

ПРЕДПОСЫЛКИ РАЗВИТИЯ РЕКРЕАЦИОННОГО ТУРИЗМА В БРЕСТСКОЙ ОБЛАСТИ

Т.Н. Грудовик¹, Н.В. Орлова², И.В. Бобич³

¹Брестский государственный технический университет, grudovik@list.ru

²Брестский государственный технический университет natali.orl2012@yandex.ru

³Брестский государственный технический университет Bobasi@mail.ru

Введение. Для каждого человека нет большей ценности, чем здоровье. В настоящее время охрана и укрепление здоровья – дело первостепенной важности. Известно, что проблемы здоровья необходимо рассматривать с широких социальных позиций, так как оно определяется, прежде всего, условиями труда и быта, уровнем благополучия. В этих условиях особое значение приобретает всестороннее использование всего мощного арсенала социальных и медицинских средств, предоставленных для обеспечения гармоничного физического и духовного развития каждого человека, сохранения и укрепления общественного здоровья.

Особое внимание следует уделить такому немедикаментозному способу сохранения здоровья как рекреационный туризм. Туристские мероприятия, составляющие содержание данной подсистемы туризма направлены на расширенное восстановление физических, интеллектуальных и эмоциональных сил человека. Упрощенно цель рекреационного туризма можно сформулировать как полноценный отдых и оздоровление человека средствами туризма.

Рекреационный туризм, особенно его активные формы, позволяют устранить или ослабить воздействие на человека неблагоприятных условий повседневной действительности таких как: нервно-эмоциональные перегрузки, гипокинезия, избыточное нерациональное питание и т.д.

Все выше изложенное и определило выбор нашего исследования.

Цель: определить предпосылки развития рекреационного туризма, для приобретения практических умений и навыков в его конкретной области с целью сохранения здоровья и профилактики заболеваний.

Методы:

- анализ литературных источников;
- методы сбора и анализа текущей информации;
- метод получения и анализа ретроспективной информации.

Результаты исследования и их обсуждения.

Факторы, способствующие эффективному отдыху и оздоровлению участников рекреационно-туристской деятельности:

- обеспечение достаточной мышечной активности, устранение неблагоприятных последствий «мышечного голода» с тренировкой основных функциональных систем, обеспечивающих работоспособность организма: сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательной, нервно-эндокринной и пр.;

- смена обстановки и положительный эмоциональный фон от общения с природой и приятной компанией. «Выход» человека из повседневных, однообразных условий, обеспечивает переключение нервно-эмоциональной сферы на новые объекты. Именно на таком положительном эмоциональном фоне предлагаемые физические нагрузки не воспринимаются, как утомительные, однообразные. Напротив, они легко переносятся и в целом обеспечивают отдых и оздоровление участников;

- рекреационные природные ресурсы. Не стоит даже доказывать благотворный результат на здоровье таких природных факторов, как умеренное пребывание на солнце, чистый воздух и вода, воздействие фитонцидов в сосновом бору и пр. Очевидно, и закаливающее воздействие водно-воздушных процедур в походных условиях. В природной рекреационной среде происходит стимуляция естественного иммунитета (у регулярно участвующих в оздоровительных походах людей отмечено повышение невосприимчивости к болезнетворным микроорганизмам);

- качественный туристский сервис;

- регулярный (в отличие от городской суеты) режим питания, нагрузки и отдыха;

- здоровая диета [2].

Следует выделить четыре вида рекреационного туризма: рекреационно-развлекательный (релаксационный) туризм, рекреационно-оздоровительный туризм, рекреационно-познавательный и рекреационно-спортивный туризм [3]. Рекреационно-развлекательный и рекреационно-оздоровительный (в том числе реабилитационный) туризм – это собственно рекреационный туризм. Здесь доминирует одна главная цель – полноценный отдых и оздоровление туристов. В случае рекреационно-развлекательного туризма туристы «удаляются» из привычной, надоевшей действительности и «погружаются» в новый яркий природный контекст, обладающий значимым рекреационным потенциалом и несущий яркие впечатления, приключения.

В случае рекреационно-оздоровительного туризма в туристских мероприятиях целенаправленно используются некие оздоровительные технологии. Акцент при планировании делается именно на укрепление здоровья туристов.

Для реабилитационного туризма (форма – поездка на санаторно-курортный отдых) характерны технологии, позволяющие вернуть состояние здоровья к статусу, характерному для человека до заболевания. К таким технологиям относятся дозированные прогулки в природной среде, особое диетическое питание, употребление лечебных минеральных вод и пр.

Для собственно оздоровительного туризма (форма – оздоровительный поход выходного дня) характерны технологии, позволяющие сохранить и даже улучшить состояние здоровья участников. К таким технологиям, прежде всего, относится дозированная физическая нагрузка в природной среде, процедуры закаливания и пр.

К рекреационно-познавательному туризму отнесем туристские мероприятия с двумя доминирующими целями: отдых и приобретение новых (для себя) знаний. В этом разделе рекреационного туризма «лежат» любые рекреационные туристские путешествия, где планируется некая экскурсионная программа. Экологические походы, с явным познавательным мотивом, также относятся к этому разделу туристской деятельности.

Рекреационно-спортивный туризм – это все рекреационные туристские мероприятия, где для полноценного отдыха и оздоровления участников активно используются технологии различных видов спорта (горнолыжного, подводного плавания, бега, лыжных гонок и пр.). В таких мероприятиях, кроме мотива полноценного отдыха, у участников явно прослеживается мотив личного спортивного совершенствования (желание улучшить технику катания на лыжах, технику ориентирования на местности, технику сплава на плотках и байдарках и т.д.), присутствует спортивный азарт.

С точки зрения уровня двигательной активности ее участников в туристской деятельности можно выделить «активные» и «пассивные» формы туристских мероприятий.

Формами пассивного отдыха являются путешествия, где уровень двигательной активности минимален, а оздоровление происходит за счет рекреационных ресурсов места отдыха и психологической разрядки. Пассивным, с минимумом двигательной активности, можно назвать и санаторный (реабилитационный) отдых «на лечебных водах». Относительно «пассивной» формой рекреационно-познавательного туризма является, так называемый, сельский туризм (агротуризм).

Сельский туризм – жизнь и отдых в деревенском доме, с питанием экологически чистыми продуктами, просыпанием под крик петуха, рыбалкой, баней, льняными простынями и запахом леса. Это туризм, направленный на познание сельского быта, фольклора, ремесел, промыслов, окружающей природы.

Туризм активного отдыха и оздоровления, более эффективен для целей физической, эмоциональной, интеллектуальной рекреации, чем туризм пассивного отдыха. Активные формы туризма, обеспечивают дозированную по объему и интенсивности физическую нагрузку для участников туристских мероприятий, что является важнейшим фактором их полноценного отдыха и эффективного оздоровления.

Примером активных форм рекреационно-развлекательных туристских мероприятий является лидер по популярности и престижу в туристско-развлекательном бизнесе – особая форма корпоративного отдыха на природе т.н. «team building» (тренинг по командообразованию, и его особенно близкая к технике туризма форма – веревочные курсы). В данном случае команды, сформированные по производственному принципу (команды коллег), соревнуются в преодолении естественных и искусственных препятствий, выполнении неких «подвижных» конкурсных заданий, применяя при этом, в том числе, технику туризма. «Психологическая основа тренинга заключается в том, что вырванный из привычной обстановки, человек реже возвращается к стереотипам поведения, мышления, сложившимся в ней. В иной обстановке возникает необходимость действовать по-другому, человек учится не только делать, но и воспринимать, анализировать ситуацию по-новому. Эмоциональный подъем, наложенный на необходимость действовать сообща, закладывает новый принцип работы – в команде, создает предпосылки для доверия к членам коллектива в рабочих условиях» [1].

Несомненно, активной формой рекреационно-оздоровительного туризма является оздоровительный поход выходного дня или многодневный оздоровительный поход. В данном случае само путешествие по району, обладающему рекреационными ресурсами (лес, чистый воздух, чистые водоемы, красивые ландшафты), с использованием нормированных оздоровительных физических нагрузок является технологией отдыха и укрепления здоровья. Ярким примером активных форм рекреационно-познавательного туризма являются экологические туристские походы по «диким» чистым территориям, с максимально бережным отношением к данным территориям, с познавательными экскурсиями по экологической тропе. Все рекреационно-спортивные туристские мероприятия, где с целью отдыха и оздоровления используются технологии видов спорта, относятся исключительно к «активному» туризму, в том числе и отдых с включением в туристский пакет услуг подводного плавания, катания на водных велосипедах и мотоциклах, катания на горных лыжах, сплава на надувных плотках по горным рекам (рафтинг), спортивных игр.

Развитию рекреационного туризма в Брестской области способствует наличие ряда природно-географических и социально-экономических предпосылок. Среди природно-географических предпосылок в первую очередь выделяют: равнинный рельеф, благоприятный климат, большое количество гидрографических объектов, разнообразный растительный мир и др. Рельеф Брестской области характеризуется преобладанием равнин и низин высотой 140-180 м и за исключением гряд и холмов Новогрудской возвышенности, является однообразным. Это способствует развитию здесь пешеходного туризма. Долины рек здесь плоские, широкие, часто извилистые, с многочисленными рукавами и старицами. Некоторое разнообразие вносят моренные гряды. Более часты одиночные песчаные дюны и бугры, заросшие лесом. Местами они лишены растительности и развеиваются.

Довольно удобны для развития рекреационного туризма климатические условия, которые характеризуются как умеренно-континентальные, неустойчиво влажные. Здесь невелико число пасмурных дней – один-два в месяц. В Брестской области отмечается наибольшая продолжительность солнечного сияния (до 290 часов). Несколько хуже здесь условия для зимнего туризма. Частые смены погоды сочетаются с неустойчивостью снежного покрова. В результате лыжный сезон невелик (до 70 дней).

Более благоприятны для развития рекреационного туризма гидрографические условия. По территории области протекает свыше 80 больших, средних и малых рек, что позволяет развивать водный туризм. Большинство рек относится к бассейнам Немана, Днепра и Вислы. Из больших рек частично протекают Припять, Горынь, Западный Буг. Остальные реки – малые реки и ручьи. Течение в реках медленное. Особенно удобны для лодочных и байдарочных походов малые реки области (Лесная, Рита), привлекающие чистотой вод и красотой берегов. По Припяти и Горыни возможны межгосударственные маршруты (Украина-РБ). Равнинный характер территории позволил связать

реки каналами (Днепровско-Бугский, Огинский), которые также можно использовать для водного туризма.

В Брестской области насчитывается около 44 озер. Они привлекают туристов-пешеходников чистой водой и живописной природой вокруг. Самое большое – Выгоновское (Ивацевичский район – 26 км².)

Глубина озер чаще незначительна, и только 5 озер более 10 метров (Вульковское, Соминское, Белое). Озерная сеть дополняется искусственными водохранилищами, среди которых следует отметить Селец, Лактыши.

Удобные для рекреационного туризма леса Брестской области, разнообразные по составу, возрасту, местоположению. Общая лесистость области – 32,9%, но размещены они не равномерно. Наибольшую лесистость имеют Ивацевичский, Ганцевичский и Малоритский районы (40-50%), наименьшую – Кобринский и Жабинковский (10-20%). Особенно распространены сосновые леса, еловые, хвойно-широколиственные, мелколиственные (хвоевые – 59%, березовые – 16,8%). Расположение крупных лесных массивов у рек и озер создает дополнительные удобства для развития данного вида туризма.

К социально-экономическим предпосылкам можно отнести благоприятное экономико-географическое положение, хорошо развитую транспортную инфраструктуру, богатство архитектурных памятников и исторических мест.

Вывод: для рекреационного туризма характерен целый комплекс оздоравливающих факторов, влияющих благотворно как на физический статус человека, так и на его нервно-эмоциональную сферу. Именно их комплексное воздействие, где умеренные мускульные усилия сочетаются с нервной «разрядкой», положительными эмоциями, закаливающим эффектом природных источников здоровья – составляет оздоровительную эффективность рекреационного туризма.

Литература:

1. Богатырева Е. Корпоративный отдых. Туризм и отдых. / Е. Богатырева. – М.: Финансы и статистика, 2004. – 10 с.
2. Ганопольский В. И. Туристская деятельность: проблемы терминологии и пути их решения применительно к моделированию и программированию системы туристского образования. / В. И. Ганопольский // Мир спорта. – 2001. – №1. – С. 18-20.
3. Квартальнов В. А. Туризм: Учебник. / Квартальнов В. А. – М.: Финансы и статистика, 2002. – 320 с.