

вимагає підвищеної уваги до заходів безпеки. Більшість заходів з активного туризму проводиться на заході України. Також спостерігається зменшення фінансування туристсько-спортивних заходів, а отже, й зменшення їх щорічної кількості.

Подолання зазначених проблем при допомозі держави покращить ситуацію у сфері активного туризму, поступово його відновлюючи та сприяючи розвитку цікавого виду діяльності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Корнієнко О. М., Булатов С. В. Активний туризм: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя : НУ «Запорізька політехніка», 2022. 293 с.
2. Федерація спортивного туризму України. URL: <https://www.fstu.com.ua/calendar/> (дата звернення: 29.03.2024).
3. Kuluar походи в гори. Сходження. Трекінг URL: <https://kuluarpohod.com/ua/> (дата звернення: 31.03.2024).

А. І. Бессідіна, В. М. Зігунов

*Сумський державний педагогічний університет
імені А. С. Макаренка*

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ОЗДОРОВЧО-СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ

Стаття присвячена дослідженню оздоровчо-спортивного туризму, розглянуто теоретичні аспекти поняття, визначено функції, а також виділено основні його види. Зокрема, також було досліджено особливості теоретичного визначення оздоровчо-спортивного туризму у наукових працях українських вчених.

Ключові слова: *оздоровчо-спортивний туризм, фізична активність, природне середовище.*

The work is devoted to the study of health and sports tourism. The theoretical aspects of the concept are considered, the functions are defined, and its main types are also highlighted. In particular, the peculiarities of the theoretical definition of health and sports tourism in the scientific works of Ukrainian scientists were also investigated.

Keywords: *health and sports tourism, physical activity, natural environment.*

Оздоровчо-спортивний туризм в Україні розвивається як невід'ємна складова туристської галузі, який спрямований на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини шляхом залучення її до участі у рекреаційних походах і змаганнях з різноманітних видів активного туризму. Він сприяє активному способу життя і допомагає відновити баланс між фізичним та емоційним станом людини, його позитивний вплив на людину підсилюється її тривалою руховою активністю на туристичному маршруті та перебування на свіжому

повітрі під час здійснення оздоровчо-спортивних заходів.

Термін «оздоровчо-спортивний туризм» у наукових працях українських вчених визначено по-різному.

Науковець А. Конох розглядає оздоровчо-спортивний туризм як специфічний вид туристсько-спортивної діяльності, який поєднує рекреаційну функцію туризму й елементи спортивного туризму, за умови, що фізичні навантаження при цьому не перевищують потенційних можливостей людини [4].

Спортивно-оздоровчий туризм виник в Україні на самодіяльних засадах туристів-аматорів і поєднує в собі спорт, відпочинок і розважальний аспект; сприяє національно-патріотичному вихованню людини; позитивно впливає на фізичний і психічний стан, готує до активного та якісного життя, професійної діяльності [3, с. 184].

Автор Л. Шматько вважає, що самодіяльний спортивно-оздоровчий туризм не є сферою послуг, а достатньо самостійною соціально орієнтованою галуззю і способом життя значного прошарку суспільства, для якого спортивно-оздоровчий туризм служить ефективним засобом фізичного оздоровлення [3, с. 185].

В своїх працях С. Фокін розділяє поняття спортивного та спортивно-оздоровчого туризму. За своїм змістом спортивно-оздоровчий і спортивний туризм використовують однакову основну форму діяльності – похід, а також допоміжні форми туристської діяльності. Головні відмінності спортивно-оздоровчого та спортивного туризму полягають у різниці в туристському досвіді і кваліфікації учасників, кінцевій меті діяльності [7].

Спортивний туризм – це специфічний вид туристсько-спортивної діяльності, головна форма якої – похід (подорож) або змагання з різних видів активного туризму. Ці види діяльності спрямовані на випробовування фізичних, психічних, духовних сил людини, удосконалення майстерності туриста та виконання нормативів спортивних розрядів.

Спортивно-оздоровчий туризм – це специфічний вид туристсько-рекреаційної діяльності, головна форма якої – похід (подорож) або туристський табір. Ці види діяльності спрямовані на відновлення фізичних, психічних, духовних сил людини, удосконалення туристських знань, умінь та навичок, активного відпочинку, рекреації, для підготовки туристів до спортивних походів та змагань.

Українські науковці О. Дмитрук і Ю. Щур зазначають, що спортивно-оздоровчий туризм обов'язково передбачає подолання маршруту активним способом, тобто без використання механічних транспортних засобів, покладаючись лише на власні сили, реалізуючи вміння і навички пересування пішки, на лижах, плавання на плотах і човнах, їзди на велосипеді тощо. Активний рух – визначальна риса спортивно-оздоровчого туризму. За цією ознакою

його можна віднести до одного з видів активного туризму [2].

Вчений Абрамов В. В. розглядав оздоровчо-спортивний туризм як важливу складову сучасного здорового способу життя. Він підкреслював, що оздоровчо-спортивний туризм сприяє покращенню фізичного та психічного стану людини, а також зміцненню імунної системи людини [1].

Основною функцією оздоровчо-спортивного туризму є фізична рекреація людини засобами короткотривалих та довготривалих туристсько-рекреаційних заходів. Сутність фізична рекреація людини в оздоровчо-спортивного туризму полягає у використанні активних засобів пересування у природному середовищі, якими оперують види спортивного туризму. Долаючи природні перешкоди на туристсько-рекреаційних маршрутах у природному середовищі, людина стає фізично активним учасником подорожі, виконує сукупність фізичних та технічних дій і, таким чином, відновлення та підвищення рівня його здоров'я [5, с.121].

Оздоровчо-спортивний туризм поділяється за такими напрямки:

1. Маршрутний – це заздалегідь спланований шлях переміщення туристів по географічних точках протягом певного періоду. До маршрутного оздоровчо-спортивного туризму відносяться багатоденні походи та походи вихідного дня. Похід вихідного дня – це міні-трекінг, який триває від однієї до трьох діб, є найбільш бюджетним видом активного відпочинку, без значних матеріальних витрат. Складність маршруту можна підібрати виходячи з рівня підготовки туристів. Багатоденні походи це мандрівки за відповідними маршрутами з метою фізичного вдосконалення, без виконання категорійних розрядів [6].
2. Змагальний вид туризму поєднує в собі елементи спортивних змагань та активного відпочинку в природному середовищі. До змагального оздоровчо-спортивного туризму відносяться велосипедні марафони, сплави на байдарках, тімбілдінг тощо [6].

Висновки. Отже, оздоровчо-спортивний туризм може стати в подальшому одним з провідних видів у туристській галузі України, розвиваючи та популяризуючи країну як цікавий туристичний напрямок серед не тільки українських, а й іноземних туристів. Проте, задля його розвитку необхідно посилювати й нарощувати матеріально-технічну, законодавчу, фінансову базу у цій сфері, зокрема шукати нові засоби для фінансування, наприклад, брати участь у грантових програмах, розвивати проєктну діяльність тощо. Для цього слід і надалі досліджувати теоретичні аспекти оздоровчо-спортивного туризму, зокрема шукати нові підходи та методи в організації та проведенні різноманітних оздоровчо-спортивних заходів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамов В.В. Спортивний туризм: підруч. Харків: ХНАМГ, 2011. 367 с.
2. Дмитрук О. Ю., Щур Ю. О. Спортивно-оздоровчий туризм : навч. посіб. К. : Альтерпрес, 2003. 232 с.
3. Єрко А. Поняття спортивно-оздоровчого туризму та його характерні риси. *Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Географічні науки*. 2013 р. С 184 – 187. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvvnug_2013_6_34 (дата звернення: 25.04.2024.)
4. Конох А. П. Теоретичні та методичні засади професійної підготовки майбутніх фахівців із спортивно-оздоровчого туризму у вищих навчальних закладах : автореф. дис. д-ра пед. наук. К. 2007. 18 с.
5. Литвинчук О. М. Здоров'язбереження студентської молоді засобами туристичних послуг. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*. Вип. 1. 2015. С. 120 – 126.
6. Свістельник І. Спортивний, спортивно-оздоровчий туризм. *Серія: інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму*. Вип. 1. Львів. 2017. 21 с.
7. Фокін С. П. Організація спортивно-оздоровчого туризму : метод. рек. для студ. К. : КУТЕП, 2003. 79 с.

О. О. Вербицький, І. С. Зігунова
Сумський державний педагогічний університет
імені А. С. Макаренка

РІЗНОВИДИ ТА НАПРЯМКИ ГІРСЬКОЛИЖНОГО ТУРИЗМУ

У статті розглядаються дослідження різновидів та напрямків гірськолижного туризму. Аналізуються особливості та відмінності кожного з них. Наведено систематизацію різновидів та напрямків гірськолижного туризму.

Ключові слова: *гірськолижний туризм, карвінг, фрірайдинг, фрістайл, скі-тур.*

The article examines the research of different types of ski tourism. The features and differences of each of them are analyzed. Systematization of different types of ski tourism is provided.

Keywords: *ski tourism, carving, freeride, freestyle, ski-tour.*

Постановка проблеми. Гірськолижний туризм сьогодні є невід'ємною складовою загальнодержавної системи фізичної культури та спорту, спрямованої на розвиток фізичних, інтелектуальних та морально-вольових здібностей людини. На сучасному етапі його розвитку гірськолижний туризм є важливим засобом сприяння підвищенню трудової і соціальної активності людей, задоволенню їх творчих, естетичних та моральних запитів [1].

В науковій літературі зустрічаються окремі класифікації гірськолижного туризму. Найчастіше знаходимо різновиди