

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кафедра спортивного туризму

**Кухтій А.О.**

СОЦІАЛЬНЕ ЗНАЧЕННЯ МАСОВОГО РОЗВИТКУ ТУРИЗМУ

Лекція з навчальної дисципліни

**СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧИЙ ТУРИЗМ**

**Для студентів спеціальності 242 Туризм**

“ЗАТВЕРДЖЕНО”

на засіданні кафедри

спортивного туризму

„4” вересня 2018 р. протокол № 1

Зав.кафедри \_\_\_\_\_ Кухтій А.О

# СОЦІАЛЬНЕ ЗНАЧЕННЯ МАСОВОГО РОЗВИТКУ ТУРИЗМУ

## План

1. Туризм – важливий засіб зміцнення здоров'я і гармонійного розвитку.
2. Роль туризму у вихованні молоді.
3. Туризм – важлива галузь в розвитку національної економіки.
4. Туризм і екологія.

### **1. Туризм – важливий засіб зміцнення здоров'я і гармонійного розвитку.**

*Туризм* є одним із важливих засобів гармонійного розвитку, зміцнення здоров'я, залучення широких мас населення до занять фізичною культурою.

*Туризм* - це різносторонній виховний засіб для розвитку духовних і фізичних сил, формування характеру й оволодіння життєво необхідними навичками та вміннями.

Під час подорожей туристи знайомляться з природними багатствами, історичними й архітектурними пам'ятками, визначними місцями, творами мистецтва й народною творчістю.

В умовах походу доводиться переборювати природні труднощі та перешкоди, з якими неминуче пов'язана будь-яка подорож - по рівнині чи в горах, здійснювана пішки чи на лижах, на човні чи велосипеді. Успішне подолання цих труднощів неможливе без згуртованості й дружби учасників походу.

Туризм є одним із засобів всебічного розвитку й виховання, тому що під час подорожей туристи вивчають природні особливості місцевості й ресурси корисних копалин, збирають колекції для краєзнавчих музеїв. Туризм сприяє естетичному вихованню, розвиває почуття прекрасного.

Туристські подорожі доступні для різних верств населення і є складовою частиною системи фізичного виховання. Під час подорожей учасники загартовують свій організм, розвивають силу, спритність, витривалість, набувають навичок похідного життя, необхідних в практичній діяльності й побуті.

Регулярні заняття різними видами фізичної культури, спорту, туризму позитивно впливають на основні фізіологічні показники, про що свідчать такі показники:

Фізіологічні показники:	Макс. ЧСС пошт. на хв.	Систолічний об'єм крові, мл	Хвилинний об'єм крові	Об'єм леген. вент.	Макс. потреба кисню, л/хв.
Група:					
Нетреновані туристи	160-180	110-130	20	50-70	2,5-3
Треновані туристи	200	150-200	35-40	100-150	5-6

Показники цієї таблиці переконливо свідчать, що зниження фізичних навантажень, фізична інертність, малорухомий спосіб життя, створюють передумови для порушення обміну речовин, розвитку повноти, атеросклерозу та інших хвороб. Це в свою чергу прискорює природній процес виснаження організму, призводить до передчасного старіння і розвитку необернених процесів.

Кровоживлення серця під впливом тренування поліпшується за рахунок утворення допоміжних розгалужень кровоносних судин, більш густої сітки капілярів. Частота пульсу являє собою важливий показник стану серцево-судинної системи. У тренованих туристів ЧСС у спокої становить 50-60 поштовхів на хв. замість 70-80 поштовхів на хв.

Важливим показником функції дихальної системи є легенева вентиляція, у нетренованих дорослих вона становить 6000-8000 см тобто 6-8 літрів, у тренованих туристів 150-190 л на хв.

Наведене переконує, що постійні тренування та турпоходи оздоровлюють організм, підвищують його функціональні можливості і працездатність, забезпечують оптимальний розвиток і формування організму, уповільнюють старіння.

На туристському маршруті в роботу утягуються всі основні групи м'язів кінцівок і тулубу. Винятково благодійно впливає туризм на серцево-судинну, дихальну і нервову системи. Тривале перебування в умовах походу сприяє загартовуванню організму, підвищує його опірність зовнішнім впливам, різноманітним захворюванням.

При русі по пересіченій місцевості працюють м'язи рук, ніг, тулуба, високі вимоги ставляться до діяльності органів кровообігу і дихання. Лише правильно організоване передпохідне тренування зробить подорож святом.

**Оздоровчий аспект туризму полягає в позитивному впливі на організм людини факторів природи в сполученні з загально-зміцнюючою м'язовою діяльністю.**

Інтенсивність м'язової діяльності визначається станом здоров'я й фізичної підготовки учасника походу, що зумовлює вибір засобу пересування, темп, тривалість подорожі тощо.

Для оздоровлення застосовують найбільш поширені прикладні види активного туризму - пішохідні, на лижах, водні, велосипедні походи й мандрівки, прогулянки й екскурсії, причому на учасників, як правило, припадає загальне (від помірного до значного) фізичне навантаження.

Це зміцнює й тренує організм людини. Досягається значний оздоровчий ефект:

- розвиваються та зміцнюються серцево-судинна й дихальна системи,
- поліпшується травний процес,
- підвищується обмін речовин,
- зміцнюється опорно-руховий апарат.

Регламентоване пересування пішки, на лижах, на веслових і парусних суднах, на велосипедах у різних погодних умовах, рельєфі місцевості, подолання перешкод, перенесення вантажу - **розвивають силу, витривалість, спритність, швидкість реакції тощо.**

Регулярні заняття різноманітними видами спорту, туризму значно покращують всі показники морфофункціональні, психофізіологічні та інші головні показники міцного здоров'я і гармонійного розвитку людини. Тож здоров'я повинно стати для різних вікових груп населення і особливо для підростаючого покоління одним з найважливіших завдань серед багатьох цінностей сучасної людини.

Оздоровчо-спортивний туризм є ефективним засобом фізичного оздоровлення людини, виховання цивілізованого ставлення до природного середовища та культурно-історичної спадщини. Поєднуючи в собі найбільш ефективні оздоровчі види рекреаційної діяльності, це найдешевший та найдоступніший вид туризму для всіх категорій населення.

Оздоровчо-спортивний туризм - найбільш багатогранна форма активного відпочинку людини, запорука її гармонійного розвитку.

## **2. Роль туризму у вихованні молоді**

В комплексному підході до вирішення завдань виховання молоді важливе місце належить фізичній культурі, спорту і туризму як масовому та діючому засобу патріотичного, морального, трудового та естетичного виховання.

Систематичні заняття спортом і туризмом допомагають формувати у нашої молоді такі цінні якості як патріотизм, відчуття колективізму, мужність, наполегливість, вміння долати труднощі. Туризм відволікає молодь від різних шкідливих впливів та звичок. Статистика вказує на прямий зв'язок між розвитком масового спорту та туризму і зменшенням різного роду правопорушень.

Визначальними рисами спорту та туризму є їх привабливість. В результаті кримінологічних досліджень, проведених різними вченими, з'ясовано, що неповнолітні правопорушники особливо високо цінують в людях сміливість, хоробрість, завзятість, мужність, рішучість, силу волі, твердість характеру, тобто такі якості, які виявляють активність особистості та сприяють її самоствердженню. Таким чином, туризм сприяє вихованню таких якостей, які більш за все імпонують підліткам.

Відомо, що учні проводять поза стінами школи до 150 днів на рік, а в період навчання поза заняттями класними та домашніми - 5-6 годин на день. Для багатьох з них двір, під'їзд, вулиця є місцем емоційного контакту з однолітками, ареною прояву своєї самостійності, можливості заявити про себе як про особистість.

Для того, щоб зменшити негативний вплив вулиці, слід більше уваги приділяти проведенню масових змагань, зльотів, конкурсів тощо. Це, з часом, обов'язково дасть свій позитивний результат.

Виховні, освітні, оздоровчі та спортивні завдання в туризмі відносяться до категорії загальних завдань, тобто їх вирішення здійснюється в тісній єдності та не залежить від віку та ступеня спеціальної фізичної підготовленості тих, що беруть в них участь. Наприклад, під час походу виховні завдання вирішуються безпосередньо впливом на кожного учасника з боку колективу, тобто відбувається формування відчуття колективізму, підпорядкування власних інтересів суспільним; крім того, тривалість походу, поступове підвищення фізичних навантажень виховують витривалість та вольові якості людини.

Водночас з виховними завданнями в поході вирішуються і освітні. Мається на увазі закріплення знань з краєзнавства, природознавства, топографії, отриманих до походу, тобто в даному випадку теорія

підкріплюється практикою. В похідних умовах також удосконалюється знання з методики формування рухових вмінь та навичок.

### **3. Туризм – важлива галузь в розвитку національної економіки**

Сучасна індустрія туризму є однією з найбільш прибуткових і динамічних галузей світового господарства. Частка туризму становить близько 10% світового валового національного продукту, 7% світових інвестицій, 11% споживчих витрат, 5% всіх податкових надходжень.

Туризм - це галузь економіки, що прямо або опосередковано взаємодіє з більшістю інших галузей, в тому числі промисловістю, сільським господарством, охоплює санаторно-курортну та оздоровчу діяльність, сферу відпочинку, розваг, спорту тощо.

Таким чином, вимір і оцінка наслідків туристської діяльності мають велике значення для врахування при розробці стратегії і тактики економічного розвитку України в цілому, кожного окремого регіону. а також практично усіх галузей економіки, тобто є однією із складових макроекономічної політики країни.

***Можна виділити декілька показників, на які розвиток туризму має позитивний вплив:***

- державні доходи (податки та збори від суб'єктів підприємницької діяльності, що мають пряме або непряме **відношення** до організації **туризму**);
- комерційні доходи (безпосередні доходи та прибутки вищезгаданих суб'єктів підприємницької діяльності);
- індивідуальні доходи (доходи власників приватних суб'єктів підприємницької діяльності);
- зайнятість населення;
- надходження в країну іноземної валюти.

Крім того, туризм стимулює розвиток більшості галузей національної економіки: промисловості, будівництва, транспорту, фінансової діяльності, страхування, торгівлі, громадського харчування, надання побутових послуг, культури, мистецтва, спорту тощо.

***За розрахунками Держкомтуризму питома вага доходів від обслуговування туристів складає у загальному обсязі доходів:***

- туристсько-екскурсійні послуги - 100%;

- санаторно-курортні та оздоровчі послуги - 90%;
- пасажирські перевезення на транспорті - 80-90%;
- виробництво сувенірів - 80-90%;
- готельне господарство - 60-70%;
- виробництво товарів спортивного та туристського призначення – 30-40%;
- послуги з видачі віз та консульських дій-60-70%;
- послуги фотоательє - 40-50%;
- зв'язок - 30-40%;
- громадське харчування - 30-40%;
- послуги пунктів прокату - 30-40%.

#### **4. Туризм і екологія**

Чиста вода річок, озер, морів, лісове повітря - мають велике соціальне і економічне значення.

Всі продукти, які споживає людина, створюються шляхом використання ресурсів природи - повітря, води, рослин, корисних копалин, тварин. Тому дуже важливо розумне використання природи, постійне піклування про її охорону.

*Охорона ґрунтів.* Велику небезпеку викликає ерозія ґрунту, яка руйнує верхній, родючий її шар, а внаслідок неправильного застосування отрутохімікатів виникає проблема якості рослин, які використовуються як продукти харчування людей і тварин.

*Водні ресурси.* Промисловість - головний споживач води, а також головний її забруднювач за рахунок скидання недостатньо очищених вод та порушення біологічного режиму водойм із-за різкого зменшення кисню, що приводить до цвітіння води.

*Повітря.* Дим, шкідливі гази та інші забруднення атмосферного повітря викликають важкі захворювання. Ефективними засобами боротьби з цим явищем є озеленення населених міст і селищ обводнення та запровадження нових природозберігаючих технологій виробництва.

Не менш важливе значення як надійний засіб нейтралізації шкідливих промислових викидів в атмосферу і виробник кисню *займає ліс* - важливий природний регулятор водного балансу й клімату.

*Корисні копалини.* Охорона земних надр, в першу чергу, полягає в ощадливому добуванні корисних копалин.

*Особливою турботою має стати охорона унікальних мальовничих ландшафтних ділянок місцевості, заповідників, карстових печер, водоспадів, ботанічних садів, дендраріїв, природних парків тощо.*

Охорона природи туристами, це перш за все, дотримання правил та норм поведінки під час подорожі.

За останні роки екологічний туризм набуває більш широкого розповсюдження. Тому виникає необхідність в підвищенні ролі виховання екологічної культури серед населення засобами туризму та екскурсій.

#### **Рекомендована література:**

1. Дехтяр В.Д. Основи оздоровчо-спортивного туризму: Навчальний посібник. – К.: Наук. світ, 2003. – 203с.
2. З історії вітчизняного туризму. Збірник наукових статей. К., 1997.
3. Крачило М.П., Науменко Г.П., Попович С.І. Розвиток туризму в Україні. Збірник наукових статей. К., 1995.
4. Український туристичний каталог. К.: "К.У.С.", 1997.
5. Украина туристическая. Фотопутеводитель. К.: Мистецтво, 1986.