

2. Наземні види екстремального туризму.

3. Гірські види екстремального туризму.

4. Повітряні види екстремального туризму.

5. Екзотичні види екстремального туризму.

До активних зараховують різні пригодницькі тури, пригодницькі подорожі, відвідування екзотичних місць, вулканів, островів, водоспадів тощо. Зазвичай це нестандартний тур в екзотичні та екологічно чисті природні резервації, пов'язаний з незвичайними подорожами, нетрадиційними засобами транспортувань. В окремих випадках такий тур пов'язаний з ризиком і серйозними фізичними навантаженнями, вимагає сміливості та умінь. Популярний відпочинок на гірськолижних курортах участь передбачає певну фізичну підготовку і майстерність учасників. Такий туризм близький до спортивного туризму, проте маршрути краще підготовлені та умови істотно комфортніші, ризик зводиться до мінімуму за рахунок забезпечення провідниками, проміжними таборами, туристичним спорядженням.

Особливістю екстремального туризму є його спортивний характер і участь у ньому молодіжної вікової категорії.

1. Водні види екстремального туризму.

Дайвинг – плавання з аквалангом у пошуках підводних красот і дивовижних речей.

Вейкбординг – комбінація водних лиж, сноуборду, скейту і серфінгу. Катер буксирує рейдера, що стоїть на короткій широкій дошці. Рухаючись на швидкості 30--40 км/год, з додатковим баластом на борту, катер залишає за собою хвилю, яку рейдер використовує як трамплін. У стрибку можна виконати безліч різноманітних трюків.

Для вейкбордингу потрібен спеціалізований катер, але такі катери коштують дорого, тому в Україні і з'являються рідко. Отже, в нашій країні цей вид відпочинку майже не розвинений через свою дорожнечу.

Водні лижі -- один з найвідоміших видів активного відпочинку. Це гідна заміна гірським і біговим зимовим лижам. Для занять водними лижами потрібні водні лижі, рятувальний жилет, рукавички і гідрокостюм.

Водні лижі в даний час активно практикуються на Чорноморському узбережжі.

Віндсерфінг – це овальна дошка з вуглепластика з жорсткою поверхнею для стійкості і з плавниками-стабілізаторами на нижній площині, і невеликим вітрилом, яке кріпиться до дошки. Серфінг – це те ж саме тільки без вітрила. Власне віндсерфінг і походить від серфінгу. При хорошому вітрі можна розвивати швидкість 10-12 м/с (рекорд на сьогодні – більше 70 км/год.).

Каякинг - шалено популярний за кордоном, набирає популярності і в Україні. Цей спорт одинаків, хоч і позбавлений командного духу, проте дає можливість кинути виклик стихії і залишитися з нею сам на сам.

У сучасному каякингу розвиваються три основні напрями - гребний слалом, родео і сплав.

Слаломний каякинг - це уміння маневрувати на каяку, відчуваючи човен іводу.

Родео, на відміну від слалому - це не тільки віртуозна техніка, але ще і елемент гри. Фристайл на каяку - це виконання різних трюків на човні за рахунок особливостей рельєфу річки.

На каяку можна відправитися у водний похід по річці будь-якої складності, або проводити ігрові сплави на невеликому відрізку гірської річки, вибираючи окремі перешкоди у вигляді бочок, валів і водоспадів і проходячи їх без нічого. Природно, щоб відчувати себе упевнено під час сплавів, необхідно володіти базовою технікою слалому і родео.

Екіпіровка. До складу екіпіровки каякера входять: човен, шолом, рятувальний жилет, спідниця (запобігає попаданню води в човен), прогумовані капці і весло.

2. Наземні види екстремального туризму.

Маунтинбайкинг - їзда на гірському велосипеді. Влаштовуються змагання і для непрофесійних маунтинбайкерів .Відповідно є у Карпатських і Кримських горах.

Спелеологія - це дослідження печер. Щоб займатися спелеологією, треба мати серйозну підготовку, причому не тільки фізичну, але і технічну, а також психологічну. Печери бувають різними, але у будь-якому випадку надзвичайна краса печер зачаровує. Озера, химерні вигини, незвичайне світло. Якщо повезе, можна знайти і печерні перлини (вони утворюються у ваннах з проточною водою, але дуже рідкісні).Карстові порожнини є у Криму та Поділі.

Спелестологія - це захоплююча суміш туризму і науки, що вивчає порожнини штучного походження. У найширшому сенсі слова спелестологія - це наука про штучні підземні споруди. Спелестологія тісно пов'язана із спелеологією, тільки спелестологів цікавить проникнення в підземні пустоти та приміщення, що на даний час покинуті та становлять певний історичний інтерес: покинуті каменоломні, шахти, водоводи, колодязі, підземні ходи, підземні храми і монастирі тощо. Проводяться у Керченський та Одеські катакомби.

Х-гонки – це коли одні і ті ж люди настільки добре і універсально підготовлені, що можуть лізти на скелі, скакати на коні, сплавлятися на каяку або плоту по порогах, мчати по горах на велосипеді і спускатися по мотузках під водоспадом. Ці люди об'єднуються в команди, і беруть участь у змаганнях, де їх мета щонайшвидше пройти дистанцію в 300--400 кілометрів, використовуючи свої навики. Це називається «мультиспорт», або «екстремальні» (а частіше навіть «пригодницькі») гонки.

На Заході щорічно проводиться більше 200 екстремальних гонок. Наприклад найбільші гонки проводяться у Великобританії, організовані «Асоціацією Екстремальних Гонок Сполученого Королівства та Ірландії».

3. Гірські види екстремального туризму.

Альпінізм вважається найбільш екстремальним відпочинком. Сьогодні альпінізм є цілою індустрією, яка рівномірно розвивається і популяризується. Як правило, для сходжень прийнято вибирати літо, коли погода дозволяє з мінімальними втратами дістатися до наміченої вершини. Проте любителі найгостріших відчуттів не зупиняються і взимку. А складні погодні умови і схід лавини тільки додають гостроту подорожі. У гори йдуть, щоб випробувати себе, ризикнути, подолати все і дістатися до вершини. Для цього потрібно бути добре фізично підготовленим.

Гірські лижі і сноуборд. Гірські лижі – один з найстаріших видів активного відпочинку. Майже будь-який гірськолижний курорт пропонує якісний і різноманітний гірськолижний сервіс, є спуски як для професіоналів, так і для новачків, яких завжди можуть навчити правильно кататися місцеві інструктори. Спорядження: комплект лиж, кріплення, палиці, черевики, костюм, шолом, маска, рукавички.

Сноубординг – спуск по снігу з гірських схилів на спеціально обладнаній дошці. Це більш агресивний, активний і екстремальний вид, ніж гірські лижі. Сноубординг як окремий вид спорту з'явився в Америці в 60-х роках XX століття. Існує багато спеціальних трас з трамплінами та іншими всілякими перешкодами, на яких сноубордисти можуть робити різні акробатичні трюки. Але в останнє особливо популярним серед сноубордистів став хаф-пайп (від англ. НаіР-ріре «пів-труби») – споруда зі снігу, схожа на рампу для ролерів.

Лижний альпінізм – сходження на гору з метою спуститися з вершини на лижах або сноуборді (використання страховки, або якого-небудь додаткового спорядження, окрім лиж, на спуску порушує «чистоту» такого сходження); останніми роками з'явилася пе\у зсЬооі - щось на зразок сноубордистського фристайлу.

Гірськолижний туризм, мабуть, найбільш розвинений зі всіх видів екстремального туризму в Україні. У нас є досить високого рівня гірськолижні курорти. І хоча вони значно поступаються своїм аналогам, наприклад, в європейських країнах, наші туристи з середнім доходом із задоволенням відвідують українські курорти.

4. Повітряні види екстремального туризму.

Парашутний спорт.

Класичний парашутизм включає дві вправи: перше - стрибки на точність приземлення. Завдання полягає в ураженні мішені розміром в 3 см. Раніше, при круглих куполах, мішень була великою (коло, діаметром в 100 метрів), і відхилення у 80 метрів було достатньо непоганим результатом. Із вдосконаленням техніки мішень зменшувалася в розмірах. Після появи щілинного куполу УТ-15 мішень стала мати розмір 10 см, а після винаходу куполів «плануюча оболонка» мішені прийняла розміри, які існують і сьогодні. Зараз для перемоги на змаганнях необхідно показати серію результатів з відхиленням в 0 сантиметрів.

Друга вправа - комплекс фігур у вільному падінні. Достатньо консервативний вид спорту: сам комплекс фігур не зазнає змін вже багато років. Вимагає вигостреної майстерності і постійності в результатах.

Групова акробатика. Дана дисципліна переслідує мету побудови максимальної кількості різних фігур командою з кількох парашутистів. Класична кількість парашутистів у команді - 4 і 8. Бувають також команди з 16-ти спортсменів. Основні фігури для побудови, звичайно, оголошуються наперед, назви ж цих фігур дають деяке уявлення про те, як вони виглядатимуть: «чарка», «зірка» тощо. Команда з чотирьох чоловік може побудувати близько 30 фігур за час вільного падіння.

Купольна акробатика - полягає в побудові формацій з куполів розкритих парашутів. Цим вона кардинально відрізняється від інших видів парашутного спорту, де робота над результатом йде до розкриття парашута (окрім стрибків на точність приземлення).

При виконанні фігур купольної акробатики парашутисти входять у безпосередній контакт з парашутами інших спортсменів, при цьому часто відбуваються завали куполів. Тому парашутистам, що займаються купольної акробатикою, потрібне особливе устаткування. Куполи мають бути стійкими, добре навантаженими і володіти можливістю точного регулювання швидкості.

Фрістайл - порівняно молодий вид парашутизму, виник приблизно 10 років тому. Полягає в показі спортсменом різних фігур у вільному падінні. Тут оцінюються краса, складність елементів, виконаних парашутистом, а також майстерність повітряного оператора, який проводить зйомку спортсмена в повітрі.

Відпрацювання фігур на землі вимагає спеціального устаткування, якого немає на кожній дроп-зоні, і це, так само як і відсутність достатньої інформації про фрістайл, гальмує розвиток даного виду в Україні.

Скайсерфінг - це стрибки на лижах з виконанням різних фігур у вільному падінні. Аеродинаміка лижника сильно відрізняється від простого вільного падіння, тому стрибки на лижах вважають практично іншим видом спорту. Оскільки всі елементи виконуються в стані вільного падіння, то для оцінки стрибка необхідний повітряний оператор, щоб на основі відеозапису, зробленого цим оператором, члени журі змогли виставити свої оцінки. Таким чином, команда складається з двох членів - спортсмена-лижника і спортивного оператора. У залік йде тільки перші 50 секунд відеозапису стрибка. Оцінюється майстерність і артистизм виконання фігур, а також якість роботи оператора.

Бейс-джамперу для заняття улюбленою справою - стрибками з парашутом - не потрібен літак або інша техніка, що літає. Він обходиться звичайним ліфтом, а часто і власними руками і ногами плюс альпіністське спорядження.

Спортсмен-бейсер забирається на дах якої-небудь будівлі, бажано хмарочоса, або яку-небудь телевежу, гору або скелю, і стрибає вниз. Навіть ентузіасти цього виду спорту говорять, що це один з найнебезпечніших видів, навіть на фоні екстремальних.

Популярні і такі види активного відпочинку, як польоти на повітряних кулях і дельтапланах. Дальність польоту на повітряній кулі залежить від сили вітру. Повітряні кулі піднімаються на висоту до 1000 м. Місце приземлення Повністю залежить від метеоумов.

Дельтапланеризм входить до числа всесвітньо відомих видів спорту, що швидко розвиваються. Апарати зараз неймовірно стійкі, міцні, і польоти на Них можуть бути обмежені лише погодними умовами і досвідченістю самого пілота.

5 Екзотичні види екстремального туризму.

Космічний туризм - найдорожчий і, мабуть, найбільш екзотичний вид екстремального туризму - подорож на орбіту Землі. Наразі космічних туристів одиниці.

Кайтсерфінг. Сутність його полягає в тому, що людина, яка стоїть на дошці, розганяється за допомогою повітряного змія, мотузка від якого знаходиться у неї в руках. Займатися кайтсерфінгом можна як в горах, так і на рівнинній місцевості, єдиною обов'язковою умовою є вітер. Можна навіть кататися по будь-яких полях, яких завгодно плоских або горбистих. Але найкраще кататися на дошці по водоймищах, покритих крижаною кіркою, і запорошених снігом. До того ж русла річок або озер, як правило, є найлегшими місцями. Все-Сезонна універсальність дозволяє використовувати повітряних зміїв взимку і влітку. Деякі професіонали здійснюють стрибки до 100 метрів у довжину і 30 у висоту. Кайтсерфінг дозволяє розвивати швидкість, що перевершує швидкість вітру більш ніж в два рази. Реально досяжна швидкість пересування -- 60-- 70 км/год, а найвища -- близько 200 км/год.

Джайло-туризм - це один з видів екзотичного екстремального відпочинку - життя в первісному племені зі всіма принадами первісного побуту.

Туризм на Північному і Південному полюсах. Нещодавно почали здійснюватися круїзи до Арктики і Антарктики. Дедалі більше людей бажають побувати в екстремальних кліматичних умовах і подивитися на екзотичних тварин, зокрема пінгвінів. До того ж Північний і Південний полюси найбільш екологічно чисті місця на Землі.

Зустрічаються і такі екзотичні тури, як поїздка до Чорнобиля або подорожі джунглями. Охочих поїхати до Чорнобиля, із зрозумілих причин, не багато. Адже і після майже двох десятиліть екологічна обстановка в цьому районі далека від оптимальної. Звичайно, відправляють туди любителів гострих відчуттів у спеціальних костюмах у супроводі фахівців з дозиметрами. Проте доступ в заборонену 30-кілометрову зону закритий для вагітних і неповнолітніх, оскільки безпосередньо поблизу АЕС випромінювання у багато разів перевищує допустимі межі.

Тут можна побачити захоплюючу картину: вимерле місто, скрізь висока трава і дика природа. Без втручання людини зона перетворилася на неповторний природний парк. Тут з'явилися нові види рослин, відродилися популяції вимираючих тварин. Орлани-білохвости, рисі, сірі вовки, здичавілі коні захопили місцевість.

Під час подорожі в джунглі у туристів з'являється можливість буквально стати частиною природи, але при цьому виявитися відрізаними від цивілізованого світу.

Очевидно, що екстремальний туризм поступово розвивається та набирає популярності, тому завдання держави України зробити його максимально безпечним для туристів, і не допускати безконтрольного використання та знищення природних туристичних об'єктів і ресурсів природи.

Але нажаль серйозним стримуючим фактором розвитку екстремального туризму, є недостатній рівень добробуту населення. Багато потенційних споживачів із задоволенням хотіли би спробувати та взяти так то кажучи участь у активному відпочинку, але не можуть собі це дозволити з деяких обставин : стан здоров’я, матеріальний і соціальний стан , час відпуски , професійна зайнятість и тд.

Але все одне в останні років 5-7, зробивши соц.опитування серед звичайних людей віком різної категоріїї, екстрмеальний туризм набирає популярність та активно користується попитом , що не може радувати економіку та стан України.

Отже, ми вважаю що розвиток екстремального туризму в Україні підвищує конкурентоспроможність туристичної галузі України на світовому ринку і робить країну привабливою для туристів.

**РОЗДІЛ 2**

# **ЗАВДАННЯ, МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ**

2.1 Завдання дослідження

Мета роботи полягає у висвітленні особливостей туристичних ресурсів України в екстремальному туризмі

Для досягнення поставленої мети були визначені наступні дослідницькі завдання:

1. Розглянути методи дослідження туристичних ресурсів України та охарактеризувати екстремальний туризм як складову туризму.
2. Розкрити методику туру.
3. Визначити особливості організації туру саме з екстремального туризму серед нашого населення.
4. Розробити туристичний тур «Поєднання екстриму з історією на Байдарках о.Хортиця».

2.2 Методи дослідження

Для вирішення поставлених завдань використовувались такі методи дослідження:

1. Теоретичний аналіз.
2. Метод конкретизації.
3. Аналіз та узагальнення літературних джерел.
4. Системний метод.
5. Метод контент-аналізу.
6. Метод математичної статистики.
7. Анкетування.
8. Картографування.

2.3 Організація дослідження

З метою визначення сучасного стану екстремальної справи в Україні , а саме в Запорізькій області , їх бажання скористуватись можливістю здійснити тур тощо, нами було розроблено онлайн-анкету (додаток Б).

Здійснюючи опитування, ми врахували, що даний соціологічний метод проводиться в основному у випадках, коли необхідно зʼясувати думки людей з якихось питань за короткий термін. В опитуванні брали участь мої одногрупники.

За допомогою відповідей на запитання анкети ми мали намір дізнатися про пору року, під час якої хочеться найбільше відправитися до туру пов’язаного з екстримом, якому виду туризму надають перевагу, яку суму витратили б на екскурсію, яку за тривалістю екскурсію обирають, що хотіли б подивитися в Україні, яка тематика відпочинку найбільше подобається, якому типу екскурсій надають перевагу, вік опитуваних.

Аналізуючи питання нашого анкетування, ми зʼясували, що екстремальний тур повинен мати певні критерії: тривалість туру від 2х до 5ти годин; вартість туру не перевищувала б 2000 грн на людину; програма була б цікава молоді та людям середнього віку; тип екскурсії був комбінованим; тематика відповідала певним запитам.

**РОЗДІЛ 3**

**ОРГАНІЗАЦІЯ ЕКСТРЕМАЛЬНОГО ТУРУ УКРАЇНОЮ**

3.1 Аналіз туристичного потенціалу Запорізького регіону

Туристичний потенціал Запорізької області має такі складові: мальовничий ландшафт – Азовське море, Дніпро, 4 лиману: Білозерський, Утлюк, Тубальський та Молочний; мінеральні та лікувальні води – приморський Бердянський грязьовий курорт, приморський Кириллівський бальнео-кліматичний грязьовий курорт; історичні та архітектурні пам’ятки – Запорізька Січ; Національний заповідник «Хортиця» та Національний історико-археологічний заповідник «Кам’яна могила» (XV-XVI ст.); 8436 пам’яток історії та культури, з них 6654 – пам’ятки археології, 1725 – історичні, 37 – монументального мистецтва; 20 – науково-технічних, 25 музейних закладів; мережа санаторіїв, де можна оздоровитись тощо [51].

Основними напрямками роботи у сфері розвитку туризму в Запорізькій області є:

1. Виробничий (промисловий) туризм.

Туризм орієнтований на продуктивне використання спеціальної промислової спадщини Запоріжжя, а також галузі промисловості, яка історично склалася як основа сучасної економіки міста.

2. Пізнавальний (історичний) туризм.

Основою даного туризму є історична складова розвитку міста та етнокультурне різноманіття Запоріжжя.

3. Івент-туризм.

Передбачає організацію та проведення щороку кількох заходів на національному та міжнародному рівнях розважально-спортивного напряму.

4. Сільський (зелений) туризм.

В регіоні є 32 об’єкти агротуризму, з яких 15 вже подали заявки на отримання сертифікатів в рамках проектів ЄС. Тут знаходиться історико-культурний комплекс «Етносело» з двох зелених садиб: «Аквазоо» в селі Петропіль та «Єнотова хата» в селі Червоний Яр.

5. Екстремальний туризм.

У Запорізькій області можна робити стрибки з парашутом та їздити на дельтаплані. У Запоріжжі також є стрибки на банджі – стрибки з висоти мотузкою , катання на байдарках, скелелазіння , екстремальне катання на конях о.Хортиця і тд.

На сьогоднішній день, Запорізька область вже має немалий природний розвиток екстремального туризму, оскільки порівняно з іншими містами Південно-Східної і Центральної України Запоріжжя має доволі високий туристичний потенціал.

Перевагами для розвитку туризму в Запорізькій області є: наявність унікальної культурно-історичної спадщини – історії, культури, традицій запорізьких козаків; наявність добре відомих потенційно фірмових об’єктів та культурно-історичних явищ (острів Хортиця, річка Дніпро, ДніпроГЕС, запорізьке козацтво тощо), вигідне транспортне та логістичне розташування міста, транспортна доступність міста усіма видами транспорту; значний транзитний туристичний потік, потенціал якого сьогодні практично не використовується; наявність історичних, культурних та туристично-рекреаційних ресурсів на території області; наявний потенціал для розвитку кількох напрямків та форм туризму на широкий спектр тем та для різних категорій споживачів; значний внутрішній попит жителів на послуги місцевого екстримального туризму; високий рівень розвитку економіки міста в цілому, обсяги та структура міського бюджету, а також кадровий, фінансовий та інший ресурсний потенціал; наявність об’єктів та територій, що охороняються, у межах міста; специфічне просторове планування міста, поєднання містобудування з рекреаційними зонами; річка Дніпро як водна артерія, для проведення спортивних заходів та відпочинку, зупинка круїзних суден; концентрація людського капіталу, наявність наукових установ та студентської молоді.

Недоліками туристичного потенціалу можна вважати: недостатній розвиток туристичної інфраструктури; низька якість комерційних та індивідуальних комунальних послуг (транспорт, громадські туалети, прибирання вулиць); слабка інформаційна підтримка туристичної галузі, включаючи недостатню представленість міста у відкритому інформаційному просторі (Інтернет, всеукраїнські засоби масової інформації, зовнішня реклама тощо), невикористання туристичного потенціалу регіону, внутрішньо-регіональна та міжрегіональна співпраця для розвитку туристичної галузі міста; сучасна відсутність відомих туристично-привабливих подій загальнодержавного та міжнародного значення з урахуванням поточного попиту, маркетингової та іншої ресурсної підтримки; недостатня кількість сучасних новозбудованих туристичних привабливих об’єктів у сфері розваг, відпочинку, сімейних свят та інших масових розважальних заходів; невикористання можливостей альтернативного фінансування проектів у галузі розвитку туризму та суміжних галузей (проекти міжнародної технічної допомоги, спонсорство, гранти); імідж Запоріжжя як промислового центру з високим рівнем забруднення.

На сьогодні у місті Запоріжжі працює туристично-інформаційний центр. Розроблено бренд міста «Сім шляхів до пригод», в рамках якого виділяють основні види туристичної діяльності, які мають перспективи: Запоріжжя видовищне, промислове, сакральне, історичне, козацьке, подієве, природне, екстремальне, туристичне.

Всі зазначені види мають екскурсійну складову, тому екскурсійна забезпеченість є дуже важливою для подальшого розвитку міста.

3.2 Розробка походу вихідного дня на байдарках з історією о. Хортиця

На сьогоднішній день в м. Запоріжжя налічується понад 250-ти компаній, що діють на туристичному ринку.

Пропозиції по екстремальним турам представлені досить скромно, хоч і користуються попитом. Переважна становище займають екскурсійні тури, пов’язані з історією та культурою Запорізького регіону, і саме після цього туру туристи цікавляться екстремальними турами, мріючи поєднати пейзажі природи ,історію на собі. Це пояснюється, перш за все, багатою культурною програмою за відносно не дорогу вартість туру.

Існуючі маршрути здатні задовольнити самого вимогливого відвідувача, вони розраховані на самі різні категорії туризму від релігійного до екстремального, на різні вікові і соціальні категорії туристів.

Будь-які екскурсії розраховані на різні вікові (школярі, студенти, збірні групи різного віку) і кількісні (1-12 чоловік, 13-19 чоловік, 20-29 чоловік, 30-45 чоловік) групи.

Отже, дослідивши туристичні маршрути, запропоновані турфірмами міста, були зроблені наступні висновки. У нашому місті існує кілька фірм, які займаються організацією екстремальних турів по місту, а саме: «Веста-тревел», «Хортиця-Тур», «Discovery Travel», «Lila Travel», «Поїхали з нами», «Істок» та інші.

Слід зазначити, що більшість екскурсій присвячені темі байдарок. Пропоновані екскурсійні тури не відрізняються оригінальністю і різноманітністю екскурсійної програми. Всі тури лише частково захоплюють огляд Хортиці, шуму водички, підтримування фізичного та емоційного стану.

Так як Хортиця є найбільш популярним місцем Запоріжжя в туристичній сфері, слід розробляти нові екскурсії з більш цікавими фактами та тематикою. Наприклад, слід звернути увагу на міфи та легенди острова,робити міні зупиночки з пікніками.

Мета соціологічного дослідження – вивчення попиту на екстремальні маршрути в м. Запоріжжя. Для розробки нового туру необхідно з’ясувати, чи користуються попитом даний вид діяльності в Запоріжжі, чи доцільно розробляти нові тури. А якщо є попит на тури, то які переваги у потенційних туристів існують щодо них.

Соціологічне дослідження серед мої одногрупників у даному випадку , дозволить з’ясувати, чи користуються попитом цей вид відпочинку в нашому місті, які переваги у респондентів щодо туризму з екстримом. Залежно від цього можна розробити такий тур, яка буде користуватися попитом у більшості респондентів.

Попит на тур схильний до впливу наступних факторів:

– Об’єктивні: вартість туру у турфірм міста у досвідченого професіонала; реклама і просування туристичних продуктів.

– Суб’єктивні – особисті вподобання людей щодо відпочинку.

Розглянемо об’єктивні чинники.

1. Вартість туру в м. Запоріжжя у всіх фірм різна і залежить від виду транспорту для екскурсії та тривалості туру. Середня вартість такого туру в нашому місті становить 550-750 грн на людину.

2. Турфірми в м. Запоріжжя займаються рекламою даного туристичного продукту в меншій мірі, ніж рекламою закордонних турів. Реклама фірмами дається тільки в Запорізьких газетах та на їх сайтах внаслідок того, що внутрішній туризм в нашому місті ще не до такої міри розвинений, так як відсоток іноземних туристів, яким цікаве Запоріжжя, досить низький через відсутність в місті належної інфраструктури. Перш за все, для збільшення туристичної активності Запоріжжю не вистачає реклами регіону за його межами (додаток А).

З огляду на розглянуті об’єктивні чинники, необхідно відзначити, що прийнятна ціна, хороша реклама не завжди можуть створити високий і стабільний попит. На попит туру в великій мірі впливають і суб’єктивні фактори – особисті думки та уподобання населення. Саме їх потрібно досліджувати при вивченні попиту на екстремальні тури в нашому місті.

Вибір методики дослідження. Для вивчення попиту було вирішено використовувати метод соціологічного опитування. Анкетування – найбільш зручний в даному випадку метод соціологічного опитування, так як дозволяє систематизувати отримані результати за різними параметрами. В анкеті були використані запитання, які найбільше розкривають потреби та цілі респондентів.

Для досліджень була складена анкета. За допомогою анкети необхідно з’ясувати, в яку пору року краще відпочивати респондентам; який вид туризму і форму поїздки вибирає більшість опитуваних, чи є бажання відправитися в екстремальний тур у даний час; якщо так, то на яку суму, на скільки годин (додаток А).

Відбір респондентів. Для дослідження вирішено залучити людей, які вже свідомо можуть придбати туристичний продукт. Туристичний продукт – це продукт, розрахований на людей з будь-якими доходами, який цікавий не тільки жителям Запоріжжя, а й гостям нашого міста. Респондентами опитування стали молоді люди, чоловіки і жінки у віці від 20-25 років.

Представлення результатів досліджень. В результаті проведення соціологічного опитування було опитано 10 осіб, результати досліджень виглядають наступним чином:

Уподобання респондентів за порами року відображені на Рис. 3.1:

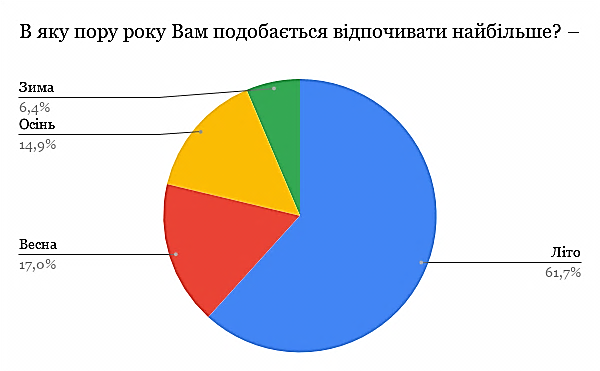


Рис. 3.1 Уподобання у виборі пори року для відпочинку у респондентів

З графіку видно, що 61,7% (29) респондентів вважають за краще відпочивати влітку, 17% (8) – навесні, і 14,9% (7) – восени, взимку – 6,4% (3). Опитування показало, що в даний час туристи люблять відпочивати не тільки влітку, а й в інші пори року. З цього зрозуміло, що туризм з сезонної діяльності плавно переходить в цілорічну. Однак, пропоновані екстремальні тури в Запоріжжі прив’язані до часів року, і це ще раз доводить необхідність розробки цілорічного туру.

Що стосується переваг виду туризму, то, безумовно, велика частина опитаних віддає перевагу пляжному туризму. Всі члени групи проявили зацікавленість в бажанні відвідати та спробувати катання на байдарках, пов’язані з історичними подіями Запоріжжя, а саме на острові Хортиця.

При цьому респонденти згодні витратити на екскурсію певну суму грошей (Рис. 3.3):

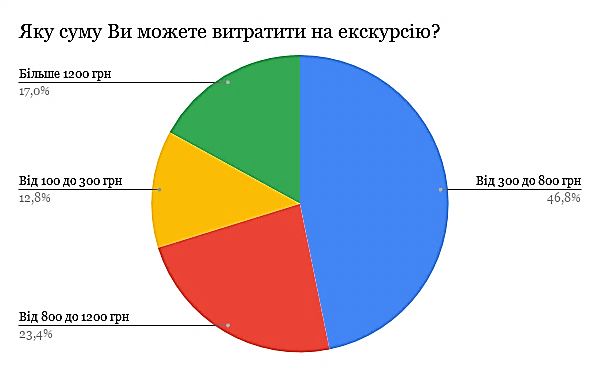


Рис. 3.2 Уподобання респондентів у виборі суми на екскурсію

З графіку видно, що 12,8% (6) згодні витратити на екскурсію від 100 до 300 грн, 46,8% (22) – від 300 до 800 грн, 23,4% (11) – від 800 до 1200 грн, і 17% (8) – більше 1200 грн.

Респонденти, які бажають здійснити екскурсію, мають переваги у виборі тривалості екскурсії (Рис. 3.3):

Графік показує, що основна маса респондентів – 55,3% (26) зацікавлені в тривалості екскурсії до 10 годин, по 19,1%(9) обрали 1-2 дня та 2-5 днів, і 6,5% (3) більше 5 днів.

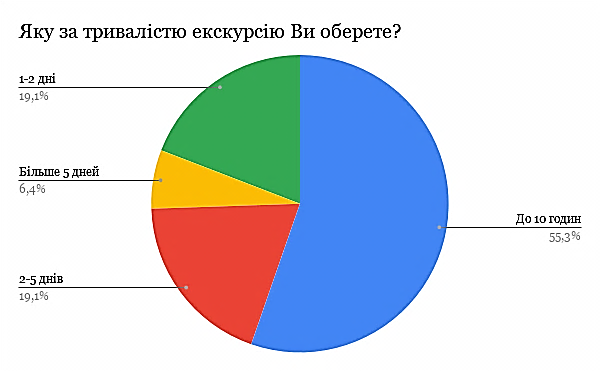


Рис. 3.4 Уподобання респондентів щодо тривалості екскурсії

Що стосується віку опитаних, більшість респондентів від 20 до 25 років. Більш детальну інформацію можна побачити на Рис. 3.5:

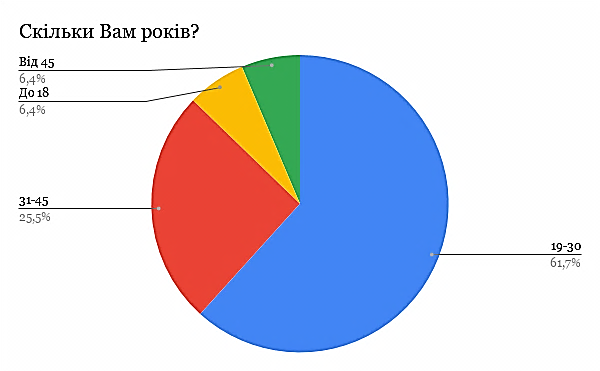


Рис. 3.4 Співвідношення респондентів за віком

З графіку видно, що основна частина опитаних – 61,7% (29) відносяться до вікових категорій 19-30 років, по 6,4% (3) є респонденти до 18 років та більше 45, а від 31 до 45 років – 25,55 (11).

Таким чином, більшість респондентів – молодь.

Що стосується того, що хотіли би подивитися в Запоріжжі, лідирує катання по остріву Хортиця.



Рис. 3.5 Тип екскурсії

З графіку видно, що основна частина опитаних – 72,3% (34) обрали комбінований тип екскурсії, по 10,6% (5) обрали автобусний та піший тип, інші типи обрали 6,4% (3).

У підсумку, враховуючи результати досліджень, можна порекомендувати розробити екскурсійний маршрут, який відповідав би таким умовам:

- тривалість екскурсії не перевищувала б 10 годин;

- вартість екскурсії не перевищувала б 800 грн на людину;

- програма була б цікава молоді та людям середнього віку;

- тип екскурсії був комбінованим;

- тематика відповідала екстремальним та історичним запитам.

3.3 Розробка походу вихідного дня «Поєднання екстриму з історією на байдарках о.Хортиця»

Для створення найбільш ефективного, цікавого, пізнавального та екстремального туру , необхідно враховувати інтереси різних груп населення: дітей, молоді та люди похилого віку.

Оскільки найбільш бажаним об’єктом став острів Хортиця, то пропонуємо тур «Поєднання екстриму з історією на байдарках о.Хортиця».

Найбільш оптимальною є комбінована оглядова екскурсія, яка розрахована на 5,5 години. Для задоволення інтересів більшості включені автобусний супровід до місця зміни локації.

В програму «Поєднання екстриму з історією на байдарках о.Хортиця» були включені наступні об’єкти:

1. Зустріч з інструктором та екскурсоводом площа Маяковскьго ;
2. Відправлення ( в дорозі наш екскурсовод ознайомить учасників туру з о.Хортиця;
3. Прибуття до причалу для байдарок гребного клубу ;
4. Вступний інструктаж з техніки безпеки;
5. Відправлення до Дніпрогесу – о.Хортиця;
6. Зупинка на о.Хортиця на найсмачніший та затишний обід з костром;
7. Заняття релакс - йогою;
8. Змагання між командами на воді;
9. Відправлення до причалу для байдарок гребного клубу;
10. Обмін враженнями та здача споруди;
11. Відправлення до площі Маяковскького..

о.Хортиця – найбільший острів на Дніпрі, розташований поблизу Запоріжжя, нижче Дніпровської ГЕС. Унікальний природний та історичний комплекс. Хортиця є одним із Семи чудес України.

Для реалізації туру буде використовуватися екскурсовод, інструктор і міні-автобус, розрахований на 13 місць. Екскурсійна програма призначена для дорослих. Орієнтовний розмір групи – 10 осіб.

Час проведення – влітку.

В тур включене харчування.

Мета туру: ознайомити туристів з професійним та екстремальним катанням на байдарках, і з якими пов’язано виробку адреналіна легенди, а також виховати почуття гордості за рідний край.

Вид походу: екстремально-активний.

Протяжність маршруту: 45 км.

Тривалість туру: 6 годин.

Основні задачі туру:

* надання можливості туристам ознайомитися з історичними пам’ятками Хортиці, як свідчення багатого історичного минулого;
* ознайомити з основними легендами історичних місць.

Загальні організаційні вказівки:

* чітко вказувати час і місце збору групи;
* попереджати про правила поведінки при виході в автобуса та при посадці, додержання правил безпеки в самому автобусі, повний інструктаж та страхування під час перебуття на воді;
* простежити, щоб туристи не залишали речі в автобусі.

На початку туру екскурсовод знайомиться з групою, представляє себе і водія, нагадує правила поведінки на вулиці, в автобусі, при виході з автобуса, попереджає про те, що ставити запитання і ділитися враженнями слід у відведений для цього час.

Туристично-екстремальний тур «Поєднання екстриму з історією на байдарках о.Хортиця» покликаний познайомити туристів з історією та активіті відпочинку.

В кінці екскурсовод підводить підсумки і робить висновки по темі екскурсії, пропонує екскурсантам задати свої питання та поділиться своїми враженнями від почутої інформації. Наш досвідчений екскурсовод встигне окунути нас в історичне минуле лише за 10-15 хвилин на шляху до найперевершеного відпочинку.

Для проведення туру були обрані різні методичні прийоми показу ,розповіді та техніки катання. Інструктор обирає найскладніщі та найстрашніщі техніки , для того щоб наш турист відпочив не тільки тілом , а й переродився душею.

Ціна туру включає собівартість, вартість послуг туристичної фірми по організації екскурсії (оренда автобуса, послуги екскурсовода, послуги інструктора, складання програми , прокат спорудження, харчування) і прибуток туристичної фірми. Вартість послуг фірми можна прийняти в розмірі 5% від собівартості екскурсії. Прибуток туристичної фірми становить 10% від собівартості екскурсії (Див. Додаток В).

Виходячи із загальної суми витрат туру, яка становить 4 880 грн, вартість екскурсії для однієї людини становить 660 грн. Це середня ціна для міста, яка є дуже прийнятною.

Для прискорення розробки нової екскурсії була складена мапа маршруту, контрольний текст екскурсії, програма та технологічна карта (додатки В, Г).

Для забезпечення безпеки керівник групи (за наявності) та інструктор повинні бути ознайомлені з наступними нормативно-правовими актами:

Правила надання послуг пасажирського автомобільного транспорту, затверджених постановою Кабінету Міністрів України від 18.02.97 № 176 (із змінами);

Правила проведення туристських подорожей, затверджених наказом Міністерства освіти і науки України від 24.03.2006 №237.

Вони зобов'язані при підготовці та проведенні екскурсійної поїздки:

- забезпечити підбір учасників туру відповідного віку та досвіду;

- ознайомити учасників екстремальної поїздки з Правилами проведення туристських подорожей;

- провести інструктаж учасників згідно Інструкції «З безпеки життєдіяльності», з питань охорони праці та техніки безпеки;

- отримати необхідну документацію на проведення туру.

Під час проведення туру необхідно:

- дотримуватися затвердженого маршруту;

- уживати заходів, спрямованих на забезпечення безпеки учасників туристично-екстремальної поїздки;

- не допускати безпідставного поділу групи, відставання від неї окремих учасників, а також від'їзду окремих членів групи без супроводу інструктора.

Під час проведення необхідно:

- дотримуватися затвердженого маршруту, робити, у міру можливості, відмітки в маршрутних книжках і маршрутних листах про проходження маршруту;

- уживати заходів, спрямованих на забезпечення безпеки учасників подорожі: зміна маршруту, припинення подорожі у зв'язку з виникненням небезпечних природних явищ та з інших обставин, а також у разі потреби надання допомоги потерпілому; при цьому ускладнення маршруту допускається тільки у виняткових випадках;

- при аварійній ситуації (раптовому виникненні умов, що загрожують життю та здоров'ю учасників подорожі) ужити заходів щодо збереження життя та здоров'я учасників, виходячи з конкретної ситуації та реальної наявності сил та засобів для ліквідації аварії;

- у разі нещасного випадку інструктор туристської групи зобов'язаний: терміново організувати надання першої долікарської допомоги потерпілому та його доставку до лікувальної установи, викликати, при потребі, найближчу аварійно-рятувальну службу;

- організувати, при потребі, оперативну допомогу іншій групі, що перебуває в даному районі і потребує допомоги.

У разі виникнення небезпечних природних явищ та з інших обставин, що можуть вплинути на безпеку учасників, припинити поїздку та вжити заходів щодо збереження життя та здоров'я учасників, виходячи з конкретної ситуації та реальної наявності сил і засобів для ліквідації наявних загроз;

У разі знаходження зброї, вибухонебезпечних і незнайомих предметів інструктор групи вживає заходи щодо убезпечення учасників і при першій нагоді повідомляють про знахідку відповідні місцеві органи влади та підрозділи МНС (101).

У разі нещасного випадку інструктор туристичної групи зобов'язаний терміново організувати надання першої долікарської допомоги потерпілому та викликати швидку медичну допомогу (103), сповістити про нещасний випадок, при потребі, найближчий підрозділ МНС.

Таким чином, з вищенаведених розрахунків видно, що даний активно-екстремальний тур, рентабельний для туристичного підприємства, а її впровадження в практичну діяльність туристичної фірми дозволить отримувати прибуток. Також була досягнута мета бакалаврської роботи – розробка власного туру, який має ряд відмінностей від турів в Запоріжжі, пропонованих фірмами, для задоволення запитів туристів з будь-яким рівнем доходів і інтересів.

**ВИСНОВКИ**

1. Туристична послуга є частиною комплексної туристської послуги, яку слід розглядати як результат діяльності туристських установ або підприємств по задоволенню запитів і потреб наших туристів. Організація активного, з урахуванням екстремального туризму, обслуговування як частина туристської послуги має ряд особливостей. В процесі організації туру відсутні об'єктивні і чіткі межі витрат праці, що властиво матеріальному виробництву. Туристичне обслуговування направлене на створення споживчих вартостей, необхідних для задоволення потреб туриста.
2. Будь-який тур ставить своїм завданням – продемонструвати заздалегідь підібрані об'єкти і збагатити при цьому певними враженнями, в основному з нотками адреналіну. Саме це складає суть екстремального як особливої форми екстремально-історичної роботи. Велике значення для успіху туру має ще і її зоровий ряд. Він повинен бути побудований так, щоб турист , як то кажучи «всі ми любимо очима» , з першого погляду на місці туру зрозумів , що він ще більше хоче спробувати.. У екстремальному турі використовують різні способи проведення, які з давніх пір екскурсійні працівники відносять до незвичайних способів, - довідки, описи, характеристики, пояснення, історія , коментування , власна спроба , фізична та духовна емоція.

Особливості проведення екстремального туру полягають в тому, що він, як правило, заснований на фізичних сприйняттях. Розповідь екскурсовода не може бути автономною, таким чином його мова не може абстрагуватися від об'єкту показу.

У роботі з підготовки нового туру можна виділити два основні напрями:

* розробка нового туру в активному відпочинку (нової взагалі екскурсійної установи);
* підготовка початківця або вже працюючого інструктора до проведення нової для нього, але вже раніше розробленого туру, що проводиться в даній установі.

1. Особливості таких турів для молоді , сімейних пар, людей прихилого віку – це відчуте на собі щось нове , це відкласти новий та незвичайнй спогад , емоцію , що найцінішим в нашому житті. На відміну від звичайних турів, пасивних , цей тур кожен запам’ятає, тому що немає нічного кращого з близькими людьми спробувати щось нове.
2. Розроблений похід «Поєднання туристичного походу на байдарках з історією о. Хортиця» має тематичну відмінність від турів в Запоріжжі, пропонованих туристичними фірмами, для задоволення запитів туристів з будь-яким рівнем доходів і інтересів.

**ПЕРЕЛІК ПОСИЛАНЬ**

1. А. Єрмоленко: Історія спелеотуризму в Україні: від початку до наших днів"[Стаття], 2022. С.18-19
2. Альтгайм Л.Б. Основне значення та принципи організації туристичних послуг. Вісник Хмельницького національного університету. 2014. С. 215–219.
3. Арсененко І.А. Екскурсійна діяльність як основа функціонування ринку екскурсійних послуг. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2015. № 19(33). С. 191–195.
4. Абрамов В., Оплаканець К. Перспективи розвитку екстремального

туризму. 2012. № 4. С. 77–79.

1. Бут Т. В. Визначення проблем та перспектив розвитку екстремального туризму в Україні. Менеджмент та підприємництво: тренди розвитку. 2019. № 1 (07). С. 18–30.
2. Бабіч Д.В. Ключові поняття та визначення екстремального туризму : Центр наукової літератури 2013. С.89-145
3. Бабарицька В. Екскурсознавство і музеєзнавство. Київ : Альтерпрес, 2007. 464 с.
4. Болотов, В. О. Розвиток екстремального туризму в Україні: сучасний стан та перспективи / В. О. Болотов, О. В. Кононенко, І. В. Циганкова // Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: Географія. 2016. Вип. 1(55). С. 45-50.
5. Верес К. О. Інноваційні технології в туристичному супроводі. URL: https://bit.ly/33tKEeJ 2020. С.25-29
6. Галасюк С.С. Організація туристичних подорожей та екскурсійної діяльності. Київ : Центр учбової літератури, 2013. С. 178
7. Гасюк Н. Методичні рекомендації з питань провадження спортивної діяльності. Івано–Франківськ, 2009. С. 45
8. Григорій Олександрович, Кізілов Микола Іванович. Природно-заповідний фонд України. К .: Видавничий дім «Академія», 2009. С. 468.
9. Гаврилов П. Г. Спортивний туризм // туристичний світ 2004. С. 87-89
10. Державна програма розвитку туризму в Україні 2002-2010 // Правове регулювання туристичної діяльності в Україн. К.: Юрінкомінтер,2002. С. 5-11.
11. Законодавство України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/>
12. Закон України про туризм. URL: https://bit.ly/3qseFWh , 2020. С.16-19
13. Кіфяк В.Ф.Організація туристичної діяльності в Україні. Чернівці:Книги-ХХ1,2003 . С. 6-8.
14. Кіптенко В. Організація походів. Херсон : ОЛДІ-ПЛЮС, 2018. 518 с.
15. Колесник, Н. Г. Млинки: Хто пам'ятає, той знає, що це таке Інформаційний портал "Варта". 2018. С. 25-35.
16. Кодекс України про адміністративні правопорушення від 07.12.1984 № 8073-X. С. 2-5.
17. Любіцева О.О. Ринок туристичних послуг (геопросторові аспекти). К.: Альтепрес, 2003. С.10.
18. Менеджмент туристичної індустрії: Навчальний посібник //За ред.проф.М.Школи. Чернівці,2003. С. 9-16.
19. Михайлюк І. І., Григоренко Т. Г., Левчук В. А. та ін. Спелеотуризм в Україні: стан, перспективи, проблеми розвитку // Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: Географія. 2009. Вип. 2 (31). С. 37-41.
20. Міністерство економіки України. Туризм в Україні: стан та перспективи розвитку. 2020. С. 25-41.
21. Панкова С.В.Туристичне країнознавство: Навчальний посібник. Київ.: Альлтерпрес, 2003. С. 36-45.
22. Стратегія регіонального розвитку Запорізької області на період до 2027 року. URL: https://bit.ly/2VQe9D7.
23. Сокол Т.Г. Інноваційні способи і форми екскурсійної діяльності на ринку туристичних послуг України. Вчені записки Університету «КРОК». 2017. С. 165–170.
24. Сокол Т.Г. Основи туризмознавства. Київ : ЗАТ «Слов’янський дім», 2006. С. 148.
25. Ткачук Л. Сутність туризму як багатоаспектного суспільного явища. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. 2017. № 2 (66). С. 109–113.
26. Федоров О. Найновіші досягнення інформаційних технологій і туризм – нові виклики і можливості. Наукові записки ВДПУ. 2011. № 107. С. 218–227.
27. Федорченко В.К. Історія діяльності туризму в Україні. Київ: Кондор, 2004. 166 с.
28. Федорченко В.К. Історія України. Київ: Кондор, 2000. 232 с.
29. Чагайда І.М. Екскурсознавство. Київ, 2004. 240 с.
30. Яцук О.О. Сучасний стан розвитку екстремального в Україні // Науковий вісник Івано-Франківського національного технічного університету нафти і газу. 2010. № 4. С. 163-167.
31. Ягорницький П.П. Сучасні тренди організації екстремального походу // Науковий вісник Львівського національного університету, 2019. С. 58-126
32. B. Ritchie. Understanding school excursion planning and constraints. URL: https://bit.ly/3lkj6yD (Last accessed: 02.11.2020).Р. 198-201.
33. Developing local excursions for tourists. URL: https://bit.ly/39nJntl (Last accessed: 02.11.2020). Р. 47-79.
34. International Recommendations for Tourism Statistics 2008 (IRTS 2008). URL: https://bit.ly/37AvpSu (Last accessed: 02.11.2020). Р. 58-63.
35. M. Royo-Vela. Rural-cultural excursion conceptualization. URL: https://bit.ly/3fMuhyH (Last accessed: 02.11.2020). Р. 23-29.
36. S. Stanic. Education through excursions in the function of sustainable development of tourism. URL: https://bit.ly/3mkxKXY (Last accessed: 02.11.2020). Р. 48-98.
37. T. Hole. Working and Learning in a Field Excursion. URL: https://bit.ly/3mvTWhCf (Last accessed: 02.11.2020). Р. 56-58.
38. <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D1%83%D1%80%D0%B8%D0%B7%D0%BC> Р. 2-4.
39. <https://journal.udau.edu.ua/assets/files/96/12.pdf> Р. 1-46.
40. <https://ozi.pp.ua/ekstremalnij-turizm_14285/> ( Стаття ) Р. 1-18.
41. <http://www.economy.nayka.com.ua/pdf/12_2015/57.pdf> Р. 1-7.

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Факультет фізичного виховання, здоров’я та туризму

Кафедра туризму та готельно-ресторанної справи

**ДОДАТКИ**

на тему: **«**Можливості розвитку екстремального туризму в Україні»

«Opportunities for the Development of Extreme Tourism in Ukraine»

Виконала: студентка 3 курсу,

групи 6.2420-з-с

спеціальності 242 Туризм

освітньої програми: туризм

Чабан.Я.Р.

Керівник: доцент, к.н.ф.в.с.. Конох О.Є

Рецензент: Товстопятко П.Ф.

Запоріжжя

2023

Додаток А

Анкета оцінки попиту на екскурсії

1. В яку пору року Вам подобається відпочивати найбільше?

* Літо
* Весна
* Зима
* Осінь

2. Якому виду туризму Ви надаєте перевагу?

* Культурно-пізнавальний
* Освітній
* Екстремальний
* Діловий

3. Яку суму Ви можете витратити на екскурсію?

* Від 100 до 300 грн
* Від 300 до 800 грн
* Від 800 до 1200 грн
* Більше 1200 грн

4. Яку за тривалістю екскурсію Ви б обрали?

* До 10 годин
* 1-2 дні
* 2-5 днів
* Більше 5 днів

5. Скільки Вам років?

* До 18
* 20-25
* 26-45
* Від 45

6. Що Ви б хотіли подивитися в Запоріжжі?

* Промислові підприємства
* Оглядова екскурсія по місту
* Острів Хортиця
* Музеї

7. Яка тематика екскурсій Вам найбільше подобається?

* Історична
* Культурна
* Активна
* Промислова

8. Якому типу екскурсій Ви надаєте перевагу?

* Піший
* Автобусний
* Комбінований
* Інший

Додаток Б

Кошторис витрат на проведення екскурсії

|  |  |
| --- | --- |
| Найменування витрат | Вартість, грн |
| Оренда автобуса (30 хвилин) | 300 |
| Послуги екскурсовода (15 хвилин) + послуги інструктора ( 5 годин ) + оренда спорудження + харчування | 1500  1500  1500  300 |
| Страховий внесок | 150 |
| Накладні витрати (організація, банківські розрахунки, податки) | 500 |
| Всього | 5750 |

У вартість включено: оренда автобуса, послуги екскурсовода, послуги інструктора, оренда спорудження, харчування, страховий внесок, накладні витрати та послуги фірми, що організовує екскурсію.

Собівартість екскурсії на одну людину (з розрахунку групи в 10 осіб) становить: 5750 ÷ 10 = 575 грн.

Вартість послуг фірми можна прийняти в розмірі 5% від собівартості екскурсії.

Прибуток туристичної фірми становить 10% від собівартості екскурсії.

Вартість послуги туристичної фірми: 5% \* 575 = 28,75 грн.

Прибуток туристичної фірми: 10% \* 575 = 57,50 грн.

З урахуванням вартості послуг та доходу туристичної фірми ціна екскурсії для дорослої людини складає:

575 + 28,75 + 57,50 = 661,25 грн.

Рентабельність продажів визначається за формулою:

Рентабельність продажів = Прибуток від продажів ÷ загальна собівартість \* 100%.

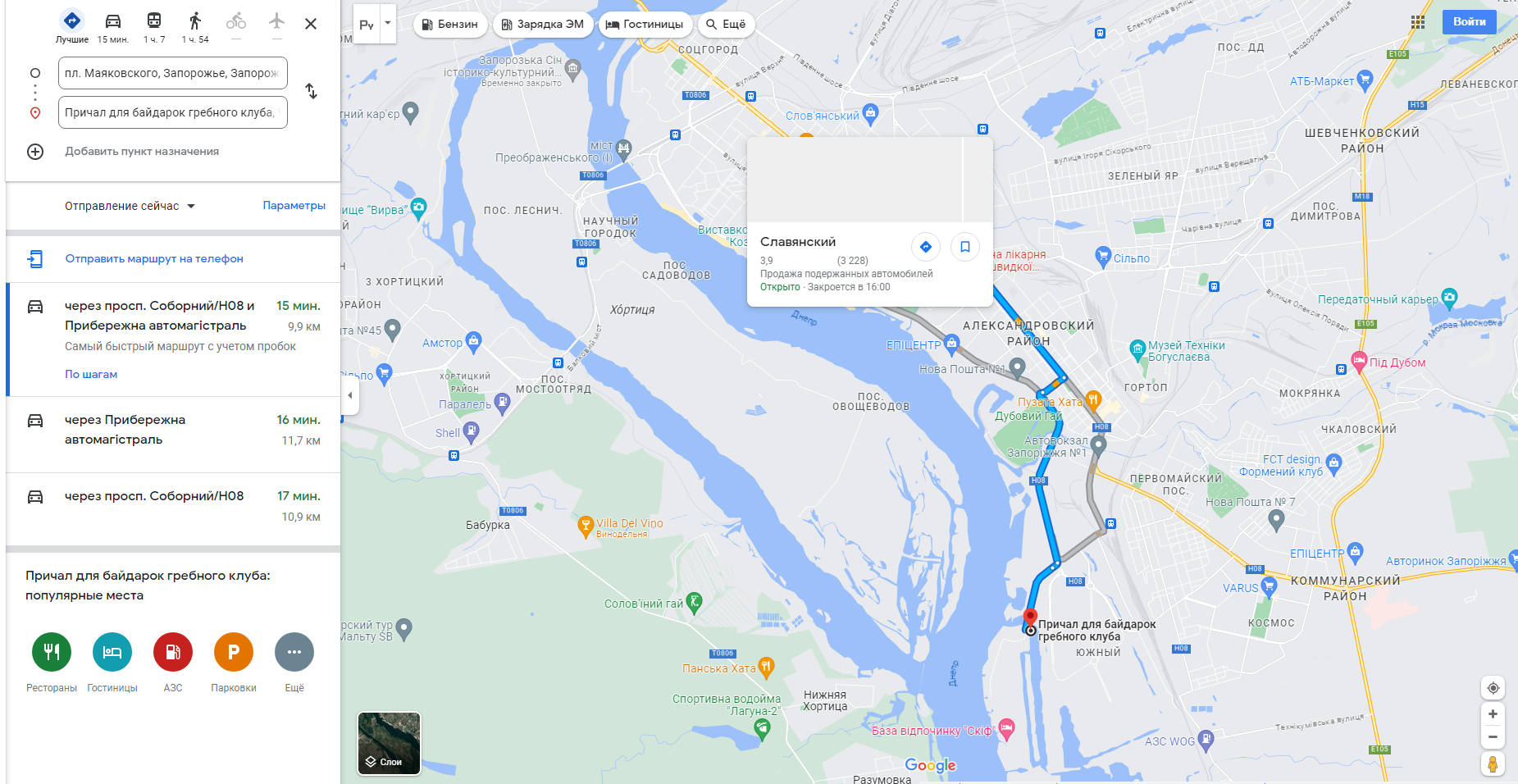
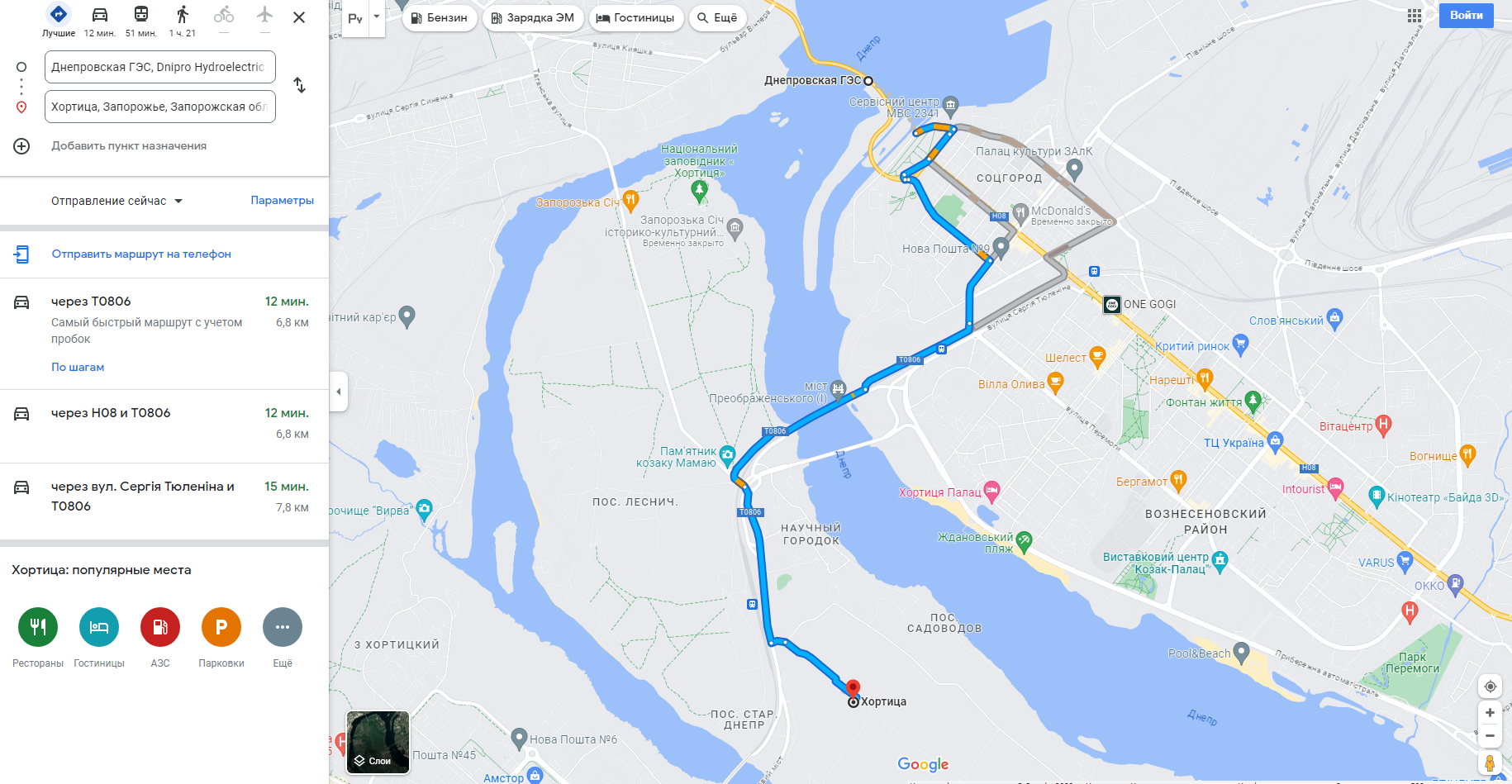
Потенційний обсяг продажів за місяць – 2 туру (по 10 осіб).

Прибуток від продажу екскурсії за місяць складає:

(661,25– 575) \* 10 \* 2 = 1 725 грн.

Додаток В

Мапа маршруту екскурсії



Додаток Г

Програма екскурсії «Поєднання екстриму з історією на байдарках о.Хортиця»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Час | | Програма |
| 09:00 | | Відправлення від площі Маяковського |
| 09:20 | | Прибуття до причал для байдарок гребного клуба |
| 09:20 | | Інструктаж |
| 10.00 | | Відправлення від Днпрогес Запоріжжя |
| 11.15 | | Прибуття о.Хортиця |
| 11.30 | | Обід |
| 12.15 | | Йога-медитація |
| 13.00 | | Змагання на воді |
| 14.00 | | Відправлення з о.Хортиця |
| 15.00 | | Прибуття до Дніпрогес Запоріжжя |
| 15.30 | | Відправлення до площі Маяковського |
| 15:45 | Прибуття до площі Маяковського | |