

ГІРСЬКИЙ ТУРИЗМ
Анотований
бібліографічний покажчик
трьома мовами

Укладач Ірина Свістельник

MOUNTAIN TOURISM

**Bibliography pointer
with annotations in three languages**

Compiler Iryna Svistel'nyk

ГОРНЫЙ ТУРИЗМ

**Аннотированный библиографический
указатель на трех языках**

Составитель Ирина Свистельник

УДК 796.5:016
ББК 75.81+91.9
Г 51

*Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму”
Започаткована 2009 року*

Гірський туризм : анот. бібліогр. покажч. трьома мовами [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 13 с. (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму”, вип. 1).

До анотованого бібліографічного покажчика увійшли друковані (книги, монографії, наукові статті, автореферати дисертацій тощо) джерела бібліотеки Львівського державного університету фізичної культури. Праці науковців, що досліджують проблеми гірського туризму, розміщено за рубриками, в алфавітній послідовності прізвищ авторів, анотації подано трьома мовами (українською, російською та англійською); тексти анотацій збережено в авторських варіантах.

Бібліографічні описи складено відповідно до **ДСТУ ГОСТ 7.1:2006** „Бібліографічний запис. Бібліографічний опис. Загальні вимоги та правила складання” та **ДСТУ 3582–2013** „Бібліографічний опис скорочення слів і словосполучень українською мовою. Загальні вимоги та правила”.

Покажчик призначений для викладачів, аспірантів, магістрантів, студентів ВНЗ фізкультурного профілю, факультетів фізичного виховання ВНЗ та всіх, хто здійснює наукові дослідження в туризмі.

ГІРСЬКИЙ ТУРИЗМ

1. **Андрусяк М.** Профілактика гірської хвороби у туристів / Марта Андрусяк, Лідія Тимошенко // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності : матеріали X Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. – Львів, 2016. – С. 335–338.

Анотація. У статті визначено способи досягнення успішної акліматизації. Це загальнофізична підготовка: тренувань людині легше переносити навантаження пов'язані з висотою; слід розвивати витривалість, яка досягається тривалими навантаженнями низької інтенсивності. Це стан здоров'я: важливо приїхати в гори здоровим і відпочилим. Це харчування: апетит на висоті може бути знижений, особливо якщо відбувається заїзд відразу на великі висоти. Це режим руху: тільки приїхавши в гори, туристи, відчують емоційний підйом, проте темп руху повинен бути спокійним і рівномірним. Це сон: ніч є дуже важливим часом для акліматизації, тому сон має бути міцним. Важливим також є контроль пульсу.

Ключові слова: гірська хвороба, профілактика, туристи.

Аннотация. В статье определены способы достижения успешной акклиматизации. Это общефизическая подготовка: тренированному человеку более легко переносит нагрузку, связанную с высотой; следует развивать выносливость, которая достигается длительными нагрузками низкой интенсивности. Это состояние здоровья: важно приехать в горы здоровым и отдохнувшим. Это питание: аппетит на высоте может быть снижен, особенно если происходит заезд сразу на большие высоты. Это режим движения: только приехав в горы, туристы, чувствуют эмоциональный подъем, однако темп движения должен быть спокойным и равномерным. Это сон: ночь является очень важным временем для акклиматизации, поэтому сон должен быть крепким. Важным также является контроль пульса.

Ключевые слова: горная болезнь, профилактика, туристы.

Annotation. The methods of achievement of successful acclimatization are certain in the article. It is general physical preparation: more easily the trained man to carry loading related to the height; it is necessary to develop endurance which is arrived at the protracted loadings of low intensity. It is the state of health: it is important to arrive in mountains healthy and resting. It is a feed: an appetite on a height can be mionectic, especially if there is arrival at once on large heights. It is the mode of motion: only arriving in mountains, tourists, feel the emotional getting up, however much the rate of motion must keep cool and even. It is sleep: night is very important time for acclimatization, therefore sleep must be strong. Important also there is control of pulse.

Key words: mountain sickness, prophylaxis, tourists.

2. **Анохин Г. И.** Малый Кавказ / Анохин Г. И. – Москва : Физкультура и спорт, 1981. – 191 с.

Аннотация. В книге представлены 87 маршрутных лент по рекам, долинам гребням хребтов Малого Кавказа, позволяющих составить маршруты пеших, лыжных, горных, водных, велосипедных и комбинированных походов различной

категории сложности. Приводится краткая географическая характеристика региона. Предлагается ориентировочная оценка трудности перевалов и вершин.

Ключевые слова: туризм, маршрут, горы.

Анотація. У книзі подано 87 маршрутних доріг по річках, долинах гребенів хребтів Малою Кавказу, що дозволяють скласти маршрути піших, лижних, гірських, водних, велосипедних і комбінованих походів різної категорії складності. Наводиться коротка географічна характеристика регіону. Пропонується орієнтовна оцінка труднощів перевалів і вершин.

Ключові слова: туризм, маршрут, гори.

Annotation. In a book 87 rout ribbons are given on the rivers, to the valleys to the combs of backbones of Small Caucasus, allowing to make the routes of pedestrian, ski, mountain, water, bicycle and combined hikes of different category of complication. Short geographical description over of region is brought. The benchmark estimate of difficulty of mountain passes and tops is offered.

Key words: tourism, routes, mountains.

3. **Высокогорные перевалы** : перечень классифицированных перевалов высокогорных районов СССР / сост. Л. Б. Директор. – Москва : Профиздат, 1990. – 576 с.

Аннотация. В справочник включены сведения о четырех тысячах классифицированных перевалов высокогорных районов СССР. Приводятся названия перевалов, место нахождения, высота над уровнем моря, категория трудности, ее изменение в зависимости от времени года. Даны краткие сведения о физико-географических и спортивных особенностях районов, характере перевалов, необходимом снаряжении.

Ключевые слова: туризм, высокогорные перевалы, категория трудности.

Анотація. У довідник в відомості про чотири тисячі класифікованих перевалів високогірних районів СРСР. Наводяться назви перевалів, місце знаходження, висота над рівнем моря, категорія доступності, їх зміна залежно від пори року. Подані короткі відомості про фізико-географічні та спортивні особливості районів, характер перевалів, необхідне спорядження.

Ключові слова: туризм, високогірні перевали, категорія доступності.

Annotation. In a reference book included taking about four thousands of the classified mountain passes of alpine districts of the USSR. The names over of mountain passes, finding place, height above a sea level, category of difficulty, its change depending on time of year, are brought. Short information is given about the geographical and sporting features of districts, character of mountain passes, necessary equipment.

Key words: tourism, alpine mountain passes, category of difficulty.

4. **Гончаренко К.** Над Гімалаями [індійські хребти Гімалаїв] / Костянтин Гончаренко К. // Міжнародний туризм. – 2009. – № 1. – С. 78–83.

Анотація. Описано індійські хребти Гімалаїв.

Ключові слова: туризм, гори Гімалаї.

Аннотація. Описаны индийские позвоночники Гималаев.

Ключевые слова: туризм, гори Гімалаї.

Annotation. *The Indian spines of Himalayas are described.*

Key words: *tourism, mountains are Himalayas.*

5. **Заник В.** Гора, з якої все видно і чути [гора Рокита] / Володимир Заник // Карпати. Туризм. Відпочинок. – 2007. – № 10. – С. 8–12.

Анотація. *Описана мандрівка на гору Рокита, що у Карнатах.*

Ключові слова: *туризм, гори, мандрівка, маршрут.*

Аннотация. *Описанное путешествие на гору Ракита, что в Карнатах.*

Ключевые слова: *туризм, гори, путешествие, маршрут.*

Annotation. *Described trip on a mountain Broom, that in Carpathians.*

Key words: *tourism, mountains, trip, route.*

6. **Кириченко В.** Особливості змагань з техніки гірського туризму в закритих приміщеннях на штучному рельєфі / Кириченко В. // Актуальні проблеми юнацького спорту : матеріали VI Всеукр. наук.-прак. конф. – Херсон, 2008. – С. 255–258.

Анотація. *Показано, що змагання з техніки гірського туризму в закритих приміщеннях на штучному рельєфі є такими, що динамічно розвиваються і мають велику популярність та значний контингент учасників.*

Ключові слова: *туризм, змагання, техніка гірського туризму.*

Аннотация. *Показано, что соревнования по технике горного туризма в закрытых помещениях на искусственном рельефе являются такими, что динамически развиваются и имеют большую популярность и значительный контингент участников.*

Ключевые слова: *туризм, соревнование, техника горного туризма.*

Annotation. *It is rotined that competition from the technique of mountain tourism in the closed apartments on artificial relief is such that dynamically develop and have large popularity and considerable contingent of participants.*

Key words: *tourism, competition, technique of mountain tourism.*

7. **Кирчів А.** В гості до Парашки [Сколівські бескиди] / Андрій Кирчів. // Карпати. – 2007. – № 6. – С. 14–19.

Анотація. *Описано подорож до вершини Сколівських Бескидів – гори Парашки.*

Ключові слова: *туризм, гори, витривалість, маршрут.*

Аннотация. *Описано путешествие к вершине Сколивских Бескид – горы Парашки.*

Ключевые слова: *туризм, гори, выносливость, маршрут.*

Annotation. *The described trip to the top of Skole Beskids is mountains of Parashki.*

Key words: *tourism, mountains, endurance, route.*

8. **Короп М.** Карпати для (не) підкованих / Михайло Короп, Андрій Пирогів // Міжнародний туризм. – 2007. – № 1. – С. 104–106.

Анотація. *Описано проведення гірськолижного відпочинку у Карнатах, зокрема у Яремчі, на Драгобраті, Буковелі.*

Ключові слова: *гірськолижний туризм, Карпати, відпочинок.*

Аннотація. Описано проведення горнолыжного отдыха в Карпатах, в частности в Яремче, на Драгобрате, Буковеле.

Ключевые слова: горнолыжный туризм, Карпаты, отдых.

Annotation. The lead through of mountain-skier rest is described in Carpathians, in particular in Yaremcha, on Dragobrat, Bukovel.

Key words: mountain-skier tourism, Carpathians, rest.

9. **Кутергина Н. В.** Функциональная адаптация юных туристов к физическим нагрузкам в горных условиях / Кутергина Н. В., Бекембетова Р. А., Макогонова Т. А. // Олімпійський спорт і спорт для всіх : тези доп. ІХ наук. Міжнар. наук. конгр. – Київ, 2005. – С. 585.

Анотація. Результати дослідження помітно розширюють і поглиблюють уявлення про навантаження, з якими стикаються юні туристи в горах. Вони свідчать про необхідність обов'язкового медико-біологічного контролю при проведенні походів юних туристів в гірській місцевості.

Ключові слова: туризм, функціональна адаптація, фізичні навантаження.

Аннотація. Результаты исследования заметно расширяют и углубляют представления о нагрузках, с которыми сталкиваются юные туристы в горах. Они свидетельствуют о необходимости обязательного медико-биологического контроля при проведении походов юных туристов в горной местности.

Ключевые слова: туризм, функциональная адаптация, физические нагрузки.

Annotation. Research results notably extend and deepen the pictures of loadings into which young tourists run in mountains. They testify to the necessity of obligatory medical biological control during the lead through of hikes of young tourists in mountain locality.

Key words: tourism, functional adaptation, physical loadings.

10. **Любенко Ю.** Сюрпризы Тянь-Шаню / Юлія Любенко // Міжнародний туризм. – 2007. – № 2. – С. 92–94.

Анотація. Описано проведення гірського походу горами Тянь-Шаню.

Ключові слова: гірський туризм, гори Тянь-Шаню.

Аннотація. Описано проведение горного похода горами Тянь-Шаня.

Ключевые слова: горный туризм, горы Тянь-Шаня.

Annotation. The lead through of mountain hike is described mountains to Tine Shan.

Key words: mountain tourism, mountains to Tine Shan.

11. **Максимов Л. А.** Горные путешествия по высокому Алтаю / Максимов Л. А., Фоменко О. Ф., Сипачев Г. – Москва : Физкультура и спорт, 1980. – 143 с.

Аннотація. Впервые в туристической литературе описывается высокогорный Алтай, один из районов Памиро-Алтайской горной системы. Приводятся маршруты между ущельями рек Тутек и Янгидаван, в окрестностях ледника Абрамова, в горном узле Дугоба. Дается общая характеристика района.

Ключевые слова: туризм, горные путешествия.

Анотація. Уперше в туристській літературі описується високогірний Алтай, один з районів Паміро-Алтайської гірської системи. Наводяться маршрути між ущелинами річок Тутек і Янгидаван, в околицях льодовика Абрамова, в гірському вузлі Дугоба. Представлена загальна характеристика району.

Ключові слова: туризм, гірські подорожі.

Annotation. In a book, first in tourist literature, alpine Alay is described, one of districts of Pamir-Almay of the mountain system. Routes over are brought in arrays between the canyons of the rivers of Tutek and Yangidavan, in a neighborhood of glacier of Abramova, in the mountain knot of Dugoba. General description of district is given.

Key words: tourism, mountain trips.

12. **Маркін І.** У пошуках Ключа до лісових таємниць [гора Ключ у Сколівських Бескидах] / Ігор Маркін // Карпати. Туризм. Відпочинок. – 2007. – № 5. – С. 8–15.

Анотація. Описано похід до гори Ключ у Сколівських Бескидах.

Ключові слова: гірський туризм, Карпати.

Аннотація. Описан поход к горе Ключ в Сколевских Бескидах.

Ключевые слова: горный туризм, Карпаты.

Annotation. A hike is described to the mountain Key in Skole Beskid.

Key words: mountain tourism, Carpathians.

13. **Медведєва К.** Словаччина. Різдвяна лижня [курорти Словаччини] / Катерина Медведєва // Міжнародний туризм. – 2009. – № 1. – С. 98–100.

Анотація. Описано проведення різдвяної лижні у Словаччині.

Ключові слова: гірський туризм, лижі, народні традиції.

Аннотація. Описано проведение рождественской лыжни в Словакии.

Ключевые слова: горный туризм, лыжи, народные традиции.

Annotation. The lead through of Christmas track left by ski is described in Slovakia.

Key words: mountain tourism, patens, folk traditions.

14. **Минарський В.** Енергетические траты участников горных экскурсий / Минарський В., Борек З. // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 4. – С. 45–47.

Аннотація. Оценивается эффективность использования электронного аппарата «Caltrac monitor» для определения энергетической стоимости мускульной деятельности (на примере ходьбы в горных условиях).

Ключевые слова: горный туризм, экскурсия, энергетические расходы.

Анотація. Оцінюється ефективність використання електронного апарата «Caltrac monitor» для визначення енергетичних витрат м'язової діяльності (на прикладі ходьби в гірських умовах).

Ключові слова: гірський туризм, екскурсія, енергетичні витрати.

Annotation. Effectiveness of using electronic apparatus "Caltrac monitor" for determination of energetic cost of muscular activity (example: jorging in mountain conditions) has been estimated.

Key words: mountain tourism, excursion, power charges

15. **Мосевич С.** Екстрим-марафон у польських Бескидах / Сергій Мосевич // Карпати. Туризм. Відпочинок. – 2008. – № 4. – С. 45–47.

Анотація. Описано проведення витривалого нон-стоп марафону, який тривав п'ять днів без сну та відпочинку.

Ключові слова: гірський туризм, марафон, витривалість.

Аннотація. Описано проведение выносливого нон-стоп марафона, который длился пять дней без сна и отдыха.

Ключевые слова: горный туризм, марафон, выносливость.

Annotation. Realization is described hardy нон-стоп of marathon which lasted five days without sleep and rest.

Key words: mountain tourism, marathon, endurance.

16. **Наумов А. Ф.** Горы Сванетии (Центральный Кавказ) / Наумов А. Ф. – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 240 с.

Аннотація. В книзі описані траси альпіністських сходжень на вершини центральної частини Головного Кавказського хребта і його южних отрогів з юга Грузії. Освітлюються шляхи підходів, підйому (траверса) і спуску, час проходження маршрута, найбільш складні ділянки тощо.

Ключевые слова: туризм, гори, восхождение.

Анотація. У книзі описані траси альпіністських сходжень на вершини центральної частини Головного Кавказського хребта і його південних відрогів з півдня Грузії. Описані шляхи підходів, підйому (траверси) і спуску, час проходження маршруту, найбільш складні ділянки тощо.

Ключові слова: туризм, гори, сходження.

Annotation. In a book the routes of alpinist ascents are described on the tops of central part of the Main Caucasian backbone and his south off spurs from a south from Georgia. Light up the ways of approaches, getting (traverse) up and lowering, time-of-flight of route, most difficult areas.

Key words: tourism, mountains, ascent..

17. **Овчар Д.** З висоти Високих Татр [маршрут Польськими Татрами] / Денис Овчар // Карпати. Туризм. Відпочинок. – 2007. – № 9. – С. 71–77.

Анотація. Описаний похід польськими Татрами, де поєднується інфраструктура та висоти.

Ключові слова: туризм, похід, Татри, Закопане, інфраструктура.

Аннотація. Описан поход польськими Татрами, где совмещается инфраструктура и высота.

Ключевые слова: туризм, поход, Татры, Закопане, инфраструктура.

Annotation. Polish Tatras is described a hike, where an infrastructure and heights is combined.

Key words: tourism, hike, Tatras, Zakopane, infrastructure.

18. **Приэльбрусье,** Лекзыр Адырсу / сост. Гранильщикова Ю. В. – Москва : Физкультура и спорт, 1982. – 191 с. – (По родным просторам).

Аннотація. В книзі описані спортивні маршрути 1–5-ї категорій складності по самій популярній частині Центрального Кавказу, розташованій

на території Кабардино-Балкарії, Карачаєво-Черкесії і Грузії. Приводяться сведения о путях движения через перевалы, необходимом снаряжении, мерах безопасности и встречающихся достопримечательностях.

Ключевые слова: туризм, спортивные маршруты, пути передвижения.

Анотація. У книзі описані спортивні маршрути 1-5 категорій складності по найпопулярнішій частині Центрального Кавказу, розташовані на території Кабардино-Балкарії, Карачаєво-Черкесії і Грузії. Наводяться відомості про шляхи руху через перевали, необхідне спорядження, заходи безпеки.

Ключові слова: туризм, спортивні маршрути, дороги пересування.

Annotation. In a book sporting routes are described by 1-5th categories of complication on biggest-selling part of Central Caucasus, Kabardino-Balkarii located on territory, Karachaevo-Cherkesii and Georgia. Led taking about the ways of motion through mountain passes, necessary equipment, safety measures and meetings sights.

Key words: tourism, sporting routes, ways of movement.

19. **Пустовойт В.** Блакитне намисто Архизу [маршрут по гірському масиву Західного Кавказу] / Пустовойт В. // Основи здоров'я та фізична культура. – 2007. – № 11. – С. 20–21.

Анотація. Описано спортивний похід II категорії складності по Західному Кавказу, а саме по гірському масиву Архизу.

Ключові слова: туристичний похід, гори Кавказу.

Аннотация. Описан спортивный поход II категории сложности по Западному Кавказу, а именно по горному массиву Архизу.

Ключевые слова: туристический поход, горы Кавказа.

Annotation. A sporting hike is described ²² categories of complication on Western Caucasus, namely on the mountain range of Arkhiz.

Key words: walking tour, mountains of Caucasus.

20. **Риштун А.** Бескидом по коліна в снігу [похід на гору Явірник] / Андрій Риштун // Карпати. Туризм. Відпочинок. – 2007. – № 12. – С. 9–13.

Анотація. Описано похід на гору Явірник.

Ключові слова: туризм, похід, гори.

Аннотация. Описан поход на гору Явирник.

Ключевые слова: туризм, поход, горы.

Annotation. A hike is described on the mountain of Yavirnik.

Key words: tourism, hike, mountains.

21. **Bartusiak I.** Edukacyjne aspekty uprawiania przez mlodzi turystyki gorskiej / Irena Bartusiak, Agata Nowak, Anna Romanowska-Tolloczko // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. / за ред С. С. Єрмакова. – Харків, 2009. – № 9. – С. 164–169.

Анотація. Метою опитувань є спроба визначення ролі школи у формуванні інтересів молоді до занять гірським туризмом на основі думки учнів Вроцлавських середніх шкіл. В опитуванні знайшли відображення наступні питання. Які позиції найчастіше ставлять учні середніх шкіл перед гірським

туризмом? Чи є школа середовищем, що готує молодь до занять гірським туризмом? Які освітні аспекти несе практика гірського туризму в Гігантських горах? Дослідження показало, що майже половина (42%) досліджуваної молоді протягом останнього року не була в Гігантських горах і інших віддалених на 150 км. від місця перебування учнів горах. На думку респондентів, школа не надає достатнього знання на тему Гігантських гір і не заохочує відвідування їх через організацію екскурсій і подорожей. Це означає, що школа, відповідно, не готує учнів до практики гірського туризму.

Ключові слова: гірський туризм, вільний час, рекреація, освіта, молодь.

Аннотація. Целью анкетирования была попытка определить роль школы в формировании интересов молодежи к занятиям горным туризмом на основе мнения учеников средних школ города Вроцлава. В анкетировании нашли отражение следующие вопросы. Какие позиции чаще всего ставят ученики средних школ перед горным туризмом? Является ли школа средой, готовящей молодежь к занятиям горным туризмом? Какие образовательные аспекты несет практика горного туризма в Гигантских горах? Исследование показало, что почти половина (42%) исследуемой молодежи на протяжении последнего года не была в Гигантских горах и других отдаленных на 150 км. от места обитания учеников горах. По мнению респондентов, школа не передает достаточного знания на тему Гигантских гор и не поощряет посещение их через организацию экскурсий и путешествий. Это означает, что школа, соответственно, не готовит учеников к практике горного туризма.

Ключевые слова: горный туризм, свободное время, рекреация, образование, молодежь.

Annotation. The aim of the conducted research is to try to define a role of school in shaping mountain tourism interests among youth, according to opinions of Wroclaw secondary schools' pupils. There has been an answer searched for the following questions. What attitudes concerning mountain tourism pupils of Wroclaw secondary schools usually have? Is school a good environment for preparing youth for practicing mountain tourism? What educational aspects does practicing mountain tourism in Giant Mountains carry? The research has proven that almost half of examined students (42%) from secondary schools has not been to Giant Mountains for the last year, only ca. 150 km distant from their living place. According to respondents' opinion, schools do not pass enough knowledge concerning Giant Mountains and does not encourage visiting them, by organizing school trips and field trips, for example. It means school does not appropriately prepare pupils for practicing mountain tourism.

Key words: mountain tourism, free time, leisure, education, youth.

ІМЕННИЙ ПОКАЖЧИК

Андрусяк	1
Анохин Г. И.	2
Бекембетова Р. А.	9
Борек З.	14
Гончаренко К.	4
Гранильщикова Ю. В.	18
Директор Л. Б.	3
Заник В.	5
Кириченко В.	6
Кирчів А.	7
Короп М.	8
Кутергина Н. В.	9
Любенко Ю.	10
Макогонова Т. А.	9
Максимов Л. А.	11
Маркін І.	12
Медведева К.	13
Минарский В.	14
Мосевич С.	15
Наумов А. Ф.	16
Овчар Д.	17
Пирогів А.	8
Пустовойт В.	19
Риштун А.	20
Сипачев Г.	11
Фоменко О. Ф.	11
Bartusiak I.	21
Nowak A.	21
Romanowska-Tolloczko A.	21

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

ГІРСЬКИЙ ТУРИЗМ
Анотований
бібліографічний покажчик
трьома мовами

Укладач – Ірина Свістельник