

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

**Кафедра спортивного туризму**

**Тимошенко Л. О.**

**ЛЕКЦІЯ № 13**

**. Загальна характеристика водного туризму та особливостей його  
організації**

з навчальної дисципліни

**„Спортивно-туристичні подорожі”**

для студентів спеціальності 242 „Туризм”

**Змістовий модуль 13. Загальна характеристика водного туризму та  
особливостей його організації. (4 годин)**

Лекція – 2 години

Семінарське заняття – 2 години

**Лекція 21: Загальна характеристика водного туризму та  
особливостей його організації.**

**План.**

- 1. Водний туризм та особливості його організації.**
- 2. Рух по маршруту: загальна характеристика. Орієнтування у водній подорожі.**
- 3. Можливості України з розвитку водного туризму.**

**1. Водний туризм та особливості його організації.**

Водний туризм (подорож) вимагає від учасників, перш за все, гарного знання свого судна, вміння управляти ним. Керівник повинен мати досвід

керівництва водним туризмом того ж різновиду (пліт, катамаран або гребні судна).

Водні походи можна здійснювати на шлюпках, прогулянкових човнах, розбірних байдарках, плотах, катамаранах. Найбільш прийнятні для подорожей розбірні байдарки і катамарани. Вони достатньо стійкі, мають добру місткість та задовільні ходові якості, невелику вагу, легко перевозяться на транспорті, зручні для плавання по річках різної складності, прості в ремонті.

Найбезпечніші - морські шлюпки, однак ходити на них можна тільки по великих водоймах, судноплавних ріках. Для походу по невеликих річках придатні прогулянкові човни; правда, безпечні вони тільки коли не перевантажені, а їх команда достатньо дисциплінована

***Маршрут та графік руху.*** Треба не забувати, що не всяка річка придатна для водного туризму (подорожі): дрібні - бувають мілинами, камінням, заростями, завалами, низькими мостами, греблями, а на повноводних - моторні човни, річкові судна ускладнюють турпоходи по воді.

Для водних походів із добре підготовленими групами придатні річки з нахилом до 3-3,5 м на кілометр. Не рекомендується плавати по річках, нахил яких перевищує 1,5 м на кілометр, якщо в групі є новачки.

Коли річка вибрана, складають по карті її подовжній профіль.

При плаванні проти течії можна легко йти на веслах при нахилі до 0,6 м на кілометр. При нахилі до 1-1,2 м рух можливий лише на плесах, а на перекатах та порогах роблять проводку, йдуть на мотузці або на жердинах.

Треба пам'ятати, що небезпечні для плавання ті ріки, які не мають заплавлених берегів, з крутими схилами.

Для байдарки-двійки потрібна глибина води не менше 20 см, для човнів - навіть менше, для плоту з вантажем - до 50 см, катамарану 30-35 см.

При розробці маршруту треба встановити якомога точніше ті перешкоди, які можуть зустрітись на річці, та нанести їх на карту.

Перешкоди ускладнюють та затримують рух групи, це треба враховувати при розрахунку похідного часу.

Дуже важливо при виборі маршруту з'ясувати шляхи під'їзду до води, відстань від станції залізниці (автобусної зупинки) до місця збору катамаранів, а по закінченні походу - відстань від річки до станції.

Весь маршрут по річці розбивають на добові переходи. Для цього потрібно, перш за все, встановити приблизну середню швидкість руху, яка складає на рівнинних та болотистих річках по течії від 3 до 6 км/год, проти течії - від 2 до 4-х км/год.

При складанні добових переходів, крім швидкості руху, необхідно враховувати складність окремих ділянок маршруту з тим, щоб кожна з них була майже тотожною. Днювання доцільно планувати при поході до найбільш складної ділянки шляху.

**Підготовка водної подорожі** відбувається так само, як і пішої, але потребує більше часу. Треба підготувати похідне спорядження, провести профілактичний ремонт суден. Навіть якщо водні походи здійснюються щорічно, все одно в групі виявляться новачки, тому підготовку починають із вивчення устрою байдарки чи катамаранів. Учасники походу повинні знати назву та призначення усіх частин судна, вміти правильно та швидко зібрати та розібрати його. Тільки після цього призначаються екіпажі на кожне судно. У склад екіпажу треба включати туриста, що вже раніше був у поході на байдарках чи катамаранах, та новачка. Якщо всі учасники йдуть у подорож вперше, капітаном судна призначається найсильніший турист. Капітан відповідає за судно, йому підпорядковуються інші члени екіпажу. Як правило, капітаном призначають туриста, який вже має досвід водної подорожі у якості заступника капітана. Особливо велика відповідальність лягає на капітанів 8-10 місних катамаранів, де саме від них залежить ефективність роботи усієї команди.

Ремонтний майстер групи, крім набору для пішого походу, повинен мати: набір цвяхів та шурупів різної величини, 2-3 викрутки, плоскогубці,

ізоляційну стрічку, запасне весло, дюралеві кутки та планки з просвердленими отворами, напилки, шкурку, гумовий клей, тонку гуму для латок, соски, запасні насоси, запасні балони, ножиці та інші інструменти.

**Спорядження та одяг туриста-водника** можуть бути більш різноманітним, ніж у пішому поході. Водник може взяти надувний матрац, палатку для продуктів, ватну куртку, гумові чоботи замість туристичних черевиків, кеди або тапочки. Для греблі можуть знадобитись легкі або старі рукавички. Незамінна поліетиленова плівка, що захищає від вологи як самих туристів, так і речі, нею закривається вся байдарка, вкочуються всі речі на катамарані, навіть якщо здається, що вони знаходяться далеко від води.

Продукти та речі, що бояться води (цукор, сіль, крупи, одяг, намети, спальні мішки), слід герметично упакувати. Водонепроникні мішки можна склеїти за формою кормового або носового відсіків.

Продукти, попередньо упаковані в легкі поліетиленові пакети або матер'яні мішечки, доцільно поміщати у бортові мішки. У кормовий відсік краще укладати важчі вантажі, що не бояться води, а в носовий відсік - легші. Необхідно, щоб спущена на воду байдарка мала диферент (нахил) на корму, а обидва борти були завантажені однаково. На катамаранах всі предмети, які знаходяться на борту, необхідно герметизувати та прив'язати мотузкою. Особисті речі (рюкзаки) прив'язують до балонів, утворюючи місця для сидіння екіпажу (рис 6.1.). Аналогічно до байдарок в кормову частину поміщають важчі речі-залізні предмети, ємності з їжею, мішки, в'язки дров. В носовій частині, як правило, знаходяться, намети, запасні весла, спальні мішки. Речі на катамарані розміщують так, щоб навантаження правого і лівого балонів було однаковим.

## **2. Рух по маршруту: загальна характеристика.**

**Рух по маршруту.** По рівнинних річках судно ведеться у головному потоці, на малих швидких річках плвуть від мису до мису; на прямолінійних

ділянках плесів - у головному потоці, а на підходах до перешкод та при їх подоланні - поза ним.

На мілких місцях частина команди зістрибує у воду, тримаючись за краї плоту. На великих порогах вантаж знімають, всі сходять із плоту та пускають його на довгій мотузці.

Проти течії судно ведуть ближче до опуклих берегів; для проходження перешкод використовують проводку, обніс або волок. Проводять човен вздовж берега, де найменша глибина, не перетинаючи головного потоку.

Навантаження байдарки чи катамарану проводиться на мілкому місці, біля низького берега. При цьому один турист завантажує судно, а другий, стоячи на березі, подає йому речі. Починати завантаження речей на катамаран дозволяється лише тоді, коли катамаран знаходиться на міліні і не торкається балонами дна чи каміння. Завантаження катамарану на суші може привести до пошкодження балонів.

Сідають у судно, коли воно знаходиться на плаву; рятувальні засоби надуті й закріплені. Першим сідає в байдарку кормовий весляр (капітан). Стоячи поряд із байдаркою, він спирається руками на фальшборт, одночасно утримуючи весло, потім переносить ногу у кокпіт та сідає. Носовий весляр сідає у байдарку лише після того, як кормовий вже повністю готовий до відчалення від берега. Висадка проводиться так само, як і посадка, але у зворотному порядку. Висаджуватися із байдарки у воду та сідати в неї з води слід на глибині не більше 40 см. На великій глибині судно може перекинутися.

При виході на берег капітан повинен переконатися у міцному причалюванні байдарки.

На відміну від байдарки у *катамаран* сідають попарно спочатку носові гребці, а потім поступово туристи, які сидять за ними, і так далі. Останніми сідають капітан та помічника капітана, які на протязі всього часу утримують катамаран від руху. Якщо попарний спосіб посадки неможливий через високий берег чи велику глибину, катамаран утримують одним балоном

(правим) до берега. Поки туристи з правого балону тримають катамаран, забезпечуючи його стійкість, інші по жердинах переходять на лівий балон з веслами в руках і займають свої місця. Після цього капітан і перший учасник утримують катамаран, очікуючи посадки групи правого балону, і сідають самі після них.

**Темп веслування** встановлює передній весляр (веслярі на катамарані), а керує байдаркою капітан (та його помічник). Руки при веслуванні повинні бути сухими, інакше мозолі на долонях неминучі. Найкраще одягати рукавички. Під час руху членам екіпажу не можна вставати, при швидкій течії різко гальмувати, підходити впритул до іншої байдарки.

Байдарки повинні рухатись так, щоб капітан кожної з них міг бачити та чути керівника походу, якого він у випадку вимушеної зупинки попереджує про це.

*На спокійній воді* байдарки можуть йти "зграйкою", в межах видимості, зближаючись не більше, ніж на один-два корпуси. Таке шикування не перешкоджає веслуванню, забезпечує безпечний рух та чітке управління групою.

*На мілкому місці* (дрібні брижі, безладна хвиля) треба бути уважним: дно може виявитися покритим дрібним гострим камінням, небезпечним для оболонки байдарки. Керівник дає команду: "Вишикуватися у кільватерну колону!" Судна вишикуються в одну лінію з дистанцією в один-два корпуси, попереду керівник, інші йдуть по його "сліду". Потрапляючи на мілину капітан катамарану дає команду і учасники сходять з катамарану, розвантажуючи його. При потребі можна його пронести кілька метрів або транспортувати за допомогою мотузки. Повернувшись у глибокий потік, учасники знову сідають на катамаран.

*На крутому повороті* річки вода, ударяючись в стрімкий берег, створює вирви та наніс піску біля протилежного берега. Якщо ж за одним поворотом йде інший, але в протилежний бік, утворюється пережат. Проміжок між двома мілинами - єдиний прохід для суден, так зване "корито".

Найбільш мілке місце "корита" - гребінь перекату, за яким, як правило, починається глибина. Лінію руху на перекаті керівник вибирає по темнішому кольору води (найглибше місце) між мілинами.

*При розділі річки на декілька рукавів* утворюються невеликі острівки. Йти рекомендується по найбільш багатоводному рукаву, з сильною течією, точно по сліду тих, що йдуть попереду, уважно вдивляючись у воду та обходячи можливе каміння. Відставання у водній подорожі, як і у пішій, неприпустиме. Замикаючим у колоні повинен бути заступник керівника групи. В його байдарці знаходиться і ремонтний набір.

*Поромну переправу* треба проходити під тросом біля найвищого берега. Ні в якому разі не можна хапатися за трос, тому що течія почне розвертати байдарку чи катамаран і може їх перекинути.

*Понтонні мости.* Не доходячи до мосту, причалюють до берега, керівник оглядає міст, вибирає місце проходу та залишає там сигнальника. На судна сідають тільки капітани та їх заступники, інші веслярі обходять міст пішки. Вони відходять на байдарках до 100 м від мосту та на швидкості відправляють судно в прохід. Рухаючись між понтонами, весляр кладе весла вздовж борту, пригинається, а судно йде за течією. За мостом знову причалюють до берега, саджають інших веслярів та рухаються далі.

Байдарники повинні пам'ятати, що для управління судном потрібна швидкість. Тому перед перешкодою треба сильно гребти, щоб байдарка йшла швидше та краще піддавалась управлінню. Особливо це треба враховувати при проходженні порогів, які, перш, ніж їх подолати, уважно оглядають з берега. Судовий хід йде там, де струмені води сходяться, утворюючи правильний трикутник, звернений вершиною вниз. Через дуже складні пороги судна проводять страхувальною мотузкою з берега.

Проходячи під мостом на палях, треба попередньо оглянути його, інакше можна наскочити на старі палі та проколоти оболонку байдарки. На судноплавних річках під мостом проходять у визначеному ромбом або квадратом місці.

Турист-водник повинен вміти читати *умовні позначки*, встановлені на річках, та орієнтуватись у судноплавній обстановці, знати елементарні правила плавання по внутрішніх водних шляхах. Повинен він також знати, що не можна близько підходити до пароплавів, барж, інших транспортних засобів, що рухаються; взагалі на судноплавних річках треба йти ближче до берега, не захаращуючи головний фарватер ріки. Перший, хто помітив судно, що наближається, повинен негайно повідомити про це керівника та повернута байдарку перпендикулярно до хвилі. Велику небезпеку для байдарок представляють моторні човни, яких дуже багато у міській смузі та біля великих населених пунктів.

У водному поході, як і у пішому, зупинитись на нічліг треба заздалегідь, щоб до темряви встигнути розбити табір та приготувати вечерю.

При зупинці на нічліг судна розвантажують, виносять на берег та перевертають декою вниз (балонами нагору у катамаранів), щоб роса та дощі не намочили її та внутрішню частину судна. Під час днювань та при пізньому виході байдарки ставлять декою вверх, щоб вона просохла та не розклеїлась оболонка. Під час привалу залишати байдарки та катамарани без нагляду не можна.

***Орієнтування у водній подорожі*** залежить від маршруту подорожі по річках, озеру, водосховищу, морю.

Під час водної подорожі, щоб визначити основне річище, треба пильно стежити за берегами, швидкістю течії та основним водним потоком, який з найбільшою швидкістю рухається по лінії найбільших глибин - стрижню. При русі вниз по течії доцільно триматися стрижня, а якщо група рухається на суднах проти течії, то шлях визначають по мілководдях, в стороні від стрижня.

Для визначення своєї точки знаходження та пройденої відстані, постійно звіряють по карті місцезнаходження (бажано, щоб вона була великого масштабу).



Якщо берегові орієнтири спостерігати неможливо, то необхідно періодично виходити на берег для орієнтування.

Засоби особистої безпеки коленого учасника. Це рятувальний жилет або рятувальний пояс пробковий або з пінопласту. Якщо подорож здійснюють по гірській річці з кам'янистим річищем і скельовими берегами, то необхідна каска-шолом (мотоциклетного типу), що захищає голову від ударів об камені.

Дотримання найсуворішої дисципліни на воді необхідно всіма без винятку учасниками. Профілактичний огляд стану плавзасобів та ремонтного спорядження проводиться щоденно.

### **3. Можливості України з розвитку водного туризму.**

Україна має досить густу річкову систему та значну кількість річок, придатних для проведення водних туристських походів як на розбірних, так і на надувних плавзасобах різних класів. Річок з довжиною понад 100 км в Україні 123, а великих рік (довжина понад 500 км) – 14. Через різноманітність ландшафтів, ріки різних регіонів України сильно відрізняються між собою за похилом русла, характером течії, наявністю та складністю перешкод, сезонним режимом тощо, що дозволяє поділити їх за туристсько-спортивною складністю на три групи – ріки низовин, ріки височин, ріки Карпатського регіону.

*До першої групи* належать річки Придніпровської та Поліської низовин і Полтавської рівнини. Це такі ріки як Дніпро з його правою притокою Прип'ять (яка, у свою чергу приймає праві притоки – Стир, Стохід та ін.) та лівими притоками – Десна з Сеймом й Остром, Сула, Псел, Ворскла, а також річки басейну Сіверського Донця. На цих річках можливе проведення водних походів до I категорії складності. Їх проходження доступне для туристів-початківців. Для більшості перерахованих річок рекомендується сплав на байдарках, хоча не виключається і сплав на надувних човнах і розбірних надувних катамаранах. Сезонність сплаву – з березня до листопада включно.

*Друга група – річки височин.* До них віднесено річки, що протікають у межах Волинської, Придніпровської, Подільської та Передкарпатської височин. Це праві притоки Прип'яті (Горинь, Случ, Тетерів, Уж), права притока Дніпра – р. Рось, річки басейну Південного Буга у т. ч. Бужок, Гірський та Гнилий Тікичі, Синюха, а також верхів'я річки Дністер та її ліві притоки – Збруч, Смотрич, Жванець, Іванчик та ін.

Річки цієї групи дають можливість проводити водні походи до II-III категорії складності. Найскладнішими тут є пороги Південного Бугу в його нижній частині, такі як Червоні Ворота (Нижній Мигійський) нижче с. Мигія та Гард біля м. Вознесенськ. Рекомендований період сплаву – з березня до листопада включно. Проходження маршрутів на цих річках дає туристам добру базову технічну та тактичну підготовку для подальшого зростання спортивної майстерності. На цих же річках можливе проведення навчально-тренувальних заходів і змагань. Так, на Південному Бузі щорічно проводяться змагання з техніки водного туризму на трасах біля с. Сокоlecь (траса II-III категорії складності), та на Мигійському порозі (траса III категорії складності).

Нарешті *до третьої групи* належать гірські річки Карпатського регіону. Це добре освоєні туристами річки басейну Дністра: Чорний Черемош, Черемош, Білий Черемош, Прут, Стрий, а також Тиса та її притоки в Закарпатті. До них останнім часом додано низку малих річок: притоків Черемошу, таких як Пробійна, Бистрець; притоки р.Стрий; верхів'я р. Прут. Це стало можливим у результаті розвитку порівняно нової техніки сплаву на каяках.

Річки Карпат можна долати на каяках, байдарках, катамаранах, плотах. У залежності від сезону та виду суден маршрути на карпатських річках класифікуються до IV категорії складності з елементами V категорії. Маршрути карпатськими річками можна рекомендувати тільки групам, що мають досвід походів не нижче III категорії складності порожистими річками. Проходження таких перешкод як Ямщицький пролом або поріг

Прикарпатський на Пруті можна рекомендувати лише туристам з досвідом участі у водних походах IV категорії складності.

### *Найпопулярніші категорійні водні маршрути України.*

#### Річки височин

##### *Басейн р. Дніпро*

р. Рось (II к. с.): м. Біла Церква – м. Богуслав – м. Корсунь-Шевченківський.

##### *Басейн р. Південний Буг*

р. П. Буг (II к. с.): смт Меджибіж – смт Тиврів; смт Гнівань – м. Гайворон.

рр. Гірський Тікич і Синюха (II к. с.): с. Бузівка – смт Буки – м. Первомайськ.

##### *Басейн р. Прип'ять*

р. Случ (II к. с.): смт Мирополь – смт Баранівка – с. Гульськ – м. Новоград Волинський – смт Городниця.

##### *Басейн р. Дністер*

р. Смотрич (II к. с.): смт Городок – м. Кам'янець-Подільський – м. Новодністровськ.

р. Стрий (II к. с. з елементами III к. с. у міжсезоння): м. Турка – м. Жидачів.

р. Збруч (II к. с.): м. Підволочиськ – м. Гусятин – м. Кам'янець-Подільський – м. Новодністровськ.

#### *Річки Карпатського регіону*

#### II категорія складності

рр. Чорна Тиса та Тиса: смт Ясиня – м. Рахів – смт Солотвино.

рр. Біла Тиса та Тиса: смт Богдан – м. Рахів – смт Солотвино.

рр. Черемош – Чорний Черемош і Прут: с. Красник – м. Вижниця – м. Чернівці.

рр. Білий Черемош, Черемош і Прут: гребля Маріен – с. Устеріки – м. Вижниця – м. Чернівці.

#### III категорія складності

рр. Чорний Черемош, Черемош і Прут: с. Буркут – с. Устеріки – м. Вижниця – м. Чернівці.

р. Прут: смт Ворохта – м. Яремче – м. Чернівці (з обносом порогу

Прикарпатського і далі до мосту у м. Яремче). IV категорія складності р. Прут: смт Ворохта – м. Яремче – м. Чернівці (ускладнений з елементами V к. с. без проходження водоспаду Пробій).

### **Запитання для самоконтролю та самоперевірки:**

1. Які плавзасоби використовуються у водному туризмі?
2. Вибір маршруту та графіку руху у водній подорожі.
3. Підготовка до водної подорожі – найважливіші питання, які вирішуються на цьому етапі.
4. Формування складу екіпажу, що вирушає у водний похід.
5. Спорядження та одяг туриста-водника.
6. Особливості упаковки речей та продуктів для походу.
7. Правила завантаження речей у байдарку.
8. Рух по маршруту. Темп веслування.
9. Поромні переправи. Понтонні мости.
10. Умовні позначки, встановлені на річках.
11. Правила зупинки на ночівлю у водних походах.
12. Орієнтування у водній подорожі.
13. Як можна визначити швидкість течії річки?
14. Засоби особистої безпеки кожного з учасників водних походів.
15. Дотримання найсуворішої дисципліни – необхідний чинник забезпечення безпеки.
16. Які, на вашу думку, найнебезпечніші фактори при водних переправах?

### **Рекомендована література:**

1. Аристова И.Д. Водный туризм. - М.: ФиС, 1974. - 208с.
2. Бейдик О. О. Рекреаційно-туристські ресурси України: методологія та методика аналізу, термінологія, районування. - К.: Київ, ун-т, 2001. - 395 с.
3. Григорьев В.Н. Водный туризм. М., 1990.

4. Дмитрук О.Ю., Щур Ю.В. Спортивно-оздоровчий туризм. Навч. Пос. – 2-е вид., перероб. та доп. – К.:Альтпресс, 2008. – 280с.
5. Калихман А.Д., Колчевников М.Ю. Спортивные походы на плотах. М.: ФиС, 1985.
6. Константинов Ю.С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: учеб. пособие / Ю.С. Константинов; Российская международная академия туризма; Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения. – М :Советский спорт, 2009. – 392 с.
7. Попиковский В.Ю. Организация и проведение туристических походов.- Москва: Профиздат, 1987. – 223 с.
8. Снаряжение туриста-водника (сост. Григорьев В.Н.). М., 1986.
9. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм. - М.: Советский спорт, 2002. - 96с.
10. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. – Л. : ЛДУФК, 2012. – Ч. 1. – 148 с.
11. Водний туризм : анот. бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 21 с. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/4795>
12. Тимошенко Л. Організаційно-методичні засади проходження водних маршрутів / Лідія Тимошенко, Віктор Пижов // Мотивація людини до здорового способу життя : матеріали Всеукр. X наук.-практ. конф. – Львів, 2015. – С. 77 – 79.
13. Блистів Т.В. Передумови та напрями розвитку водного туризму в Карпатському регіоні / Блистів Т.В., Скабара Р.М., Тимошенко Л.О. // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія №15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт. Збірник наукових праць. – К.: Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2011. – Випуск 13. - С.39-42.