

спортивно-педагогічного удосконалення є фізичні та спеціальні туристські вправи, туристсько-спортивні походи різного ступеня та категорії складності, змагання з техніки туризму.

Перспективи подальших досліджень Педагогічна наука має великий арсенал різноманітних методів тестування розвитку фізичних якостей організму під час підготовки спортсменів-туристів, однак багато питань взаємозв'язку різних рухових здібностей туристів різного віку та статі залишають недостатньо вивченими, тому дослідження в даній області продовжуються.

Література:

1. Верхошанський Ю.В. Основи спеціальної фізичної підготовки спортсменів / Ю.В. Верхошанський. – М. Фізкультура і спорт, 1988 – 330с.
2. Селуянов В.Н., Федякин А.А. Биологические основы оздоровительного туризма / В.Н. Селуянов, А.А. Федякин. – М.: СпортАкадем Пресс, 2000 – 69 с.
3. Федотов Ю.Н. Спортивно – оздоровительный туризм / Ю.Н. Федотов. – СПб. ГАФК им П.Ф. Лесгафта, 2001. – С.133–135

ГІРСЬКОЛИЖНИЙ ТУРИЗМ ЯК РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧА ДІЯЛЬНІСТЬ У СУЧАСНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Лариса Троценко

*Національний технічний університет України
«Київський політехнічний інститут»*

Постановка проблеми. Рекреаційна діяльність – один з комплексних видів життєдіяльності людини, спрямований на оздоровлення і задоволення духовних потреб у вільний від роботи час. У сучасному середовищі відпочинок, рекреація, туризм, оздоровлення є соціальною цінністю. Тому за останні кілька десятиліть у світі поступово зростає значення туризму і рекреації.

Тенденцію погіршення здоров'я в групах працездатного населення спеціалісти пов'язують із незадовільними екологічними умовами в більшості населених пунктів України, зміною способу життя людей в мегаполісах, технократичним мисленням, що витісняє із системи цінностей людини потребу постійного спілкування з природою, перетворюючи цю воістину лікувальну взаємодію на нетривалі епізодичні контакти [1].

Ослаблення або втрата ціннісних орієнтирів особистості, спрямованих на збереження і розвиток здоров'я з опорою на природні фактори, призводить до надмірних перевантажень, що проявляється у рішучій втомі, прогресуючому зниженні працездатності.

У зв'язку з цими негативними тенденціями, зростає роль активного відпочинку, як ефективного рекреаційного засобу, спрямованого на оздоровлення населення різних вікових груп. Виникає об'єктивна необхідність створення умов, як для відновлення фізичних і духовних сил людини, так і для зняття стресових і психічних впливів середовища. Пробуджується бажання проводити вільний час у спокійному оточенні, що сприяє фізичній і психічній регенерації. Одним з прийомів оздоровлення, профілактики, зняття втоми є зміна основного виду діяльності. Реалізації цього задуму сприяє туризм, який, поєднуючи в собі традиційні оздоровчі функції, є ефективним засобом фізичного і духовного оздоровлення [3].

Рекреаційно-оздоровча діяльність – це відпочинок, відновлення сил за допомогою засобів фізичного виховання, у тому числі і емоційно-відновлювальних. До останніх належить вид спорту і активного відпочинку, який користується все більшим попитом у населення, особливо у людей молодого віку – гірськолижний туризм.

Останнім часом він стає одним з найпопулярніших видів активного відпочинку у світі, в тому числі – в Україні. Широким є віковий і соціальний діапазон аматорів гірськолижного відпочинку – займатись можна починаючи з 3-х років до похилого віку. Особливою популярністю гірські лижі користуються серед міських мешканців, які щозими стараються знайти можливість виїхати в гори, удосконалити свою гірськолижну техніку, відпочити, подихати чистим гірським повітрям, помилуватися зимовими краєвидами, ознайомитися з історією та культурою гірського краю [2].

В цілому гірськолижний туризм – це сукупність засобів для реалізації рекреаційно-оздоровчої діяльності. Він включає в себе всю інфраструктуру гірськолижних центрів: дороги, транспорт, готелі, місця харчування і розваг, підготовлені до катання на лижах та сноубордах схили гір, снігові гармати, гірськолижні підйомники, школи інструкторів, контрольно-рятувальні служби тощо. Найпопулярнішими центрами гірськолижного туризму в Україні є Буковель, Драгобрат, Славське, Кострино, Тисовець, Мигово та інші.

Разом з тим, у деяких центрах спостерігається ряд недоліків: недостатньо розвинута інфраструктура, не скрізь задовільна якість обслуговування туристів. Також слід відзначити різний рівень кваліфікації інструкторів, які навчають техніці катання на гірських лижах і сноубордах. На особисте переконання автора, методи навчання катанню треба приділити особливу увагу. Інструкторів слід залучати з числа тренерів, які мають спеціальну освіту, або з числа колишніх спортсменів, що засвоїли методично грамотний підхід до навчання та можуть «поставити» техніку катання як новачку, так і досвідченому туристу. На жаль, далеко не скрізь підготовка інструкторів організована належним чином.

Суттєвим недоліком є правова неврегульованість відповідальності туристів за порушення правил поведіння на схилах та техніки безпеки, що може призвести до травмування інших осіб. Це суттєва «прогалина» у нашому законодавстві, яка потребує негайного вирішення. У цьому повинні бути зацікавлені, як адміністрації гірськолижних комплексів, так і всі відпочиваючі.

Висновки. Для сталого функціонування курорту необхідне створення відповідної нормативної бази, яка складається із системи стандартів та інших нормативних документів, моніторингу ресурсного потенціалу та нормативно-правових актів.

Поєднання таких факторів як оздоровлення, відпочинку, психоемоційний підйом з перевагами інфраструктури повинні формувати імідж гірськолижних центрів.

Важливою проблемою є забезпечення курортного комплексу розвинутою інфраструктурою, яка б відповідала світовим стандартам, сприяла підвищенню його конкурентоспроможності. Її розвиток потребує вирішення територіально-функціональних, соціально-економічних, правових, екологічних завдань.

Література:

1. Амосов Н.М. Физическая активность и сердце / Н.М. Амосов. – К.: Здоров'я, 1989. – 216с.
2. Лисовский А.Ф., Решетников И.А., Власова О.В. Оздоровление и физическое развитие детей дошкольного возраста на основе спортивно ориентированного катания на горных лыжах / А.Ф. Лисовский, И.А. Решетников О.В. Власова // Физическая культура. – 2005. – № 5. – С. 23 – 25.
3. Чеховська Л.Я. Основи рекреаційно-оздоровчої діяльності / Л.Я. Чеховська. – Львів: ЦПД, 2006. – 84 с.