**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Факультет фізичного виховання, здоров’я та туризму

Кафедра туризму та готельно-ресторанної справи

**Кваліфікаційна робота**

**магістра**

**на тему:** Специфіка формування та впровадження спортивно-оздоровчих турів в Україні

The specifics of the formation and implementation of sports and health tours in Ukraine

Виконала: студентка 2 курсу,

групи 8.2429-з

спеціальність 242 «Туризм»

освітня програма туризмознавство

Собченко М.О.

Керівник: доцент, к.пед.н., Конох О.Є.

Рецензент: д. фіз. вих., професор, Тищенко В.О.

Запоріжжя

2020

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Факультет фізичного виховання, здоров’я та туризму

Кафедра туризму та готельно-ресторанної справи

Освітній рівень другий (магістерський)

Спеціальність 242 Туризм

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

**Завідувач кафедри туризму та готельно-ресторанної справи**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Маковецька Н.В.**

“\_\_\_” \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 року

**З А В Д А Н Н Я**

**НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТКИ**

**Собченко Марії Олегівни**

1. Тема роботи: Специфіка формування та впровадження спортивно-оздоровчих турів в Україні, керівник роботи к.пед.н., доцент Конох О.Є., затверджені наказом ЗНУ № 925-С від 30 квітня 2020 року.

2. Строк подання студентом роботи 4 грудня 2020 року

3. Вихідні дані до роботи: наукові публікації вітчизняних та закордонних учених, дані розвитку спортивно-оздоровчого туризму в Україні.

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

1) розглянути теоретичні основи та охарактеризувати спортивно-оздоровчий туризм як складову рекреаційних послуг;

2) проаналізувати проблеми та перспективи формування спортивно-оздоровчих турів;

3) розробити спортивно-оздоровчий тур – піший похід вихідного дня в Бердянському районі.

5. Перелік графічного матеріалу: 9 таблиць, 8 рисунків, 75 літературних посилань.

6. Консультанти розділів роботи

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Розділ | Прізвище, ініціали та посада консультанта | Підпис, дата |
| Завданнявидав | Завдання прийняв |
| Розділ 1 | Конох О.Є., доцент | 09.05.20 | 09.05.20 |
| Розділ 2 | Конох О.Є., доцент | 20.07.20 | 20.07.20 |
| Розділ 3 | Конох О.Є., доцент | 10.10.20 | 10.10.20 |

7. Дата видачі завдання 02 вересня 2020 р.

**КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №з/п | Назва етапів дипломного проекту (роботи) | Строк виконання етапів проекту ( роботи ) | Примітка |
| 1 | Вибір і обґрунтування теми | жовтень 2019 р. | виконано |
| 2 | Вивчення літератури з теми роботи  | грудень 2019 р. | виконано |
| 3 | Визначення завдань та методів дослідження  | лютий 2020 р. | виконано |
| 4 | Проведення власних досліджень | травень 2020 р. | виконано |
| 5 | Опрацювання і аналіз даних, отриманих в ході дослідження | липень 2020 р. | виконано |
| 6 | Написання останніх розділів роботи | жовтень 2020 р. | виконано |
| 7 | Підготовка до захисту роботи на кафедрі | листопад 2020 р. | виконано |
| 8 |  Захист дипломної роботи на ДЕК  | грудень 2020 р. | виконано |

**Студент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** М.О. Собченко

 ( підпис )

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

( підпис )

**Нормоконтроль пройдено**

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

 (підпис )

**РЕФЕРАТ**

Кваліфікаційна робота складається з 96 сторінок, 9 таблиць, 8 рисунків, 75 літературних джерел.

Об’єктом дослідження є спортивно-оздоровчий туризм.

Метою дослідження є аналіз розвитку спортивно-оздоровчого туризму в Україні та Запорізькій області.

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

Спортивно-оздоровчий туризм це специфічний вид туристсько-рекреаційної діяльності, головною формою якої є подорож, яка спрямована на відновлення фізичних, психічних, духовних сил людини, удосконалення туристських знань, умінь та навичок.

Спортивно-оздоровчий туризм в Україні розвинений недостатньо. Основними проблемами є скрутне становище економічного розвитку суспільства, відсутність державної та громадської підтримки. Велика частина туристичних організацій не в змозі ефективно організувати спортивно-оздоровчі тури через низку об’єктивних факторів, в числі яких відсутність ресурсу фахівців, що мають спеціальну підготовку в області сервісу

Розроблений маршрут вихідного дня допоможе створити умови для вивчення національної культури та історичної спадщини, системно ознайомити мешканців і гостей міста з історичними, культурними, природними пам’ятками, а також забезпечити гарантований відпочинок для різних категорій населення.

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧИЙ ТУРИЗМ, СПЕЦИФІКА ТУРУ, ОРГАНІЗАЦІЯ ТУРУ, ПІШИЙ ПОХІД, УКРАЇНА, ЗАПОРІЗЬКА ОБЛАСТЬ, МОЛОДІ ЛЮДИ

**SUMMARY**

The qualification work of 96 pages, 9 tables, 8 figures, 75 literary sources.

The object of research is sports and health tourism.

The aim of the paper is to analyze the development of sports and recreation tourism in Ukraine and Zaporozhye region.

Research methods-theoretical analysis, synthesis, concretization method, analysis and generalization of literature sources, system method, content analysis method, mathematical statistics method, questionnaires, mapping.

Sports and recreation tourism is a specific type of tourist and recreational activity, the main form of which is travel, which is aimed at restoring the physical, mental, spiritual strength of a person, improving tourist knowledge, skills and abilities.

Sports and health tourism in Ukraine is not sufficiently developed. The main problems are the difficult situation of economic development of society, the lack of state and public support. Most tourist organizations are not able to effectively organize sports and Recreation tours due to a number of objective factors, including the lack of a resource of specialists with special training in the field of Service

The developed weekend route will help create conditions for studying national culture and historical heritage, systematically familiarize residents and guests of the city with historical, cultural and natural attractions, as well as provide guaranteed rest for different categories of the population.

SPORTS AND RECREATION TOURISM, SPECIFICS OF THE TOUR, ORGANIZATION OF THE TOUR, HIKING, UKRAINE, ZAPORIZHZHIA REGION, YOUNG PEOPLE

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

Р. – рік;

Ст. – століття;

Т.і.– та інші;

Грн. – гривня;

%– відсоток;

Хв.– хвилина;

С–село;

Км– кілометр;

°С – градус по Цельсію;

М – метр;

Га – гектар;

Год. – година.

# ЗМІСТ

|  |  |
| --- | --- |
| Перелік умовних позначень, символів, одиниць, скорочень та термінів….Реферат…………………………………………………………………………. | 56 |
| Вступ……………………………………………………………….................... | 8 |
| 1 | Огляд літератури…………..……………………………………............ | 10 |
|  | 1.1 | Спортивно-оздоровчий туризм як соціальне явище…………………. | 10 |
|  | 1.2 | Специфіка організації та обслуговування спортивно-оздоровчих турів ……………………….…….………................................................ | 26 |
|  | 1.3 | Місце спортивно-оздоровчого туризму в системі рекреаційних послуг………………………..…….………………………..................... | 31 |
|  | 1.4 | Проблеми та перспективи розвитку спортивно-оздоровчого туризму в Україні та Запорізькій області….………..…………………………… | 35 |
| 2 | Завдання, методи та організація дослідження……………...……….... | 40 |
|  | 2.1 | Завдання дослідження………………………….………………............ | 40 |
|  | 2.2 | Методи дослідження…………………………………………………... | 40 |
|  | 2.3 | Організація дослідження………………………………….……............ | 41 |
| 3 | Результати дослідження……………………………………………….. | 42 |
|  | 3.1 | Аналіз туристичного потенціалу України та Запорізького регіону…………………………………………………………………... | 42 |
|  | 3.2 | Аналіз туристичних фірм, результати соціологічного анкетування………………………………………….…………………. | 53 |
|  | 3.3 | Розробка спортивно-оздоровчого туру «Подорож вздовж р. Берда»...3.3.1 Характеристика туру……………………………………………..3.3.2 Економічне обґрунтування туру………………………………… | 586469 |
| Висновки…………………………………………………..………………........ | 71 |
| Перелік посилань ………………………………………………........................ | 72 |
| Додатки…………………………………………………………………………. | 81 |

**ВСТУП**

Актуальність теми.Одним з найбільш ефективних і привабливих засобів відновлення, як показує багаторічна практика, є спортивно-оздоровчий туризм. Спортивно-оздоровчий туризм (СОТ) об’єднав спорт і відпочинок, які ефективно впливають на фізичне і психологічне оздоровлення. Змістовним ядром виховання в спортивно-оздоровчому туризмі є сукупність фізичного і духовно-морального виховання. Тут відбувається фізичне вдосконалення людини з одночасним вдосконаленням його моральної сфери: свідомості, поведінки, почуттів, відносин. Також він об’єднав найбільш ефективні оздоровчі види рекреаційної діяльності для дітей та людей похилого віку.

Спортивно-оздоровчий туризм має широкий діапазон діяльності. До нього відносяться: освітній процес засобами туризму, широко використовуваний в системі додаткової освіти дітей, оздоровчі походи, що проводяться самостійно (самодіяльний туризм), комерційний туризм з організацією активних подорожей з метою відпочинку, екскурсій, різних форм для захоплень і розваг, походи вихідного дня з оздоровчою та пізнавальною діяльністю, і як вид спорту зі спортивними заходами в системі фізичної культури і спорту. Таким чином, його можна розглядати як максимально ефективний засіб, для вирішення, багатьох державних завдань щодо оздоровленню різних верств сучасного суспільства; виховання і освіти підростаючого покоління; підвищення культурного рівня населення; відволікання від згубного впливу на дітей і молодь та розвиток творчої діяльності тощо. СОТ, будучи цікавою, доступною і дешевою школою виживання і адаптації до стресових ситуацій, в той же час створює умови для підготовки підростаючого покоління до служби в армії, до вирішення питань і професійної підготовки, до роботи в аварійно-рятувальних загонах та іншої діяльності людини в екстремальних умовах.

Україна має величезну територію з різноманітним ландшафтом, володіючи унікальними пам’ятками природи і архітектурними шедеврами, створеними українським народом протягом декількох тисячоліть. Країна має великий потенціал для подальшого впровадження спортивно-оздоровчих турів для подальшого зміцнення здоров’я громадян України. Подальший розвиток спортивно-оздоровчого туризму дозволило б отримати позитивні результати: знизилася загальна захворюваність, підвищилася продуктивність праці, зросла тривалість життя, підвищився культурний рівень населення, частково вирішилася проблема здорового способу життя і відпочинку населення.

Теоретичні дослідження спортивно-оздоровчого туризму, дослідження досвіду і аналіз вітчизняної практики розвитку показують, що існує значна кількість проблем, вирішення яких дозволяє сподіватися на докорінну зміну в забезпеченні державної та громадської підтримки цього виду туризму. Недосконалість, а в окремих випадках і відсутність сучасної нормативно-правової, методичної та інформаційної бази, яка б враховувала його реалії, а також внутрішні організаційні проблеми в самому туристично-спортивному русі, значно гальмують розвиток перспективного напрямку.

Усе перераховане вище визначило актуальність теми дипломної роботи, а також склад досліджених у ній проблем на основі розвитку спортивно-оздоровчого туризму, об’єктивної оцінки стану і реальних перспектив впровадження спортивно-оздоровчих турів в Україні.

Метою дослідження є визначення специфіки формування та впровадження спортивно-оздоровчих турів в Україні.

Об’єкт дослідження: спортивно-оздоровчий туризм.

Суб’єкт дослідження: молодь (від 18 до 25 років)

Предмет дослідження: формування спортивно-оздоровчих турів в Україні та Запорізькій області.

**РОЗДІЛ 1**

**ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ**

1.1 Спортивно-оздоровчий туризм як соціальне явище

Туризм – (з франц. tourisme, від tour – прогулянка, поїздка), подорож у вільний час, із оздоровчою, пізнавальною, професійно-діловою чи іншою метою без здійснення оплачуваної діяльності в місці перебування [23]**.**

За визначенням Всесвітньої туристської організації, туризм – це аспект форми відпочинку людини у вільний від роботи час, що впливає на здоров’я, фізичний розвиток людини, пов’язаний з переміщеннями за межі постійного місця проживання [23]. Туризм – багатогранне явище: це подорож, дозвілля, розваги, а також діяльність, спрямована на організацію і здійснення туристських послуг.

Спортивно-оздоровчий туризм є важливим напрямком в туристичній діяльності, так як в його основі лежить змагальна діяльність, де на маршрутах різного рівня складності і на дистанціях проявляється рівень підготовленості туриста. Існують різні формулювання поняття «спортивно-оздоровчого туризму». На нашу думку найбільш точне визначення пропонує дослідник Ю.М. Федотов: «...Спортивно–оздоровчий туризм – це один з типів туризму, метою якого є спортивне вдосконалення в подоланні природних перешкод, тобто вдосконалення всього комплексу знань, умінь і навичок, необхідних для безпечного пересування людини по пересіченій місцевості і подолання складного природного рельєфу…» [62].

Спортивно-оздоровчий туризм поділяється на спортивний та оздоровчий.

Спортивний туризм – означає спортивне вдосконалення в подоланні природних перешкод. Оздоровчий туризм в свою чергу розподіляється на рекреаційний – відновлення фізичних і психічних сил людини засобами активного відпочинку на природі та реабілітаційний – це лікування певних захворювань засобами природного туризму [62].

Спортивно-оздоровчий туризм може бути «м’яким» або «жорстким». Різниця між ними дещо суб’єктивна, але заснована на необхідному рівні досвіду, рівні фізичної підготовки та ступеня, в якій учасник піддається ризику. Приклади «м’яких пригод» включають огляд дикої природи або помірний піший туризм, в той час як сплав по річці або скелелазіння зазвичай вважаються «важкими пригодами».

Виділимо основні принципи класифікації спортивно-оздоровчого туризму, згідно Федотову Ю.Н:

За віковою ознакою поділяється на дитячий для туристів віком 7 до 12 років; юнацький – для туристів віком від 12 до 14 років; молодіжний – для туристів віком від 14 до 18 років; дорослий - для туристів віком від 18 років і старше; комбінований або сімейний – змішаний за віком туристів вид туризму, який не має обмежень за віковою ознакою, учасниками можуть бути і немовлята, і люди похилого віку [62].

Спортивно-оздоровчий туризм розрізняється за типом маршруту і способу пересування: піший, гірський, лижний, водний, вітрильний, велосипедний, авто-мототуризм та спелео [62].

Піший туризм – вид спортивного туризму, основною метою є подолання групою маршруту по слабо пересіченій місцевості з точки А в точку В за вказаний проміжок часу. Категорія складності маршруту визначається за наявністю локальних перешкод, географічного показника району, автономності маршруту, напруженості маршруту та ін.. Залежно від цього походи поділяються на: походи вихідного дня; походи 1-3 ступеня складності – в дитячо-юнацькому туризмі; категорійні походи з I по VI категорії складності (к.с.) [62].

Перша категорія – найпростіша, що не вимагає спеціальних знань; шоста категорія – найскладніша і вимагає спеціальної і фізичної підготовки, відповідне спорядження. Оцінка складності походу за тривалістю і протяжністю носить орієнтовний характер і не є визначальною.

Пішохідні туристські спортивні походи можна проводити у всіх регіонах України. Зважаючи на переважання рівнинного рельєфу і майже відсутність суттєвих природних перешкод, у більшості регіонів України можливо здійснювати спортивні походи лише до І категорії складності включно, а походи ІІ та ІІІ категорії можуть здійснюватися лише в Українських Карпатах та Кримських горах. Погодні умови дозволяють здійснювати пішохідні подорожі в рівнинних районах України з березня по листопад, а при сприятливих умовах протягом усього року. Пішохідні маршрути вище ІІІ категорії складності можна знайти на лише на території Росії, Закавказзя, Скандинавії, Центральної, Східної та Південно-Східної Азії та в інших регіонах світу [62].

Вітрильний туризм має свої особливості і ходіння під вітрилом, особливо важлива попередня підготовка туриста. Тому про водний похід будемо говорити на прикладі проходження річок і озер на байдарках, як найбільш простому варіанті.

Водний туризм полягає, в основному, в здійсненні сплаву по річках. Як правило, для сплаву використовуються спортивні судна переважно каркасно-надувні конструкції, що приводяться в рух м’язовою силою:

* пліт – спочатку дерев’яні конструкції, рамні з надувними елементами, надувні (рафт);
* катамаран – пара поздовжніх надувних елементів на рамі;
* вітрильний катамаран – катамарани для здійснення подорожей під вітрилом в тому числі морського і океанського класу;
* байдарка – оболонка на каркасі, каркасно-надувні, надувні;
* каяк – по суті одномісна байдарка, останнім часом набувають поширення конструкції з поліетилену;
* гумовий надувний човен – для здійснення нескладних подорожей [34].

До цього виду відносяться:

Рафтинг – це захоплюючий спуск по гірській річці на каноє або спеціальних плотах, абсолютно безпечний навіть для самих юних туристів. В останні роки він викликає такий величезний інтерес з боку любителів екстремального відпочинку, що більшість придатних для цього туризму гірських річок були освоєні професіоналами, які тепер пропонують рафтинг-тури практично в будь-яку точку світу [62].

Каякінг шалено популярний за кордоном. Цей спорт одинаків, хоча і позбавлений командного духу, зате дає можливість кинути виклик стихії і залишитися з нею один на один. У сучасному каякінгу розвиваються три основних напрямки: гребний слалом (вміння маневрувати на каяку), родео (виконання різних трюків на човні за рахунок особливостей рельєфу річки) і сплав. 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. До складу екіпіровки каякера входять: човен, шолом, рятувальний жилет, спідниця (перешкоджає попаданню води в човен), прогумовані тапочки і весло. Водні походи умовно поділяються на некатегорійні і з I поVI категорію. VI к. с. – найскладніша і доступна тільки дуже підготовленим групам. В Україні водні маршрути III і IV категорій складності є лише в Карпатах на річці Черемош [62].

Гірський туризм – вид спорту, який припускає піші походи по високогірній місцевості (на висоті понад 3000 м). Умови високогір’я і складність рельєфу вимагають від учасників походів спеціальної підготовки та екіпіровки

 Хоча в гірському туризмі використовуються елементи скелелазіння при проходження маршруту, не слід змішувати його з альпінізмом. Головна відмінність полягає в тому, що метою альпініста є підйом на вершину, а метою туриста — подолати відстань. Але у вищих категоріях складності межі між цими видами спорту дуже розпливчасті [62].

Лижний туризм – це один з найбільш масових самодіяльних видів туризму. Він передбачає подолання складних рельєфних перешкод місцевості на лижах по сніжному або сніжно-льодовому покриву, але може бути з елементами пішого туризму. Загальнофізична підготовка туриста-лижника полягає в придбанні навичок тривалого пересування на лижах в холодних умовах з важким рюкзаком., хороше володіння технікою підйомів, спусків, поворотів і траверсування схилів, вміння діяти в умовах сильного вітру, снігопадів і низьких температур. До складу групового спорядження входять пічки, примуса, паливо, групові спальні мішки. У гірських районах повинно бути обов’язково лавинне спорядження [34].

Основним засобом пересування залишаються лижі. Найбільш зручні в походах лижі туристські. Для лижного туризму характерні багатоденні походи по рівнині по пересіченій місцевості, по тайзі, тундрі, архіпелагах і льодах, середньогір’я і високогірних районах в умовах низької температури.

Основим видом змагань є лижний похід. Протяжність дистанції 1-2 класів 3-6 км (5-7 етапів), 3-го – 5-7 км (7-9 етапів), 4-го класу – 7-10 км (10-15 етапів). Протяжність смуги перешкод від 1 до 2 км в залежності від класу змагань [34].

Віділяють такі етапи лижного маршруту:

1) подолання смуги простих перешкод (окреме повалене дерево, найчастіше ділянка лісу, завал, снігова цілина),

2) лижна техніка (підйом зигзагом, драбинкою і ялинкою, спуск зигзагом, драбинкою і бічним зісковзуванням, підйом і спуск з використанням «гальмував», спуск з поворотами, швидкісний спуск, траверс схилу і т. п.),

3) подолання крутих покритих настом або зледенілих схилів (підйом, спуск і траверс по схилу з використанням «кішок», з рубкою ступенів, зі страховкою),

4) переправа через струмок (по колоді, по льоду зі страховкою),

5) подолання умовної лавинонебезпечної ділянки, проведення пошуково-рятувальних робіт після сходу умовної лавини,

6) рух у зв’язці, проходження крутого льодово-фірнового ділянки зі страховкою, підйом провалився в тріщину льодовика,

7) спеціальні завдання: надання долікарської допомоги потерпілому, організація бівуаку, в’язка вузлів, ремонт лижного спорядження, орієнтування тощо [34].

Спелеотуризм – це подорож по підземних природних порожнинах-печерах і системам печер. До основних особливостей можна віднести складність підземних маршрутів, обумовлені різноманітністю рельєфу печер (колодязі, завали, вузькі щілини, підземні річки і т.п.), висока відносна вологість повітря при зниженій температурі, відсутність природного освітлення. У спелеотуризмі від туриста потрібна витривалість, сила, спритність, вміння користуватися засобами життєзабезпечення під землею і страховкою, добре плавати і пірнати, досвіду скелелазіння. До специфічного спорядження можна віднести всі пристрої, пристосування необхідні для про одження скель, спусків і підйомів в печеру, проходження печерних річок і озер, телефонний зв’язок, системи групового та індівіудального життєзабезпечення і тощо. Маршрут як правило, складається з 2 етапів наземного і підземного. Складність і умови проходження першого етапу залежить від місцезнаходження печери [62].

Велотуризмдоступний людям практично будь-якого віку, так як в ньому навантаження легко дозуються. На велосипеді можна проїхати по будь-якій дорозі і по стежці, а так само по природним перешкодам. Протягом одного світлового дня велотуристи проїжджають 40-120 км. Все спорядження кріпиться на велосипеді. Для подорожей і спортивних походів можна використовувати будь – які велосипеди як дорожні так і спортивні. Дорожній велосипед має міцну раму і колеса з широкими шинами, на ньому важко розвинути велику швидкість і важко долати підйоми. Але він добре йде по дорогах без покриттів, по піску і щебеню. У дорожнього велосипеда тільки одна передача. Це виключає можливість регулювання швидкості ходу при зміні профілю дороги. Проте дорожній велосипед простий в обслуговуванні. Спортивні велосипеди легші за вагою і у них колеса легше і з вузькими шинами. Він оснащений перемикачем швидкості, має відносно легкий хід і хорошу маневреність. Він кращий для їзди по дорогах з асфальтовим і бетонним покриттями. При підготовці до походу можна видозмінити наявні велосипеди під умови планованого походу. Наприклад, на спортивний велосипед можна встановити багажник; заднє колесо замінити на більш міцне ( від дорожнього велосипеда); тонкі спиці замінити на більш товсті; для міцності на однотрубки наклеюють додаткову оболонку [58].

До складу спорядження повинен бути обов’язковий ремонтний набір з комплектом ключів і запасних частин (спиці, гальмівні колодки, гайки, шайби, шарикопідшипники та ін.). Подорожувати на велосипеді найкраще по дорогах місцевого значення з асфальтовим або піщано-гравійним покриттям. По швидкісних шосе і великих дорогах подорожувати не рекомендується через безпеку руху і забрудненості повітря. Подорожувати на велосипедах можна по всій території України. Однак, початківцям велотуристам краще вибирати маршрути на рівнинній частині, а потім маршрути пролагати в низьких, середніх і високих горах [62].

Автомотоспорт один з видів туризму, в якому засіб пересування – автомобіль або мотоцикл. Як правило, в цьому виді активного відпочинку організовуються гонки за маршрутами з будь-якими перешкодами [58].

Кінний туризм – подорож на конях верхи або в екіпажах, з супроводом або без нього. Кінно-верховий в’ючний – це маршрут, при якому спорядження і провіант на маршруті перевозяться у в’юках або перемітних сумках, приторочених до сідла туриста; при цьому загальна кількість коней дорівнює кількості учасників [62].

Кінно-верховий маршрут з супроводом передбачає, що спорядження і провіант на маршруті перевозяться за допомогою додаткових в’ючних або упряжних коней (причому кількість упряжних коней має бути не більше однієї на п’ять верхових), а також автотранспортних засобів [62].

Кінно-упряжний – маршрут, при якому туристи, спорядження і провіант знаходяться в возі, екіпажі, кібітке тощо без використання верхових коней. За основу категорування прийнятий кінно-верховий в’ючний маршрут. Категорія спортивного кінно-верхового маршруту визначається набором локальних перешкод, способом перевезення необхідного вантажу (спорядження і провіанту) і туристів, виконання вимог по інтенсивності маршруту і загальної протяжності маршруту [62].

Для заліку походу необхідно пройти групою не менше двох локальних перешкод заявляється категорії складності і двох локальних перешкод попередньої категорії складності. При захисті маршруту в МКК локальні перешкоди вважаються пройденими, якщо є представлені фотографії проходження даних ділянок [62].

В рамках кожного виду спортивно-оздоровчого туризму можуть проводитися різні заходи, до яких відносяться: спортивний похід – це подорож з використанням активних способів пересуванням туристів, з подоланням природних перешкод, за визначеним маршрутом, у визначений термін, на технічних засобах чи без них; з спортивною або інтегрованою метою, які проводяться силами і засобами самих учасників, або спеціалізованими організаціями з видів туризму, що входять в Перелік класифікованих спортивних маршрутів України. Підсумком спортивного походу є отримання учасниками розряду з видів спортивного туризму [62].

В останнє десятиріччя в спортивному туризмі стали популярними туристські спортивні змагання. Виникли вони як активні форми підготовки туристів до майбутніх походів. На початку 90 років минулого століття, в зв’язку з розпадом системи профспілкового, самодіяльного туризму в Україні, можливість участі туристів у спортивних туристських походів різко зменшилася. На протязі декількох років в Україні не було проведено походів вищої категорії складності. Тому частина туристів почала активно приймати участь у змаганнях з техніки туризму. Для виконання вищих розрядів з техніки спортивного туризму не потрібні умови які необхідні для виконання розрядів на чемпіонатах зі спортивних походів. Стати майстром спорту з техніки спортивного туризму можливо набагато швидше ніж зі спортивних походів. Аналіз розвитку саме цієї форми спортивного туризму показує, що в майбутньому змагання з техніки спортивного туризму може відокремитись в самостійні види спорту. В свій час саме так з самодіяльного туризму відокремилось як вид спорту, спортивне орієнтування, а з альпінізму – скелелазіння [62].

Зараз туристські спортивні змагання проводяться з двох видів:

Перше, це змагання з техніки спортивного туризму, яке включає проходження визначеної дистанції по видам туризму з подоланням природних чи штучних перешкод та виконанням спеціальних туристських завдань. Метою проведення змагань є підвищення технічної та тактичної майстерності учасників, забезпечення безпеки майбутніх спортивних туристських походів, виявлення найсильніших команд та учасників, виконання спортивних розрядів.

Друге, це змагання туристських спортивних походів, які полягають в командному проходженні туристського маршруту визначеної довжини з подоланням природних перешкод (перевалів, порогів тощо) різної категорії складності за нормативний час. Метою участі в змаганнях є перемога та виконання спортивних розрядів. Формою організації є чемпіонати [35].

В спортивно-оздоровчому туризмі за визначенням мети діяльності головним є підтримка організму людини у здоровому фізичному стані, відновлення фізичних і духовних сил людини. За цими критеріями головними формами є ступеневі або не категорійні походи та туристські табори.

Ступеневі походи це фундамент майбутніх спортивних походів, підвалини туристського досвіду, найбільш масові та доступні форми спортивного та спортивно-оздоровчого туризму.

Туристські табори **–** тимчасові, або постійно діючи бази, які використовуються з метою удосконалення туристських знань, умінь та навичок, активного відпочинку, рекреації, для підготовки туристів до походів та змагань [35].

Туристські зльоти – найбільш масові туристські змагання. В програму зльоту включають декілька змагань з різних видів туризму та різноманітні творчі конкурси [35].

Характерні відмітні ознаки визначають різні форми організації спортивно-оздоровчого туризму. До таких ознак відносяться:

– рівень доступності та соціальної значущості туризму;

– організаційна основа туризму;

– фізичне навантаження на туристському маршруті: активне (походи, подорожі тощо) і пасивне (транспортний, стаціонарний тощо);

– сезонність туристських маршрутів (літній, зимовий і міжсезонний);

– склад учасників (індивідуальний та груповий, шкільний, молодіжний, сімейний тощо) [62].

За рівнем доступності спортивно-оздоровчого туризму виділяють туризм соціальний (доступний широким верствам населення) і туризм елітарний (доступний обмеженому колу осіб у зв’язку з високими цінами або фізичними навантаженнями). Пішохідний туризм можна віднести до соціального спортивно-оздоровчого туризму; дайвінг відноситься до елітарного туризму [34].

Організаційні основи припускають виділення наступних його форм:

– організований: плановий і самодіяльний;

– неорганізований.

Плановий туризм – це коли, туристські послуги надаються туристськими організаціями та приватними особами, які мають патенти, що засвідчують їх право займатися індивідуальною підприємницькою діяльністю у сфері туризму. Підставою для отримання туристської послуги є туристська путівка [29].

Туристські послуги можуть бути комплексними, тобто забезпечувати задоволення більш ніж однієї потреби туризму. Туристські послуги можуть бути приватними, тобто забезпечувати конкретну потребу туриста. Приклади приватних туристських послуг: розробка маршруту, комплектування групи, транспорт, харчування, проживання, супровід, надання туристського спорядження, екскурсійне обслуговування, забезпечення безпеки [34].

Другий підтип організованого спортивно-оздоровчого туризму є самодіяльний туризм. Самодіяльність передбачає наявність особистого почину, ініціативи в чому-небудь. Самодіяльність являє собою вищу форму соціальної активності особистості, внутрішньо детерміноване самовираження особистості або групи. Самодіяльний туризм охоплює все різноманіття туристських заходів, що проводяться на основі самодіяльності відповідно до нормативної бази організації туризму в країні. Суворе додержання правил безпеки життєдіяльності, законодавства у сфері туризму відрізняє самодіяльний туризм від неорганізованого [34].

Неорганізований туризм – це туризм, заходи в рамках якого не повністю відповідають або повністю не відповідають нормативній базі організації туризму в країні. Неорганізований туризм потенційно небезпечний для життя і здоров’я споживачів туристської послуги, свободи продавця або організатора туристської послуги [34].

Участь в туристських заходах (в поході, в туристських змаганнях) природно обумовлюють певний рівень фізичної активності учасників і певний рівень фізичного навантаження на них. При цьому величина фізичного навантаження буде визначаться двома її сторонами обсягом та інтенсивністю.

Під обсягом навантаження, в широкому сенсі, розуміють сумарну кількість виконаної роботи за певний час (робота при цьому мається на увазі як якась фізична активність, діяльність людини). У туризмі обсяг навантаження можна вимірювати, наприклад, в заходах тривалості руху і протяжності пройденої відстані з вантажем певної маси. Інтенсивність навантаження означає ступінь напруженості зусиль при виконанні роботи і ступінь її концентрації в часі. Інтенсивність навантаження вимірюється такими величинами, як швидкість рухів, потужність роботи, величина обтяжень [34].

У туризмі інтенсивність навантаження вимірюється, наприклад, швидкістю руху туриста з вантажем певної маси, тривалістю інтервалів руху і відпочинку, масою вантажу, що переноситься. При цьому рівень фізичного навантаження повинен бути оптимальним для різних категорій населення (повинен відповідати віку, рівню фізичного розвитку людини, стану його здоров’я) [34].

За оцінками фізіологів, оптимальною нормою витрати енергії на м’язову діяльність у дорослої здорової людини є величина близько 1200-2000 ккал/добу. При цьому оздоровчими є такі навантаження, коли робота (рухова активність) виконується в т.зв. «аеробної зоні». В даному випадку витратна на здійснення роботи енергія утворюється в організмі за рахунок процесу аеробного окислення органічних речовин (окислення за участю кисню, що надходить в організм з атмосфери). Аеробна робота – це робота помірної, дозованої інтенсивності, яку досить легко контролювати за найпростішими фізіологічними показниками, таким як частота серцевих скорочень (ЧСС). Наприклад, для літніх людей інтенсивність фізичного навантаження не повинна перевищувати порога при якому ЧСС ставати вище 140-150 уд./хв; для молодих людей (не спортсменів) інтенсивність навантаження не повинна перевищувати порога при якому ЧСС ставати вище 160-170 уд./хв (в обох випадках робота організму до зазначеного порога ЧСС здійснюється в аеробному режимі, а при підвищенні значення ЧСС – в змішаному в тому числі в анаеробному режимі) [34].

В рамках кожної з перерахованих форм організації туризму можуть реалізовуватися, крім традиційних, такі туристські програми, як екологічні та екзотичні. Екологічна туристська спортивно-оздоровча програма передбачає піші походи або подорожі на човнах по природних зонах або верхи в супроводі місцевих гідів, які дають пояснення про місцеву флору, фауну, екології. Така програма може носити комбінований характер і включати в себе відвідування сіл і ферм [34].

Екзотична туристська спортивно-оздоровча програма передбачає незвичайне місце або засоби здійснення подорожей. Наприклад, риболовля на Голіафа (Goliath Tigerfish)в Конго. Програма подорожі передбачає трансфер на пристань і відправлення в верх за течією річки Конго і розміщення в Лоджі (або наметовому таборі, що робить вартість риболовлі більш економічною, за бажанням), риболовлю в супроводі на катерах у супроводі гіда [34].

Функції спортивно-оздоровчого туризму можуть бути представлені з двох точок зору: з точки зору споживача послуг – окремої особистості, що задовольняє власні потреби за допомогою послуг спортивно-оздоровчого туризму; з точки зору суспільства – в соціальному та економічному значеннях [34].

Спортивно-оздоровчий туризм, з позиції конкретної людини, служить для реалізації наступних функцій:

– фізичне і спортивне вдосконалення, розумовий розвиток;

– розвиток комунікативних навичок та громадської активності;

– задоволення пізнавальних та естетичних потреб, розвиваючи інтелектуальні та духовні якості людини;

– самореалізація;

– оздоровча (лікувальна).

Реалізація цих функцій надає людині можливості і умови для духовного вдосконалення, оздоровлення, розвитку здібностей і самореалізації [34].

З точки зору суспільства спортивно-оздоровчий туризм виконує такі соціальні функції як:

– формування суспільства, орієнтованого на здоровий спосіб життя;

– гармонізація життя людей, створення радісного життєвідчуття;

– суспільне виховання, що включає розвиток ідей фізичного розвитку і підтримки здоров’я, а також екологічне і моральне виховання [34].

Велике значення спортивно-оздоровчий туризм має, як елемент впливу на економічні аспекти життєдіяльності суспільства.

До таких економічних функцій належать: залучення додаткових коштів, людських ресурсів для розвитку спортивно-оздоровчого туризму, сприяння зайнятості населення; створення ряду послуг спортивно-оздоровчого туризму для задоволення потреб населення; розширення ринку послуг за рахунок індустрії спортивно-оздоровчого туризму [34].

Варто розглянути більш детально деякі з функцій спортивно-оздоровчого туризму. По-перше, фізичне і спортивне вдосконалення. Рухова діяльність в поєднанні з природною природною обстановкою формує важливі для похідних умов якості: витривалість, спритність, силу, гнучкість, швидкість реакції. Спортивна майстерність досягається шляхом різноманітної підготовки, яка дозволяє розвивати можливості організму спортсмена-туриста, його фізичні здібності та навички стосовно до конкретних умов туристського походу і змагань [34].

По-друге, громадське виховання. У похідних умовах формуються і розвиваються соціально-корисні якості, соціальна активність і особистість індивідуума. Туристу в процесі подорожей легше досягти своїх цілей, знаючи історію, географію, культуру звичаї народів району маршруту, проявляючи у відносинах з іншими учасниками походу і місцевими жителями інтернаціоналізм і толерантність. Це сприяє формуванню і розвитку позитивної життєвої позиції, патріотичного та інтернаціонального духу, соціально-активної особистості [34].

Постійне перебування в колективі, об’єднаному єдиними цілями, інтересами, час проводженням, подоланням різних труднощів формує навички вміння слухати і розуміти іншого, піднімає цінність чесності і довіри у взаєминах в групі, розвиває почуття товариської солідарності, вольових і моральних якостей [34].

Похідна обстановка і колектив впливають на формування і розвиток ініціативності, рішучості, сміливості, дисциплінованості, терплячості. Мінливі обставини часто сприяють розкриттю раніше незатребуваних потенційних можливостей особистості. Організаторам спортивно-оздоровчих маршрутів добре відомий вплив спільних подорожей на виховання колективізму. Особливо це проявляється в молодіжному середовищі, де високий авторитет одноліток. Тому в молодіжному туризмі особливо важливо приділяти увага формуванню культури поведінки, пізнавальної активності, духу змагальності, працьовитості, відповідальності. Спільні туристські походи природним чином формують ціннісний стрижень життя, взаємини між учасниками походів стають орієнтиром для формування відносин в інших суспільних формах діяльності [34].

Подорожі – це хороший фактор формування та підвищення культурного рівня. Безпосередні контакти з природним, культурно-історичним оточенням підкріплені інформацією з туристської та краєзнавчої літератури є найкращим джерелом знань та розширення кругозору [34].

Змінюючи умови походу призводять до необхідності постійного аналізу ситуацій, передбачення факторів впливу, вибору найбільш раціональних завдань, прийняття рішень. У походах туристам доводиться актуалізувати наявний досвід і знання, а для пошуку оптимальних варіантів рішення перебирати безліч варіантів. Все це сприяє розумовому розвитку людини. Знайомство з культурно-історичними об’єктами, природними пам’ятками, народною творчістю сприяє естетичному розвитку туристів [34].

У туристських походах наочно пізнається реальність екологічного стану природи, що дозволяє формувати дбайливе ставлення до навколишнього середовища. Екологічна функція туристського походу може бути підкріплена участю туристів в різних акціях спільно з активістами руху «зелених» патрулів, у сприянні боротьбі з браконьєрами, участь у лісопосадках, розчищенні стежок, охороні тварин, рослин та багатьох інших природоохоронних діях. Спілкування з природою знімає психоемоційні навантаження людини. Це має істотне значення для підліткової групи населення, які відчувають стресові ситуації в повсякденному житті. Розкриття соціальної, духовної сутності підлітків в процесі спортивно-оздоровчої діяльності сприяє розкриттю творчого потенціалу, що досягається за допомогою реалізації творчої та виховної функцій спортивно-оздоровчого туризму [34].

По-третє, оздоровлення. Спортивно-оздоровчий туризм природним чином здійснює цю функцію через відновлення фізичних і духовних сил, витрачених або порушених в процесі трудової, побутової або навчальної діяльності. Необхідно враховувати, що оздоровлення можливо тільки при оптимальному режимі фізичних навантажень і активному відпочинку. Для цього слід раціонально вибудовувати графік проходження маршруту та активного позитивного впливу природи на функціонування організму туриста [34].

Природні сили природи в поєднанні з руховою активністю зміцнюють і загартовують організм туриста, покращують серцево-судинну діяльність, обмін речовин, підвищує опірність організму до несприятливих факторів зовнішнього середовища, зміцнює нервову систему, показники по артеріальному тиску. Слід пам’ятати, що оздоровлення – це єдиний процес відновлення і розвитку, що проходить під впливом зміни діяльності. При цьому, суспільні потреби реалізуються тільки шляхом задоволення групових або групових [34].

Все сказане дає змогу зробити висновок, що спортивно-оздоровчий туризм необхідний людині, суспільству та економіці як важливий елемент культурних і соціально-економічних відносин. До основних функцій спортивно-оздоровчого туризму ми можемо віднести: рекреаційну, оздоровчу, пізнавальну, соціально-комунікативну, адаптаційну, спортивну, естетичну, емоційно-психологічну, виховну функції. Рекреаційна та оздоровча функції спортивно-оздоровчого туризму проявляється у вдосконаленні діяльності серцево-судинної і дихальної систем людини в результаті тривалих м’язових напруженнях при занятті спортом на свіжому повітрі. Оздоровчий ефект пов’язаний з активізацією енергетичних процесів, що формує фізіологічні основи здоров’я людини - анаеробний енергетичний потенціал, анаеробні можливості організму, що визначають життєздатність і тривалість життя. Соціально комунікативна і адаптаційна функції спортивно-оздоровчого туризму проявляються в процесі спілкування людини з живою природою і учасниками спортивних заходів. Адаптаційні здібності людини, здатність пристосовуватися до зміни умов зовнішнього середовища формуються на відкритій природній місцевості, що підвищує функціональну надійність людини. Адаптація в несприятливих умовах середовища дозволяє формувати комунікативні навички, здібності роботи в команді. Обґрунтування позитивного впливу спортивно-оздоровчого туризму на людину має бути використано в пропаганді здорового способу життя для всіх груп населення.

1.2 Специфіка організації та обслуговування спортивно-оздоровчих турів

Спортивно-оздоровчі заняття являють собою добровільний або організований процес відновлення, розвитку і вдосконалення фізичних, адаптаційних, емоційних, духовних можливостей і сил людини засобами фізичної культури з метою його оптимального функціонування в природному та соціального середовищі. З точки зору системного підходу та менеджменту туркомплексу організація і проведення спортивно-оздоровчих занять є задоволенням потреби туриста в розвитку і вдосконалення біологічної (фізичної) природи людини (особистості) і як наслідок – його загальної культури. У даному разі задоволеність туриста виражається у свідомому й підсвідомому відчутті того, що за час подорожі (відпочинку) відбулося позитивне, сприятливе перетворення його біологічної (фізичної) сутності (природи) і загальної (соціально-гуманітарної) культури [31].

Спортивно-оздоровчі послуги в туркомплексі є частиною турпродукту, що формується туркомплексом. При цьому вони або входять в основні послуги, тобто в турпакет обов’язкових послуг, обговорених у турпутівкою (ваучері) у разі спортивно-оздоровчих турів, або є частиною численних додаткових послуг туркомплексу [31].

Основними видами спортивно-оздоровчих турів, що реалізовуються заміськими туркомплексами, є:

– тури без спортивних походів, що включають у програму відпочинку в туркомплексі різні види спортивно-оздоровчих та інтенсивних спортивних занять;

– тури, що мають у своїй програмі некатегорійні спортивні (аматорські) походи;

– тури для туристів-спортсменів з використанням походів різної категорії складності.

Тури без спортивних походів, що включають у програму відпочинку в туркомплексі різні види спортивно-оздоровчих та інтенсивних спортивних занять. Нині таким турах приділяється все більше уваги туроператорів. Повноцінний відпочинок і дозвілля в сучасних туркомплексах з органічною програмою спортивно-оздоровчих занять створюють у непростому житті сучасного людини необхідний баланс та гармонію, допомагають отримати новий заряд енергії, формують потребу в здоровому способі життя [31].

Для збільшення масштабів спортивно-оздоровчого туризму і якості таких турів необхідні як підготовка відповідних фахівців-тураніматорів, так і розробка для них цікавих захоплюючих програм спортивно-оздоровчої роботи в туркомплексах, що враховують вікові та психологічні особливості, традиції, правильне використання клімато-гартуючих факторів, розширення набору фізичних вправ, рухливих ігор, а також облік багатьох інших факторів. На жаль, в даний час туроператорські функції по таких турах виконують менеджери нечисленних туркомплексів [31].

Конкретний зміст спортивно-оздоровчої роботи в туркомплексі найчастіше визначається матеріально-технічною базою – наявністю тих чи інших спортивних споруд, майданчиків, а також природним комплексом (розташуванням ТК біля моря, біля річки, в горах, у лісовому масиві і т.д.) [31].

В методичному плані при проведенні спортивно-оздоровчої роботи необхідно більше уваги приділяти іграм, як традиційним спортивним, так і спеціально придуманим, а також спортивних свят. Гра – головний елемент відпочинку, його найважливіша складова, що володіє сильною властивістю психологічної розрядки, знімає втому. Свято – це дотик до щасливого життя, стан піднесеності і високого емоційного настрою, концентрація позитивних емоцій, вище вираження відпочинку [31].

 Тури, що мають у своїй програмі некатегорійні (аматорські) спортивні походи. Проведення даного виду турів поділяється на три етапи: передпохідна підготовка в туркомплексі; спортивний похід; після похідний відпочинок у туркомплексі. Передпохідна підготовку та інструктаж у туркомплексі необхідно чергувати з спортивними іграми, дискотеками, іншими формами дозвілля [26].

Туроператорські функції з формування та реалізації такого виду спортивних турів в даний час виконуються найчастіше безпосередньо працівниками туркомплекса – менеджерами з туранімаціі і спорту або менеджерами зі спортивного (самодіяльному) туризму. Можливі пропозиції туркомплексу про проведення таких турів з боку туроператорів внутрішнього туристичного ринку, які працюють в контакті з турклубами або асоціаціями «туристів-самодіяльників» [31].

 Туроператорські функції являють собою, по суті завдання, пов’язані із основними етапами формування та реалізації спортивного туру:

1) проведення маркетингових досліджень, вивчення потенційного попиту і наявних пропозицій, матеріальної бази;

2) вибір актуальних і рентабельних напрямків маршрутів;

3) визначення можливостей щодо здійснення турів, потенційних клієнтів по кожного туру;

4) розробка бізнес-планів по спортивних турах;

5) укладання договорів з партнерами, організаціями, отримання необхідних дозволів адміністративних та природоохоронних органів;

6) кадрове забезпечення туру, підбір та підготовка персоналу;

7) підготовка спортивного походу (спортивної частини туру): матеріальної частини, розмітки маршруту і т.і.;

8) апробація туру;

9) рекламне забезпечення туру;

10) укладання договорів з посередниками (турагентствами, турклубами, турагентами) на реалізацію спортивного туру;

11) реалізація (продаж) туру туркомплексом безпосередньо або через посередницькі канали збуту;

12) проведення туру [31].

Тури для туристів-спортсменів з використанням походів різної категорії складності. Туркомплекси і турбази можуть використовуватися для проведення категорійних походів для туристів-спортсменів. Розробка таких турів повинна здійснюватися спільно менеджером туркомплексу та туристсько-спортивним клубом (союзом) – замовником такого виду турів. Оскільки категорійні маршрути пролягають у важкодоступних місцях (гори, гірські річки, морське узбережжя тощо.), то основними моментами при виборі туркомплексу є відповідні природні умови і географічне розташування ТК [31].

Нижче наведені основні вимоги, які повинні виконуватися при підготовці і проведенні спортивної частини туру (походу).

1. Забезпечення стабільності маршрутів.

Стабільність, незмінність, традиційність маршруту сприяють:

а) повному забезпеченню маршрутів методичними розробками з фізкультурно-оздоровчої, туристично-екскурсійної, культурно-виховної діяльності, необхідному облаштуванню і оснащенню на трасі, забезпечення безпеки, професійному кадровому забезпеченню, що в цілому створює високу якість обслуговування, формуванню високої якості туру;

б) дієвій та ефективній рекламі туру, закріпленню свого споживача;

в) чіткому плануванню [31].

2. Забезпечення необхідного (високої) якості обслуговування.

В програму туру повинні бути включені тільки ті заходи, траси, виконавці, партнери, які не викликають сумніву в якості обслуговування і безпеки як його головного елемента. Матеріальна база, обладнання, спорядження також повинні відповідати вимогам його якості [31].

3. Облік сезонності та погодних умов.

Облік сезонних відмінностей проявляється у відповідному ціноутворенні, характері проведених заходів, оснащенні. Облік сезонних і погодних умов вимагає розробки та використання дублюючих і допоміжних альтернативних програм туру (спортивного походу і проведених заходів) [31].

4. Охорона навколишнього середовища.

З збільшенням кількості турів і туристів на маршрутах їх вплив на навколишнє середовище зростає. Це загострює проблему раціонального природокористування в умовах загальної несприятливої екологічної обстановки в країні. Добре поставлена при плануванні і проведенні спортивних турів природоохоронна робота може зробити їх не тільки нешкідливими для навколишнього середовища, але й перетворити на різновид екологічних освітніх турів, в «навчальний полігон», на якому туристи отримують необхідні практичні навички, уміння і прикладні знання в галузі охорони природи. А туркомплекс, який проводить такі тури, може стати дієвим опорним пунктом адміністрації і «зелених» в прилеглій місцевості з охорони навколишнього середовища [31].

При плануванні та організації турів особлива увага повинна бути приділена природоохоронному облаштування похідних трас (стежки, стоянки, бівуаки) і території туркомплексів, розробці екологічно обгрунтованих туранімаційних програм для туристів, використання «природобезпечного» інвентарю і спорядження, проведення роз’яснювальної, пропагандистської та навчально-виховної роботи в області охорони природи. Необхідно також розробити і передбачити різноманітні методи та форми мотивації (зацікавленості організаторів та туристів дбайливе відношення до природи) і контролю дієвості зусиль менеджерів із забезпечення екологічних турів [31].

При використанні як туристського ресурсу для таких турів національних парків, заказників, пам’яток природи необхідно: а) враховувати (при плануванні) і уточнювати на місцях правові, організаційні та екологічні умови їх використання; б) передбачати заходи щодо відновлення, реставрації і охорони об’єктів природи, історії, культури [31].

5. Забезпечення рентабельності.

Досягнення необхідної рентабельності здійснюється за допомогою правильного розрахунку собівартості, ретельного аналізу помилок і випадків збитковості турів, зниження витрат на управлінські та непродуктивні витрати, раціонального використання кадрів, поліпшення організації та впровадження передових методів, раціонального використання транспорту (у тому числі внутрішьомаршрутного), оптимізації кількісного складу тургруп і за рахунок інших заходів. Разом з тим гонитва за прибутком не повинна вступати в суперечність з соціальною спрямованістю [31].

1.3 Місце спортивно-оздоровчого туризму в системі рекреаційних послуг

Рекреація в перекладі з латинської («recreatio») означає «відновлення», в перекладі з англійської («recreation») – «відпочинок». Об’єднавши ці поняття воєдино, отримуємо одне з основних визначень терміна «рекреація» – відпочинок, відновлення сил людини, витрачених у процесі праці, який став використовуватися в 60-х роках ХХ століття у фізіологічній, медичній, соціально-економічній літературі з проблем відновлення сил і здоров’я робітників. У широкому сенсі поняття «рекреація» об’єднує лікування-профілактику, відпочинок-релаксацію, туризм, фізичну рекреацію. Рекреаційна діяльність повинна відповідати вимогам атрактивності (від лат. attractio –тяжіння – і корисності, тобто задовольняти рекреаційні потреби людини (харчування, сон, рух, пізнання, спілкування, оздоровлення).

 Туризм і рекреація співвідносяться як ціле і частина, взаємозв’язок цих двох видів діяльності формує єдиний комплекс – сферу туристично-рекреаційних послуг. Сфера туристично-рекреаційних послуг охоплює всі підприємства, які є організаторами туризму та рекреації, забезпечують умови для проведення відпочинку, оздоровлення, лікування, розваги. Основною функцією туризму можна визнати відтворюючу функцію, спрямовану на відновлення сил, витрачених людиною на роботі і вдома.

Швейцарський дослідник туризму професор К. Каспар вважає, що рекреаційний туризм – це сукупність зв’язків і явищ, які виникають при зміні постійного місця перебування людей з метою поліпшення, стабілізації і при нагоді відновлення фізичного, розумового і соціального здоров’я під впливом запропонованих дій оздоровчого та лікувального характеру, для яких місце, де вони знаходяться, не є постійним місцем проживання або роботи. В якості видів рекреаційного туризму I.Н. Яхновець пропонує виділити оздоровчий, медичний, природний та спортивний туризм, так як кожному з даних видів притаманна одна мета – поліпшення або відновлення фізичного, розумового та емоційного здоров’я.

На початковому етапі розвитку спортивно-оздоровчий туризм був різновидом рекреаційного туризму. У словнику термінів Н.Ф. Реймерса рекреація трактується як «відновлення здоров’я, фізичних сил і працездатності, за допомогою відпочинку поза житлом, ... пов’язаної з відвідуванням цікавих для огляду місць, у тому числі національних парків». Основною метою спортивно-оздоровчого туризму була компенсація негативних наслідків проживання в місті. Проте вже тоді були помітні особливості, що відрізняли саме спортивно-оздоровчий туризм. Це мотиви самоствердження, експерименту і першовідкривання.

Потреби в рекреаційних послугах для оздоровлення є складовою частиною зміцнення здоров’я, яке розвивається під впливом різних факторів. Рівень і обсяг пропозиції рекреаційних послуг залежить від можливостей використання природних рекреаційних ресурсів, місткості матеріально-технічної бази рекреації. Рекреаційна діяльність людини повинна розглядатися як будь-яка діяльність, що має відношення до організації відпочинку, туризму, фізкультури і спорту, оскільки є невід’ємною від соціальної, духовної, трудової діяльності його життя і сприяє вдосконаленню організму в цілому. Спортивно-оздоровчий туризм за своєю сутністю не є сферою послуг, а це досить самостійна і соціально-орієнтована сфера і спосіб життя значного кола суспільства, для якої самодіяльний туризм служить ефективним засобом фізичного оздоровлення, морального розвитку і самовдосконалення [19].

Створення умов для активного дозвілля, у тому числі використовуючи ресурси масового спорту та фізичної культури, є ключовим напрямком діяльності органів влади всіх рівнів у вирішенні завдання формування здорового способу життя. При цьому у визначенні пріоритетів спортивної політики важливий облік потреб, мотивів, інтересів, які лежать в основі спортивно-оздоровчої діяльності людини. Важливий також аналіз бар’єрів доступності спортивних та фізкультурно-оздоровчих послуг для різних груп населення, в тому числі і соціокультурних, психологічних бар’єрів і реалізація комплексних заходів, що дозволяють їх мінімізувати [19].

Реалізуючи оздоровчі, рекреаційні та освітньо-виховні, комунікативні функції, оздоровчо-спортивний туризм є найважливішим засобом розвитку людського потенціалу суспільства для відновлення здоров’я організму. Використовуючи вільний час для занять аматорським, оздоровчим спортом та фізичною культурою, визначаючи його як активний вид дозвілля можливо зміцнити та відновити фізичний стан організму і це конструюється сукупністю видів діяльності, що реалізуються з власної волі людини, результатом яких є ефекти релаксації, отримання задоволення, моральне, психологічне і фізичне відновлення і розвиток індивіда. При домінуванні установок на збереження та підтримання здоров’я у сфері оздоровчо-спортивного дозвілля можуть бути задоволені різні потреби [19].

При цьому характер мотиваційних установок залежить від вікових характеристик. Вибір активних спортивно орієнтованих форм проведення дозвілля визначається різними факторами об’єктивного і суб’єктивного характеру, утому числі залежить від реалізованої соціальної політики, щодо створення умов для занять спортом і фізичною культурою, оздоровчо-спортивним туризмом в цілому, територіальної та цінової доступності фізкультурно-оздоровчих послуг, від рекреаційних установок індивідів і розвиненості потреби в фізкультурних і спортивних заняттях [19].

В основі спортивно-оздоровчої послуги лежить розвиток здорового способу життя, який можливо досягти створюючи туристичний продукт, який буде містити в собі елементи оздоровчо-спортивного туризму. Адже активний рух є визначальною рисою оздоровчо-спортивного туризму, який загартовує організм, розвиває витривалість, спритність, виховує мужність, наполегливість і рішучість, навчає виживанню людини в природному середовищі. Подорожуючи далекими чи близькими дорогами ми збагачуємось не тільки фізично, а і емоційно, культурно, бо саме оздоровчо-спортивний туризм допомагає підтримувати високу працездатність та творчу активність. Така ефективна форма організації відпочинку сприяє фізичному і духовному розвитку особистості [19].

Створюючи туристичний продукт за напрямком оздоровчо-спортивного туризму, потрібно враховувати фізичну підготовку кожного, вік та медичні показники. Оздоровчо-спортивний туризм – це різновид пішохідного, гірського, водного, спелеотуризму тощо. Для подорожі пішки в горах характерні: великий обсяг фізичних навантажень на організм при зниженому атмосферному тиску і високому рівні сонячної радіації, необхідність долати перешкоди із застосуванням різноманітних засобів і прийомів пересування і страховки, спеціальна тактика проходження маршруту. Тому сьогодні розповсюджений і користується попитом пішохідний туризм. Піші походи проводяться практично у всіх кліматичних зонах та географічних регіонах – від арктичної тундри до пустель і гір. Їх привабливість і головна відмітна особливість у тому, що вони доступні і корисні також і практично здоровій людині, незалежно від віку і фізичного розвитку, надає більшу свободу у виборі маршруту відповідно до естетичних, пізнавальних та культурних потреб учасників подорожі. При наявності на маршруті великої кількості різноманітних природних перешкод піший похід може перетворитися на комбінований, наприклад, пішохідно-водний, гірсько-пішохідний [19].

Помітною популярністю сьогодні користуються різнопланові спортивно-оздоровчі послуги, які називають рекреаційними, і сутність їх полягає в організації процесу відновлення, і звичайно, розвитку і вдосконалення сил і можливостей людини – фізичних, емоційних, адаптаційних, духовних. Спортивно-оздоровчі рекреаційні послуги іноді відносять до відновлювальних послуг, а іноді до анімаційних. Вони виявляються в залах для аеробіки, гімнастичних залах, тренажерних залах. Заняття тут проводять за певним графіком досвідчені інструктори по спортивно-оздоровчій гімнастиці, по аеробіці і культуризму. До спортивно-оздоровчих послуг відносяться послуги оздоровчої галузі [19].

Основні структурні підрозділи оздоровчої галузі: клуби (центри) здоров’я (фітнес, шейпінг, аеробіка, каланетика, йога, SPA, велнес та ін.), фізкультурно-оздоровчі центри, спортивно-оздоровчі центри, рекреаційно-оздоровчі центри, оздоровчі центри, туристичні бази, будинки відпочинку, дитячі і молодіжні оздоровчі табори, банні комплекси та ін. Недоліками більшості існуючих клубів здоров’я є їх низький оздоровчо-технологічний рівень, спортивно-фізкультурна однобокість, відсутність комплексу рекреаційних та оздоровчих послуг, орієнтація на контингент молодих людей і неможливість отримання оздоровчих послуг дітьми та літніми людьми, а також відсутність організації сімейної клубної роботи [19].

Сучасні спортивні, фізкультурні та оздоровчі організації активно прагнуть до об’єднання і співпраці з освітою, громадським харчуванням, культурою, шоу-бізнесом, індустрією розваг та іншими суміжними галузями, затребуваними населенням, і все більше перетворюються на багатофункціональні центри. В даний час в країні планується створення тисяч багатофункціональних оздоровчих, спортивних, фізкультурно-оздоровчих центрів, стадіонів і басейнів. У цьому зв’язку актуальним стає впровадження розробленої методології створення та роботи багатофункціональних трансформованих оздоровчих комплексів (клубів здоров’я) які можуть бути складовою частиною спортивних центрів, стадіонів, басейнів або функціонувати самостійно [19].

1.4 Проблеми та перспективи розвитку спортивно-оздоровчого туризму в Україні та Запорізькій області

У просторовому вимірі спортивно-оздоровчий туризм стає все більш вагомим сегментом світової туристської галузі, впевнено займаючи третє місце після різних видів відпочинку і розваг, а також пізнавального туризму. За деякими оцінками, на його частку припадає понад 10% туристського світового ринку, а темпи зростання туристських подорожей з активними засобами пересування перевищують середні темпи зростання туризму в цілому. До цього напрямку туризму долучаються люди різного віку, що мають різний сімейний і суспільний стан [2].

Зрештою слід зазначити, що кожен з існуючих видів туризму (незважаючи на різний рівень їх розвитку) відрізняються своєю значимістю, оскільки, з одного боку, впливають як на соціальну і економічну ситуацію в країні (регіоні), а також на рівень і якість життя населення, а з іншого – в істотній мірі залежать від них.

Наша країна має багаторічні туристські традиції. Починаючи з 1991 року, постійно спостерігалося зростання кількості учасників туристського руху. Під час економічної кризи 2008-2009 років спостерігався невеликий спад, а далі знову поступовий підйом. На жаль, статистичних даних за останні роки немає. Це пов’язано з подіями 2014 року, тимчасовою втратою Криму, а також складною політичною і економічною ситуацією, що склалася в країні. Проте, не дивлячись ні на що, туристичний рух людей різного віку в Україні живе і розвивається, нехай і не такими темпами, як хотілося [2].

Спортивно-оздоровчий туризм знаходиться на перетині туристської індустрії та загальнодержавної системи фізичної культури і спорту. Він виконує спортивні, оздоровчі, рекреаційні, пізнавальні, виховні, економічні та інші функції. Серед найважливіших завдань – інтеграція спортивного туризму в соціальний механізм оздоровлення. Все більше закріплюється здоровий і активний спосіб життя українців [2].

Про це свідчить, наприклад, стрімке зростання кількості фітнес комплексів, туристичних клубів у всіх великих містах. Саме тому можна припустити, що незабаром ще більше українців з сім’ями задумаються, наприклад провести тиждень або два в комбінованому поході, де можна поєднати піший, і водний туризм, гірський велосипед і елементи спелеології. Так, в Австрії та Словенії число прихильників подібного відпочинку доходить до 10-12 відсотків туристів. Крім того, слід звернути увагу на те, що коли іноземні гості, приїжджаючи на курорти, зупиняються в дорогих готелях, проте шукають можливості активно, цікаво і з користю для здоров’я провести вільний час.

Спортивно-оздоровчий туризм, крім соціального, має ще й значний комерційний потенціал. Це вже усвідомили десятки регіональних турфірм і не тільки в Західній Україні, а й у Києві, Прикарпатті, Одесі, Харкові, Сумах, Полтаві, Чернігові, Запоріжжі, і ще багатьох містах, де низка бізнес-структур спеціалізується саме на активному відпочинку. Головна особливість спортивно-оздоровчого туризму полягає в тому, що він розвивається в навколишньому середовищі і капіталовкладення не надто великі. Саме тому спортивно-оздоровчий туризм має великі перспективи розвитку під час економічної кризи [2].

Як вид спорту він здійснює різноманітні спортивні, оздоровчі, рекреаційні, пізнавальні, виховні, економічні та інші функції, але через низку факторів рівень їх реалізації на сьогоднішній день не відповідає потенційним можливостям туристично-спортивного руху в Україні. На сьогодні, незважаючи на наявні потенційно великі можливості, свою соціальну та економічну значимість, спортивно-оздоровчий туризм в Україні розвинений недостатньо. Труднощі, з яким зіткнувся у своєму розвитку спортивно-оздоровчий туризм, в першу чергу, пов’язані з економічними проблемами розвитку суспільства, а також з майже повною відсутністю державної та громадської підтримки цього виду туризму. Недосконалість, а в окремих випадках і відсутність сучасної нормативно-правової, методичної та інформаційної бази, яка б враховувала його реалії, а також внутрішні організаційні проблеми в самому туристично-спортивному русі, значно гальмують розвиток перспективного напрямку [3].

До несприятливих факторів, що заважають розвитку спортивно-оздоровчого туризму можна віднести також:

* непідготовленість населення регіонів до туристичного підприємництва;
* нерозвиненість сучасних систем інформаційного забезпечення рекреаційного бізнесу, відсутність комплексної реклами;
* напруженість санітарно-екологічної ситуації в багатьох туристських центрах, що знижує попит у зарубіжних партнерів;
* повільні темпи зростання обсягів інвестицій у розвиток матеріальної бази туризму;
* недостатньо розвинена інфраструктура індустрії та сервісна інфраструктура місцевостей (наявність закладів харчування, придорожніх рекламно-інформаційних покажчиків, стан вокзалів), де розташовані об’єкти туристської індустрії;
* слабка комунікаційна доступність перспективних для освоєння в туристських цілях територій (поганий стан доріг, відсутність електрифікації, телефонізації);
* екологічно некоректна поведінка відпочиваючих;
* недостатнє сприяння органів місцевої влади;
* падіння добробуту населення;
* низький рівень доходів населення і брак вільного часу;
* відсутність належного інформаційного забезпечення реальних і потенційних споживачів туристських послуг;
* відсутність ефективних стимулів інвестування в розвиток туризму на рівні світових стандартів;
* відсутність комплексної політики держави, неврегульованість механізмів стимулювання туристської індустрії, відсутність ефективної стратегії розвитку цієї сфери, як на національному, так і на регіональному рівнях;
* гострий дефіцит фінансових ресурсів і кризове становище в національній економіці;
* невідповідність соціальної інфраструктури загального призначення європейським стандартам, низький рівень сервісу, нерозвиненість сучасних систем інформаційного забезпечення рекреаційного бізнесу, відсутність ефективної реклами;
* нерозвиненість інфраструктури, а також відсутність державної політики щодо пропаганди туристських послуг на внутрішньому та міжнародному рівнях [2].

Сучасна реальність така, що велика частина туристичних організацій не в змозі ефективно організувати спортивно-оздоровчі тури через низку об’єктивних факторів, в числі яких відсутність ресурсу фахівців, що мають спеціальну підготовку в області сервісу та здатних забезпечити послуги з фізичної рекреації, екстремального туризму [2].

На сучасному етапі сфера спортивно-оздоровчого туризму має гостру потребу у висококваліфікованих фахівцях, які здійснюють профілактичне оздоровлення населення засобами, методами туризму і фізичної рекреації в наступних двох напрямках: щоденному і щотижневому компенсаторному відновленні психофізичних сил людини і розширеному – в процесі відпускного періоду [2].

Аналіз стану спортивно-оздоровчого туризму в Україна показує, що для стабілізації ситуації та подальшого розвитку потрібне об’єднання зусиль туристської громадськості країни в створенні потужної громадської організації туристично-спортивного руху. Необхідно створити організацію, яка б мала сильну, організовану, розгалужену структуру в регіонах, яка могла отримувати фінансування на свою діяльність як від спонсорів та комерційних структур, з одного боку, так і з боку держави, шляхом бюджетного фінансування спортивно масових туристських заходів через управління по питань фізичної культури і спорту різного рівня [3].

Таким чином, численні проблеми, з одного боку, ускладнюють функціонування і розвиток спортивно-оздоровчого туризму, а з іншого – дозволяють виділити найбільш пріоритетні з них для вдосконалення механізмів державного регулювання, що дозволить якщо не вирішити, то, принаймні, зменшити негативний вплив від наявних проблем у цій галузі.

**РОЗДІЛ 2**

**ЗАВДАННЯ, МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ**

2.1 Завдання дослідження

Для досягнення поставленої мети були визначені наступнідослідницькі завдання:

1. Розглянути теоретичні основи та охарактеризувати спортивно-оздоровчий туризм як складову рекреаційних послуг;

2. Проаналізувати проблеми та перспективи формування спортивно-оздоровчих турів;

3. Розробити спортивно-оздоровчий тур – піший похід вихідного дня в Бердянському районі.

2.2 Методи дослідження

Для вирішення поставлених завдань використовувались такі методи дослідження:

1. Теоретичний аналіз.
2. Синтез.
3. Метод конкретизації.
4. Узагальнення.
5. Системний метод.
6. Метод математичного розрахунку
7. Анкетування.
8. Картографування.

2.3 Організація дослідження

З метою визначення сучасного стану спортивно-оздоровчого туризму в Україні, а також особистого ставлення потенційних клієнтів до такого виду туризму, їх бажання скористуватись можливістю здійснити подорож, нами було розроблено онлайн-анкету (див. Додаток А)

В анкеті були використані закриті питання: альтернативні або з вибірковою відповіддю. Анкетування було проведено серед студентів, викладачів спеціальності «Міжнародні відносини, суспільні комунікації та регіональні студії» на платформі Google Форми (https://forms.gle/CW2EkwJ9w1nXdsA37).

За допомогою анкети було з’ясовано, в яку пору року полюбляють відпочивати респонденти – влітку (58,7%); якому виду туризму надають перевагу – спортивно-оздоровчий туризм (41,3%) і яку форму поїздки вибирає більшість опитуваних – піший похід (60,9%). Переважна більшість опитуваних було б цікаво відправитись у піший похід вихідного дня (87%), та витрати понад 1500 грн на свій відпочинок (52,2%).

За допомогою опитування ми виявили бажання студентів брати участь в походах вихідного дня, які є одними з найбільш масових і доступних форм організації активного відпочинку.

**РОЗДІЛ 3**

**РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ**

3.1 Загальна характеристика туристичних ресурсів України та Запорізької області

Україна володіє цілим комплексом природних рекреаційних ресурсів, розподілених по всіх регіонах, кожен з яких має свої унікальні особливості. В даний час природні ресурси України, які придатні для спортивно-оздоровчого туризму використовуються всього на 7-15%. Основні ресурси активного туризму – гори, рівнини, степи, моря, річки, озера, які охоплюють майже всю територію України [11].

Україна займає територію, що володіє сприятливими умовами для розвитку туризму. У неї вигідне економіко-географічне положення. Вона має вихід до двох морів, де практично здійснюється цілорічна навігація, сусідить з розвиненими країнами. Територія країни покрита густою мережею залізних і автомобільних доріг, що не тільки забезпечує внутрішню цілісність і єдність її народногосподарського комплексу, а й сприяє розвитку стабільних зв’язків з сусідніми державами [39].

Україна розташована на Східноєвропейській платформі. Більша частина території рівнини тільки на південному заході Українські Карпати (г. Говерла 2061 м.). Цей регіон дуже популярний для активного відпочинку, а саме походи, скелелазіння [11].

Клімат України помірно-континентальний. Температура влітку +20-25 °С, взимку 0 до-10 °С. Опади 700-800 мм на заході до 300-400 мм на сході.

Україна забезпечена водними ресурсами. Великі річки: Дніпро, Дністер, Дунай, Сіверський Донець, Південний Буг. Озера: Шацькі озера, Придунайські, Причорноморські озера тощо [11].

Також в Україні прекрасні лікувальні ліси Полісся, Карпат і Кримських гір які займають 14% території країни. Україна омивається Чорним і Азовським морями, які мають зручні пляжі [11].

Відповідно до структури туризму, туристичними вподобаннями і рекреаційним потенціалом, територія України поділяється на райони:

1. Західно-Причорноморський район. Практично все узбережжя Чорного моря придатне для рекреаційного освоєння, але рівень розвитку сфери обслуговування ще далекий від міжнародних стандартів. До Західно-Причорноморського району належить Одеська, Миколаївська, Херсонська області [39].

В Одеській області налічується 92 території та об’єкти природно-заповідного фонду, 2 пам’ятки природи республіканського значення – Одеські катакомби та Михайлівський яр. У дельті Дунаю розташований унікальний біосферний заповідник «Дунайські плавні». На березі Тилігульського лиману розташований Тилігульський регіональний ландшафтний парк [11].

Важливу роль відіграє культурно-рекреаційне господарство регіону. Сприятливі кліматичні умови Примор’я, численні пляжі, тепла морська вода, ропа лиманів, лікувальні грязі, мінеральні джерела обумовлюють його загальнодержавне значення [39].

Рекреаційні ресурси пов’язані, перш за все, з Приморською смугою. Протяжність морських пляжів становить 175 кілометр. Їх ширина досягає 50 метрів, а в деяких зонах і значно більше. Чорне море характеризується тим, що його вода має значно меншу солоність, ніж Світовий океан (0,5-0,6), що робить терапію (морське купання) більш приємним і цілющим. Разом з тим вода Чорного моря сильно мінералізована, маючи в своєму складі солі у зв’язку з цим, лікувальними солями і киснем збагачений і морське повітря [11].

В Миколаївській області природно-кліматичні умови, значні рекреаційні ресурси області сприяють подальшому розвитку санаторно-курортної галузі. Регіон характеризується тривалим теплим періодом з середньодобовою температурою повітря на узбережжі моря вище 15 °С [11].

В області налічується понад 120 територій та об’єктів природно-заповідного фонду, регіональні ландшафтні парки «Кінбурнська коса» та «Гранітно-степове Прибужжя», частина Чорноморського біосферного заповідника, близько 19 парків тощо.

Серед основних природних рекреаційних ресурсів області:

* морські піщані пляжі довжиною понад 70 км;
* мальовничі ландшафти берегів Південного Бугу та численних водосховищ;
* запаси лікувальних грязей, особливо Тилігульського і Бейкушанського лиманів.

Бази відпочинку розташовані, головним чином, на узбережжі Чорного моря і його лиманів, в курортних зонах с. Коблево, міста Очакова, а також Миколаєва. Розвивається в основному пізнавальний, екологічний, піший туризм, рибна ловля [54].

2. Карпатський район має найбагатші лісові ресурси, а найбільша лісистість в Україні припадає на Закарпаття (близько 50% території). До цього району належить Львівська, Закарпатська, Івано-Франківська та Чернівецька області. Регіон має значні та різноманітні корисні копалини і найбільшу по країні забезпеченість водними і лісовими ресурсами [11].

У Закарпатті зосереджено 52 % потенціалу природних ресурсів рекреації України. Поміж вже охарактеризованих одним з основних компонентів природних рекреаційних ресурсів є різноманітні мінеральні води [39].

У Карпатах є великі природно-ресурсні можливості для організації та розвитку зимових видів відпочинку, зокрема гірськолижного. Сьогодні в регіоні освоєно до 30 гірськолижних трас, хоча їх кількість можна збільшити вдвічі і обслужити за сезон понад 250 тис. любителів зимового відпочинку [11].

Карпатський регіон має значні пізнавальні ресурси. Зокрема, в Ужгороді, Львові, Мукачеві, Самборі, Дрогобичі. З сільських адміністративних районів високу пізнавальну цінність рекреаційних ресурсів має Мукачівський район Закарпатської, Косівський район Івано-Франківської, Дрогобицький, Соколовський райони Львівської областей [39].

У Карпатському регіоні діє 60 санаторії, 17 пансіонати, 10 будинки відпочинку, 70 санаторії-профілакторії, 120 бази відпочинку, 150 табори відпочинку для старшокласників і понад 180 заміських дитячих таборів.

Найпопулярнішим курортом є Трускавець, який спеціалізується на лікуванні захворювань нирок, печінки, сечовивідних шляхів, а також органів травлення та обміну речовин [11].

Для району перспективними є пізнавальний, спортивно-оздоровчий туризм, гірськолижний туризм тощо.

3. Придніпровський район (Дніпропетровська і Запорізька області) за кількістю природними ресурсами займає одне з перших – запаси окремих з них мають світове значення. У районі багато джерел мінеральних вод. Річки і озера добре прогріваються - в році близько 70-90 купальних днів. В районі добре розвинені пізнавальний туризм, лікувально-оздоровчий, рекреаційний [11].

У регіоні більше 600 територій, заказників, пам’яток природи, об’єктів природно-заповідного та історико-культурного фонду, найбільш відомі серед них – Національний заповідник «Хортиця» (м. Запоріжжя, о. Хортиця), Державний історико-археологічний заповідник «Кам’яна Могила». Також функціонують численні санаторії, водогрязелікарні, будинки та бази відпочинку.

Багаті природні ресурси, велика кількість овочів і фруктів робить район привабливим для сільського господарства, зеленого, кантрі, еко і агротуризму. Район багатий історико-культурними ресурсами та пам’ятками [39].

4. Подільський район (Вінницька, Хмельницька та Тернопільська області) є сільськогосподарським і однією з найменш урбанізованих (сільське населення становить понад половини) частин України. З корисних копалин тут поширена сировина для будматеріалів. Рекреаційні ресурси: м’який клімат, мальовничі ландшафти, мінеральні води, лікувальні торф’яні грязі. Район характеризується помірно-континентальним кліматом, з впливом арктичних і атлантичних повітряних мас і максимальним рівнем опадів в травні. Територія району розташована в межах атлантико-континентальної кліматичної області. Середні температури січня (-6°С, - 5°С), теплим літом (середні температури Липня +18°С, +20°С) і достатньою кількістю опадів (450-460 мм на рік) [11].

Водні ресурси складають води річок (Дністер, Південний Буг, Збруч, Русава, Стрипа, Калюс, Ушиця, Студениця, Бужок та ін.), водосховищ (Дністровське), озер (Нетішенське, Козове), підземні води (Дніпровсько-Подільський басейн).

Для району перспективними є пізнавальний, оздоровчий, спелеотуризм, кінний туризм, екотуризм, та сімейний відпочинок [39].

5. Північно-східний район (Харківська, Полтавська та Сумська області) за кількістю населення, виробництва промислової продукції входить до п’ятірки, а за сільськогосподарської замикає трійку лідерів. Клімат помірно-континентальний з жарким літом і помірно холодною зимою. Великий частина території багата родючими ґрунтами – типовими чорноземами [11].

Полтавська область. Природно-рекреаційний потенціал: Гадяч-кліматичний курорт лісової зони, розташований на березі р. Псел; Ліщинівка – лісовий кліматичний курорт, розташований на березі р. Ворскла; Миргород – рівнинний бальнеологічний і грязьовий курорт лісостепової зони [11].

На території розташовані 169 об’єктів природно-заповідного фонду: 46 заповідників, у тому числі 11 державного значення, 92 пам’ятки природи, серед яких – 1 державного значення, Устимівський дендропарк, 20 парків – пам’яток садово-паркового мистецтва, з них 4 державного значення, 10 заповідних урочищ. Сприятливі кліматичні умови, густа сітка річок, чисельні водоймища у поєднанні з мальовничими краєвидами, наявність мінеральних вод, відносно невисокий рівень урбанізації формують значний рекреаційний потенціал області

Для району перспективними є оздоровчий, пізнавальний, кінний туризм, сімейний відпочинок [39].

6. Столичний район (Київська, Житомирська та Чернігівська області) займає друге місце в країні за площею, а за кількості населення (6,9 млн. чоловік) поступається лише Причорноморський. Тут зосереджені значні лісові ресурси, а серед корисних копалин переважають будівельні матеріали.

Столиця України Київ – найвизначніший культурно-історичний центр країни, осередок великого туристичного потенціалу [39].

Місто розташоване на берегах Дніпра, на межі Полісся і Лісостепу, оточене суцільним кільцем «зеленої зони», має багаті природно-рекреаційні ресурси: ліси, лісопарки, гаї, зелені насадження, площа яких у межах міста становить 43,6 га (на кожного жителя припадає 181 кв. м зелених насаджень), сади, парки (понад 60), зокрема такі відомі, як Гідропарк, Голосіївський імені М. Рильського та Центральний, а також Центральний ботанічний сад Національної академії наук, Ботанічний сад національного університету імені А.В. Фоміна, зоопарк, 2 курорти (Конча-Заспа, Пуща-Водиця), піщані пляжі, численні озера, ставки, водоймища [39].

Київ зберігає унікальні архітектурні пам'ятки. Найдавніші з них - Софійський собор (XI ст.), Києво-Печерська лавра (XI ст.), залишки Золотих воріт (1037 р.), Кирилівська церква (XII ст.), Видубицький монастир (XI ст.), Андріївська церква (1749-1754 pp.), Марийський палац (1750-1755 рр.) тощо [39].

У місті є 2 національні заповідники: Києво-Печерський історико-культурний та «Софія Київська», 23 державні музеї, зокрема народної архітектури та побуту, історії Великої Вітчизняної війни 1941-1945 рр., історії України, історії Києва, книги і друкарства, центральний архів-музей літератури і мистецтва, українського образотворчого мистецтва, літератури, українського народного декоративного мистецтва, російського мистецтва, західного та східного мистецтва, історичних коштовностей, центральний науково-природознавчий, Тараса Шевченка, Лесі Українки, Павла Тичини, Максима Рильського [11].

Перспективними є пізнавальний, оздоровчий, спортивний туризм і сімейний відпочинок.

7. Центральний район (Черкаська та Кіровоградська області) за кількістю населення та промисловому потенціалу займає одне з останніх місць, будучи переважно аграрним регіоном.

Черкаська область налічує 381 територію та об’єкт природно-заповідного фонду, зокрема Канівський заповідник, 159 заказників (3 – державного значення), 155 пам’яток природи (10 – державного значення), дендропарк «Софіївка», Черкаський зоопарк, 38 парків – пам’яток садово-паркового мистецтва (6 – державного значення), 26 заповідних урочищ [39] .

М’який помірно-континентальний клімат, мальовничі куточки природи на берегах річок Дніпра, Росі, Тясмину та інших приваблює туристів у область, яка входить до складу Придніпровської рекреаційної зони.

Найцікавішими об’єктами туризму є: пам’ятка архітектури періоду Київської Русі Успенський собор XII ст., Шевченківський національний заповідник у м. Каневі, Державний історико-культурний заповідник «Батьківщина Тараса Шевченка» (села Шевченкове, Моринці, Будище, Вільшана), Національний заповідник «Чигирин», музей історії хліборобства із залишками поселення VI ст. до н. е. у м. Тальному, музей історії Корсунь-Шевченківської битви, музей О.С. Пушкіна і П.І. Чайковського у м. Кам’янці.

Кіровоградська область має 39 об’єктів природно-заповідного фонду, у тому числі державного значення – пам’ятка природи Чорний Ліс, дендропарк «Веселі Боковеньки», 2 заказники, пам’ятки садово-паркового мистецтва і місцевого значення – 2 заказники, 17 пам’яток природи, 4 парки – пам’ятки садово-паркового мистецтва та 10 заповідних урочищ [39].

М’який клімат, мальовничі береги річок і водосховищ створюють природні рекреаційні ресурси області. Перспективними є оздоровчий, пізнавальний туризм і сімейний відпочинок.

Більше уваги ми зосередили на вивченні туристичного потенціалу саме Запорізької області.

Запорізька область займає вигідне економіко-географічне положення. Вона розташована у південно-східній частині України і межує з Херсонською, Дніпропетровською, Донецькою областями. Південні кордони області омиваються водами Азовського моря, берегова лінія якого в межах області перевищує 300 км [12].

Територія області займає 27,2 тис. кв. км, що становить 4,5% території України. Протяжність із півночі на південь становить 208 км, а зі сходу на захід – 235 км. Для області характерний рівнинний ландшафт. Ґрунти переважно чорноземні. Природні ресурси багаті й різноманітні. У регіоні знаходяться значні запаси залізної й марганцевих руд, гранітів. На території області протікає 109 річок, у тому числі Дніпро – третя за величиною річка в Європі, яка є важливою транспортною артерією України. Промисловість області забезпечують води Дніпра, де побудовано низку водосховищ [46].

Помірно-континентальний клімат, характеризується чітко означеною посушливістю. Середньорічні температури: літня + 22 С, взимку – 4,5 °С. На рік у середньому припадає 225 сонячних днів, рівень опадів становить 448 мм. Такі кліматичні умови максимально сприяють розвитку сільського господарства, курортів та туризму [46].

В області 299 територій та об’єктів природно-заповідного фонду, 181 заказник, 90 пам’яток природи, 21 парк садово-паркового мистецтва, 3 заповідних урочища.

Національний заповідник «Хортиця», історико-культурний заповідник «Запорізька Січ», історико-культурний центр «700-літній Запорізький Дуб», національний природний парк «Великий Луг», заповідник «Садиба Попова», меморіально-туристичний комплекс «Скіфський стан», орнітологічний заповідник «Великі та Малі Кучугури» [12].

Острів Бірючий – входить в систему Азово-Сивашського заповідника, гідрологічний заповідник республіканського значення «Молочний лиман». Юрківська гора, Солохина балка, Галюки і Кінські роздори, залишки Кирилівської фортеці. Унікальна пам’ятка археології «Канат-могила», Цимбалові могили, масив унікальних степових курганів (Гуляйпільський район), скіфське Кам’янське городище, всесвітньо відомі курганні могильники Солоха та Мамай-гора (Кам’янсько-Дніпровський район), Більмак-могила, Заповідна зона «Цілющі джерела» (с. Терпіння, Мелітопольський район), Курганні могильники IV тисячоліття до н.е. (Приазовський район). Загальна площа заповідних територій області становить 2,01%.

У Запорізькій області 8031 пам’яток історії та культури. Серед них: 6276 пам’яток археології, 1677 – історії, 78 – мистецтва. До Реєстру пам’яток національного культурного надбання України занесено 3 пам’ятки історії, 8 – археології, та 3 заповідники: Національний заповідник «Хортиця», державний історико-археологічний музей-заповідник «Кам’яна могила», історико-археологічний музей-заповідник «Садиба Попова» [46].

Давні кургани 3-1 тис. до н.е. у с. Біленькому, історико-архітектурні пам’ятки 5-3 ст. до н.е. у селах Великій Знам’янці і Балках (К.-Дніпровський район), Дніпрогес (1932 р.), могила кошового отамана Осипа Гладкого, мости Преображенського, Свято-миколаївський кафедральний собор, Запорізький дуб, Мелітопольський курган, комплекс археологічних пам’яток «Лиса гора», меморіальні місця родини Кащенків (Вільнянський район), залишки Олексіївської фортеці Дніпровської лінії укріплень (Куйбишевський район), козацька-копанка, пам’ятки степової архітектури XIX ст. – вітряки та парові млини (Михайлівський район). Салтичійський степовий маєток і могила Луки Вукаловича, великого борця за незалежність Герцеговини та Чорногорії (Чернігівський район) [57].

Водні ресурси області налічують 118 річок. Найбільші ріки – р. Дніпро, Молочна, Берда, Обиточна, Великий Утлюк, Сенка, Гайчур, 28 водосховищ, 849 ставків. Запаси мінеральних підземних вод – 5 водозаборів (усі розробляються) з запасами 5091 кубічних метрів на добу. Найбільші родовища мінеральних вод області: Бердянське, Лазурне.

Серед історичних місць області: м. Запоріжжя, с. Балки, м. Бердянськ, м. Василівка, м. Гуляй-Поле, м. Мелітополь, м. Приморськ, с. Терпіння.

Місто Запоріжжя – у 1552 році на острові Мала Хортиця Д. Вишневеньким засновано Запорізьку Січ. У 1770-1772 рр. в гирлі річки Мокрої Московки на честь командуючого 1-ої російської армії Олександра Голіцина збудована фортеця і названа Олександрівською. У 1921 р. Олександрівськ перейменований в Запоріжжя.

Селище Балки – неподалік від села знаходиться пам’ятник сивої старовини – відомий курган Гайманова могила. Підчас розкопок тут було виявлено поховання скіфського царя (IV ст. до н. є.). Серед знахідок кургану – набір посуду – шедевр античного мистецтва [46].

Місто Бердянськ – місто під назвою Берди було засноване на початку XIX ст. як морський торговий порт. У 70-х рр. XIX ст. за ініціативою бердянського міського голови контр-адмірала П. Шмідта в місті було закладено парк. Поруч із парком стоїть двоповерховий будинок, де пройшли дитячі роки легендарного керівника повстання 1905 р. на крейсері «Очаків» лейтенанта П. Шмідта (сина контр-адмірала П. Шмідта). Неподалік розташована колишня гімназія, де він навчався [46].

Місто Василівка – у 1740 р. солдати і кріпаки заснували зимівник Василівка на честь власника генерал-майора В. Попова [57].

Місто Гуляйполе – військова слобода заснована у 1785 р. Тут народився відомий анархіст України – Нестор Махно [46].

Місто Мелітополь – (слобода Новоолександрівка названа на честь полководця, фельдмаршала О. Суворова). Заснували місто у 1784 р. родини відставних суворівських солдатів і колишніх запорізьких козаків. З 1845 р. перейменували в Мелітополь (з грецької – «медяне місто») [57].

Місто Приморськ – граф Орел-Денисов у 1800 р. одержав у дарунок від царського уряду велику земельну ділянку на узбережжі Азовського моря, герой Вітчизняної війни 1812 р. він назвав нове поселення за назвою ріки – Обіточна. З 1821 року – місто Ногайськ (існувало до 1964 р.) [46].

Селище Терпіння – засноване у 1802 р. громадою тамбовських духоборів. З 1845 року в Терпінні обґрунтувалися державні селяни з півночі Мелітопольского повіту, центральних губерній Росії. У 1841 р. – тисячі сектантів виселили на Кавказ [57].

У Запорізькій області 21 музей. У місті Запоріжжі: обласний краєзнавчий музей, художній музей, музей зброї, музей історії Запорізького козацтва. У місті Василівка: музей-заповідник «Садиба Попова», а у місті Мелітополь – краєзнавчий музей. У місті Бердянськ: художній музей І. Бродського, будинок-музей П. Шмідта. У сфері надання туристичних послуг в області працюють 69 підприємств та приватних підприємців.

Ландшафти Запорізької області мають значний рекреаційний потенціал, до якого відносяться відповідні природні передумови для розвитку рекреації, а саме сприятливі кліматичні умови, піщані пляжі, рівнинний рельєф, лікувальні грязі та мінеральні води тощо. Загальна площа земель природоохоронного, рекреаційно-оздоровчого та культурного призначення, на яких існують відповідні рекреаційні ландшафти за даними Запорізького головного управління земельних ресурсів складає 4918,5 га. У межах області розвідані та використовуються мінеральні води та лікувальні грязі практично всіх відомих бальнеологічних типів. В оздоровчих і лікувальних цілях широко використовується озокерит та спелеотерапія. Всього на Азовському узбережжі та в акваторії р. Дніпро в регіоні функціонує близько 600 оздоровчих закладів [46].

Всі ці фактори сприяли тому, що діяльність з надання послуг з оздоровлення та змістовного відпочинку, яка є в Запорізькій області має давню традицію, великий потенціал і перспективу. З кожним роком у запорожців зростає інтерес до пізнання рідного краю, своєї країни і світу, оскільки туризм – це найбільш ефективний шлях до самопізнання кожного народу і історико-культурного обміну представників світової спільноти.

Цей регіон має великий потенціал для створення спортивно-оздоровчих турів, через унікальне поєднання природних умов, ландшафтів, різнопланових рекреаційних ресурсів з рядом потужних пам’яток історії, археології, монументального мистецтва та архітектури яких налічується понад 8 тис. об’єктів.

Рекреаційний комплекс України є багатофункціональним. Його діяльність сприяє масовому оздоровленню населення, підвищенню внутрішньої культури людини, її всебічному розвитку.

3.2 Аналіз туристичних фірм, результати соціологічного анкетування

Пропозиції щодо спортивно-оздоровчого туризму представлені досить скромно. У нашому місті існує кілька фірм, які займаються організацією спортивно-оздоровчих турів, а саме: «Джерело», клуб-турфірма, яка займається організацією походів і екскурсій, займається продажом путівок на бази Азовського моря, Криму, продають спорттовари та інвентар. Є туроператором по внутрішньому туризму. Тобто у них є пропозиції щодо туризму по Україні. До 2014 року був пріоритет – відпочинок в Криму. Втім, як і звичайні турфірми можуть надати тур за кордон.

Основні напрямки:

– відпочинок на Азовському морі: пансіонати, санаторії, бази відпочинку в містах Приморськ, Бердянськ, п. Кирилівка;

– лікування та відпочинок в санаторіях курортів Трускавець, Моршин, Східниця та ін.

– зимовий відпочинок в Карпатах;

– організація маршрутів вихідного дня;

– екскурсійні тури;

– проведення корпоративних заходів на о. Хортиця, Розумовському лісі;

– походи, прокат туристського спорядження.

Але організацією більшості туристичних походів, все ж таки займаються туристичні клуби, як наприклад, Клуб туризму «Hike», організовує піші походи по Запорізькій області. Вони намагаються популяризувати активний відпочинок в Україні за доступними цінами, які зможе дозволити собі кожен. Запорізький клуб «Байдарка», пропонує сплави по р. Дніпро навколо о. Хортиця.

Інші клуби «Горизонт», пропонує походи, які і за кордоном так і на Україні. Піші походи в Криму, Карпатах і пішо-гірські на Кавказі, Алтаї. Запорізький туристичний клуб «Сталкер», який пропонує турпоходи в Карпати, відсутні тури по Запорізькій області.

Існуючі тури здатні задовольнити потреби відвідувачів, вони розраховані на самі різні види спортивно-оздоровчого туризму від пішого до водного, на різні вікові і соціальні категорії туристів. Найбільш популярні тури представлені в Табл. 3.1 (див. Додаток А).

Переважна становище займають піші походи, які спрямованні на фізичне вдосконалення та ознайомлення з історією та культурою Запорізького регіону. Розглянуті тури розраховані на різні вікові (школярі, студенти, збірні групи різного віку) і кількісні (1-12 чоловік, 13-19 чоловік) групи.

Отже, дослідивши спортивно-оздоровчі тури, які запропоновані турклубами міста, були зроблені наступні висновки. У нашому місті існує кілька фірм турклубів, які займаються організацією спортивно-оздоровчих турів, а саме: «Джерело», Клуб туризму «Hike», «Горизонт», та інші. Слід зазначити, що більшість турів спрямовані по Запоріжжю, біля Хортиці, район с. Розумівки тощо.

Безпосередньо в Бердянському районі пропозицій туристських маршрутів спортивно-оздоровчого характеру немає, іноді організовуються самодіяльні маршрути окремими групами туристів, але вони носять епізодичний характер. У зв’язку з цим, можна зробити висновок, що потенціал для реалізації турів по даному району досить великий і його необхідно використовувати в діяльності місцевих туроператорських компаній.

В результаті проведення соціологічного опитування було опитано 46 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

Аналізуючи графік видно, що 58,7% респондентів вважають за краще відпочивати влітку, 23,9% – навесні, 10,9% – восени та 6,5% взимку. Опитування показало, що в даний час туристи люблять найбільше відпочивати влітку та навесні. З цього випливає, що пропонований тур в Запорізькій області буде відбуватися у літній час.

Що стосується переваг виду туризму, то, безумовно, велика частина опитаних віддає перевагу спортивно-оздоровчому туризму, та й культурно-пізнавальний у опитаних не на останньому місці (Рис. 3.2):



Рис. 2 Співвідношення видів туризму

Рис. 3.2 Співвідношення видів туризму

Графік показує, що 41,3% вибирають спортивно-оздоровчий туризм; 37% культурно-пізнавальний, 15,2% екологічний туризм та 6,5% діловий.

Про бажання респондентів брати участь в туристичних походах вихідного дня, можемо спостерігати на Рис.3.3

За результатами опитування, участь в якому взяли 46 респондентів, можна зробити висновок про їх бажання брати участь в туристичних походах вихідного дня. Близько 87 % опитаних виявили бажання брати участь в походах.



Рис.3.3 Бажання брати участь у спортивно-оздоровчих походах

Також респондентам було запропоновано вибрати вид туристичного походу: піший, лижний, велосипедний або сплав (Рис.3.4).



Рис.3.4 Пріоритетність вибору туристичного походу

Більше 60,9% опитаних віддали перевагу пішого походу, 17,4% сплав на байдарках, 15,2% респондентів вибрали велосипедний похід, і лише 6,5% обрали лижний похід.

Також, у респондентів був вибір обрати район проведення пішого походу. Більшість, а саме 47,8% обрали Бердянський район, 21,7% Василівський район, 17,4% Вільнянський та 13% Гуляйпільський райони (Рис. 3.5).



Рис.3.5 Результати опитування про обрання району Запорізької області для походу вихідного дня

Що стосується віку опитаних, більшість респондентів від 19 до 30 років. Більш детальну інформацію можна побачити на Рис. 3.6:



Рис. 3.6 Співвідношення респондентів за віком

Всі респонденти проявили зацікавленість в бажанні проходженні спортивно-оздоровчого походу з оглядом природно-історичних пам’ятків Запорізької області, зокрема піший похід в Бердянському районі. При цьому респонденти згодні витратити на похід певну суму грошей (Рис. 3.7):



Рис. 3.7 Уподобання респондентів у виборі суми, яку вони можуть витратити на придбання туру

Виходячи з отриманих даних, найбільш об’єктивно і актуально є розробка пішого походу вихідного дня, влітку, сума якої буде перевищувати 1500 грн. Піший похід не пред’являє до учасників високих вимог до спортивної підготовки, тому його нескладно організувати.

3.3 Розробка спортивно-оздоровчого туру «Подорож вздовж р. Берда»

Бердянський район – адміністративна одиниця Запорізької області України. Бердянський район розташований у південно-східній частині Запорізької області, його площа становить 4461,56 км². Район межує на заході з Мелітопольським районом, на півночі – з Пологівським районом Запорізької області, на сході – з Донецькою областю, на півдні – берег Азовського моря. Вся територія району – степи [12].

Більша частина Бердянського району лежить на Причорноморській низовині (висота 30-100 метрів). У північній частині району – відроги Приазовської височини, з яружно-балковим та останцевим рельєфом (висота до 200 метрів). На півдні район омивається Азовським морем. Північно-східна частина Бердянського району розташована у межах Лівобережно-Дніпровсько-Приазовської північно-степової фізико-географічної провінції, південно-західна – у межах Причорноморської середньо-степової фізико-географічної провінції. На території району протікає 11 річок басейну Азовського моря, найбільші з них – річки Берда, Обіточна з притокою Кільтиччя [12].

Поверхня району – слабо розчленована рівнина, що є частиною Руської рівнини, місцями пагорбиста з глибокими долинами. Тут залягають древні кристалічні породи, які виходять на поверхні в долинах річок, ярів та балках. Серед корисних копалин широко розповсюджені граніти, гнейси, суглинки, глина, піски; є також лікувальні грязі та мінеральні води.

Район належить до дуже посушливої, помірно спекотної агрокліматичної зони. Клімат помірно континентальний. Пересічна температура січня −4 °C, липня +23,5 °C. Період з температурою понад +10 °C становить 178 днів. Опади становлять 391-434 мм на рік, із них 60 % випадає в теплий період року [27].

У Бердянському районі налічується 43 історичних пам’яток і 234 пам’ятки археології. До пам’яток археології належать кургани, залишки Петровської та Захар’ївської фортець.

Кургани на території, де в даний час розташований район з’явилися в IV ст. до н. е. і діяли до кінця XIV ст. н. е. одне або кілька поховань знаходяться в с. Миколаївка, с. Новотроїцьке, с. Луначарське, с. Новопетрівка.

Є на території району і курганні могили розташовані групою кургани, родові або племінні кладовища (с. Миколаївка, с. Софіївка, с. Берестове, с. Дмитрівка) [12].

На території Бердянського району зустрічаються «стоячі» і «стелоподібні» фігури кам’яних баб. Спочатку стояли вони серед степів на курганах, потім на селянських межах. Їх виникнення пов’язують з половцями (ХІІ-ХІІІ ст.).

Канат-могила майже два тисячоліття існує в Бердянському районі унікальний курганний комплекс. Називається він Канат-могила, тому що кургани в ньому збудовані в ряд, що тягнеться майже на кілометр. Мотузка з могил. Є у мотузки і відгалуження – більш дрібні, а може, більш стародавні могили розсипалися навколо по досить великій площі [12].

Земляний курган (пам’ятка природи), компл., 2 га, 1972, Бердянський р-н, с. Софіївка. Реліктовий останець з осадових порід третинного періоду [12].

Біля Бердянська знаходяться заповідні об’єкти державного значення:

Природний геологічний заповідник «Гранітні скелі» займає близько 15 га. Цей заповідник був заснований в 1975 році біля с. Миколаївки. У заповідну зону були внесені скелі на правому березі р. Берди з різними формами вивітрювання.

Бердянський природний заповідник, який займає 44 га., який був заснований в 1982 с. Полоузівка. Під охорону заповідника увійшли рої бджіл, джмелів та інших комах [21].

Ботанічний сад «Вишнева балка» займає територію в 25 га і був відкритий в 1980 році. Він розташовується в Бердянському районі, в с. Карла Маркса. На цілинній ділянці ростуть чебрець, подорожник.

Ботанічний сад «Квітучий», що знаходиться в цьому ж селі, вкрив під своїми володіннями 2 га., його відкриття відбулося в 1980 році. Заповідну територію займають зарості бузини і шипшини.

У 1984 році в місті Бердянськ був відкритий Ботанічний сад «Маяцький». Тут, біля маяка на цілинних піщаних ґрунтах, ростуть лікарські рослини.

Ботанічний сад «Новопетрівській», площею в 50 га, був заснований ще в 1984 році в Бердянський районі с. Нова Петрівка. У територію заповідника входить пройма р. Берди, де ростуть лікарські рослини [12].

Шайтанова балка (заказник), бот., 30 га, 1980, Бердянський р-н, с. Андріївка, де росте звіробій.

Філонова балка (пам’ятка природи), компл., 30 га, 1972, Бердянський р-н, с. К. Маркса. Мальовнича Цілинна балка з валунами і виступами кристалічних порід [21].

Скеля кварцитова( пам’ятка природи), займає 0,3 га, 1972, Бердянський р-н, с. Радивонівка. Гранітна скала – реліктовий останець.

Скеля Кристал (пам’ятка природи), займає 0,3 га, 1972, Бердянський р-н, с. Радивонівка. Реліктовий останець з гранітних порід.

Сова Лимонова (пам’ятка природи), займає 0,3 га, 1972, Бердянський р-н, с. Калайтанівка. Мальовнича гранітна скеля.

Солодкий лиман (пам’ятка природи), компл., 25 га, 1972, м. Бердянськ. Правобережна Заплавна частина Р. Берди з прісними і солонуватими озерами, степовою і лучною рослинністю [12].

Стара Криниця (пам’ятка природи), компл., 30 га, 1972, Бердянський р-н, с. Калайтанівка. Серед скель правого берега р. Берди – Старий Колодязь. Між гранітними брилами цілинні ділянки рослинності.

Степова цілина (пам’ятка природи), бот., 2 га, 1982, Бердянський р-н, с. Трояни. Цілина вздовж залізниці, де ростуть лікарські рослини.

Малий Дзензик (пам’ятка природи), компл., 36 га, 1972, м. Бердянськ. Острів з архіпелагом «Астапіха», на якому багата трав’яниста рослинність і гніздяться 20 видів птахів [12].

Лисяча балка (пам’ятка природи), 3 га, 1982, Бердянський р-н, с. Дмитрівка. Мальовнича балка, виростає близько 150 видів степової флори. Місце гніздування диких птахів-фазанів, куріпок.

Віковий горіх (пам’ятка природи), бот., 0,05 га, 1982, м. Бердянськ. 200-річний грецький горіх висотою 26 м [21].

Висока скеля (пам’ятка природи), займає 0,5 га, 1972, Бердянський р-н, с. Миколаївка. Гранітна скеля над р. Берда – реліктовий останець Приазовського кристалічного масиву [21].

Гірська гряда (пам’ятка природи), займає площу5 га, 1972, біля с. Калайтанівка. Реліктовий останець з кам’янистими розсипами [12].

Захар’ївська фортеця (1770 р.) (пам’ятка природи), компл., 5 га, 1972, Бердянський р-н, с. Калайтанівка. Старі редути з цілинними ділянками. Розташована на Лівому березі р. Берди, в 18 км від гирла. У 1770 р., коли у війні з Туреччиною російські війська утвердилися на Таганрозькій лінії, Катерина II повеліла сенату влаштувати нову Дніпровську лінію укріплень, що відокремлює Новоросійську губернію і Запоріжжя від татарських володінь, починаючи від Азовського моря, степом вздовж річок Берда і Конка до Дніпра. Будівництво велося з 1770 до 1772 рр. У Дніпровську лінію входило сім розташованих в 30 верстах одна від одної фортець, шостою з яких була Захар’ївська. У плані фортеця має форму восьмикутної зірки і займає площу близько 4,5 га. Вали фортеці земляні, в основі їх вапняк і піщаник. Споруди казарм не збереглися. Захар’ївська фортеця є пам’яткою оборонного будівництва XVIII ст. часів російсько-турецьких воєн. А в жовтні 1941 року тут билася 18-а армія генерала-героя Смирнова Андрія Кириловича [27].

Сьогодні ж, ніякої фортеці там немає. Збереглися тільки рубці земляних валів на променях тієї самої «восьмикутної зірки», та подекуди рови, порослі чагарником.

Петровська фортеця була побудована Рігельманом А.І. в 70-х роках XVIII століття біля гирла Берди на узбережжі Азовського моря. Вона входила до складу укріпленої Дніпровської лінії і була другою після Олександрівської великою фортецею. В ній дислокувався батальйон солдатів. Після скасування Дніпровської лінії, Петровська фортеця (як і Олександрівська) була залишена, і зберігала своє значення весь час царювання Катерини II [12].

Залишки фортеці збереглися до наших днів. Нині знаходиться в селі Новопетрівка Бердянського району Запорізької області України – в передмісті Бердянська [12].

Бердянська коса, розташована на півночі Азовського моря, відокремлюючи Бердянську затоку від моря. Своїм виникненням коса зобов’язана річці Берда, що впадає в море на схід від основи коси. Довжина коси становить 23 кілометри, а ширина варіюється від 40 метрів до 2 кілометрів. Площа близько 7 кв. км. в даний час Бердянська коса знаходиться в міській межі Бердянська. На Бердянській косі розташовані 70 оздоровчих закладів: 8 санаторіїв, 17 дитячих та спортивно-оздоровчих закладів, 45 баз відпочинку, пансіонатів, які можуть одночасно прийняти до 15 тисяч осіб. До маяка, розташованого на далекій косі цілий рік ходять маршрутки. Далека коса заповідна територія з озерами, дикими пляжами, великою кількістю гніздяться птахів [21].

Нижній Бердянський маяк – розташований на півночі Азовського моря на південному краю Бердянської коси, в місті Бердянськ Запорізької області України. Він вказує шлях до Бердянського порту, розташованого в глибині Бердянської затоки.

Будівництво було розпочато 22 квітня 1838 року. Як джерело світла використовувалися гасові лампи. Будівля маяка являє собою восьмигранну кам’яну вежу білого кольору з помаранчевою смугою посередині. Висота маяка – 23 метри. З 1883 року в якості джерела світла стали використовуватися електричні лампи. Використовувався апарат системи Френеля III розряду. У 1889 році на маяку встановили паровий гудок для подачі сигналів при поганій видимості — під час туманів і снігу. 15 лютого 1911 року була прокладена телефонна лінія до маяка [21]. Маяк працює і зараз. При вході в маяк розташований напис: «Маяки — святиня морів, вони належать всім і недоторканні, як повпреди держав».

Верхній Бердянський маяк розташований на півночі Азовського моря в місті Бердянськ Запорізької області України. Він вказує шлях до Бердянського порту, розташованого в глибині Бердянської затоки [12].

У 1877 році був побудований верхній Бердянський маяк. Як джерело світла використовувалися гасові лампи і апарат системи Френеля III розряду. Маяк пережив ряд модернізацій, на ньому було замінено гасове освітлення електричним, пізніше був встановлений радіомаяк. Маяк працює і зараз.

Долина річки Берда одне з наймальовничіших місць Запорізької області, де характерні для Приазов’я ландшафти збереглися майже в первозданному вигляді. Тут на берегах витіювато врізаної річкової долини розташована серія з п’яти геологічних пам’яток природи, серед яких виділяються скелі Кристал і Кварцитова [12].

Таким чином, дослідженні туристичні об’єкти Бердянського району дозволяють стверджувати, що область має значний потенціал для організації походів вихідного дня. Можна зробити висновок про те, що Бердянський район має досить багатий потенціал для розвитку спортивно-оздоровчого туризму; є природні ресурси, існує матеріальна база (нехай і недостатня для масового туризму).

3.3.1 Характеристика спортивно-оздоровчого туру «Подорож вздовж р. Берда»

Спортивно-оздоровчий тур – «Подорож вздовж р. Берда», спрямований підвищити рівень загальної фізичної витривалості та ознайомитися з пам’ятками природи та архітектури на шляху проходження.

Для прискорення розробки туру була складена програма маршруту, мапа та технологічна карта (Див. Додатки К, Л, М).

1. Місце проведення – Бердянський район Запорізького краю.

2. Форма маршруту – піший похід;

3. Вид походу: похід вихідного дня;

4. Протяжність активної частини маршруту – 20 км.

5. Нитка маршруту: м. Запоріжжя – м. Бердянськ – с. Калайтанівка – с. Миколаївка – с. Радивонівка – м. Бердянськ – м. Запоріжжя.

6. Тривалість маршруту – 3 дні / 2 ночі.

7. Кількість туристів в групі: 6 осіб.

8. Вік учасників: від 18 до 25 років

9. Кількість інструкторів: 1 людина.

10. Сезонність маршруту: червень-вересень.

11. Необхідний досвід туристів: загальна спортивна підготовка.

12. Заходи щодо забезпечення безпеки: наявність якісного і сучасного спорядження; якісний картографічний матеріал, супутниковий зв’язок і GPS-навігатор; кваліфікований обслуговуючий персонал; співбесіда з учасниками; підпис про знання інструкції з техніки безпеки на маршруті.

Закидання на маршрут: міжміський автобус повідомлення Запоріжжя- Бердянськ (до автовокзалу м. Бердянськ), Бердянськ – с. Калайтанівка або замовний автотранспорт. Відстань по трасі Запоріжжя–Василівка–Бердянськ–с. Калайтанівка – 238 км.

Вихід з маршруту: від селища Радивонівка до міста Бердянськ на міжміському автобусі. Потім переміщення на автобусі від автовокзалу м. Бердянськ до Запоріжжя або рекомендованим автотранспортом 200 км.

Опис: піший похід починається від с. Калайтанівка (адміністративна територія Бердянського району, Запорізького краю), вздовж р. Берда. потім слідуємо до Миколаївського лабіринту неподалік с. Миколаївка. Закінчується похід в селищі Радивонівка (адміністративна територія Бердянського району, Запорізького краю). Це місцевість цікава своїми природними надбаннями. Учасники зможуть милуватися мальовничими краєвидами зі скель; побачити у підніжжя скель рідкісні, цінні види рослин. При проходженні маршруту передбачені зупинки для фотографування.

Розміщення / проживання: в польових умовах, намети.

Харчування: 3-х разове, приготоване на багатті. Харчування в поході розраховується з урахуванням калорійності і ваги. У добу на одну людину припадає 1500-2500 ккал. Нами був складений приблизний комплекс харчування в поході (Див. Додаток В;Г). З огляду на, що вихід запланований на 12:00 годину, сніданок в перший день в раціон не включений. У нашому раціоні представлений мінімальний набір продуктів для даного походу.

Надається спорядження: групове та особисте спорядження для походу; намети; тент; вогнищеве обладнання та шанцевий інвентар; медична аптечка; туристські килимки; спальники (Див. Додаток Д; Ж;З).

Вартість туру для однієї людини становить 2 534 грн. Це середня ціна для України, яка є дуже прийнятною.

У вартість включено: страхування всіх учасників пішої подорожі від нещасного випадку. Страховку можна оформити в м. Запоріжжя, перед початком подорожі; оренда спорядження; вартість транспортних витрат (проїзд автобусом, транспортування спорядження); харчування; послуги інструкторів.

Програма туру починається в м. Бердянськ (див. Додаток К). Далі групу туристів доставляють до точки початку пішого походу с. Калайтанівка. Село Калайтанівка знаходиться на березі річки Берда. Спочатку на місці нинішнього села розташовувалися хутора Калантаїв, які були засновані в 1836 році. У районі села р. Берда поступово повертає на південь і зберігає цей напрямок до свого гирла. Річка сильно петляє, стає вузькою. На західній околиці Калайтанівка знаходиться так звана «Філонова балка». Назва балки походить від імені одне з перших поселенців, будинок якого знаходився в цій місцевості.

Балка являє собою неглибоке скелясту ущелину, яке спускається до р. Берді. Через дно протікає струмок, який в одному місці падаючи з каменів, утворює водоспад. За водоспадом балка перетворюється в скелястий каньйон з прямими скелями, в яких видніються глибокі ніші. В ущелинах ховаються численні папороті, з яких 5 видів є реліктовими. Поруч знаходиться старий міст. Схили балки покриті деревами та чагарниками, болотними і луговими травами. Це залишки колишнього байрачного ліси. На скелях наявні рослини такі як, авринія скельна, проліски двухлістні, фіалки запашні. Також в районі села є ще два пам’ятники природи – скеля Сова Лимонова і кам’яниста гряда з кам’яними розсипами. Перший являє собою окрему гранітну скелю на правому березі Берди близько зрізу води, другий – ряд окремих скель біля самої річки. Крутий лівий берег Берди порізаний численними балками з рас.

Перша, яка зустрічається на нашому шляху назви не має, а може воно просто розчинилося в глибині часів. Тут Берда затиснута між стрімкими кам’янистими скелями, які в багатьох місцях підступають безпосередньо до води.

На березі річки знаходиться стара криниця. Далі берег річки з галькою і каміннями різних розмірів чергуються з широкими плесами, що мають піщане, а частіше мулисте дно. Всюди зустрічаються химерні скелі, ущелини, брили, гроти і джерела води.

Але ми знову переходимо на лівий берег. Тут знаходяться так звані місця сили. Місця сили – це такі місця, які випромінюють величезну кількість високоякісної енергії, яку наш організм акумулює і перетворює в необхідну для його життєдіяльності силу. З давніх часів було помічено, що навіть короткочасне перебування в зоні місця сили робить сприятливий вплив на фізичний, емоційний та інтелектуальний стан людини. Місця сили сприяють збільшенню власної енергії людини і надають силу нашим думкам і почуттям.

Місця сили бувають природними і рукотворними. До природних місць відносяться гори, кам’яні виходи на поверхні землі, високі скелясті береги над річками, закрути річок, водоспади, джерела, пагорби, розташовані в місцях злиття двох річок. А рукотворними місцями сили є різні мегалітичні конструкції (піраміди, кам’яні стовпи, кола і лабіринти)

До перших відносяться так звані вівтарі – невеликі кам’яні виходи з поверхні землі, розташовані на височинах. На цих вівтарях запалюють вогонь на честь Велеса, Мокоші і Перуна. Якщо полежати на кам’яному майданчику на пагорбі Перуна, можна просити для себе сили і завзятості від слов’янського бога-громовержця.

До других відноситься лабіринт, що знаходиться поблизу селища Миколаївка, де ми зупиняємося для знайомства з незвичайним природним явищем. Миколаївський лабіринт – це 11 ходовий лабіринт, кругоподібний, спіралевидний. Він є найпотужнішим генератором. У зимні місяці тут постійно тане сніг, нічого не росте, а тварини не можуть в ньому довго перебувати.

Слово «лабіринт» позначає тупиковий, кінцевий шлях. Якщо людина пройде лабіринт по доріжках, приходячи в кінець, в глухий кут, він ховає там все, що хоче — залишає весь негатив, тяжкість поганих вчинків і якостей, хвороби. А назад він рухається по шляху відродження. Відвідування місць сили заряджає людей позитивною енергією.

Після ми рухаємося на правий берег, де розкинулося село Миколаївка. Воно було засноване переселенцями з Полтавською та Чернігівською губерніями близько 1800 року. Отримало свою назву від церкви в 1811 році. Біля села виявлено залишки двох поселень епохи неоліту. Тут також знаходиться кілька пам’яток природи. Гранітні скелі на правому березі р. Берди з різними формами вивітрювання. У глибоких западинах течуть маленькі і великі струмки. Висока скеля являє собою гранітну скелю над Бердою реліктовий останець Приазовського кристалічного масиву.

У цьому місці ми зупиняємося на нічліг, наповнені душевним спокоєм, позитивною енергією, знайшовши внутрішні сили і віру в себе. На наступній день нас чекатиме подорож від села Миколаївка вниз по р. Берді до її гирла.

На другій день ми вирушаємо до скелі «Вуха віслюка», що знаходиться на правому березі р. Берда в 1 км на північ від східної околиці села Радивонівка.

Кварцитові скелі або «Вуха віслюка», як їх називають місцеві жителі, – один з найбільш відомих геологічних пам’яток природи в південно-східній частині Запорізької області. Біля скель знаходиться невеликий закинутий кар’єр. Використовувався для видобутку будівельного щебню. Від кар’єру до «Вух» йде крута балка зі скельними виходами.

Далі група прибуває в селище Радивонівка на півдні району. Мапа походу представлена в Додатку Л.

Графік руху по маршруту може бути скоректований на місці, виходячи з погодних умов, підготовленості групи та інших обставин.

Запропонована нами програма туристичного походу вихідного дня дозволить початківцям туристам підвищити свої знання в області туризму і спортивного орієнтування, ігри, включені в програму, знизять психологічну напругу і фізичну втому. У міру освоєння туристських навичок програма може ускладнюватися і доповнюватися іншими завданнями, щоб фізична активність в поході збільшувалася.

3.3.2 Економічне обґрунтування туру

Ми розрахували кошторис витрат для надання послуг з організації туристичного походу вихідного дня на комерційній основі.

У вартість включено: оренда спорядження; вартість транспортних витрат (проїзд автобусом, транспортування спорядження); харчування; послуги інструкторів, страховка.

Вартість необхідних послуг:

1. Оренда спорядження – 130 грн/добу + 25 грн з людини на аптечку (130 грн\*3 доби = 390 грн за спорядження).
* Намет «Golden Catch« 3х місний двошаровий з тамбуром – 70 грн/добу;
* Спальник – 35 грн/добу;
* Килимок туристичний ІЖ – 25 грн/добу;
* Медична аптечка – 150 грн.

Все інше спорядження є в наявності, брати в оренду не потрібно.

1. Транспортні витрати – 878 грн/людину
* проїзд автобусом Запоріжжя-Бердянськ (в обидва боки) – 400 грн;
* проїзд до с. Калайтанівка – 48 грн;
* проїзд від с. Радивонівка – 30 грн;
* транспортування спорядження – 400 грн
1. Харчування на одну людину – 260 грн. (див. Додаток Г)
2. Послуги інструкторів – 600 грн.
3. Страховка на одну людину – 50 грн.

З огляду на, що тур є досить специфічним і поки не користується великим попитом, то норма рентабельності повинна бути відносно невисокою (не більше 15%). Виходячи з суми витрат і рівня рентабельності, розрахуємо ціну туру. Вона буде складатися з суми витрат і норми рентабельності (табл. 3.8).

Собівартість туру на одну людину (з розрахунку групи в 6 осіб) становить 2 203 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% \* 2 203 = 110,15 грн.

Прибуток туристичної фірми: 10% \* 2 203 = 220,30 грн.

З урахуванням вартості послуг та доходу туристичної фірми ціна екскурсії для дорослої людини складає: 2 203 + 110,15 + 220,30 = 2533,45 грн.

Рентабельність продажів визначається за формулою:

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

Потенційний обсяг продажів за місяць – 4 тури (по 6 осіб).

Прибуток від продажу туру за місяць складає: (2533,45 – 2 203) \* 6 \* 4 = 7 930, 8 грн.

Загальна собівартість за місяць складає: 7 930, 8 \* 6 \* 4 = 52 872 грн.

Рентабельність продажів складає: 7 930, 8 ÷ 52 872 \* 100% = 15%

**ВИСНОВКИ**

1. Нами було були визначено, що спортивно-оздоровчий туризм це специфічний вид туристсько-рекреаційної діяльності, головною формою якої є поход (подорож), який спрямований на відновлення фізичних, психічних, духовних сил людини, удосконалення туристських знань, умінь та навичок.

2. Спортивно-оздоровчий туризм в Україні розвинений недостатньо. Основні проблемами є скрутне становище економічного розвитку суспільства, відсутність державної та громадської підтримки. Велика частина туристичних організацій не в змозі ефективно організувати спортивно-оздоровчі тури через низку об’єктивних факторів, в числі яких відсутність ресурсу фахівців, що мають спеціальну підготовку в області сервісу та здатних забезпечити послуги з фізичної рекреації, екстремального туризму.

Аналіз стану спортивно-оздоровчого туризму в Україна показує, що для стабілізації ситуації та подальшого розвитку потрібне об’єднання зусиль туристської громадськості країни в створенні потужної громадської організації туристично-спортивного руху. Необхідно створити організацію, яка б мала сильну, організовану, розгалужену структуру в регіонах, яка могла отримувати фінансування на свою діяльність як від спонсорів та комерційних структур, з одного боку, так і з боку держави, шляхом бюджетного фінансування спортивно масових туристських заходів через управління по питань фізичної культури і спорту різного рівня.

3. Розроблений тур «Подорож вздовж р. Берда» допоможе створити умови для вивчення національної культури та історичної спадщини, системно ознайомити мешканців і гостей міста, природними пам’ятками, а також забезпечити оздоровлення організму.

**ПЕРЕЛІК ПОСИЛАНЬ**

1. Абрамов В.В. Перспективы развития спортивного туризма в историческом аспекте. Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2007. № 6. С. 3-6.
2. Абрамов В.В. Проблемы спортивно-оздоровительного туризма в Украине. Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2007. № 6. С. 6-9.
3. Абрамов В.В., Попова Т.В. Современное состояние развития спортивного туризма в Украине. Економіка та управління в туризмі та готельному господарстві. 2015. №119. С. 59–62.
4. Алексеева О.В. Развитие профессиональной подготовки по спортивно-оздоровительному туризму в регионе. Вестник Бурятского государственного университета. 2013. № 1. С. 136-143.
5. Белоусов А. В. Вовлечение подростков с девиантным поведеним в туристско-спортивную деятельность как фактор их ресоциализации. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2011. № 5. С. 24–28.
6. Білецька В. Формування робочих навчальних програм з фізичного виховання студентів із використанням засобів спортивного туризму / Вікторія Білецька, Сергій Рассипленко, Юлія Данільченко // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали VIIІ Всеукр. наук.- практ. конф. з міжнар. участю. Львів. 2012. С. 319–321.
7. Бормотов И.В. Рекреационые зоны для спортивно-оздоровительного туризма. Новые технологии. 2006. № 2. С. 110-112.
8. Бошота Н.В. Тенденции развития туристической рынка в Украине и мире. Европейский журнал экономических наук и управления. 2018. № 4. С. 50-53.
9. Булашев А.Я., Востоков И.Е., Абрамов В.В. Этапы развития системы управления спортивно-оздоровительным туризмом и выбор его оптимальной организационно-управленческой структуры. Физическое воспитание студентов творческих специальностей. 2007. № 6. С. 71-83.
10. Булашев А. Я. Специфічні особливості спортивного туризму – широке поле наукових досліджень. Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту / за заг. ред. Євгена Приступи. Львів. 2010. № 14 (4). С. 38–42.
11. Булашев А.Я., Каплина Л.И. Туристско-географическое районирование Украины. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. 2008. С 1-7.
12. Бучна Л. Культурна спадщина Бердянська: довідник нерухомих пам’яток історії, культури та інших об'єктів культурної спадщини, розташованих у місті Бердянську / Від. культ. виконком Бердянської міськради; упоряд., Запоріжжя : АА Тандем, 2008. 42 с.
13. Васильковская Ю.А. Особенности использования спортивно-оздоровительного туризма в физическом воспитании студентов. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2008. № 10 (44). С. 17-19.
14. Ветрова С. В., Ореховская Е. В. Спортивный туризм как отдельный вид спорта. Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2018. №3. С. 99-101.
15. Ганопольский В. И. Моделирование системы спортивно-туристской деятельности: жизнеобеспечение и безопасность, успешность и эффективность. Pedagogy of Physical Culture and Sports. 2007. С. 1-9.
16. Герасимов С. В., Конышев Е. В. Феномен спортивно-оздоровительного туризма. Сборник трудов III Международного научного семинара. 2014. С. 60-66.
17. Горшков И. Д. Спортивно-оздоровительный туризм. Текст лекций. Ярославль. ЯрГУ. 2014. 60 с.
18. Грабовський Ю. А. Спортивний туризм: навч.посiбник. Тернопiль, 2009. 304 с.
19. Грохова Г. П. Роль та місце спортивно-оздоровчого туризму в системі рекреаційних послуг. Основи спортивного туризму в рекреаційній діяльності. 2016. С. 108-112.
20. Данченок Л. А., Минеев А. Н. Исследование субъективно-мотивационных характеристик потребителей на рынке спортивно-оздоровительных услуг. Управление экономическими системами: электронный научный журнал. 2017. С. 1-16.
21. Достопримечательности: Бердянский район [Запорожской области](http://zabor.zp.ua/Turizm/Turizm_oblast.htm). URL: http://zabor.zp.ua/Turizm/oblast/berdjanskij.htm (дата обращения: 11.05.2020)
22. Евдокимова Л. О. Социальные функции спортивно-оздоровительного туризма на сельских территориях. Туризм на сельских территориях: опыт, проблемы, перспективы. Санкт-Петербург. 2016. С. 49-52.
23. Енциклопедичний словник-довідник з туризму / авт.-уклад. В. А. Смолій та ін., ред. В. К. Федорченко; Київський ун-т туризму, економіки і права. Київ: Слово, 2006. 372 с.
24. Ермоленко С. А., Гончаров В. А., Дубровский В. Ю. Физическая рекреация и спортивно - оздоровительный туризм. Эпоха науки. 2019. № 20. С. 257-259.
25. Зайнашева З. Г., Мутраков О. С. Зарубежный опыт планирования и развития сферы спортивно-оздоровительных услуг. Вестник УГНТУ. Наука, образование, экономика. № 4 (18). 2016. С. 45-49.
26. Зайнашева З. Г., Мутраков О. С. Отечественный и зарубежный опыт мониторинга деятельности предприятий сферы спортивно-оздоровительных услуг. Вестник УГНТУ. Наука, образование, экономика. № 2 (20). 2017. С. 22-28.
27. Зеленые зоны Бердянска и района. URL: https://brd.ua/article/a-123.html (дата обращения: 11.05.2020)
28. Ильина С. А., Демочкина Т. Н., Донцов В. В. Современные тенденции развития спортивного и оздоровительного туризма. Наука-2020. 2016. С. 1-7.
29. Квартальнов В.А. Туризм / учеб. пособие М.: Финансы и статистика, 2002. 320 с.
30. Кільніцький О. Організаційно-правові особливості спортивного туризму та мультиспорту. Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали Х Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. Львів. 2016. С. 50– 55.
31. Курах О.С. Організація спортивно-оздоровчих послуг. Лекція з навчальної дисципліни. 2018. С. 1-8.
32. Коваленко Е. Розвиток спортивного туризму в Україні. Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали VIIІ Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. Львів. 2012. С. 284–288.
33. Козлов А.И. Вопросы спортивно-оздоровительного туризма, как составляющей части внутреннего туризма. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Редакционная коллегия: Е. В. Старкова (главный редактор); Т. А. Полякова (научный редактор). 2014. С. 155-157.
34. Константинов Ю. С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: учеб. Пособие М.: Советский спорт, 2009. 392 с.
35. Кузьмин В.Г., Сиразеева А.С. Спортивно-оздоровительный туризм в системе физического воспитания. Культура физическая и здоровье. 2014. № 2 (49). С. 97-98.
36. Логинов А. В., Смирнов Д. В. Сравнительная характеристика видов активного пешеходного туризма. Вестник академии детско-юношеского туризма и краеведения. 2017. С. 1-9.
37. Макаров В.М., Аксенов В.П. Батарея тестов для туристского многоборья горного и пешеходного видов спортивно-оздоровительного туризма. Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2013. № 2. С. 228-236.
38. Макаров В.М. Инновационная модель формирования здорового образа жизни населения средствами спортивно-оздоровительного туризма. Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2013. № 1. С. 116-122.
39. Масляк П.О. Рекреаційна географія: навчальний посібник. К.: Знання, 2008. 343 с.
40. Мелих Е., Иртышева И., Богатырев К. Концептуальные подходы к развитию оздоровительного туризма. Балтийский журнал экономических исследований. 2019. №5 (2). С. 131-137.
41. Мелих Е., Иртышева И., Богатырев К. Организационно-экономические основы развития спортивного туризма в системе управления спортивно-оздоровительной деятельностью. Балтийский журнал экономических исследований. 2020. №5 (5). С. 79-83.
42. Молодецкий А.Е., Евтушенко О.В. Основные направления развития спортивного туризма в регионах Украины. Одесский национальный университет имени И.И.Мечникова. 2014. С. 15-20.
43. Мулик К. В., Єфимов І. С. Особливості спортивно-оздоровчого туризму. Основи спортивного туризму в рекреаційній діяльності. 2016. С. С. 193-202.
44. Мызрова К.А., Рожкова Е.В. Факторы и тенденции развития рынка спортивно-оздоровительных услуг. Наука и спорт: современные тенденции. № 4 (9). 2015. С. 70-76.
45. Наявко І. Перспективи розвитку спортивного туризму в Україні. Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності : матеріали Х Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. Львів. 2016. С. 321–324.
46. Об’єкти культурної спадщини Запорізької області: каталог-довідник / М-во культури України та ін.; відп. за вип. Савостіна Л. Є. К.: Фенікс, 2012. 480 с.
47. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков / под ред. С. М. Губаненкова. СПб.: Петрополис, 2007. 278 с.
48. Овчинников Ю. Д., Талызов С. Н. Спортивный туризм как вид спорта и форма деятельности. Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2017. №2. С. 117-120.
49. Павлишин О. Спортивний туризм як засіб оздоровлення молоді. За здоровий спосіб життя : матеріали VIII Всеукр. наук.-практ. студент. конф. Львів. 2012. С. 66–68.
50. Подолинний С.І., Потапов А. Є., Передерій Я. А. Характеристика сучасної спортивної інфраструктури України. Вісник Придніпровської державної академії будівництва та архітектури. 2012. С. 1-6.
51. Росенко С.И., Велединский В.Г. Спортивно-оздоровительный сервис: особенности учебной дисциплины в контексте сервисологии. Современные проблемы сервиса и туризма. №2. 2008. С. 46-52.
52. Росенко С.И., Велединский В.Г. Спортивно-оздоровительные услуги: своеобразие в контексте сервисной деятельности. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. № 12 (118). 2014. С.181-186.
53. Сбитнева О.А. Актуальные проблемы и тенденции спортивно-оздоровительного туризма. Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2019. С. 1-3.
54. Сергієнко Ю. М. Сучасний стан, проблеми та перспективи розвитку спортивного та оздоровчого туризму. Основи спортивного туризму в рекреаційній діяльності. 2016. С. 261-265.
55. Сивцева Ю.Б., Томилин К.Г. Актуальные проблемы молодежного спортивного и спортивно-оздоровительного туризма. Материалы V Международной студенческой Интернет-конференции. Под общей редакцией Е.Н. Артемовой, Н.В. Глебовой. 2017. С. 311-316.
56. Соловых Т. К. Моделирование спортивно-туристской деятельности. Инновационные технологии в сфере туризма, гостеприимства, рекреации и экскурсоведения. Минск. 2010. С. 92–95.
57. Телегін Д. Список археологічних пам’яток Дніпровського Надпоріжжя К.: Знання, 1990. 35 с.
58. Таможанская А. В. Анализ туристско-рекреационных ресурсов Украины. Основи спортивного туризму в рекреаційній діяльності. 2016. С. 1-10.
59. Томилин К., Г. Медико-биологическая эффективность молодежного спортивного и спортивно-оздоровительного туризма. Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2016. С. 68-76.
60. Толковый словарь туристских терминов: туризм. Туристская индустрия. Туристский бизнес / авт.-сост., авт. предисл. И.В. Зорин, В.А. Квартальнов. М.: Афины: INFOCROUP. 407 с.
61. Федотова А.А., Федотов Ю.Н. Организационные основы самодеятельного спортивно-оздоровительного туризма. Научно-технический вестник Санкт-Петербургского государственного университета информационных технологий, механики и оптики. 2004. № 12. С. 236-238.
62. Федотов Ю. Н., Востоков И. Е. Спортивно - оздоровительный туризм: учебник / под общ. ред. Ю. Н. Федотова. М.: Советский спорт. 2002. 364 с.
63. Хидиров А. Х. Туризм: классификация, формы и значение в физическом воспитании студентов. Вестник спортивной науки. 2011. № 5. С. 51–54.
64. Цибух В. і. Роль і значення спортивного туризму в соціально-економічному розвитку регіонів. Вісник Чернівецького торговельно-економічного інституту. 2015. № 2 (58). С. 104-109.
65. Чорненька Н. В. Спортивно-оздоровчий туризм: відпочинок-релаксація. Вісник Львівського інституту економіки і туризму. Львів. 2006. № 1. С. 144–147.
66. Шаблий О., Заставецкая Л., Дударчук К., Ильяш И., Смочко Н. Основные проблемы оздоровительного туризма в Украине. Журнал геологии, географии и геоэкологии. 2018. № 27(2). С. 337-345.
67. Шарафанова Е.Е., Печерица Е.В., Сысова Е.Л. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма. Учебное пособие. Санкт-Петербург. 2016. 84 с.
68. Шевякова В. Спортивно-оздоровчий туризм як форма рухової активності студентів. Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення: матеріали VIIІ Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. Львів. 2012. С. 306–308.
69. Шимановский В.Ф. Питание в туристском путешествии. М. Профиздат, 1986. 176 с.
70. Щука Г. До питання про підготовку фахівців зі спортивно-оздоровчого туризму. Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали VIIІ Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. Львів. 2012. С. 322–324.
71. Gozalova M., Shchikanov A.,Vernigor A. Bagdasarian V. Sports Tourism. Polish Journal of Sport and Tourism. 2012. № 21(2). P. 92-95.
72. Hall C. M. Adventure, sport and health tourism. Special interest tourism. 2000. Р.141-158.
73. Knop P., Standeven J. Sport tourism: A new area of sport management. Bulletin of sports science. 2011. № 5. P. 51-54.
74. Podvirna K. Y. Logistical aspects of international tourist activity of Ukraine. World science. 2016. № 2. Р. 1-4.
75. Milićević Snežana, Jovanović Duško. Wellness tourism – competitive basis of European health tourism destination. Tourism. 2016. P. 851-863.

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Факультет фізичного виховання, здоров’я та туризму

Кафедра туризму та готельно-ресторанної справи

**ДОДАТКИ**

**на тему:** Специфіка формування та впровадження спортивно-оздоровчих турів в Україні

The specifics of the formation and implementation of sports and health tours in Ukraine

Виконала: студентка 2 курсу,

групи 8.2429-з

спеціальність 242 «Туризм»

освітня програма Туризмознавство

Собченко М.О.

Керівник: доцент, к.пед.н., Конох О.Є.

Рецензент: д. фіз. вих., професор, Тищенко В.О.

Запоріжжя

2020

Додаток А

Анкета оцінки попиту на спортивно-оздоровчі тури

1. В яку пору року Вам подобається відпочивати найбільше?
* Літо
* Весна
* Зима
* Осінь
1. Якому виду туризму Ви надаєте перевагу?
* Спортивно-оздоровчий
* Культурно-пізнавальний
* Діловий
* Екологічний
1. Чи бажаєте ви приймати участь у походах вихідного дня?
* Так
* Ні
1. Якому виду туристичних походів ви надаєте перевагу?
* Піший
* Лижний
* Сплав на байдарках
* Велосипедний
1. В якому районі Запорізької області ви б хотіли здійснити піший похід?
* Бердянський
* Василівський
* Гуляйпільський
* Вільнянський
1. Скільки Вам років?
* До 18
* 19-25
* 26-45
* Від 45

7. Яку суму ви можете витрати на похід?

* Від 500 до 800 грн
* Від 800 до 1200 грн
* Від 1200 до 1500 грн
* Понад 1500 грн

Додаток Б

Таблиця 3.1 Огляд найпопулярніших спортивно-оздоровчих турів в Запорізькій області.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Назва туристичної організації | Основнінапрямки роботи | Тури по Запорізькому краю | Тривалість | Ціна |
| «Джерело» | внутрішній туризмміжнароднийв’їзний | 1. День здоров’я на природі для школярів і їх батьків (о.Хортиця, Хвиля, Великий Луг)
 | 1 день | від 275 грн. |
| Клуб туризму Hike | внутрішній туризмміжнароднийв’їзний | 1. Піший похід до Розумівки
2. Піший похід по Ландшафтному заповіднику «Обіточна коса» м. Приморськ
3. Піший похід по Природному Парку «Великий Луг».
4. Піший похід – прогулянка по о. Хортиця
 | 3 дня / 2 ночі3 дня / 2 ночі2 дні / 1 ніч1 день | 410 грн1730 грн920 грн80 грн |
| Запорізький клуб «Байдарка» | внутрішній туризмміжнароднийв’їзний | 1. Похід вихідного дня: Хортиця-Домаха
2. Вечірня прогулянка: Вогні ДніпроГЕС
3. Еко-тур: Старий Дніпро і скелі Хортиці
 | 2 дні1,5 год5 год | 1080 грн200 грн320 грн |

Додаток В

Приклад меню в туристичному поході

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| День | Прийом їжі  | Продукти | Вага (грам) | Ккал |
| 1 день | Перекус  | хліб білий | 100 | 236 |
| ковбаса | 100 | 430 |
| вафлі | 50 | 215 |
| карамель | 20 | 66 |
| чай, цукор | 15 | 30 |
| Обід | сублімат –гороховий суп  | 55 | 250 |
| чай, цукор | 15 | 30 |
| хліб чорний | 100 | 205 |
| Вечеря | сублімат – каша гречана з яловичиною | 100 | 331 |
| сушені фрукти  | 100 | 297 |
| чай, цукор | 15 | 30 |
| 2 день | Сніданок  | рис | 60 | 100 |
| згущене молоко | 30 | 100 |
| горіхи волоські | 20 | 120 |
| родзинки | 20 | 58 |
| какао | 20 | 75 |
| цукор | 15 | 30 |
| хліб білий | 30 | 70 |
| Обід  | борщ сухий | 45 | 144 |
| сіль | 5 | 0 |
| хліб білий | 100 | 236 |
| ковбаса | 100 | 430 |
| Вечеря  | пшоно  | 70 | 226 |
| молоко сухе | 130 | 265 |
| вершкове масло | 20 | 146 |
| родзинки | 20 | 58 |
| хліб чорний | 130 | 265 |
| 3 день  | Сніданок | гречка | 70 | 226 |
|  |  | сублімат м’ясний | 40 | 220 |
|  |  | вершкове масло | 20 | 146 |
|  |  | хліб білий | 30 | 70 |
|  |  | сир | 50 | 167 |
|  |  | молоко сухе | 10 | 30 |
|  |  | какао | 10 | 33 |
|  |  | цукор | 15 | 30 |
| Всього: | 1730 | 5365 |

Додаток Г

Розрахунок коштів за харчування на групу (6 туристів)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Назва  | Вага (грам) | Ціна (грн) |
| 1 | Хліб білий  | 1380 | 45 |
| 2 | Хліб чорний  | 1360 | 50 |
| 2 | Ковбаса | 1200 | 150 |
| 3 | Вафлі | 300 | 30 |
| 4 | Карамель | 120 | 15 |
| 5 | Чай | 50 | 40 |
| 6 | Цукор | 300 | 6 |
| 7 | Сублімат-гороховий суп  | 330 | 198 |
| 8 | Сублімат – каша гречана з яловичиною | 510 | 240 |
| 9 | Сублімат м’ясний  | 240 | 230 |
| 10 | Сушені фрукти | 600 | 85 |
| 11 | Рис  | 360 | 6 |
| 12 | Згущене молоко | 200 | 33 |
| 13 | Сир | 300 | 30 |
| 14 | Сіль | 120 | –  |
| 15 | Горіхи  | 150 | 15 |
| 16 | Родзинки | 240 | 20 |
| 17 | Какао | 240 | 30 |
| 18 | Борщ сухий  | 270 | 270 |
| 19 | Пшоно  | 420 | 15 |
| 20 | Гречка | 420 | 9 |
| 21 | Молоко сухе | 840 | 25 |
| 22 | Вершкове масло | 240 | 15 |
| Всього: | 1560 |
| Розрахунок на 1 людину  | 260 грн |

Додаток Д

Перелік особистого спорядження

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Найменування | Кількість на 1 людину |
| 1 | Рюкзак з поліетиленовим вкладишем | 1 |
| 2 | Спальний мішок | 1 |
| 3 | Килимок ізолюючий (пінополіуретановий) | 1 |
| 4 | Водонепроникні пакети для упаковки особистих речей | 1 |
| 5 | Куртка  | 1 |
| 6 | Спортивний костюм | 1 |
| 7 | Змінна білизна | 1 |
| 8 | Шкарпетки  | 3 |
| 10 | Шапка / косинка / кепка | 1 |
| 11 | Окуляри сонцезахисні | 1 |
| 13 | Кросівки або кеди | 1 |
| 14 | Туалетні приналежності | 1 |
| 15 | Рушник для тіла | 1 |
| 16 | Кружка, ложка, миска, ніж | 1 |
| 17 | Накидка від дощу | 1 |
| 18 | Сидушка з карабіном | 1 |

Додаток Ж

Перелік групового спорядження

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Найменування | Кількість |
| 1 | Намет «Golden Catch» 3х місний двошаровий з тамбуром | 3 |
| 2 | Поліетиленові тенти на і під намети | 6 |
| 3 | Медична аптечка  | 1 |
| 4 | Ремонтний набір | 1 |
| 5 | Годинники | 3 |
| 6 | Вогнищеве господарство | 1 |
| 7 | Тент для кухні | 1 |
| 8 | Господарський набір для приготування їжі | 1 |
| 9 | Сокира | 2 |
| 10 | Пила | 1 |
| 11 | Ліхтар електричний | 3 |
| 12 | Фляги | 6 |
| 13 | Маршрутні документи та картографічний матеріал | 1 |
| 14 | Компаси | 6 |

Додаток З

Склад групової аптечки

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Назва | Кількість | Назва | Кількість |
| **Перев'язувальний матеріал** | **Антисептики** |
| Бинт стерильний (7x14) | 1 шт. | Йод розч. спиртовий 5% | 1 фл. |
| Вата | 30 гр. | Перекис водню розч. 3% | 1 фл. |
| Лейкопластир бакт. | 10 шт. | Спирт етиловий | 50 мл. |
| Бинт еластичний | 1 шт. | **Засоби при шлунково-кишкових захворюваннях** |
| Лейкопластир рулон | 1 шт. | Лоперамід | 1 уп. х 10 таб. |
| **Серцево-судинні засоби** | Смекта | 5 пак. |
| Корвалмент | 20 таб. | Вугілля | 1 уп. х 10 таб. |
| Валідол | 10 таб. | Регідрон | 3 пак. |
| **Знеболюючі засоби** | **Протизапальні та жарознижуючі засоби** |
| Кетанов | 10 таб. | Краплі в нос (назол) | 1 фл. |
| Цитрамон | 10 таб. | Парацетамол (325 мг) | 2 уп. х 10 таб. |
| Дротавертин (Но-шпа) | 10 таб. | Сульфацил натрію | 1 фл. |
| **Мазі** | **Сильні знеболювальні та протишокові** |
| «Рятівник» | 1 шт. | Кетанов | 4 амп. |
| Диклофенак-гель 5% | 1 шт. | Шприц одноразовий (5мл.) | 5 шт. |
| **Антибіотики** | Рукавички стерильні | 3 шт. |
| Аугментин (625мг.) | 14 таб. (2 пласт.) |  |  |

Додаток К

Програма туру

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| День | Час | Км | Подія |
| 1 | 5.30 | 0 | Збір біля автовокзалу Запоріжжя |
|  | 5.45 | 0 | Виїзд з автовокзалу Запоріжжя до Бердянську. |
|  | 10.10 | 200 км | Прибуття до автовокзалу Бердянськ. Вільний час, час для перекусу. |
|  | 10.30 | 30 км | Виїзд з автовокзалу Бердянськ до с. Калайтанівка |
|  | 11.45 | 0 | Прибуття. Час для обіду.  |
|  | 12.00 | 0 | Початок пішого походу через «Філонову балку» с. Калайтанівки. |
|  | 16.00 | 6,7 км | Прибуття до Миколаївського лабіринту – унікальне древнє місце сили і джерело потужної енергії. Раніше на його місці були розташовані старе слов’янське капище. Час для фотографування, злиття з природою. |
|  | 17.30 | 0 км | Вирушаємо до селища Миколаївка. |
|  | 18.45-19.00 | 7, 3 км | Прибуття до Миколаївки – місце ночівлі |
|  | 19.00-19.30 | 0 | Підготовка місця для бівуака, приготування вечері. |
|  | 20.00 | 0 | Вечеря. |
|  | 20.30-22.00 | 0 | Вечір біля вогнища, цікаві розповіді. |
|  | 22.30 | 0 | Підготовка до сну. |
|  | 23.00 | 0 | Відбій. |
| Пройдено: 14 км |
| 2 | 8.00 | 0 | Підйом групи. |
|  | 8.00-8.15 | 0 | Гігієнічні процедури. |
|  | 8:30 | 0 | Сніданок. |
|  | 9.00-10.00 | 0 | Збір. Відправляємося до Скелі «Вуха Віслюка», які знаходяться між селищами Миколаївка та Радивонівка. |
|  | 12.00 | 5 км | Прибуття до Скелі «Вуха Віслюка».  |
|  | 12.00-13.00 | 1 км | Прогулянка і знайомство з природою. |
|  | 13.00-14.00 | 0 | Обід. |
|  | 14.30-16.30 | 0 | Веселі естафети, змагання з бадмінтону. |
|  | 17.00 | 1 км | Йдемо до закинутого кар’єру, який знаходиться недалеко від скелі Вуха Осла. Раніше тут добували будівельний щебінь. Тепер берега поросли пишною рослинністю, що також додає колориту всій території. Час для фотографування. |
|  | 18.00 | 0 | Вирушаємо до селища Радивонівка. |
|  | 19.00 | 1км | Прибуття до с. Радивонівка. |
|  | 19.00-19.30 | 0 | Підготовка місця для бівуака, приготування вечері. |
|  | 20.00 | 0 | Вечеря. |
|  | 20.30-22.00 | 0 | Вечір біля вогнища, цікаві розповіді. |
|  | 22.30 | 0 | Підготовка до сну. |
|  | 23.00 | 0 | Відбій. |
| Пройдено: 6 км |
| 3 | 8.00 | 0 | Підйом групи. |
|  | 8.00-8.15 | 0 | Гігієнічні процедури. |
|  | 8:30 | 0 | Сніданок. |
|  | 9.00-10.00 | 0 | Знайомство з селищем.  |
|  | 10.00 | 0 | Збір. Виїзд з селища Радивонівка до Бердянську. |
|  | 11.00 | 31,6 км | Прибуття до автовокзалу Бердянськ. За бажанням, можна сходити на море. Вільний час. |
|  | 15.00 | 0 | Збір біля автовокзалу Бердянськ. |
|  | 15.30 | 0 | Відправлення до Запоріжжя |
|  | 20.00 | 192 км | Прибуття до автовокзалу Запоріжжя. |
| Всього пройдено за маршрут: 20 км |

Додаток Л

Мапа маршруту похода «Подорож вздовж р. Берда»

Додаток М

**Технологічна карта**

**туристичної подорожі за маршрутом**

м. Запоріжжя – с. Калайтанівка –с. Миколаївка – с. Радивонівка – м. Запоріжжя.

Основні показники маршруту:

1. Місце проведення – Бердянський район Запорізького краю.

2. Форма маршруту – піший похід;

4. Протяжність активної частини маршруту – 20 км.

5. Нитка маршруту: Автовокзал Запоріжжя №1 – Автовокзал м. Бердянськ – с. Калайтанівка – Миколаївський лабіринт – с. Миколаївка – Скелі «Вуха Віслюка» – с. Радивонівка – м. Бердянськ – м. Запоріжжя.

6. Тривалість маршруту – 3 дні / 2 ночі.

Мета походу: підвищити рівень загальної фізичної витривалості та ознайомитися з пам’ятками природи.

Завдання походу:

* оздоровчі – підвищити рівень загальної і спеціальної витривалості, рівень силових можливостей за рахунок зміцнення м’язів та підвищувало рівень функціонування кардіо-респіраторної системи за рахунок впливу навантажень аеробного характеру.
* спортивні – підвищити рівень загальної та спеціальної фізичної підготовленості, оволодіти та вдосконалити техніко-тактичні навички подолання схилів, спусків та підйомів;
* виховні – формування почуття колективізму, підпорядкування особистісних інтересів суспільним; виховання витривалість і морально-вольових якостей людини;
* рекреаційні – забезпечувати змістовне дозвілля.

Загальні організаційні вказівки:

* чітко вказувати час і місце збору групи;
* підпис про знання інструкції з техніки безпеки на маршруті;
* простежити, щоб туристи не залишали речі в місці нічлігу.

Опис маршруту: Зустрічаємося біля автовокзалу Запоріжжя, сідаємо до автобусу, через 4 години приїжджаємо до автовокзалу м. Бердянськ. На автовокзалі м. Бердянськ пересідаємо на автобус, який рухається до селища Калайтанівка. Через 1 годину прибуваємо до селища Калайтанівка, де починаємо піший похід. Починаємо рухатись вздовж р. Берда через «Філонову балку» у напрямі Миколаївського лабіринту. На нашому шляху, в районі села проходимо два пам’ятники природи – скеля Сова Лимонова і кам’яниста гряда з кам’яними розсипами. Перший являє собою окрему гранітну скелю на правому березі Берди близько зрізу води, другий – ряд окремих скель біля самої річки. Через 1 годину ми переходимо на лівий берег, рухаємося до місця сили. Через 3 години доходимо до Миколаївського лабіринту – це ходовий, кругоподібний лабіринт. У зимні місяці тут постійно тане сніг, нічого не росте, а тварини не можуть в ньому довго перебувати. Відвідування місць сили заряджає людей позитивною енергією. Знаходимся в цьому місці близько 1 години, і потім вирушаємо до селища Миколаївка, де зупиняємося на нічліг.

На другий день вранці вирушаємо до Скелі «Віха віслюка», що знаходиться на правому березі р. Берда в 1 км на північ від східної околиці села Радивонівка. Кварцитові скелі або «Вуха віслюка», як їх називають місцеві жителі, – один з найбільш відомих геологічних пам’яток природи в південно-східній частині Запорізької області. Біля скель знаходиться невеликий закинутий кар’єр. Використовувався для видобутку будівельного щебню. Від кар’єру до «Вух» йде крута балка зі скельними виходами.

Далі група прибуває в селище Радивонівка на півдні району, де сідаємо на автобус, який їде до автовокзалу м. Бердянськ. Туристам надається 3 години вільного часу, якщо хтось бажає скупатися в Азовському морі. Через 3 години зустрічаємося біля автовокзалу, де відправляємося до м. Запоріжжя – кінцева точка туру.

Технологічна карта

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Етапи переміщення за маршрутом | Місце зупинок | Огляд об’єкту | Тривалість | Вказівки щодо організації |
| м. Запоріжжя – м. Бердянськ | площа автовокзалу Запоріжжя 1. | – | Переїзд 4 години | Збір групи біля автовокзалу Запоріжжя 1 (адреса: проспект Соборний, 20), посадити до автобусу. Ознайомлення з маршрутом походу, тривалість, час повернення. Підписуємо інструкції з техніки безпеки на маршруті |
| м. Бердянськ – с. Калайтанівка | площа автовокзалу Бердянськ (адреса: проспект Західний, 4) | Скеля Сова Лимонова і кам’яниста гряда з кам’яними розсипами | Переїзд 1 година 15 хвилин | Організувати групу, посадити до автобусу. Перевірити спорядження. |
| с. Калайтанівка – Миколаївський лабіринт | Миколаївський лабіринт | Миколаївський лабіринт – місце сили, накопичення позитивної енергії. | 2 години | Організувати групу.Початок пішого походу, перевірити спорядження. Нагадати правила безпеки на маршруті.  |
| Миколаївський лабіринт – с. Миколаївка  | с. Миколаївка | – | 1 година 30 хвилин | Організувати групу. Підготувати місце для приготування їжі (сухий пайок), нічлігу (палатки). |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| с. Миколаївка – Скелі «Вуха Віслюка» | Скелі «Вуха Віслюка» | Скелі «Вуха Віслюка», закинутий бар’єр. | 3 години  | Організувати групу, перевірка фізичного стану туристів. |
| Скелі «Вуха Віслюка» – с. Радивонівка  | с. Радивонівка | – | 2 години | Організувати групу. Підготувати місце для приготування їжі (сухий пайок), нічлігу (палатки). |
| с. Радивонівка – м. Бердянськ  | с. Радивонівка | – | 2 години  | Збір групи, перевірка туристів, їх стану. Перевірка групового та особистого спорядження. |
| м. Бердянськ – м. Запоріжжя | площа автовокзалу Бердянськ (адреса: проспект Західний, 4) | – | 4 години | Збір групи біля автовокзалу Бердянськ, посадити до автобусу.  |