

Лекция 5
Особенности активных
видов туризма

**Туризм — это активный
отдых, влияющий на
укрепление здоровья,
физическое развитие
человека, связанный с
передвижениями за
пределами постоянного
места жительства**

три основные функции туризма:

- 1) восстановительная функция — освобождение индивида от чувства усталости путем контрастной смены обстановки и вида деятельности;
- 2) развлекательная функция — предоставление отдыхающему возможности развлечься, знакомство с местностью, людьми, культурными мероприятиями;
- 3) интеллектуальная функция — предоставление возможностей для развития личности, расширение познавательной и творческой деятельности.

- Большой Российской энциклопедии понятие **«активные виды туризма»** трактуется как «виды туризма, имеющие активные способы передвижения, т.е. с затратой собственных физических усилий туриста».

По способу передвижения различаются такие виды туризма:

- ВОДНЫЙ,
- ПЕШЕХОДНЫЙ,
- КОННЫЙ,
- ГОРНЫЙ,
- ЛЫЖНЫЙ,
- СПЕЛЕО, ВЕЛО-, АВТО-, МОТО-ТУРИЗМ.

Для организации отдыха туристов используют такую форму проведения, как поход.

Туристский поход предполагает прохождение нового, заранее разработанного либо известного маршрута, как в населенной, так и ненаселенной местности с определенными целями: познавательными, оздоровительными, спортивными, учебными, тренировочными и др.

- **Активный отдых** — это особый вид туристской деятельности. Его специфика определяется не только особым контингентом клиентов, но и наличием набора условий, объективно представляющих опасность для здоровья и жизни туристов (горы, тайга, вода и т.д.).
- Активные виды туризма могут удовлетворять потребности, которые обуславливаются организацией туристского путешествия при использовании средств размещения, иметь ту или иную продолжительность путешествия, определенный состав группы, способ передвижения, выражаться в организационных формах и основывается на принципах формирования цены туристского продукта.

- **Туризм спортивный** — вид спорта и соревнования по различным видам туризма (пешеходный, лыжный, водный, горный, конный, спелео туризм и автотуризм, велотуризм, мототуризм и др.)

- **Рекреационный туризм — это вид туризма, с помощью которого восстанавливаются физические и психические силы человека. К этому виду относится активный отдых и оздоровление, поэтому его часто называют оздоровительным.**

- **Самодеятельный туризм** — путешествия по маршрутам, разработанным самими туристами или рекомендованным туристскими клубами. Организация и проведение таких путешествий основаны на принципах самообеспечения и самообслуживания. Самой популярной и массовой формой активного отдыха стал поход **выходного дня**

Существенные отличительные особенности спортивных и рекреационных туристских мероприятий.

Категории (признаки) мероприятий	Рекреационный туризм	Спортивный туризм
Доминирующая цель	Отдых и оздоровление	Преодоление маршрута и повышение спортивного мастерства
Уровень физической активности участников	Ограниченный рамками физической рекреации: дозированный, оздоровительный	Выходящий за рамки физической рекреации
Тренировочный процесс	Специальной тренировки участников не требуется, либо она ограничивается оздоровительной тренировкой	Требуется регулярный спортивно-тренировочный процесс
Уровень риска	Обычный	Повышенный
Правила осуществления	Нет единых правил и требований к порядку осуществления мероприятий	Есть Правила туристских видов спорта и Разрядные требования, внесенные в ЕСК.

Вопросы для самостоятельной подготовки

1. Формы ближнего туризма.
2. Зимний и горнолыжный спорт.
3. Плавание. Водный спорт.
4. Плавание: организационные принципы.
Баллы. Температурный режим.
Продолжительность.
5. Активные виды плавания
6. Гребля. Рафтинг.
7. Спортивные танцы, шейпинг, аэробика.