

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ  
УПРАВЛІННЯ МОЛОДІ ТА СПОРТУ  
ЛЬВІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ВІЙСЬКОВОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ  
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО  
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЗАХІДНОЇ ПАРАНИ (БРАЗИЛІЯ)  
ЛИТОВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ СПОРТУ  
ЛЬВІВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я  
НАСЕЛЕННЯ «СПОРТ ДЛЯ ВСІХ»

## ПРОБЛЕМИ АКТИВІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАСЕЛЕННЯ



Матеріали XIV Міжнародної  
науково-практичної конференції  
(10–11 травня 2024 року)

За загальною редакцією Любові ЧЕХОВСЬКОЇ

Львів  
ЛДУФК ім. Івана Боберського  
2024

TURYSTYKA PRZYGODOWA

**Olha Zhdanova<sup>1</sup>, Maryana Luzna<sup>1</sup>, Iryna Romanchuk<sup>2</sup>**

*<sup>1</sup>Lwowski Państwowy Uniwersytet Kultury Fizycznej  
im. Iwana Boberskiego, Lwów, Ukraina*

*<sup>2</sup>Politechnika Opolska, Wydział wychowania fizycznego i fizjoterapii,  
Opole, Polska*

**Wprowadzenie.** Turystyka przygodowa – to wypoczynek czynny na wolnym powietrzu, który odbywa się w niezwykłym, egzotycznym, odległym bądź dzikim terenie lub turystyka nastawiona na aktywność w środowisku przyrodniczym. Podkreśla się także element podwyższonego ryzyka, poziomu wysiłku fizycznego oraz posiadania pewnych umiejętności technicznych oraz chęć zdobycia lub poszerzenia wiedzy [2].

Celem artykułu jest opis cech i typów turystyki przygodowej.

J. Swarbrooke i in. [3] sformułował dziesięć cech, które w bardzo precyzyjny sposób charakteryzują turystykę przygodową:

1. Niepewność rezultatów, która stymuluje emocje i zaangażowanie, potęguje siłę wyzwania; powodowana jest poprzez obecność niebezpieczeństw, które wywołują ryzyko oraz poprzez nowość, w postaci nieznannej formy aktywności lub aktywności realizowanej w nieznanym terenie.

2. Niebezpieczeństwo i ryzyko: ryzyko rozumiane jako fizyczne (możliwość zranienia, doznania bólu, lub śmierci) lub psychiczne (doznanie upokorzenia, wstydu, utrata pewności siebie), każda przygoda związana jest z ryzykiem i ryzyko jest główną cechą charakterystyczną przygody.

3. Wyzwanie: poziom wyzwania określa intensywność doświadczeń i tworzy kontinuum – z jednej strony ekstremalnych, z drugiej – łagodnych; wyzwanie nie zależy jedynie od poziomu niebezpieczeństwa, lecz także od umiejętności i zdolności

uczestnika aktywności (umiejętności można podzielić na fizyczne oraz techniczne lub osobiste – zaufanie do samego siebie).

4. Oczekiwana nagroda: podobnie jak w innych formach aktywności w czasie wolnym, jej uczestnicy oczekują określonych korzyści w postaci przeżyć i nagrody wewnętrznej; niekiedy istnieje swoisty cel aktywności (np. zdobycie szczytu górskiego), jednak zwykle nieosiągnięcie założonego celu nie przeszkadza w osiągnięciu nagrody wewnętrznej wynikającej z podjętej próby – takim osiągnięciem jest często stan samospełnienia lub szczytowego przeżycia (ang. peak experience), paradoksem jest, że niepewności efektów aktywności towarzyszy oczekiwanie korzyści lub nagrody.

5. Nowość: wynika z robienia lub doświadczania czegoś nowego (doświadczenie łatwo przewidywalne lub powtarzalne nie będzie przygodą), większość osób poszukujących przygody szuka przede wszystkim nowości niż niebezpiecznych (fizycznie) doświadczeń.

6. Stymulacja i podekscytowanie: turystyka przygodowa stymuluje zmysły, oddziałuje na emocje, umysł i fizjologię ciała, poziom emocji jest silnie zróżnicowany: to co dla jednych osób stanowi silne emocje dla innych może być zaledwie ożywieniem.

7. Ucieczka i odizolowanie: decydują o tym egzotyczne otoczenie, nowe formy aktywności, niekonwencjonalny system norm społecznych które razem tworzą aurę oderwania od rzeczywistości, funkcjonowania w innym świecie.

8. Eksploracja i odkrywanie: odkrywaniu nowych miejsc, kultur lub nabywaniu nowych umiejętności towarzyszy wzbogacanie wiedzy o świecie zewnętrznym a także poznawanie samego siebie.

9. Zaabsorbowanie i koncentracja: na wykonywanych czynnościach konieczne są w niektórych okresach (momentach) aktywności.

10. Kontrastujące emocje: takie jak z jednej strony niepewność, ryzyko i trudności towarzyszące aktywności przeplatane są

relaksacją i zadowoleniem tworząc razem „falę” kontrastujących emocji towarzyszących przygodzie [3].

Literatura specjalistyczna opisuje 2 rodzaje turystyki przygodowej [1]:

1. Turystyka niskiego ryzyka, inaczej „soft”: ok. 25% ogółu wyjazdów turystycznych; niski poziom ryzyka; nie wymaga wysiłku, znoszenia niewygód i poświęcenia; nie wymaga specjalistycznych umiejętności; fachowy personel zapewnia obsługę i bezpieczeństwo.

2. Turystyka wysokiego ryzyka, inaczej „hard”: ok. 2% wyjazdów turystycznych; wysoki poziom rzeczywistego ryzyka; wymaga dużego zaangażowania i wysiłku; wymaga znoszenia niewygód i przeciwności; uczestnik musi posiadać specjalistyczne umiejętności na wysokim poziomie.

W turystyce przygodowej kluczowym pojęciem jest poziom optymalnego (pożądanego) ryzyka, który w znacznym stopniu zależy od preferencji jednostki: te same warunki u jednych osób wywołują emocje u innych strach. Przy wysokim poziomie niebezpieczeństwa i wysokich umiejętnościach poziom ryzyka będzie niski, a aktywność traktowana jak zabawa. Zgoła inaczej jest w przeciwnym wypadku: kiedy charakter aktywności znacznie przekracza możliwości uczestnika, doświadczenie przeradza się w niepowodzenie, nieszczęście lub nawet w tragedię.

**Podsumowanie.** Turystyka przygodowa okazała się być turystyką nastawioną na atrakcyjność w środowisku przyrodniczym, a także mało popularną formą aktywnego spędzania czasu ze znajomymi czy też z członkami swojej rodziny.

Jej cechami charakterystycznymi są: podwyższony poziom ryzyka (fizycznego lub społecznego), niepewność rezultatów, wyzwanie, oczekiwanie nagrody wewnętrznej, nowość, stymulacja, ucieczka, eksploracja i kontrastujące emocje. To co wyróżnia ją od tradycyjnej turystyki kwalifikowanej jest brak konieczności

specjalistycznego przygotowania, umiejętności i posiadania sprzętu.

W literaturze opisano dwa rodzaje turystyki przygodowej: turystyka niskiego ryzyka, inaczej „soft” i turystyka wysokiego ryzyka, inaczej „hard”.

### **Piśmiennictwo**

1. Cieślík E. Turystyka przygodowa w świetle opinie dotyczące polskich konsumentów przygodowych – zarys problemu. *Journal of Agrobiznesu i Rozwoju Wsi*. 2014. № 4(34). S. 53–67.

2. Nowacki M. Czym jest turystyka przygodowa? Teoria i praktyka usług turystycznych, rekreacyjnych i hotelarsko-żywieniowych w świetle badań, strony : praca zbiorowa. Poznań, 2011. S. 281–290.

3. Swarbrooke J., Page S. J. Development and Management of Visitor Attractions. London, New York : Routledge, 2012. 405 s.

**УДК 379.8:338.48**

## **СФЕРА РЕКРЕАЦІЙНИХ І ТУРИСТИЧНИХ ПОСЛУГ ЯК ПРІОРИТЕТНИЙ НАПРЯМ ВІДНОВЛЕННЯ ЕКОНОМІКИ**

**Діана Цесьців**

*Львівський державний університет фізичної культури  
імені Івана Боберського, м. Львів, Україна*

**Актуальність.** За даними Державного агентства розвитку туризму, 46% приросту доходів припадає виключно на діяльність пансіонатів і хостелів. Це пов’язано з їхнім використанням 2022 року як тимчасового притулку для внутрішньо переміщених осіб, які були змушені покинути свої домівки через бойові дії.

У 2023 році ситуація не поліпшилася. У середньому туризм скоротився на третину порівняно з початком 2022 року,