**Анотація**

**до навчальної дисципліни «активно-оздоровчий туризм»**







Однією з основних функцій активно-оздоровчого туризму є оздоровча. Тому сьогодні цей вид туризму називається активно-оздоровчий туризм. Оздоровча цінність туризму полягає у тому, що природа взаємодіє з людиною, виконуючи стосовно неї низку важливих функцій: реабілітаційну, психотерапевтичну, естетичну та пізнавальну. Довгочасність такої взаємодії загартовує людину та підвищує фізичну життєдіяльність організму. Водночас туристична діяльність проводиться за будь-яких погодних умов і для проходження маршруту вимагає фізичного та психологічного навантаження.

Іншими важливими завданнями спортивного туризму є **можливість раціонального використання вільного часу**, а також **самореалізація** та **самоствердження** людини в суспільстві.

Антропологічна та ціннісна функції [філософії туризму](http://tourlib.net/filosofia.htm) підкреслюють, що головна ставка в туризмі робиться на людину, яка самореалізується, на відміну від людини політичної чи економічної, яка проявляє свою частковість, виконуючи конкретну функцію.

Для усіх видів туристських походів є спільна обов'язкова умова – це безперервність маршруту, без якої різко зменшується фізичне та психологічне навантаження. В ідеальному вигляді маршрут має бути без (або з мінімальною кількістю) радіальних виходіві з рівномірним розподілом фізичних, технічних та психологічних навантажень, природних перешкод. Такий маршрут дає можливість максимально охопити знайомство з районом мандрівки.

**За характером організації** туристичні походи можуть бути **плановими** і**самодіяльними**.

Для здійснення подорожі **за плановим маршрутом** туристу достатньо придбати туристичну путівку на обраний маршрут та прибути у визначений час до початкового пункту подорожі. Далі він буде забезпечений усім необхідним: житлом, харчуванням, спорядженням, транспортом та екскурсійним обслуговуванням. На планових маршрутах з активним способом пересування (пішки, на байдарках, лижах, рідше – на велосипедах та конях) туристи мандрують за конкретними, завчасно спланованими та підготовленими маршрутами під керівництвом досвідчених інструкторів.

**Самодіяльна спортивно-туристична подорож** заснована на самоорганізації. Група туристів самостійно згуртовується, назначає керівника, обирає район мандрівки, розробляє маршрут та визначає час проведення походу, складає харчовий раціон на час походу, готує спорядження тощо. Самодіяльні спортивні походи здійснюються тільки у вільний від роботи та навчання час – під час відпустки чи канікул і переважно коштом самих туристів.

Вивчення дисципліни сприяє розширенню світогляду фахівців - менеджерів з туризму, підвищує їх теоретичний рівень з питаньоздоровчого і спортивного туризму, стимулює самопізнання і розвиток. Навчальна дисципліна “активно-оздоровчий туризм” покликана сформувати в студентів систему знань і умінь в організації і методики проведення походів та екскурсійних заходів з екологічного та спортивного туризму. Забезпечити підвищення рівня педагогічної компетентності студентів; формування у студентів наукові уявлення про структуру оздоровчого, екологічного і спортивного туризму; засвоєння знань з організації оздоровчого, екологічного і спортивного туризму; формування уявлення про організацію оздоровчого, екологічного і спортивного туризму; дати професійну характеристику організації оздоровчого, екологічного і спортивного туризму в різних ланках туристичного руху; важливим завданням фізкультурних навчальних закладів є підготовка фахівців для роботи в оздоровчо-рекреаційній сфері. Необхідна спеціалізована підготовка кадрів до цієї діяльності, тому що від управлінської, організаторської підготовленості багато в чому залежить ефективність рішення задач оздоровчого, екологічного та спортивного туризму в системі туристичної діяльності. У свою чергу гарна організаторська робота залежить від особистісних якостей і здібностей керівника, від знання справи, законів.