

# Одеський національний технологічний університет

## Кафедра фізичної культури та спорту

# Спортивний туризм

## МТ-13(а), МТ-13(б)

Яготін Р.С.  
К.п.н., доцент



**Спортивний туризм**  
**МТ-13(а), МТ-13(б)**  
**8.02.2022**  
**III пара**

**ЛЕКЦІЯ 2**

Характеристика основних форм та видів спортивного туризму

**Класифікація**  
**Терміни**



# Основні положення дисципліни СТ

Метою навчальної дисципліни «Спеціалізований туризм (Активний туризм)» є оволодіння здобувачами освіти системними знаннями та практичними навичками відносно організації та проведення спортивно-туристських заходів.

В результаті вивчення курсу «Спортивний туризм» студенти повинні

## **знати:**

- поняття та класифікацію видів спортивного туризму та відпочинку
- засади організації та проведення подорожей з активними способами пересування;
- правила техніки безпеки та основи надання медичної допомоги під час проведення туристичних подорожей;
- засоби та методи розвитку рухових якостей необхідних в активному туризмі;
- правові акти України та світу, що стосуються активного туризму.

## **вміти:**

- розробляти актуальні туристичні маршрути і складати графіки руху для активних туристичних подорожей;
- організовувати харчування під час проведення туристичних походів;
- додержуватися правил техніки безпеки та надавати медичну допомогу;
- використовувати у соціально-професійній і суспільній діяльності знання, вміння і навички набуті в процесі навчання;
- застосовувати індивідуально-орієнтовані фізичні вправи на аудиторних та самостійних заняттях;
- дотримуватися гігієнічних вимог в процесі організації та проведення туристичних походів.

# Спортивний туризм

**Спортивний туризм** — неолімпійський вид спорту з подолання певного відрізка земної поверхні, природних штучних перешкод (гірських вершин і перевалів, річкових порогів); виконання технічних прийомів й спеціальних тактичних завдань.

Спортивний туризм передбачає за мету спортивне удосконалення в подоланні природних перешкод тобто результат.

# **Активний туризм**

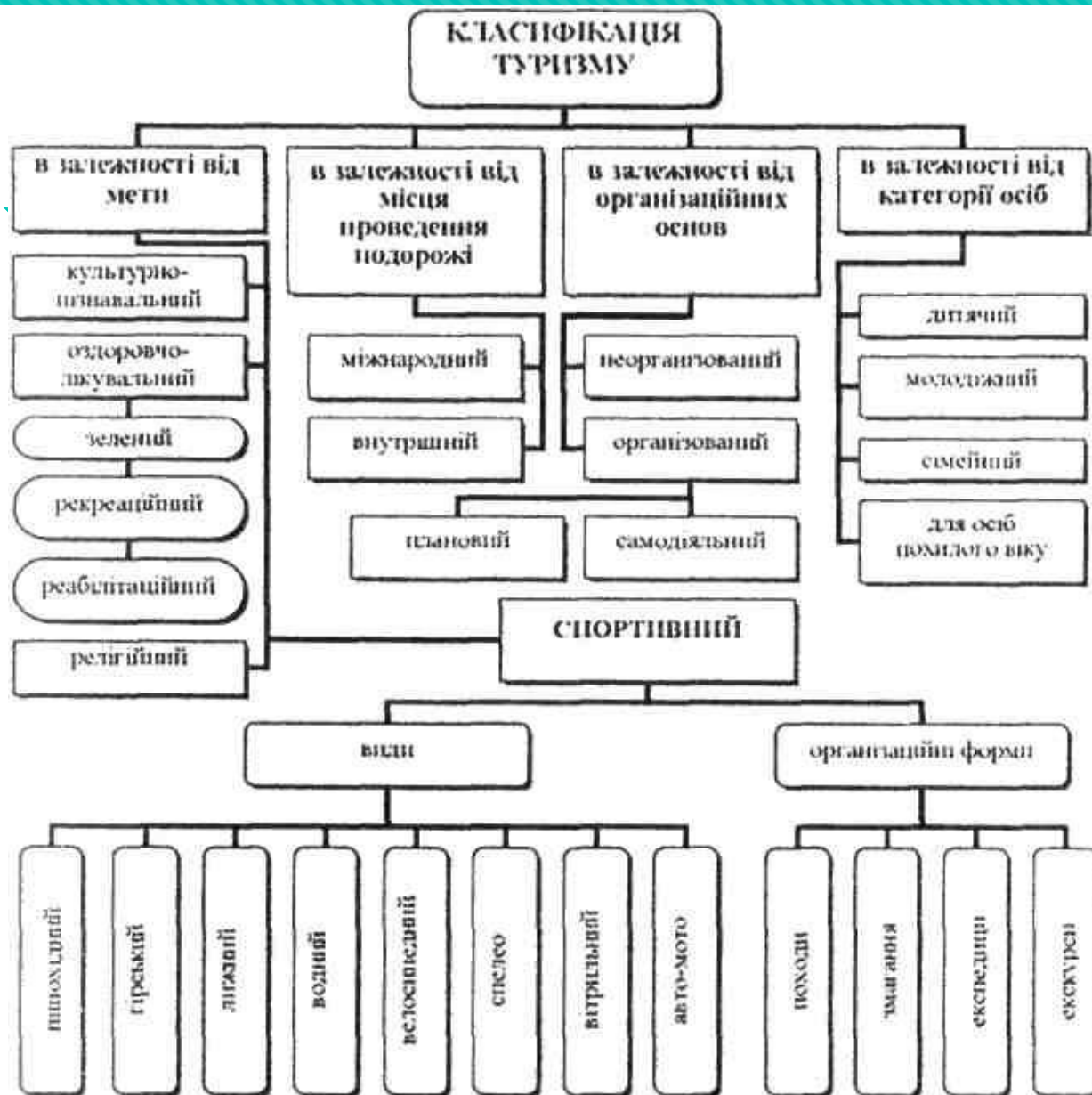
**Активний туризм** – це подорожі, пов'язані зі способами пересування по маршруту, що передбачають витрату власних зусиль туриста.

За своєю сутністю він є і сферою послуг, і самотійною соціально орієнтованою сферою, і засобом фізичного оздоровлення, самовдосконалення людини, виховання шанобливого ставлення до природи, пам'яток культури, а також взаєморозуміння між націями.

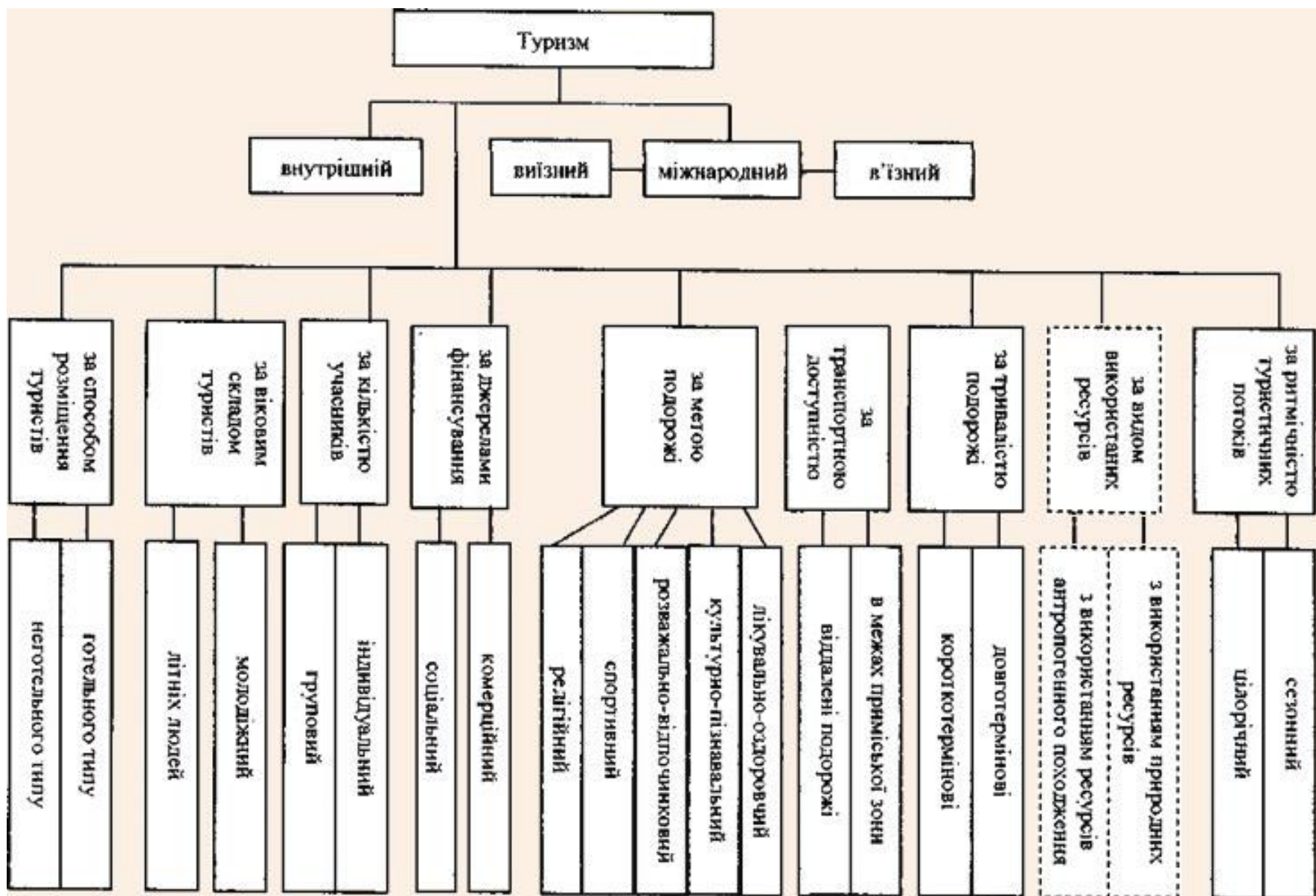
Метою активного туризму є отримання задоволення від процесу.

# Класифікація видів активного туризму

(Грабовський Ю.А.)



# Класифікація видів туризму



# Туристичний словник

**ПОХІД** – пересування організованої групи туристів (або соло) заздалегідь розробленим маршрутом та обраним видом туризму з визначеною метою

**ЗМАГАННЯ** зі спортивного туризму проводяться за двома видами програми: вид програми «Змагання туристських спортивних походів» та вид програми «Змагання з видів спортивного туризму»





# Туристичний словник

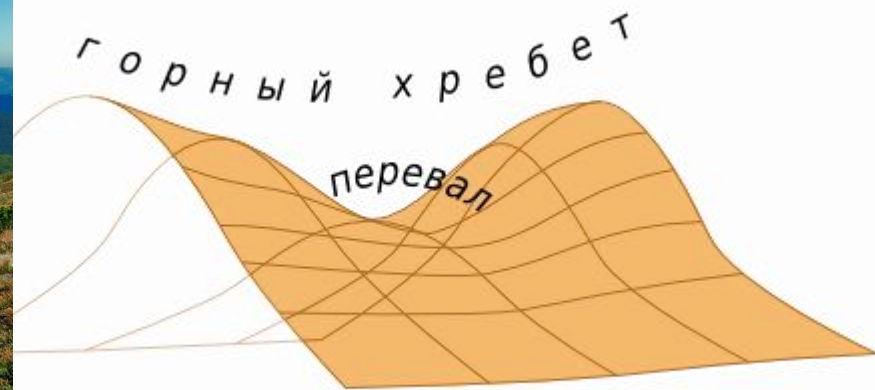
**Маршрут туристичний** – заздалегідь спланований шлях переміщення туристів за географічними точками впродовж певного часу

**Гірський хребет** - велика лінійно витягнуте підняття рельєфу з чітко вираженими схилами, що перетинаються у верхній частині

**Перевал** – максимально низьке місце гірського хребта, через який можливий безпечний перехід туристів.

**Ужоцький перевал**

<https://www.youtube.com/watch?v=5YPzT9hESkU&t=72s>



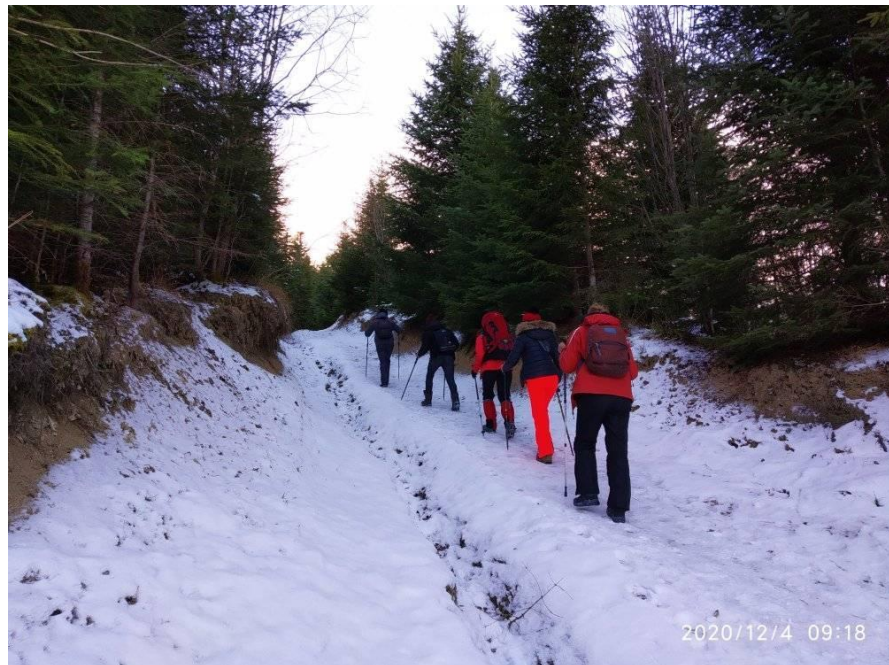
# Туристичний словник. Форми туризму

**ЕКСПЕДИЦІЯ ТУРИСТСЬКО-СПОРТИВНА** (лат. exeditio – приведення до порядку) – активна туристська подорож пошукового, **науково-дослідницького характеру** з метою вивчення певної території, маршруту, одного чи декількох об'єктів (перешкод) із використанням будь-яких технічних засобів пересування або ж без них.

**ЕКСКУРСІЯ** (піш.) – туристська подорож тривалістю до 24 год. з використанням активних форм пересування, яка передбачає відвідування точно відібраних об'єктів із метою **задоволення інформаційних, рекреаційних та пізнавальних потреб** туристів

# Туристичний словник

**ПІШОХІДНИЙ ТУРИЗМ** – один з найпоширеніших видів спортивного туризму, основною метою якого є подолання туристами маршруту **ПІШКИ** пересіченою місцевістю з місця відправлення до місця прибуття за вказаний проміжок часу



# ВЕЛОСИПЕДНИЙ ТУРИЗМ

Вид спортивного туризму, в якому головним або єдиним засобом пересування туристів-спортсменів є **велосипед**.

Велосипед дає можливість із досить значною швидкістю долати великі відстані, відвідати більше цікавих об'єктів.

Місця, якими важко (не можливо) пересуватися на велосипеді, велотуристи долають пішки.



# ГІРСЬКИЙ ТУРИЗМ

Вид спортивного туризму, що полягає в пішому пересуванні туристів за певним маршрутом, прокладеним в **гірській місцевості**.

Маршрут передбачає подоланням декількох перевалів певної складності, які за своєю складністю відповідають певній категорії.



# ЛИЖНИЙ ТУРИЗМ

полягає у проходженні на лижах дистанції з подоланням ділянок пересіченої місцевості та виконанні спеціальних завдань



# ВОДНИЙ ТУРИЗМ

**Вид спортивного туризму, що полягає у подоланні водних маршрутів, як річкових, так і морських, на різних плавзасобах**

**Сплави по річках**

**Рафтинг**

**Яхтинг**

**Каякінг**

**Дайвінг**

