

**Лекція 6:** Туристичне орієнтування, топографія, техніка безпеки під час походів. Екологічні аспекти туризму, формування відповідального ставлення до природи

**План лекції:**

1. Сутність туристичного орієнтування та основи топографії.
2. Основні методи орієнтування на місцевості.
3. Техніка безпеки під час туристських походів.
4. Екологічні аспекти туризму.
5. Формування відповідального ставлення до природи у туристів.

**Основний зміст.**

1. Сутність туристичного орієнтування та основи топографії.

Туристичне орієнтування – це комплекс навичок і знань, що дозволяють визначати своє місцезнаходження на місцевості, планувати рух за заданим маршрутом та з успіхом долати природні та технічні перешкоди. Ця дисципліна базується на знаннях топографії – науки про земну поверхню, представлену на картах та планах з використанням спеціальних умовних знаків, масштабу, рельєфу і об'єктів місцевості.

Туристична топографія вивчає прикладні аспекти використання картографічних матеріалів у подорожах, включаючи засоби орієнтування, читання карт, окомірну зйомку маршруту, а також особливості маркування туристичних шляхів. Елементи топографії включають рельєф (горби, долини), водні об'єкти, рослинність, штучні споруди, транспортні шляхи, що зображуються на картах умовними знаками. Уміння читати карту та користуватися компасом є базовими для безпечного та ефективного пересування в природних умовах.

2. Основні методи орієнтування на місцевості.

Орієнтування включає кілька основних способів:

- ✓ Орієнтування за допомогою компаса, що дозволяє визначити сторони горизонту та рухатися за заданим азимутом (кутом відносно північного напрямку).
- ✓ Орієнтування по карті, де турист вивчає маршрут з урахуванням масштабів, умовних знаків та рельєфу.
- ✓ Орієнтування за природними об'єктами: положення сонця, полярної зірки, годинника, характерні риси ландшафту.
- ✓ Окомірна зйомка місцевості та перешкод — вміння швидко і точно вимірювати відстані, записувати та створювати схеми просування маршруту.
- ✓ Використання словесних описів (легенди маршруту) для доповнення картографічної інформації.

Сучасні підходи також включають застосування GPS-навігації, однак базові методи орієнтування за картою та компасом залишаються пріоритетними через їх надійність у відсутності електроніки.

### 3. Техніка безпеки під час туристських походів

Техніка безпеки є необхідною умовою успішного туристичного походу.

Основні правила:

1. Правильне планування маршруту з урахуванням складності, погодних умов, рівня підготовки групи.
2. Використання захисного спорядження, спеціального одягу, взуття, аптечки.
3. Дотримання чітких правил групового руху: підтримання зв'язку, регулярні зупинки, контроль стану учасників.
4. Уміння надати першу медичну допомогу, мати знання про запобігання та дії при обмороженнях, теплових ударах, укусах тварин.

5. Мінімізація ризиків шляхом попередження падінь, неправильного проходження труднощів, дотримання техніки безпеки на воді й на висоті.

Усвідомлене ставлення до навколишнього середовища для запобігання пожежам, забрудненню та руйнуванню природних об'єктів.

#### 4. Екологічні аспекти туризму

Екологічна складова туризму акцентує увагу на впливі людини на природу під час подорожей. Туризм може стати як джерелом екологічної освіти та охорони навколишнього середовища, так і причиною деградації природних ресурсів.

Негативні наслідки туризму:

- Забруднення територій залишками сміття, палива, побутових відходів.
- Руйнування рослинності, порушення природних екосистем.
- Втручання у природні процеси, що впливає на тваринний світ.

Для пом'якшення цих впливів впроваджуються практики екотуризму, які пропагують мінімізацію впливу, раціональне використання ресурсів та шанобливе ставлення до природи. Важливою є екологічна освіта учасників походів і відповідальна поведінка.

#### 5. Формування відповідального ставлення до природи у туристів

Відповідальна поведінка туристів передбачає принципи:

1. Не залишати після себе слідів (принцип "не залишай слідів").
2. Виконувати правила паломництва та використовувати встановлені маршрути.
3. Уникати порушень фауни і флори, не ловити тварин, не зруйнувати рослини.
4. Раціонально користуватися водними ресурсами, не засмічувати водойми.
5. Поширювати знання про екологічну безпеку серед більш широкого кола туристів.

6. Активна участь у природоохоронних акціях, волонтерських проектах.

В Україні реалізуються освітні програми та екотуристичні проекти, що формують екологічну свідомість як серед професіоналів, так і серед аматорів. В світі також приймають важливі міжнародні документи та ініціативи, які сприяють збереженню природного середовища в туристичних регіонах.

### **Контрольні питання для самоперевірки.**

1. Які основні елементи туристичної топографії?
2. Назвіть основні методи орієнтування на місцевості.
3. Які основні правила техніки безпеки під час походів?
4. У чому полягають основні екологічні проблеми, спричинені туризмом?
5. Які принципи формують відповідальне ставлення до природи під час туристичних подорожей?
6. Чому важливо знати топографічні карти і працювати з компасом?
7. Які сучасні практики використовуються для мінімізації негативного впливу туризму на природу?

### **Список літературних джерел:**

1. Туристична топографія і знакування / автори: В.В. Лисенко, Ю.С. Козак. — Київ, 2020. — 312 с.
2. Методичні вказівки зі спортивного орієнтування у навчальних закладах / укладачі: О.О. Пантеровець, О.І. Бойко. — Львів, 2023.
3. Основи топографії з основами картографії / В.М. Дробіт, І.М. Іванов. — Харків, 2021.
4. Техніка безпеки у туристських походах / Л.П. Орлова. — Одеса, 2019.
5. Екологічні аспекти туризму / Т.В. Шевченко. — Київ, 2022.
6. Туристичне орієнтування: теорія і практика / М.С. Ковальчук. — Львів, 2018.

7. *Fundamentals of Orienteering* / G. Stidder. — Routledge, London, 2017.
8. *Основи екотуризму* / редактори: І.О. Бондаренко, В.П. Козак. — Київ, 2021.
9. *Сучасні технології в туристичній навігації* / А.А. Романенко. — Харків, 2023.
10. *Туристичне маркування маршрутів* / В.О. Петров. — Київ, 2020.