

Тема 1

Рекреаційна географія як наука в суспільній географії

План:

1. Становлення рекреаційної географії як науки.
2. Об'єкт, предмет, завдання і методи дослідження рекреаційної географії.
3. Поняття «рекреація», «відпочинок», «туризм», «вільний час».
4. Зв'язок рекреаційної географії з іншими науками.

1. Становлення рекреаційної географії як науки.

Відпочинок (рекреація) є однією з невід'ємних складових життєдіяльності людини. Як спеціальний об'єкт пізнання, рекреація привертає увагу вчених починаючи з другої половини ХХ ст.

Рекреаційна географія – галузь географічної науки, що вивчає закономірності формування, функціонування, динаміки та розміщення територіальних рекреаційних систем усіх типів і рангів, а також просторові особливості поведінки людей у процесі рекреаційної діяльності.

Рекреаційна географія виникла наприкінці 60–х початку 70–х років ХХ ст. на стику економічної, фізичної, медичної географії й географії населення. У багатьох країнах Європи й Америки частковий аналог рекреаційної географії відомий за назвою «географія туризму й відпочинку», «географія вільного часу», «географія дозвілля».

У числі перших за розробку рекреаційних проблем у географії взявся колектив відділів фізичної географії (завідувач – В. С. Преображенський) і економічної географії (завідувач – А. А. Мінц) Інституту географії Академії наук СРСР на чолі з академіком І. П. Герасимовим. В 1974 р. у навчальні плани Таврійського (м. Сімферополь) і Московського державних університетів вперше було введено курс «Рекреаційна географія». Однак до середини 80-х років можна говорити лише про допредметний етап розвитку рекреаційної географії, що була, за висловом Б. Родомана, «наукою навколо ... та біля відпочинку» (Родоман Б.А., 1985).

Сучасна рекреаційна географія значною мірою спирається на теоретичну базу, напрацьовану географами радянського періоду – Ю. О. Веденіним, М. С. Мироненком, О. О. Мінцем, Л. І. Мухіною, І. І. Пірожником, І. Д. Родичкиним, В. С. Преображенським, І. Т. Твердохлебовим, П. Г. Царфісом. Серед українських науковців значний внесок у розвиток цієї науки зробили М. В. Багров, Л. О. Багорова, О. О. Бейдик, В. Г. Боков, М. І. Долішній, В. К. Євдокименко, М. П. Крачило, В. Б. Кудрявцев, П. О. Масляк, В. І. Мацола, В. І. Стафійчук, Н. В. Фоменко, О. І. Шаблій, В. М. Шумський, І. М. Яковенко та ін.

У сучасних схемах класифікації географічних наук рекреаційну географію найчастіше відносять до блоку соціальної географії (у схемі С. Лаврова рекреаційна географія перебуває на стику географії населення й соціальної географії, Д. Ніколаєнко вважає рекреаційну географію самостійною дисципліною у блоці суспільних географічних дисциплін). Місце рекреаційної географії у сучасних класифікаційних схемах географічних наук не є сталим,

оскільки з часом і сама система географічних дисциплін перетворюється відповідно до потреб суспільства.

2. Об'єкт, предмет, завдання і методи дослідження рекреаційної географії.

Рекреаційна діяльність територіально диференційована й тісно пов'язана з використанням природних факторів. Саме вивченням територій, на яких відбувається рекреаційна діяльність, оцінкою природних умов і ресурсів для рекреаційних цілей, розробкою заходів по збереженню й поліпшенню природного середовища займається загалом рекреаційна географія.

Залучаючи у сферу рекреаційної діяльності природні об'єкти, культурні комплекси, технічні системи, людина формує особливі системи, які служать задоволенню його рекреаційних потреб і називаються рекреаційні системи (РС).

Гіпотезу про рекреаційну систему (РС) як об'єктивну й соціальну за своєю функціональною сутністю утворення вперше було висунуто В.С. Преображенським. У системі народного господарства РС становить одну з підсистем, що виступає як щось ціле, що має певний набір суспільно необхідних рекреаційних функцій. У цьому плані РС виступає як рівнозначна із системами матеріального виробництва (промислова, сільськогосподарська, аграрно-промислова, транспортна) і системами невиробничої сфери.

Територіальний характер рекреаційної діяльності обумовив появу і використання терміну територіальна рекреаційна система (ТРС), яка виступала об'єктом вивчення рекреаційної географії.

Відповідно предметом вивчення рекреаційної географії були закономірності формування і розвитку ТРС.

Територіальна рекреаційна система – соціальна географічна система, яка складається із взаємозалежних підсистем: природних і культурних комплексів, інженерних споруд, обслуговуючого персоналу, органа керування, групи відпочиваючих (рекреантів), що характеризується як функціональною (стан підсистем визначається соціальною функцією системи в цілому), так і територіальною цілісністю.

Але з часом поняття «рекреація» зазнало значних змін і значно розширилося. Від визначення рекреації як відновлення сил людини, втрачених в процесі трудової діяльності, воно переросло в комплексне поняття, яке включає: короткотривалий відпочинок, туризм і різні його форми, лікування, різноманітні види діяльності людей під час відпочинку та їх сполучення, які можливо здійснювати на конкретних пристосованих для цього територіях. Цей термін також використовується і для позначення відповідної галузі господарства. Саме тому в сучасних наукових публікаціях фігурує більш широке ставлення до визначення об'єкту і предмету рекреаційної географії, які умовно можна назвати економіко-географічно – орієнтовані і соціокультурно-орієнтовані підходи.

При економіко-географічному підході об'єктом вивчення рекреаційної географії виступає просторово-територіальні форми організації рекреаційного

господарства певних територій різного таксономічного рангу, а предметом – територіальна організація рекреаційного господарства на певній території як однієї системи, що складається з різнорідних, але просторово взаємопов'язаних елементів, які діють як єдине ціле.

При соціокультурному підході об'єктом вивчення рекреаційної географії виступають об'єкти і суб'єкти рекреації в різноманітних соціокультурних утвореннях. При цьому під об'єктами рекреації розуміють матеріальні предмети, системи, процеси і явища, а також стандарти, які є умовами реалізації різноманітної рекреаційної діяльності людини.

Під суб'єктами рекреації розуміють людей, які займаються рекреаційною діяльністю. Відповідно до цього предметом рекреаційної географії виступає вивчення просторових закономірностей і особливостей поведінки людей у процесі рекреаційної діяльності і розміщення рекреаційних об'єктів.

На сучасному етапі *об'єктами* вивчення в рекреаційній географії виступають:

- специфічні комплекси, які складаються з певного набору взаємопов'язаних елементів (територіальні рекреаційні системи, територіальні рекреаційні комплекси, соціокультурні системи, рекреаційне господарство в цілому);

- окремі елементи (процеси і явища) і властивості оточуючого середовища різного генезису (природні, природно-антропогенні, соціально-економічні, історико-культурні), які можуть виступати в якості умов і ресурсів рекреаційної діяльності і бути як лімітуючими, так і реалізуючими її;

- власне рекреанти, рекреаційні потоки, їх характеристики.

Таким чином, *об'єктом рекреаційної географії* виступає рекреаційна система (М. Мироненко ототожнює поняття «рекреаційна система» та «рекреаційний район») як об'єктивне і соціальне утворення, яка охоплює рекреантів, природні комплекси, технічну інфраструктуру, сферу обслуговування, виробничу сферу, трудові ресурси, систему розселення. Отже, *рекреаційна система – це комплексна геосистема, що поєднує в собі соціальні, техногенні та природні комплекси і має на меті відтворення психофізіологічних сил людини.*

Предметом вивчення є – мотивація і поведінка людей при проведенні рекреаційної діяльності, розповсюдження та використання різноманітних рекреаційних ресурсів та відповідна ним територіальна організація рекреаційного господарства в рамках територіальних рекреаційних утворень різних типів і рангів.

Суб'єктами рекреаційної географії виступають людина як продуцент рекреаційних потреб, окремі групи рекреантів, специфічні системи та їх окремі підсистеми та елементи, рекреаційна галузь.

Все це обумовлює використання трьох основних підходів при вивченні рекреаційної географії:

- середовищний підхід (вивчаються фізико-географічні та економіко-географічні основи рекреаційної діяльності);

- діяльнісний підхід (вивчається характер і особливості діяльності людей під час відпочинку);
- суб'єктивний підхід (вивчається сприйняття людиною рекреаційного середовища і його особливості).

Завдання рекреаційної географії:

- дослідження закономірностей формування, функціонування, динаміки, розміщення та типологію ТРС;
- вивчення властивостей ТРС та її окремих елементів;
- вивчення рекреаційної діяльності її видів і форм та територіальну диференціацію рекреаційних потреб населення;
- дослідження рекреаційних міграції населення;
- з'ясування рекреаційних ресурсів, методів їх оцінки та використання;
- аналіз екологічних наслідків рекреаційної діяльності та принципів рекреаційного природокористування;
- розробка принципів оптимального функціонування рекреаційного господарства;
- обґрунтування й реалізація рекреаційного районування з метою визначення рекреаційних функцій території при географічному поділі праці в сфері рекреації й туризму, для координації розвитку відповідних галузей економіки, оптимального використання різних видів рекреаційних ресурсів.

Виділяють чотири основні напрямки дослідження рекреаційної географії, які забезпечують розв'язання певних науково-практичних завдань:

- *теоретичний* – виявлення закономірностей формування, функціонування, розвитку, розміщення, типологію та властивості ТРС; окремі елементи ТРС; розробка та вдосконалення принципів і критеріїв рекреаційного районування; класифікація видів і форм рекреаційної діяльності; класифікація рекреаційних ресурсів; вдосконалення понятійно-термінологічного апарату;
- *методичний* – вдосконалення та розробка нових методів вивчення та проектування ТРС, визначення параметрів дослідження, технології та методики оцінки територіальних рекреаційних систем та їх окремих елементів;
- *конструктивний* – прогнозування розвитку рекреаційного господарства; проведення рекреаційного районування; розробка територіально-диференційованих норм рекреаційного навантаження;
- *інформаційний* – акумулює інформацію щодо окремих рекреаційних районів і територій, відслідковує відповідні зміни.

Основні напрямки рекреаційних досліджень в Україні:

- оцінка рекреаційних ресурсів держави й складання відповідного кадастру;
- визначення рекреаційної ємності територій;
- рекреаційне районування;
- прогнозування розвитку рекреації та оптимізація функціонування рекреаційного господарства в Україні;
- розробка й впровадження заходів щодо підвищення рекреаційного потенціалу;
- вивчення внутрішнього й зовнішнього попиту на рекреаційні послуги.

Основними методами даної науки є такі загально визнані наукові методи системи географічних наук, як: історичний, порівняльний, картографічний, аналітико-статистичний, експедиційних досліджень, методи інформаційних технологій, математичного моделювання, опитувань і анкетувань.

3. Поняття «рекреація», «відпочинок», «туризм», «вільний час».

Рекреалогія (від лат. *rescreo* – відновлюю та грец. *logos* – вчення) – галузь знань про причини й способи здійснення рекреаційної діяльності як невід’ємної складової частини життя кожної людини й суспільства в цілому, соціально-культурні, економічні, антропо-екологічні механізми організації цієї діяльності і її наслідків.

Поняття «рекреація» являє собою сукупність етимологічних значень двох іноземних слів: від лат. *recreatio* – відновлення й франц. *recreations* – розвага, відпочинок, зміна дії, що виключають трудову діяльність і характеризують простір, пов’язаний із цими діями.

У науковій літературі термін *рекреація* з’явився у США наприкінці 20–х рр. ХХ ст. Його появі сприяло введення нормованого робочого дня, другого вихідного, літніх відпусток. Змістовним наповненням терміна *рекреація* стало відновлення витрачених у процесі трудової діяльності сил, фізичне і духовне оздоровлення людини. Водночас, термін рекреація може трактуватися й інакше, не лише як процес, а і як діяльність (система сервісу), і як місце (простір), у якому вони відбуваються.

Існує багато визначень поняття «рекреація», проте найбільш вживані в сучасній науковій літературі є такі:

– різноманітні види людської діяльності у вільний час, спрямовані на відновлення сил і задоволення широкого кола потреб як особистісних так і соціальних. Зокрема, розвиток навичок міжособистісного спілкування, підвищення трудового й культурного потенціалу суспільства, формування нових рис і якостей особистості, навичок сприйняття природних і культурних цінностей;

– процес відновлення фізичних, духовних і нервово-психічних сил людини, який забезпечується системою відповідних заходів і здійснюється у вільний від роботи час;

– це сукупність явищ і відносин, що виникають у процесі використання вільного часу для оздоровчої, пізнавальної, спортивної й культурно-дозвільної діяльності людей на спеціалізованих територіях.

Рекреація – це широке коло специфічних видів діяльності людей, спрямованих на відновлення фізичних і духовних сил, реалізація яких проходить на спеціалізованих територіях (як в межах, так і поза межами постійного проживання) і здійснюється у вільний час.

Відповідно *рекреант* – особа, яка відновлює свої розумові, духовні та фізичні сили на спеціалізованих територіях.

Рекреацію за її тривалістю умовно можна розділити на щоденну, короткочасну з поверненням на ночівлю у місця постійного проживання і без повернення (рекреація у вихідні дні наприкінці тижня, уїк-енд), й тривалу з

ночівлею поза місцем постійного проживання. Повсякденна рекреація здійснюється на територіях первісного житла, дозвільних і спортивних центрах, паркових і пляжних зонах. Територіально короткочасна рекреація обмежується міською і приміською зоною в радіусі одно-двогодинної пішохідної або транспортної доступності, а здійснення тривалої рекреації територіально практично не обмежено. За цією ознакою щоденна і короткочасна рекреація з поверненням на ночівлю в місце постійного проживання збігається з таким поняттям як відпочинок, а тривала рекреація з ночівлею поза місцем постійного проживання за своєю суттю відповідає туризму.

Ознаками рекреації, за Д. Ніколаєнком є:

- орієнтація на відновлення сил організму людини;
- відсутність зв'язку з виробничою діяльністю;
- відсутність зв'язку із задоволенням насущних потреб людини;
- активність (зазвичай за межами місця проживання).

Досить довго рекреація трактувалась як відпочинок за межами місця постійного проживання людини, на спеціально відведених територіях. Тепер такий вузький підхід до визначення рекреації критикується багатьма вченими.

Терміни *відпочинок* і *рекреація* часто використовуються й сприймаються як синоніми. Разом з тим, поширеною є думка, що поняття відпочинок є ширшим, ніж рекреація. Існують різні форми відпочинку, серед яких, наприклад, сон – одна з фізіологічних потреб людини (на сон припадає не менше третини людського життя), спорт та ін., у тому числі рекреація.

Відпочинок (дозвілля) – це специфічна діяльність людини, не спрямована на задоволення нагальних потреб; будь-яка діяльність (або бездіяльність), спрямована на відновлення сил людини. Людина відпочиває щодня, у вихідні дні, свята, під час відпустки та тоді, коли досягла пенсійного віку. Відпочинок носить індивідуальний характер і залежить від віку, професійної приналежності, освіти та інших характеристик особистості. Але зміни у ставленні та варіантах проведення відпочинку відбуваються і на рівні суспільства в цілому, що залежить від стадії його розвитку, традицій, моди.

Разом з тим, термін *відпочинок* іноді вживають у вузькому розумінні слова, як стан бездіяльності (денний сон, сидіння на терасі й дихання свіжим повітрям, лежання в гамаку), або спокійної діяльності (читання цікавої книжки, вечірня прогулянка перед сном). Відпочинок у вузькому розумінні цього слова є однією з форм рекреації, нарівні з туризмом і лікуванням.

З розвитком суспільства, із зростанням фізичного, інтелектуального, психічного навантаження на людину під впливом НТР, що знаменує нові технічні й технологічні можливості, змінюються й стають надзвичайно різноманітними способи й форми відпочинку.

Поняттям, на перший погляд тотожним з рекреацією, є *туризм* (вони мають спільні цільові настанови, використовують ті самі рекреаційні ресурси). Разом з тим, між цими термінами є принципові відмінності. Так, рекреація може мати пасивний характер і не детермінована часом і простором.

Туризм завжди має активний характер, тобто пов'язаний з виїздом людини з місця постійного проживання, причому на термін понад 24 години й

до 1 року. Короткочасне (до 24 годин) переміщення людей з метою отримання знань або естетичної насолоди й оздоровлення називають екскурсією. Термін рекреація, таким чином, є більш широким і включає в себе і туризм, й екскурсії, і відпочинок без переміщення із звичайного середовища існування. Усі вони розглядаються в рекреаційній географії як форми рекреації.

На відміну від міграції населення, ознаками якої є пересування через кордони тих чи інших територій зі зміною місця проживання, туризм ніколи не пов'язаний з оплачуваною діяльністю в країні (регіоні) тимчасового перебування, тобто турист, навпаки, витрачає гроші під час поїздки, а не заробляє їх. Якщо міграція може бути незворотною, туризм завжди обмежений часом (термін перебування туристів поза місцем постійного помешкання не перевищує одного року, або за деякими визначеннями – шести місяців).

Відповідно в науковій літературі склалися різні підходи до визначення туризму: юридичний, статистичний, економічний, соціальний, галузевий. У зв'язку з цим необхідно виявити основні складові ознаки цього поняття:

1. Тривалість туристської поїздки. На відміну від подорожей, туризм – це переміщення людей у досить короткі проміжки часу. Тривалі подорожі відбуваються лише одиницями індивідуумів. Туризм же – масове явище ХХ століття, що одержало свій розвиток у чинність сформованої в розвиненому суспільстві політико-економічної ситуації.

За статистикою, найбільшу частку займає туризм вихідного дня (2-3 дні), далі йдуть нетривалі туристські поїздки (6-7 днів), значно меншу частку займають 12-денні тури. Всі інші, триваліші, туристські поїздки випадають зі статистики через незначимість своєї питомої ваги в загальній масі. Взагалі можна визначити тривалість туристської поїздки від 24 годин до 6 місяців.

2. Важливою категорією визначення також є місце постійного проживання (місце проживання) і місце тимчасового відвідування. Туризм передбачає виїзд людей з місця свого постійного проживання в іншу місцевість в своїй країні або іншу країну. Переміщення в межах місцевості постійного проживання, наприклад, щоденні поїздки на роботу, не можуть бути віднесені до туризму. У країні, де є правовий інститут прописки, це – місце прописки, яке реєструється відповідними службами державної влади, що регулює міграцію населення. Місце тимчасового відвідування. Турист повинен обов'язково відвідати іншу країну або місцевість у своїй країні, відмінну від місця свого постійного проживання і обов'язково вибути з цього місця.

3. Найважливішою категорією є мета туризму. Головні цілі туризму: відпочинок, розваги, оздоровлення, лікування, пізнання, освіта, заняття спортом, професійно-ділові цілі, релігійні цілі.

4. Відстань. Важливим для визначення критеріїв туризму є відстань, на яку повинен від'їхати подорожуючий від свого звичайного місця проживання. Вона повинна бути адекватною, для того щоб цей індивідуум взяв ночівлю. Ночівля – головна ознака туризму й критерій віднесення мандрівника до категорії туристів.

5. Заборона заробляти гроші у відвідуваному місці. Турист не має права заробляти гроші в місці свого тимчасового відвідування з місцевого джерела.

Це положення не обмежує можливості туристів одержувати гроші з інших джерел, що не належать по економічних й адміністративних показниках, місць. Це дуже важлива ознака, відповідно до якої туристами є всі відрядні й ділові особи.

З урахуванням вище наведених ознак, *туризм* визначається як тимчасовий виїзд людей з місця свого постійного проживання в іншу країну або місцевість у межах своєї країни з метою оздоровлення, пізнання, професійно-ділових та інших цілях, без заняття оплачуваною діяльністю у відвідуваному місці на термін, що перевищує 24 години до одного року й із зобов'язанням покинути країну або місце перебування в певний строк.

Рекреація виконує важливі суспільні функції:

- медико-біологічну;
- соціально-культурну;
- економічну;
- виховну;
- екологічну.

Медико-біологічна функція полягає в санаторно-курортному лікуванні й оздоровленні. Оздоровлення – один із шляхів вирішення проблеми виробничого й позавиробничого психологічного стомлення людини. Лікування – відновлення здоров'я людини під час та після перенесеного захворювання.

Соціально-культурна функція – це провідна функція рекреації. Культурні або духовні потреби – це потреби пізнання в найширшому його аспекті: пізнання навколишнього світу й свого місця в ньому, пізнання змісту й призначення свого існування. Рекреаційна діяльність відкриває широкі можливості для духовного спілкування людини з природними, культурно-історичними й соціальними цінностями не тільки своєї країни, але й усього світу. На сьогодні часто спостерігається поєднання пізнавальних і розважальних функцій рекреації, наприклад, функціонування пізнавально-розважальних центрів.

Серед *економічних функцій* рекреації варто виділити декілька основних:

1. Головне місце посідає просте й розширене відтворення робочої сили. Завдяки рекреації підвищується здатність людини до праці, збільшується тривалість періоду збереження повноцінної працездатності, що веде до збільшення фонду робочого часу внаслідок скорочення захворюваності, підвищення життєвого тону.

2. З економічної точки зору важлива роль рекреації як нової форми споживчого попиту на специфічні товари й послуги. Розвиток рекреації сприяє формуванню цілої сфери господарської діяльності, що розширює асортимент продукції, як традиційних галузей промисловості так і сільського господарства. Наприклад, виробництво туристського спорядження, одягу, готельної меблі і встаткування, товарів туристського попиту (карти, буклети, парасолі, листівки, окуляри тощо), розвиток сувенірної промисловості.

3. Завдяки розвитку рекреації відбувається прискорений розвиток господарської структури певного регіону країни, збільшення надходжень до бюджету.

4. Розвиток рекреації веде до розширення сфери застосування праці, тобто збільшенню зайнятості населення за рахунок рекреаційного обслуговування у галузях, пов'язаних з рекреацією прямо й побічно. Роль економічної функції рекреації постійно зростає.

Рекреація є важливим засобом *виховання*. Туризм у багатьох країнах, як правило, із самого початку свого зародження був пов'язаний з патріотичним рухом, з вихованням у населення любові до батьківщини на основі знайомства із природою, історичним минулим. Велика роль туризму полягає й в інтернаціональному вихованні, толерантному ставленні народів один до одного, в зміцненні міжнародних зв'язків, сприяє зближенню націй.

Час є необхідною умовою зайняття рекреаційною діяльністю. Весь фонд часу людини розподіляється на робочий та позаробочий. В свою чергу позаробочий час складається із чотирьох різних функціональних груп:

- час для поїздки на місце роботи;
- час для задоволення природних потреб;
- час для домашньої праці й побутових потреб;
- час для фізичного, інтелектуального розвитку й відпочинку.

Ця частина позаробочого часу по суті являє собою вільний час.

Вільний час – це масив часу, не пов'язаний з виконанням людиною професійної діяльності, задоволенням фізіологічних потреб та з діяльністю вимушеного характеру (наприклад, пересуванням у транспорті). На вільний час (у такому його визначенні) припадає близько чверті суспільного часу.

Структура вільного часу й характер його використання залежать від віку й статі людини, соціальної приналежності й рівня доходів, національного менталітету, світогляду (релігії) та інших факторів. Та частина вільного часу, що використовується для рекреаційної діяльності, називається рекреаційним часом.

Вільний час є головною умовою здійснення рекреаційної діяльності. *Вільний час* – динамічна категорія, що вміщує риси певної епохи, соціальної групи; вільний час змінюється як за обсягом, так і за змістом. На сьогодні частка вільного часу складає у середньому 18-20 %. За циклічністю розрізняють щоденний (40 %), щотижневий (вихідні дні наприкінці робочого тижня – 35 %), щорічний (відпустка – 8 %) і пенсійний вільний час (13 %) та перерви в роботі (4 %).

На використання вільного часу значний вплив має так званий процес трансформації суспільної свідомості. Даний процес західноєвропейські дослідники назвали переходом від «суспільства робочого часу до суспільства вільного часу», який проявляється у зміні теоретичної концепції вільного часу та змін в системі духовних цінностей.

Історично розрізняють три фази розвитку концепції вільного часу:

- у 50-ті роки ХХ ст. домінувала орієнтація на використання вільного часу як засобу відновлення фізичних і духовних сил виключно з метою продовження плідної праці;
- у 60-70-ті роки ХХ ст. вільний час використовується на споживання матеріальних благ, які забезпечуються зростаючим добробутом суспільства

(придбання товарів, нерухомості, предметів розкоші);

– починаючи з 80-90 –х років ХХ ст. явною стає тенденція до гедонізації (від грец. hedone – задоволення) вільного часу – отримання задоволення, фізичне й емоційне розвантаження, зміна оточуючого середовища і діяльності визначають основний сенс проведення вільного часу.

Тобто споживання благ цивілізації не заради необхідності і не як самоціль, а заради насолоди життям. Суспільство так само продовжує більше споживати, але тепер це в меншому ступені стосується матеріальних благ і більше орієнтовано на отримання вражень, пізнання.

4. Зв'язок рекреаційної географії з іншими науками

У рекреаційній географії діяльність людини під час відпочинку посідає центральне місце, але при цьому рекреаційна географія визначається як комплексна наука, яка існує на стику соціології, географії, економіки, культурології, екології, саме тому має тісні міждисциплінарні зв'язки з іншими науками.

Рекреаційна географія є географічною наукою, оскільки вона тісно пов'язана і з науками географічного циклу: з економічною географією, географією населення, фізичною географією, медичною географією, екологією.

Економічна географія розглядає рекреаційну діяльність, туризм, ТРС як елемент господарської системи, як галузь господарства, вивчає вплив рекреації на територіальну структуру країни, району. Займається районуванням туризму, обґрунтовує ємність рекреаційних районів з урахуванням попиту й економічної ефективності, визначає оптимальний ступінь екстенсивності й інтенсивності використання території з погляду економічної доцільності, оптимізує територіальну організацію обслуговування в рекреаційних районах, розв'язує питання міжгалузевої «конкуренції» у районах розвитку туризму.

Географія населення розглядає вплив рекреаційної діяльності на систему розселення. Відомо, що туризм є значним містоутворюючим фактором сучасності. Географія населення вивчає рекреаційні потоки – своєрідні міграції населення.

Фізична географія займається оцінкою природних рекреаційних ресурсів, визначає стійкість природних комплексів (ландшафтів) до рекреаційних навантажень, вивчає такі важливі властивості територіальних природних комплексів, як рекреаційна комфортність і ємність.

Екологія розробляє питання, пов'язані з охороною природи у зв'язку з розвитком рекреації, тобто питання підтримки стійкості живої природи в умовах масового туризму.

Медична географія вивчає вплив природного середовища й регіональних умов життя, праці й відпочинку на здоров'я населення, а також географічне поширення окремих хвороб. Їй належить ключова роль у вивченні медико-біологічних аспектів рекреаційної діяльності. Особливо важлива її роль у вивченні психофізіологічної комфортності відпочинку й туризму, медико-біологічної ефективності рекреації в тому або іншому районі.

Разом з тим рекреаційна географія користується результатами та методами інших географічних наук, таких як геоекологія, метеорологія, кліматологія, гідрологія, геоморфологія, картографія та іншими.

Вивченням проблем рекреаційної діяльності в різних аспектах займаються й інші науки. Рекреаційна географія широко користується результатами досліджень соціології, соціальної психології, загальної психології й фізіології людини. У цьому плані особливо важливі результати соціологічних досліджень з таких питань, як структура використання вільного часу, обсяг і структура рекреаційних потреб для різних соціальних і вікових груп людей.

Тісними є також зв'язки з медициною, культурологією, соціологією, психологією, етнографією, соціоекологією, правом та багатьма іншими науками.

Рекреаційна географія спирається на результати досліджень тих розділів економіки, які вивчають споживчі види людської діяльності як складову частину всього суспільного відтворення. Важливість наукового співробітництва з останніми обумовлена тим, що в остаточному підсумку економічні можливості суспільства визначають масштаби й структуру організації рекреаційної діяльності, розвиток її матеріально-технічної бази, регулюють співвідношення між рекреаційними потребами й сукупністю вироблених рекреаційних товарів і послуг.

Тісні зв'язки має рекреаційна географія з такими науково-прикладними дисциплінами, як районне планування, містобудування, які в ході районно-планувальних і проектних робіт вирішують проблеми регіонального планування й організації місць відпочинку. Рекреаційна географія разом з іншими географічними науками озброює районних планувальників і проектувальників комплексом знань про географічну ситуацію у конкретному проектуваному районі.

Становлення рекреаційної географії дало розвиток новим науковим напрямкам, таким як географія туризму, регіональна рекреаційна географія, географія сфери обслуговування, рекреаційна архітектура, рекреаційна соціологія, рекреаційна психологія тощо.

Перетворення рекреаційної (туристичної) діяльності на міждисциплінарний об'єкт дослідження зумовило появу двох концепцій – рекреалогії й туризмознавства. Ці напрями наукового пошуку претендують на самостійність розвитку як міждисциплінарні галузі знань, які акумулюють теоретико-методологічні розробки різних природничих і суспільних наук у галузі рекреації й туризму.

Тема 2 Рекреаційна діяльність

План:

1. Рекреаційні потреби і рекреаційна діяльність.
2. Класифікація рекреаційної діяльності.

1. Рекреаційні потреби і рекреаційна діяльність.

Рекреаційні потреби – це вимоги до умов відновлення сил людини. Рекреаційні потреби зокрема, як і потреби людини в цілому, є продуктом історії. Формування рекреаційних потреб відбувається під впливом комплексу факторів, які можна погрупувати наступним чином:

– соціально-економічні фактори – рівень матеріального статку масового споживача, рівень цін на рекреаційні товари та послуги, наявність вільного часу, доступність інформації (реклама) про рекреаційні об'єкти і послуги;

– демографічні – вік, стать, сімейний стан, освіта, професія, приналежність до певної соціальної групи, регіон основного проживання та тип місцевості проживання (міська або сільська);

– особистісно-поведінкові фактори – індивідуальні особливості індивіда, стиль життя, інтереси, система духовних цінностей, мотивація рекреаційної діяльності, стан здоров'я;

– фактори культурного і суспільно-психологічного характеру – пріоритети в системі духовних цінностей суспільства в цілому, його окремих груп, досягнутий рівень психології споживання, вплив моди у виборі видів рекреаційних занять, існуючі традиції проведення відпочинку;

– ресурсно-екологічні фактори – масштаби і забезпеченість території різними видами рекреаційних ресурсів, екологічний стан навколишнього природного середовища;

– політичні фактори – безпека рекреаційних регіонів і об'єктів, відсутність збройних конфліктів, тероризму, піратства, дотримання міжнародних норм і правил щодо прав і свобод людини.

Рекреаційні потреби проявляються на трьох рівнях організації людей:

1. Суспільні потреби, які визначаються як потреби всього суспільства у відновленні фізичних і психологічних сил, а також всебічному розвитку всіх його членів; потреби в розширеному відтворенні соціально-трудового й соціально-культурного потенціалу суспільства.

2. Групові рекреаційні потреби відбивають зміст потреб певних соціальних груп населення.

3. Індивідуальні рекреаційні потреби визначаються як потреби у відновленні фізичних і духовних сил людини в її фізичному, інтелектуальному й духовному вдосконаленні. Вони вміщують у собі безліч рекреаційних занять, які задовольняють ці потреби: зміна звичного оточення, відновлення здоров'я, зняття втоми, пізнання навколишнього світу, подолання перешкод, задоволення естетичних потреб, духовне збагачення, біг від повсякденності тощо.

Індивідуальні рекреаційні потреби постійно розвиваються і впливають на структуру й своєрідність рекреаційних потреб соціальної групи, до якої

належать індивіди, а діяльність соціальних груп сприяє формуванню суспільних рекреаційних потреб. Однак такий вплив індивідуальних і групових рекреаційних потреб на суспільні рекреаційні потреби є вторинним. Провідним й визначальним виявляється зворотний вплив. Відносини суспільних, групових і індивідуальних рекреаційних потреб є діалектичними, тобто такими, у яких складові їх елементи взаємно впливають один на одного при провідній ролі суспільних потреб.

Рекреаційні потреби реалізуються в певних видах рекреаційної діяльності.

Рекреаційна діяльність – діяльність у вільний час, спрямована на відновлення й розвиток психічних, фізичних і духовних сил людини; це система заходів, пов'язаних з використанням вільного часу для оздоровчої, культурно-пізнавальної діяльності людей на спеціалізованих територіях, і характеризується, у порівнянні з іншими видами діяльності, зміною, розмаїтістю, незвичністю поведінки людей і самоцінністю процесу.

Рекреаційна діяльність має складну циклічну структуру, що охоплює добові, тижневі, квартальні, річні та життєві цикли рекреації. Кожний такий цикл відрізняється тривалістю, періодичністю, радіусом переміщення рекреантів. Цикли рекреаційної діяльності можна відрізнити й за їхньою суспільною функцією: лікувальні, оздоровчі, спортивні (спрямовані на фізичний розвиток людини), пізнавальні (спрямовані на духовний розвиток).

Основою формування рекреаційних циклів слугують *рекреаційні заняття*. *Елементарні рекреаційні заняття (ЕРЗ)* – внутрішньо цілісна, однорідна, не роздільна на технологічні компоненти рекреаційна діяльність.

У циклах рекреаційні заняття взаємопов'язані й утворюють комбінації, у яких кожне заняття відіграє певну роль. Виходячи з їх функціональної (у межах циклу) орієнтації рекреаційні заняття можуть бути цільовими (якщо вони є головним мотивом рекреаційної діяльності), допоміжними (урізноманітнюють рекреаційну діяльність), супутніми (не виконують рекреаційної функції, але фізіологічно й технологічно необхідні).

За даними зарубіжних соціологів, кількість елементарних рекреаційних занять подвоюється кожні 10 років, на початок XXI століття їх нараховувалось уже 100 тис. видів. Така величезна їх кількість зумовлює необхідність застосування типізації рекреаційних занять і зведення їх у групи – типи рекреаційної діяльності (однорідні групування рекреаційних занять).

Тип рекреаційної діяльності – однорідне угруповання елементарних рекреаційних занять, кожне з яких взаємозамінне й альтернативне для всіх інших елементарних рекреаційних занять даної групи. Інакше кажучи, до одного типу рекреаційної діяльності будуть належати взаємозамінні елементарні рекреаційні заняття. Так, за типологією рекреаційні заняття можна розділити на дві групи:

1. Група відновлення:

– рекреаційно-лікувальні, які являють собою систему занять жорстко обумовлених методами санаторно-курортного лікування – бальнеолікування, грязелікування, кліматолікування тощо;

– рекреаційно-оздоровчі, коло яких набагато ширше, різноманітніше і практично не обмежується: прогулянки, купання, сонячні ванни й тощо.

2. Група розвитку:

– рекреаційно-спортивні, спрямовані на розвиток фізичних сил людини – заняття всіма видами спорту;

– рекреаційно-пізнавальні покликані духовно розвивати людину – екскурсії, відвідання музеїв, театрів, кіноконцертних залів.

Вся розмаїтість елементарних рекреаційних занять у розгорнутій класифікації представлена 67 типами рекреаційної діяльності.

Кожне з ЕРЗ може бути віднесене до класу лідируючих або «провідних», залежно від того, чи є воно цільовим заняттям з позиції рекреаційних функцій. На цій підставі виділяються:

– цільові ЕРЗ, що стали головним мотивом рекреаційної діяльності;

– додаткові ЕРЗ, що не реалізують основну мету рекреації, але урізноманітнюють цикл рекреаційних занять, поживають його;

– супутні ЕРЗ, що не дають специфічного рекреаційного ефекту, але необхідні за фізіологічними та технологічними обмеженнями.

Наприклад, екскурсії будуть цільовими для реалізації пізнавальної функції, додатковими – для оздоровчої й супутніми – для лікувальної.

Рекреаційна діяльність є різноаспектною й різноманітною, тому її важко систематизувати. Існують різні класифікації рекреаційної діяльності. Наведемо деякі з них.

О.О. Бейдик пропонує таку класифікацію:

– за спрямованістю потоків туристів – внутрішній, в'їзний, виїзний;

– за обсягом території – національний, міжнародний, міжрегіональний, кругосвітній;

– за типом споживача – масовий, груповий, індивідуальний, елітний;

– за метою подорожі – курортно-лікувальний, курортно-розважальний, релігійний, діловий, навчально-освітній, пізнавальний, спортивний, військовий, екологічний, шоптуризм, ностальгичний;

– за терміном – короткочасний, тривалий, довготривалий;

– за характером рекреаційного середовища – міський, сільський, у природному середовищі;

– за типами природного середовища – наземний, підземний, водний, підводний, повітряний, комбінований;

– за ступенем ризику для життя – традиційний, екстремальний;

– за характером організації – організований, неорганізований (самодіяльний, «дикий»);

– за інтенсивністю та регулярністю туристичних потоків – постійний, сезонний (у т.ч. літній, зимовий), міжсезонний;

– за віком туристів – дитячий, молодіжний, дорослий, пенсійний, змішаний (у т.ч. сімейний).

О. Топчієв та Ц. Ван (2003) в основу класифікації поклали мотивацію рекреаційних потреб, яка може бути: духовною, пізнавальною, фізіологічною

(потреби лікування, оздоровлення, спорту), розважальною, економічною (послуги науково-технічної інформації, торгівля та ін.).

Стійка комбінація повторюваних рекреаційних занять за певний відрізок часу одержала назву циклу рекреаційної діяльності.

Цикл рекреаційної діяльності (ЦРД) – взаємопов’язане і взаємообумовлене сполучення типів рекреаційної діяльності, яке виникає на основі ведучого мотиву рекреаційної діяльності; – програма відпочинку, яка дозволяє на основі поведінкових можливостей і зразків реалізувати певні рекреаційні цілі, мотивації і вимоги рекреантів в конкретних умовах.

Знання циклів рекреаційної діяльності допомагає організаторам відпочинку повніше задовольняти рекреаційні потреби, раціонально організовувати рекреаційну діяльність і відповідно одержувати найбільші прибутки від реалізації правильно розроблених рекреаційних послуг.

Кожна людина самостійно несвідомо конструює ЦРД, виходячи з власних уявлень про корисність і атрактивність рекреаційної діяльності, звичок, моди, цін, грошових доходів і інших факторів. Найчастіше самостійно організована діяльність слабо відповідає рекреаційним потребам.

ЦРД повинен задовольняти двом фундаментальним вимогам: рекреаційна корисність й індивідуальна привабливість.

Таким чином, ЦРД становлять системну структуру, що адекватно відбиває властивості й відносини як суб’єкта, так і об’єкта рекреації. З їхньою допомогою можна врахувати рекреаційні потреби й сформулювати вимоги до умов їхньої реалізації, визначити технологію обслуговування.

Усього за допомогою оптимізації отримано 17 різних ЦРД:

- χ_1 – водний;
- χ_2 – альпійський;
- χ_3 – альпіністський;
- χ_4 – активно-оздоровчий;
- χ_5 – комерційно-діловий;
- χ_6 – лікувально-курортний;
- χ_7 – культурно-історичний (екскурсійний);
- χ_8 – мисливсько-рибальський;
- χ_9 – паломницький;
- χ_{10} – приморський;
- χ_{11} – пригородницький;
- χ_{12} – розважальний;
- χ_{13} – спортивний;
- χ_{14} – фестивально-конгресний;
- χ_{15} – екологічний;
- χ_{16} – екзотичний;
- χ_{17} – етнографічний.

Виділяють добові, відпускні, життєві цикли рекреаційної діяльності, цикли, характерні для певних вікових і соціальних груп. Добовий цикл рекреаційної діяльності, як певне сполучення елементарних рекреаційних занять, які здійснюються протягом невеликих відрізків часу, може бути

розглянутий як первинний осередок. Добові цикли рекреаційної діяльності здебільшого багаторазово повторюються протягом певного тривалого відрізка часу для однієї людини. Найбільш придатними для щоденного відпочинку є такі рекреаційні заняття: прогулянковий відпочинок, водні процедури, фізичні вправи, читання, перегляд телепрограм, самоосвіта; для щотижневого відпочинку – рухливі заняття на воді, спортивний туризм, спортивні ігри й вправи, екскурсійний, рибальсько-мисливський, розважальний цикл; для відпустки – активно-оздоровчий, спортивний, курортний, культурно-історичний.

Таким чином, рекреаційна діяльність полягає у виборі елементарних рекреаційних занять, з яких формуються типи рекреаційної діяльності, а далі з них складають цикли рекреаційної діяльності (програму відпочинку). Така процедура формування ЦРД дозволяє рекомендувати рекреантові оптимальні сполучення типів рекреаційної діяльності і відповідних ним занять.

ЦРД виступають структурною композицією рекреаційної діяльності, мають внутрішню цілісність і цільову орієнтацію. Враховують як групові, так і індивідуальні потреби рекреантів.

У цілому для сучасного етапу розвитку рекреаційної діяльності необхідно відзначити кілька тенденцій, що відбивають зміну в структурі рекреаційних потреб:

1. У рекреаційній діяльності беруть участь всі верстви населення, незалежно від віку, доходів, статі й ін. характеристик.
2. Скорочення тривалості відпускнуго періоду при одночасному збільшенні частоти виїздів на відпочинок.
3. Щорічне зростання кількості і видів нових рекреаційних занять: екологічний туризм, СПА, екстрим і ін. і відповідне залучення нових видів рекреаційних ресурсів.
4. Зростання значення відпочинкових, спортивних і оздоровчих занять.
5. Відносне зниження долі лікувальних занять.

2. Класифікація рекреаційної діяльності.

Найбільш розповсюдженими признаками, за якими проводиться класифікація рекреаційної діяльності є такі: територіальна ознака, тривалість, правовий статус, мета (ціль, мотивація) рекреаційної діяльності, сезонність, спосіб пересування, вік, кількість учасників, форма організації, використовувані транспортні засоби.

За *головним мотивом* рекреаційна діяльність може бути розподілена на лікувальну, оздоровчу, спортивну, пізнавальну. Останнім часом науковці до наведених вище мотивів рекреаційної діяльності стали додавати розважальний мотив.

Поділ вільного часу в залежності від характеру його використання на щоденний, щотижневий і щорічний дає змогу структурувати використання вільного часу для рекреаційних цілей і розглядати рекреаційну діяльність за періодичністю, територіальному охопленню, правовому статусу.

Так використання щоденного вільного часу і щоденна рекреаційна

діяльність безпосередньо пов'язані з власним помешканням і міським середовищем. Щотижнева рекреаційна діяльність здебільшого здійснюється на приміських рекреаційних об'єктах. Використання щорічного вільного часу територіально практично не обмежується.

Таким чином в залежності від *територіального охоплення* рекреаційна діяльність поділяється на:

- рекреацію в межах населених пунктів – міст постійного проживання;
- рекреацію приміську або місцеву;
- рекреацію дальню.

Відповідно в *залежності від тривалості*, рекреаційна діяльність поділяється на:

– короткочасну (до 1 доби), яка здебільшого відповідає поняттю короткотерміновий відпочинок в межах постійного проживання – щоденна і щотижнева (уїк-енд) рекреаційна діяльність;

– тривалу (понад 1 добу) – яка здебільшого співпадає з поняттям туризм.

Залежно від *правового статусу рекреаційна* діяльність може бути класифікована на: внутрішню (національна), яка здійснюється рекреантами, мешканцями країни на території власної країни і зовнішню (міжнародну) яка здійснюється рекреантами на території інших країн, які не є місцем їх постійного проживання.

Відпочинок включає численні різноманітні види людської діяльності і проходить в межах постійного проживання людини (власне помешкання, географічне місце постійного проживання – міський парк, центр розваг, аквапарк, клуб, кінотеатр, центри для певних видів спортивних занять, рекреаційні водойми з пляжами тощо), так на спеціалізованих територіях які знаходяться на порозі міста (рекреаційні ліси, лісопарки, гідропарки, лугопарки, центри для певних видів спортивних занять, рекреаційні водойми, екскурсійні об'єкти).

Рекреаційну діяльність *під час відпочинку* можна класифікувати за такими основними групами:

– діяльність, пов'язана з певними фізичними навантаженнями – (фізична рекреація) – зайняття спортом, фізичною культурою, прогулянки, плавання, купання;

– любительські заняття – полювання, збір ягід, грибів, садівництво, фотографування, художня творчість, танці та ін.;

– відвідування видовищних установ з метою розваг як активного так і пасивного характеру – кінотеатрів, клубів, цирків, театрів та інших, так званих, установ дозвілля;

– діяльність, пов'язана з розвитком особистості – читання літератури, перегляд телепередач, отримання додаткової освіти, екскурсійна діяльність;

– спілкування за інтересами, участь у різного роду масових заходах (свята, рольові ігри, реконструкції).

Ґрунтуючись на позиції, що туризм є однією з форм рекреації виділяють такі види туризму: оздоровчий, лікувальний, пізнавальний, діловий, релігійний, освітній, спортивний, екстремальний, сільський, екологічний.

Найбільш розповсюдженим і масовим видом туризму є *оздоровчий* туризм, основною метою якого є відпочинок, отримання задоволення і розваг. Даний вид туризму становить 70 % світового обсягу туристичного потоку. Він відрізняється поєднанням і насиченістю різноманітних рекреаційних занять, які характерні і для інших видів туризму: купання і сонячні ванни, різного роду оздоровчі і релаксаційні процедури, екскурсії, відвідування масових заходів, закладів культури, екскурсій, спортивні заняття, розважальні (анімаційні) заходи. Традиційно підвищеним попитом користується пляжно-купальний відпочинок як найкращий спосіб зняття нервового і фізичного стомлення, регенерації сил і енергії.

Лікувальний туризм – це сукупність явищ і відносин, що виникають під час подорожі і перебування людей, основною мотивацією яких є медичне обстеження, реабілітація організму після перенесеної хвороби, профілактика захворювань, в місцевостях відмінних від їх постійного місця проживання, які мають необхідні для лікування природні, матеріальні і людські ресурси (кваліфікований медичний персонал). Поряд з терміном лікувальний туризм використовуються терміни «лікувально-оздоровчий» і «курортний» туризм.

Пізнавальний туризм. Поряд з усталеним терміном «пізнавальний туризм» як синоніми використовуються терміни «історико-культурний туризм», «екскурсійний туризм», «туризм із метою вивчення культури», «культурно-розважальний туризм», «культурно-пізнавальний туризм».

Основним мотивом здійснення пізнавальних подорожей є задоволення зацікавленості, пізнавальних інтересів, підвищення освітнього рівня за різними напрямками. Пізнавальний туризм охоплює всі аспекти подорожі, в якій людина відвідає визначні культурні та природні об'єкти, дізнається про життя, традиції та звичаї іншого народу.

Діловий туризм. Саме поняття «діловий туризм» або «бізнес – туризм» навіть за міжнародними мірками досить нове. Як про самостійний і високоприбутковий вид туризму про нього заговорили в Європі й США в 70-80-і роки ХХ століття. На українському ринку цей сектор турбізнесу став посправжньому розвиватися лише в 90-х роках. У світі діловий туризм вважається основним сегментом ринку гостинності, однією з найбільш динамічно розвинених, провідних, самостійних і високорентабельних галузей туризму.

Діловий туризм дуже багатогранний, але в цілому його можна визначити як корпоративні та індивідуальні ділові поїздки, з метою участі в різного роду професійно-ділових заходах. Завдяки значній диверсифікації в професійній лексиці на позначення складових ділового туризму стали використовувати англійську аббревіатуру «MICE». Аббревіатуру формують перші літери англійських слів: M – Meetings (Зустрічі), I – Incentives (Інсентив, заохочувальні поїздки), C – Congresses (Конгреси), E – Exhibitions (Виставки).

Релігійний туризм є одним із самих давніх видів туризму і являє собою пересування людей до «святих місць» з метою відвідування храмів і монастирів у дні релігійних свят. Зародження паломництва пов'язане з формуванням у світі основних релігійних течій. Релігійний туризм визначається як вид туризму, при якому основна мотивація подорожі пов'язана з бажанням огляду, знайомства з

основними пам'ятниками релігійної культури.

Релігійний туризм має три форми:

– *паломництво* – різновид релігійного туризму, чинений віруючими людьми різних конфесій по святих місцях з метою поклоніння святому місцю, храму, іконі, святим мощам, релігійним реліквіям; здійснення релігійного обряду або участі в ньому; духовного вдосконалювання, одержання благодаті, зцілення духовного й фізичного; виконання обітниці, спокути гріха тощо;

– *екскурсійні тури* за релігійною тематикою здійснюються, як правило, за один день і становлять інтерес не тільки для віруючих, але й для широкої туристської аудиторії, що подорожує з пізнавальною метою;

– *спеціалізовані тури*, у яких поєднуються прочани й екскурсанти. Спеціалізовані тури розраховані як мінімум на три дні з відвідуванням релігійних святинь і архітектурних пам'ятників минулого. Іноді для організації таких турів необхідний дозвіл (благословення) представників церкви.

Освітній туризм – туристична подорож, під час якої турист має можливість сполучити відпочинок і освіту. Існує три різновиди цього виду туризму:

– *мовно-освітній*, розрахований на клієнтів різноманітних вікових категорій, основною метою яких є вивчення іноземної мови на різних рівнях складності. Такі поїздки індивідуальні і групові терміном на 2–3 тижні;

– *спортивно-освітні* – передбачає навчання різним видам спорту (грі в гольф, теніс, кінний спорт, серфінг). Під час таких поїздок туристи забезпечуються широким спектром додаткових послуг;

– професійне навчання – навчання і підвищення кваліфікації в різних галузях знань.

Спортивний туризм – вид подорожі, який передбачає активні і цілеспрямовані заняття фізичною підготовкою, спортивними вправами, тренуванням. Головне завдання спортивного туризму – забезпечення можливостей для занять обраним видом спорту; не олімпійський вид спорту, внесений в єдину спортивну класифікацію, який включає різноманітні туристсько-фізкультурні заняття і спортивні походи всіх категорій складності, чемпіонати, першості, змагання, комплексні заходи (зльоти), експедиції. Виділяють такі види спортивного туризму: пішохідний, лижний, гірський, водний, велосипедний, автомобільний, мотоциклетний спелеотуризм, вітрильний, кінний.

Екстремальний туризм – це комплекс спеціалізованих видів активного туризму, який передбачає значні (відповідаючи високим категоріям складності) фізичні і психоемоційні навантаження на подорожуючих і проводяться з використанням різних факторів природного середовища.

Види екстремального туризму:

– повітряні види екстремального туризму: парашутний спорт, фрістайл, скайсерфінг, V.A.S.E.-jumping, повітроплавання, балунінг, дельтапланеризм;

– водні види екстремального туризму: дайвінг, вейкбордінг, водні лижі, віндсерфінг, каякінг, рафтинг;

– ландшафтні (рельєфні) види екстремального туризму: маунтинбайкінг,

спелестологія, Х-Переґони, екстрим-гонки, мультиспорт, альпінізм, гірськолижний туризм, сноубординґ.

Сільський туризм. У визначенні сільського туризму можна простежити кілька підходів: *узагальнений* – коли сільський туризм розуміють як туризм, при якому туристи під час свого відпочинку ведуть сільський спосіб життя; *територіальний* – як туризм, який концентрується на сільських територіях; *сутнісний* – коли сільський туризм розглядають як відпочинковий вид туризму, сконцентрований на сільських територіях, що передбачає розміщення в сільських хазяїв і заняття всіма доступними видами оздоровчо-пізнавальної діяльності на прилеглих до дворогосподарств територіях з використанням місцевих ресурсів.

Екологічний туризм. Екотуризм являє собою напрямок, що активно розвивається в індустрії туризму і не завжди однаково розуміється в різних країнах, його форми динамічні, тому обмежувати його занадто суворими рамками й одним, єдино вірним, визначенням неможливо. Розвиток цього виду туризму пов'язаний з прийняттям Концепція переходу суспільства до стійкого розвитку, яка була прийнята ще в 1992 р. у Ріо-де-Жанейро в ході конференції ООН з навколишнього середовища й розвитку. Екотуризм – це свідоме використання навколишнього середовища на засадах й принципах стійкого розвитку. Визначення стійкого розвитку, згідно з ВТО, звучить у такий спосіб: «Стійкий розвиток туризму повинен задовольняти потреби туристів і приймаючих їх країн за умови збереження й збільшення майбутніх можливостей, що передбачає таке керування ресурсами, при якому економічні, соціальні й естетичні потреби могли б бути задоволені, у той час, як культурна цілісність, важливі екологічні процеси, біорізноманіття й системи життєзабезпечення підтримувалися б і зберігалися».

До екологічно безпечних й у багатьох відносинах близьким формами туризму є: м'який, природно-орієнтований, зелений туризм. Всі ці форми туризму й застосовані для їхнього позначення терміни тією чи іншою мірою зобов'язані своїм походженням і розвитком сильного впливу на сучасне суспільство екологічного імперативу.

У західній літературі екотуризм розглядається як нова галузь туризму, що забезпечує мінімальний вплив людини на відвідувані ландшафти.

Основними цілями екотуризму є: екологічна освіта, підвищення культури взаємин людини з природою, вироблення етичних норм поведінки в природному середовищі, виховання почуття особистої відповідальності за долю природи та її окремих елементів, а також відновлення духовних і фізичних сил людини, забезпечення повноцінного відпочинку в умовах природного середовища.

Все розмаїття видів екотуризму доцільно розділити на два основні:

– екотуризм у межах особливо охоронюваних природних територій (акваторій) – розробка й проведення таких турів є класичним напрямком в екотуризмі, а відповідні тури відносяться до екотурів у вузькому значенні даного терміна;

– екотуризм поза межами особливо охоронюваних природних територій

(акваторій).

За формою організації рекреаційна діяльність розподіляється на *організовану і неорганізовану*.

Організована рекреаційна діяльність передбачає отримання чітко визначених умовами обслуговування комплексу рекреаційних послуг, надання яких організовано фірмами-посередниками по мірі проходження заздалегідь розробленого маршруту і попередньо оплачується рекреантами. Прикладом організованої рекреаційної діяльності можуть бути – екскурсія, екологічний тур, пізнавальний тур.

Неорганізовані рекреанти не зв'язані жодними зобов'язаннями з організаціями посередниками і здійснюють свою діяльність на принципах самодіяльності та самообслуговування. Прикладом неорганізованої рекреаційної діяльності є піший похід, виїзд в приміську рекреаційну зону на пікнік, відвідування цікавих рекреаційних об'єктів і місцевостей.

За *кількістю учасників* рекреаційна діяльність поділяється на: індивідуальну (від одного до п'яти осіб), сімейну (три – п'ять осіб), групову (10 і більше осіб), масову.

За *віковими категоріями* розрізняють такі види рекреаційної діяльності: дитяча (до 14 років), молодіжна (15-29 років), осіб середнього віку (30-60 років), рекреаційна діяльність осіб третього віку (60 і більше).

Залежно від форм фінансування рекреаційна діяльність може бути:

- комерційна – здійснюється за власні кошти рекреанта;
- соціальна – можливість одержання відпочинку реалізується за рахунок систем соціального страхування, дотацій від держави, суспільних і комерційних структур.

Залежно *від сезонності* рекреаційна діяльність буває: сезонна і позасезонна.

Залежно *від способу пересування* рекреаційна діяльність підрозділяється на: активну, пасивну, комбіновану. Активна передбачає використання фізичної сили рекреанта і може бути пішохідна, велосипедна, водна, лижна тощо. Пасивна передбачає використання різних видів транспорту – автомобільна, автобусна, залізнична, авіаційна, річкова, морська. Нерідко для організації рекреації використовують і нетрадиційні способи пересування – підводні човни, криголами, повітряні кулі, тварин. Здебільшого рекреаційна діяльність за способом пересування має комбінований характер.

Тема 3 Рекреаційні ресурси.

План:

1. Рекреаційні ресурси та їх класифікація.
2. Оцінка рекреаційних ресурсів.
3. Природні рекреаційні ресурси.

1. Рекреаційні ресурси та їх класифікація.

Ресурси (від франц. додатковий, допоміжний засіб) – запас, резерв, можливість. Ресурси – це засіб задоволення будь-яких потреб, дефіциту; запас, резерв, яким можна скористатись у разі необхідності. Ресурси – це компоненти зовнішнього середовища, що дозволяють задовольняти або роблять можливим задоволення потреб людини і сприяють досягненню соціальної мети.

Складність визначення поняття рекреаційних ресурсів залежить від декількох факторів:

1. Рекреаційні ресурси – це категорія історична, бо в залежності від зміни певних історичних умов відбувається поява нових видів рекреаційної діяльності, що в свою чергу призводить до змін уявлень як про необхідний обсяг використовуваних ресурсів, так і про їх якісний склад.

2. Поняття рекреаційних ресурсів залежить від рівня організації рекреаційної діяльності, і від того здійснюється вона в межах одного рекреаційного підприємства, рекреаційного району чи рекреаційної галузі в цілому.

3. Визначення рекреаційних ресурсів ускладнюється різноякісністю і різним генезисом ресурсів.

Науковці трактують рекреаційні ресурси досить по-різному, називаючи в якості таких: окремі елементи середовища; геосистеми і їх елементи; певні даності (природні, господарські, історичні); комплекси і їх елементи (природні, природно-технічні, соціально-економічні); процеси; складові загальних ресурсів (природних, культурних, соціально-економічних); об'єкти і явища та ін.

Дискусійним в рекреаційній географії є співвідношення понять «рекреаційні ресурси» та «умови рекреаційної діяльності». Проте існує об'єктивна необхідність їх розрізнення. Так, Л. А. Багрова, М. В. Багров і В. С. Преображенський відносять до рекреаційних ресурсів ті «природні, природно-технічні і соціально економічні геосистеми і їх елементи, котрі при існуючих технічних і матеріальних можливостях можуть бути використані для організації рекреаційного господарства». Названі автори основну увагу зосереджують на розгалуженні понять «умови рекреаційної діяльності» і «рекреаційні ресурси». Елементи середовища, на їхню думку, виступають спочатку як умови рекреаційної діяльності. Коли ж будуть визначені їх якість і підраховано їх запаси, то вони перейдуть в категорію ресурсів. Подібної точки зору дотримуються О. О. Бейдик, В. І. Преловський та ряд інших авторів.

Ю. А. Веденін та І. І. Пирожник вважають, що умови рекреаційної діяльності переходять в рекреаційні ресурси в зв'язку з появою рекреаційного

попиту, після витрат на їх вивчення, оцінку та підготовку до експлуатації. Існує і принципово інша думка, згідно з якою, рекреаційними стають ті ресурси або їх групи, які функціонально необхідні для конкретних певних видів відпочинку (лікувально-мінеральні води і грязі, кліматичні, ландшафтні та ін.). До цього переліку не входять природні умови, які не беруть безпосередньої участі в рекреаційному процесі, але справляють на нього позитивний або негативний вплив, тобто вони є умовами рекреаційної діяльності.

Подібну думку розподіляє і М. С. Нудельман, який відносить до рекреаційних ресурсів природні територіальні комплекси, окремі компоненти природного середовища та їх речовинні складові, які мають сприятливі для рекреаційної діяльності якісні і кількісні параметри і складають матеріальну основу для організації відпочинку, туризму, лікування і оздоровлення людей.

Рекреаційні умови він трактує як компоненти і властивості природного середовища, які сприяють рекреаційній діяльності, але не є її матеріальною основою.

Сазикін А. М. розглядає розмежування даних понять з використанням базових географічних термінів «природні ресурси» і «природні умови». Так, природні умови – це елементи географічного середовища, які людина безпосередньо не використовує у виробничій діяльності, але без яких її існування неможливе. Природні ресурси – це ті елементи географічного середовища, які людина безпосередньо використовує в своїй виробничій діяльності. Так, клімат стає не умовою, а ресурсом, коли починає використовуватися в господарській діяльності, наприклад, в сільському господарстві і стає агрокліматичним ресурсом. Аналогічно клімат є лише умовою рекреаційної діяльності, коли мова йде про організацію пізнавальних видів рекреації, а ресурсом, коли мова йде про організацію гірськолижного чи пляжно-купального відпочинку.

Умови рекреаційної діяльності – поняття більш широке, ніж рекреаційні ресурси. Умовами є компоненти і властивості середовища, що дозволяють (або навпаки обмежують) здійснення рекреаційної діяльності, не приймаючи у рекреаційній діяльності безпосередньої участі. Рекреаційні ресурси навпаки вміщують ті властивості і елементи середовища, які безпосередньо беруть участь в організації рекреаційної діяльності і є її основою. Для кожного з видів рекреаційної діяльності необхідним є певне сполучення рекреаційних ресурсів, які повинні мати відповідні кількісні і якісні характеристики. Особливістю рекреаційної діяльності є також те, що одні й ті самі елементи середовища для різних видів рекреаційної діяльності можуть виступати і в якості умов, і в якості ресурсів.

Найбільшого розповсюдження набув перший вид класифікацій, він є традиційним, більш ґрунтовним, практично-орієнтованим. Найчастіше в якості рекреаційних ресурсів розглядаються окремі компоненти географічного середовища, зокрема два їх типи природні і культурно-історичні ресурси; три види рекреаційних ресурсів виділяє більша кількість дослідників, причому класифікації виглядають таким чином:

– природні – природно-технічні (антропогенні) – соціально - економічні;

– природні – історико-культурні – соціально-економічні.

Також присутні наукові дослідження, в яких домінує тільки один вид рекреаційних ресурсів (здебільшого це природні ресурси).

Другий вид класифікацій є менш поширеним. Він заснований на розподілі рекреаційних ресурсів в залежності від використання для різних форм рекреаційної діяльності. В залежності від цих форм, різні автори пропонують, і в більшості випадків, окремо розглядають: туристські, лікувальні ресурси та ресурси відпочинку.

Ресурси відпочинку – це частина рекреаційних ресурсів, яка знаходиться територіально поблизу населених пунктів чи в їх межах, і покликана задовольняти потреби населення в короткочасній рекреації – відпочинку.

Ресурси туризму мають ширшу просторову орієнтацію.

Використання другого типу класифікацій, є цікавим, але практично обмеженим, оскільки в реальному житті дуже важко розрізнити ресурси, які мають бути задіяні окремо лише для відпочинку, туризму або лікування. Так, одне й теж саме джерело мінеральних вод, яке знаходиться в курортній місцевості, може використовуватися відпочиваючими на цьому курорті, місцевими жителями, які приїжджають провести вихідні дні на природі курорту, і туристами, які відвідують курорт в рамках екскурсії чи туристської подорожі.

Рекреаційні ресурси – це об'єкти і явища природного і антропогенного походження, які мають сприятливі кількісні і якісні характеристики і використовуються або можуть бути використані для організації рекреаційної діяльності.

Основу законодавчої бази в галузі рекреації в Україні становлять:

– Закон України «Про охорону навколишнього природного середовища» (1993);

– Закон України «Про природно-заповідний фонд» (1992);

– Земельний Кодекс України (2002);

– Закон України «Про туризм» (2003);

– Закон України «Про курорти» (2000).

КЛАСИФІКАЦІЯ РЕКРЕАЦІЙНИХ РЕСУРСІВ



Рис. 1. Класифікації рекреаційних ресурсів.

Загальнопоширені природні лікувальні ресурси – ресурси, які

зустрічаються в різних районах України і мають значні запаси та придатні для використання з метою лікування, медичної реабілітації та профілактики захворювань.

Таким чином, на законодавчому рівні в Україні затверджено тільки два види рекреаційних ресурсів: туристські і природно-лікувальні ресурси, незважаючи на багаторазове використання поняття «рекреаційні ресурси» фахівцями в різних частинах природно-ресурсного законодавства, зокрема, в Земельному Кодексі, Законі України «Про охорону навколишнього природного середовища» та Законі України «Про природно-заповідний фонд» у законодавстві його однозначне визначення відсутнє.

Будь-яка діяльність, у т.ч. рекреаційна, потребує наявної ресурсної бази. *Рекреаційні ресурси* – це компоненти природного середовища, феномени соціокультурного характеру, які завдяки їх властивостям можуть бути використані для організації на певній території рекреаційної діяльності. Залучення тих чи інших ресурсів до розряду рекреаційних багато в чому залежить від рекреаційних потреб населення (окремих індивідів, їх груп, суспільства). Саме на задоволення цих потреб спрямована рекреаційна діяльність.

Рекреаційно-ресурсний потенціал – сукупність природних, історико-культурних та соціально-економічних умов організації рекреаційної діяльності на певній території.

2. Оцінка рекреаційних ресурсів.

Складність оцінки рекреаційних ресурсів залежить від багатьох факторів – відсутність чітко розроблених і усталених методик, забезпеченість інформацією про якість і кількість ресурсів, розрізнення рівнів оцінювання, проблема переходу від вимірювання властивостей об'єкта до його оцінки, визначення форм виразу оцінок, суб'єктивність оцінок.

В оцінці завжди присутні об'єкт і суб'єкт. Об'єктом в оцінці виступають кількісні і якісні характеристики природних, соціально-економічних та історико-культурних ресурсів в цілому або їх окремих елементів, та їх територіальні поєднання, а суб'єктом може виступати рекреаційна галузь, різні ранги ТРС, суспільство в цілому, окремі групи рекреантів, рекреант. Багаторівневість суб'єктів оцінки обумовлює різні підходи до оцінки рекреаційних ресурсів в залежності від того ведеться вона з позицій відпочиваючого або з позицій організаторів відпочинку.

Необхідність в оцінці рекреаційних ресурсів з позицій відпочиваючих здебільшого виникає при необхідності вибору для відпочинку того чи іншого рекреаційного закладу, такий вибір здебільшого обмежуються періодом на вихідні дні чи найближчу відпустку. Оцінка з позицій організатора відпочинку зазвичай пов'язана з проектуванням нових рекреаційних об'єктів, реконструкцією вже існуючих, раціоналізацією використання наявних рекреаційних ресурсів. При цьому оцінювання здійснюється на достатньо тривалу перспективу 10-20 років і більше. При цьому об'єктами оцінки можуть виступати рекреаційні об'єкти різного рангу, від одного підприємства до

рекреаційних регіонів і зон.

Під оцінюванням рекреаційних ресурсів розуміють процедуру визначення якостей певного рекреаційного об'єкту відповідно до способу його використання для задоволення потреб суспільства, галузі, закладу або рекреанта – тобто суб'єктів рекреації різного рангу. Предметом оцінки є взаємозв'язки об'єкта і суб'єкта оцінки.

Оцінюванню притаманні багатокритеріальність, неоднозначність, історизм, ієрархічність та суб'єктно-об'єктний характер. Для здійснення оцінки рекреаційних ресурсів найбільшого розповсюдження отримав метод бальних оцінок. Теорія і практика застосування бальних оцінок у географії розглядалася в ряді робіт. Класичною для географів вважається робота Д. Л. Армада, а для рекреаційної географії – Л. І. Мухіної. Бальні оцінки знаходять все більш широке застосування, вдосконалюється методика їх отримання, хоча сама можливість їх використання залишається дискусійною. При цьому характеристики рекреаційних ресурсів можуть вимірюватися як відносними так і натуральними (кількісними) величинами. Тому для формалізації і раціоналізації отримання інтегральних оцінок використання бальних методів є єдиною можливим методом оцінки.

Основні етапи оцінки рекреаційних ресурсів:

1. Визначення мети і завдань дослідження.

При проведенні оцінки необхідно визначити об'єкт і суб'єкт оцінки, їх ранги, а також конкретні види рекреаційної діяльності на оцінюваних об'єктах, оскільки кожне заняття і кожна категорія рекреантів висувають власні вимоги до відповідних груп рекреаційних ресурсів.

2. Відбір показників, які враховуються при оцінці.

Необхідно виявити вимоги, які пред'являє суб'єкт до об'єкту і на їх основі визначити необхідні властивості і показники, за якими ці властивості слід оцінювати. Наприклад, вимоги, які висувають рекреанти до водних акваторій будуть різнитися для різних рекреаційних занять – купання, заняття водними видами спорту, риболовля. На основі цих вимог формується перелік показників. Для купання важливими будуть такі характеристики, як наявність пляжу, площа водного дзеркала, доступність до води, температура і чистота води, глибина біля берегу, характер берегів. Для заняття водними видами спорту – площа акваторії, довжина, глибина водойми. Для рибної ловлі – кількісний і якісний склад рибних ресурсів водойми, доступність до води і ін.

3. Розробка оціночних шкал для окремих показників.

Необхідність окремих оцінок пов'язана з тим, що оцінити рекреаційні ресурси певного об'єкту в цілому не можливо, не оцінивши окремі їх складові. Компонентні оцінки дозволяють виявити відносний вплив того чи іншого компоненту, що є досить важливим при розробці і виконанні оптимізаційних заходів, так як підвищити загальний ресурсно-рекреаційний рейтинг території можливо лише шляхом впливу на окремі властивості рекреаційних ресурсів.

Практично розробка шкали оцінок зводиться до вибору числа оціночних шаблів, встановленню інтервалів між ними і розбивки по цих інтервалах шкали вимірювань. Як зазначає Мухіна Л.І., для оцінки окремих показників

найчастіше використовуються 3 і 4-х бальні (трьох – і чотирьохступінні) шкали, іноді і більше. Використання саме таких шкал в оцінці обумовлюється також амплітудою значення показників, можливостями точності вимірювання, заданою детальністю дослідження.

При визначенні інтервалів оціночних шкал в кожному конкретному випадку використовуються як лінійні, так і нелінійні залежності між вимірюванням та оцінкою, а також рівні і нерівні інтервали.

4. Отримання часткових оцінок.

Отримання часткових оцінок зводиться до переводу по розробленим оціночним шкалам виміряних показників в оцінки.

5. Отримання загальних інтегральних оцінок.

При розробці інтегральних шкал можливе використання різних способів об'єднання окремих оцінок, але частіше всього використовується складання балів. Такий спосіб переважно використовується при оцінках, коли кожен об'єкт оцінюється за рядом ознак, а потім вводиться загальний бал для міркувань щодо придатності даного ресурсу, об'єкта обраній меті. Іноді для об'єднання окремих оцінок використовують перемноження. При більш складних зв'язках суб'єкта і об'єкта слід використовувати перемноження, при більш простих – підсумовування.

Вага всіх оцінюваних компонентів при інтегральних оцінках приймається рівною одиниці, або їх враховують з введенням коефіцієнтів значимості оцінок окремих показників.

Отримані інтегральні оцінки можуть мати різні форми вираження: словесні оцінки типу: слабкий-середній-потужний, високий-середній-низький, непридатний – слабо придатний – придатний, помірний-посередній-високий; цифрові – категорії I, II, III, бали, ранги, рейтинги.

6. Аналіз отриманих результатів.

В рекреаційній географії склались такі основні типи оцінки рекреаційних ресурсів: медико-біологічний, технологічний і психолого-естетичний.

Медико-біологічна оцінка відображає вплив природних факторів на організм людини. Головним об'єктом оцінки виступають кліматичні ресурси, які найбільшим чином впливають на самопочуття та здоров'я людини. Розроблено ряд методик, які дозволяють оцінити вплив комплексу кліматичних факторів на стан організму людини.

Технологічна оцінка передбачає визначення можливого ступеню взаємодії природного середовища і людини для здійснення рекреаційної діяльності. При технологічному типі оцінки суб'єктом здебільшого виступає рекреаційна галузь, а оцінці підлягають придатність території для певного типу рекреаційних занять та можливість її інженерно-будівельного освоєння.

Поява психолого-естетичного типу оцінки викликана об'єктивною закономірністю тяжіння рекреантів до територій, які мають найбільшу естетичну цінність. При її проведенні визначається емоційна дія природного ландшафту або його компонентів, іноді окремих історико-культурних об'єктів на рекреанта. Естетична оцінка природних ландшафтів, в більшості залежить від стану суб'єкта, його приналежності до певних вікових, соціальних, етнічних

груп, від конкретного психо-емоційного стану суб'єкта оцінки, від того пересувається він пішки або автомобілем. Методика такої оцінки постійно вдосконалюється.

Здебільшого економічну оцінку застосовують для визначення економічної цінності природних рекреаційних ресурсів, тому що саме вони є безпосередніми, технологічно обов'язковими для організації рекреаційного господарства на даній території.

Економічна оцінка необхідна для цілей посилення охорони цих ресурсів і створення стимулів для їхнього раціонального використання (через установа плати за експлуатацію природних багатств). Така оцінка дозволяє визначати ефективність різних заходів, спрямованих на більш повніше й раціональне використання ресурсів.

На сьогодні більш розробленими є такі методи економічної оцінки рекреаційних ресурсів:

- **витратний** – передбачає оцінку по витратах на освоєння ресурсів;
- **рентний** – за результатами їх експлуатації. У практиці рекреаційного господарювання застосовується три види платежів:
 - платежі за використання природних рекреаційних ресурсів;
 - відрахування за понаднормативне їх використання і за користування загальною інфраструктурою;
 - штрафні санкції, які накладаються безпосередньо на керівників закладів відпочинку за невиконання ними встановлених вимог щодо організацій та ведення рекреаційного господарства.
- **визначення економічного ефекту від рекреаційно-туристичного оздоровлення.** Наприклад, В. І. Мацола пропонує визначати економічну ефективність використання рекреаційних ресурсів з оздоровчою метою за формулою:

$$E \sum_{(n)} = E_1 + E_2 + E_3 + E_4 + E_5 + E_6 + E_7,$$

де $E \sum_{(n)}$ – економічна ефективність протягом року;

E_1 – приріст виробництва одиниці валового національного продукту, створеного працівниками, зайнятими у виробничій сфері, внаслідок скорочення тривалості їх тимчасової непрацездатності протягом року після оздоровлення;

E_2 – зменшення витрат на оплату лікарняних, пов'язаних із тимчасовою непрацездатністю працівників, протягом одного року після оздоровлення;

E_3 – збільшення валового національного продукту, виробленого працівниками, зайнятими у сфері матеріального виробництва, за рахунок підвищення продуктивності праці протягом одного року після рекреаційного оздоровлення;

E_4 – збільшення частки, внесеної працівниками у виробництво ВВП, внаслідок збільшення тривалості їх працездатності протягом наступного року після оздоровлення;

E_5 – зниження витрат на стаціонарне лікування протягом одного року після рекреаційного оздоровлення;

E_6 – зниження витрат, пов'язаних з обслуговуванням у поліклініці протягом одного року після рекреаційного оздоровлення;

E_7 – зростання виробництва ВВП за рахунок зменшення кількості відвідувань працівниками лікувальних закладів у робочий час протягом одного року після рекреаційного оздоровлення.

Доцільність використання того чи іншого підходу до оцінки рекреаційних ресурсів зумовлена характером самих ресурсів.

3. Природні рекреаційні ресурси.

Природні рекреаційні ресурси – природні та природно-технічні геосистеми, природні об'єкти явища і процеси, що мають необхідні якісні і кількісні параметри для організації рекреаційної діяльності.

За об'єктивними ознаками, до природних рекреаційних ресурсів відносяться кліматичні, бальнеологічні ресурси і лікувальні речовини (лікувальні мінеральні води, грязі, озокерит), водні (річкові системи, природні водойми, морські акваторії), пляжні, ресурси рельєфу (певні форми рельєфу, в тому числі печери), біологічні (рослинний і тваринний світ) та природні пейзажі та краєвиди. В цій групі виділяється окрема підгрупа природно-антропогенних ресурсів, це – природно-антропогенні геосистеми, до складу яких входять як природні, так і штучно створені (антропогенні об'єкти): штучні пляжі, об'єкти природно-заповідного фонду, штучні водойми.

Рекреаційні кліматичні ресурси визначають за комплексними показниками, які відображають зв'язок метеорологічних умов та самопочуття людини. Ці показники дають уявлення про сутність сприятливості клімату та умови проведення відпочинку, лікування і окремих видів туризму. Найбільший вплив клімату виявляється через реакцію людини на погоду, тобто на комплекс геофізичних (освітленість, тривалість світлової частини доби, сумарна сонячна та ультрафіолетова радіація, прозорість повітря) і метеорологічних елементів (температура повітря, його вологість, швидкість вітру, хмарність). Клімат також визначають як типовий для даної місцевості хід погод, визначений багаторічними спостереженнями.

Метод ефективних температур. В даному методі для оцінки клімату використовується система умовних (ефективних) температур. Ними характеризується комплексний вплив метеорологічних елементів: температури повітря, відносної вологості, швидкості вітру, сонячної радіації й довгохвильового випромінювання. Комплексний показник, що характеризує вплив температури й вологості, називається ефективною температурою (ЕТ); температури, вологості й швидкості вітру – еквівалентно-ефективною температурою (ЕЕТ); температури, вологості, швидкості вітру й сонячної радіації – радіаційно-еквівалентною температурою (РЕТ). З вченням про умовні температури пов'язане поняття «зона комфорту», що для багатьох людей лежить у межах від 17 до 23°C. Поза цією зоною людина відчуває охолодження або перегрівання. «Зона комфорту» для активних рекреантів лежить у межах 12-16° ЕЕТ.

Все різноманіття погоди аналізується за допомогою класифікації, що виділяє 16 класів погоди, які в свою чергу, утворюють три групи: безморозної погоди (8 класів), погоди з переходом температури повітря через 0°C (2 класи) і морозної погоди (6 класів). Найбільш сприятливі для людини всі класи погод, коли вдень багато сонця, великий прихід видимих і ультрафіолетових променів, гарна освітленість, а навколишні ландшафти особливо привабливі. У відповідності зі значенням контрастної мінливості виділяють такі режими погоди: дуже стійкий (до 25%), стійкий (25-34%), мінливий (35-50%), сильно мінливий (більше 50%).

Метод оцінки теплового стану людини за Е. М. Ратнером. При оцінці впливу на організм умов погоди велика увага приділяється теплообміну тіла з навколишнім середовищем, тому що в остаточному підсумку, стан організму багато в чому визначається тепловідчуттям. Пошуки об'єктивної оцінки впливу погоди на тепловий стан людини привели до такого критерію як ступінь напруги терморегуляторних механізмів організму, що визначається або за зміною середньої зваженої температури тіла людини, або за зміною величини потовиділення. Залежно від середньозваженої температури з обліком тепловідчуття типи погод були розподілені на категорій – від украй холодної до дуже жаркої.

Комфортний стан – найбільш приємне теплове відчуття, коли людина не відчуває ні жару, ні холоду, виникає при середньозваженій температурі шкіри 31-33°. При жаркій погоді напруга терморегуляторних механізмів організму характеризується величиною потовиділення, а при холодній погоді – величиною середньозваженої температури шкіри.

На основі попередньої класифікації Н.І.Данилова запропонувала оцінку погод за сприятливістю їх для проведення відпочинкових занять, оздоровлення і туризму. Дана методика дає можливість класифікувати погоди для окремих видів рекреаційних занять, що не враховує жодна інша методика. Так для літнього відпочинку, туризму і лікування згідно з методикою всі типи погод підрозділяються на:

– комфортні (максимальної сприятливості), при яких всі заняття відпочинку і туризму можливі 1. Оздоровчі – купання, сонячні і повітряні ванни, прогулянки (пішохідні, автомобільні, водні), збір ягід і грибів 2. Спортивні – спортивні переходи під час тривалих пішохідних подорожей, спортивні ігри, вело і водні прогулянки та спортивні заняття на воді. 3. Пізнавальні – відвідування та огляд різного роду історико-культурних пам'яток;

– жаркі і прохолодні субкомфортні (середньої сприятливості), при яких заняття можливі, але з певними обмеженнями. При прохолодному субкомфорті особливо корисні спортивні ігри, які ведуть до надмірної теплопродукції організму, виключаються заняття на воді, окрім водних видів спорту, плавання і купання можливі лише в разі наявності спеціальних утеплених приміщень для переодягання та спуску до води.

Можливе прийняття сонячних ванн в місцях захищених від вітру. При жарких субкомфортних типах погод рекомендуються види рекреаційних занять,

які сприяють виходу з організму надмірного тепла: заняття на воді, прийняття повітряних ванн в затемнених місцях. Добувальські види рекреації не обмежуються ні при холодному, ні при жаркому субкомфорті.

Дискомфортні (несприятливі), які виключають можливість цих занять. Комфортні, жаркі і прохолодні субкомфортні погоди разом формують сприятливий період, а холодні і жаркі дискомфортні погоди з додаванням днів, які виключені через несприятливі метеорологічні явища (грози, вітри силою більше ніж 6 м/с, зливи більше 3 мм за світовий день або заметілі і т ін.), формують дискомфортний період.

Методика дозволяє проаналізувати фізіологічний аспект оцінки умов рекреаційної діяльності, оскільки визначається тривалість періодів з певними кліматичними умовами сприятливим для людини, а також технологічний аспект оцінки коли визначається тривалість періодів з кліматичними умовами, сприятливими для організації певного комплексу рекреаційних занять.

Україна належить до держав зі сприятливими погодними умовами для літніх видів рекреації. Тривалість сприятливого періоду для їх розвитку у середньому змінюється від 105 днів на півночі до 180 – на південному березі Криму. Отже, комфортні погодні умови для розвитку літніх видів відпочинку, туризму існують не тільки влітку, але й на початку осені і в другій половині весни. Тривалість сприятливого періоду для зимових видів рекреації змінюється від 20-26 днів на півдні до 40 і більше днів на півночі та північному сході. Для зимових видів відпочинку найсприятливіші умови існують на гірських масивах Полонинського, Верховинського та Черногорського хребтів Українських Карпат, де період занять гірськолижними видами відпочинку та спорту триває 90-100 днів.

Природні лікувальні (курортні) ресурси мають обмежене поширення або невеликі запаси у місцевостях з особливо сприятливими і ефективними для використання з метою лікування, медичної реабілітації та профілактики захворювань. До них належать: мінеральні і термальні води, лікувальні грязі, озокерит, ропа лиманів та озер, морська вода, природні об'єкти і комплекси із сприятливими для лікування кліматичними умовами.

Курорт – (нім. Kurort – лікувальна місцевість) – місцевість, що має природні лікувальні фактори та необхідні умови використання їх з лікувально-профілактичною метою. Курорт, окрім природних лікувальних ресурсів, повинен мати спеціальне обладнання для раціонального застосування курортних ресурсів (бурові свердловини, пункти грязедобування, лікувальні пляжі, теренкури тощо) і рекреаційні заклади, передбачає також наявність культурно-освітніх, спортивних, торгівельних та інших установ, а також транспорту доступність та інші умови, необхідні для забезпечення нормальної життєдіяльності, відпочинку, лікування та оздоровлення.

За характером природних лікувальних ресурсів курорти діляться на три групи: кліматичні, бальнеологічні й грязьові. На бальнеологічному курорті в якості головного лікувального фактора використовуються природні мінеральні води. Інший тип курортів – грязьові, прив'язані до родовищ лікувальних грязей (пелоїдів). Кліматичні курорти в якості основного лікувального фактору

використовують кліматичні і мікрокліматичні особливості певної території. Курорти, на яких використовують відразу кілька лікувальних факторів, утворюють перехідні типи і відповідно називаються бальнеокліматичними, кліматобальнеогрязевими, бальнеогрязевими.

Клімат, як головний лікувально-профілактичний фактор, є основою для створення кліматичних курортів.

Серед кліматичних курортів виділяють приморські, гірські та рівнинні. Для кліматичних курортів характерне поєднання трьох найважливіших факторів: тривалість періоду часу, найбільш сприятливого для кліматолікування, значний вибір кліматичних впливів, оснащення курортів спеціальними кліматолікувальними спорудами – аеросолярії, кліматопавільони, лікувальні пляжі. До спеціальних методів кліматотерапії належать аеротерапія, геліотерапія, таласотерапія.

Аеротерапія – використання свіжого повітря в лікувальних і профілактичних цілях. Аеротерапія – найважливіший метод кліматолікування, який застосовують в різних кліматичних зонах в різні пори року. Фізіологічний і оздоровчий вплив аеротерапії полягає у: підвищеному постачанні кисню в організм, через що активізується і нормалізується процес окиснення в тканинах; ефекті охолодження – активізується стимулювання обмінних процесів; психоемоційному впливі – перебування на відкритому повітрі в мальовничих місцевостях позитивно впливає на центральну нервову систему, викликає позитивні емоції, підвищує настрій.

Геліотерапія – застосування сонячних променів з лікувальною і профілактичною метою. Геліотерапія засновується на впливі сонячної радіації на тіло людини. Фізіологічна дія сонячних променів проявляється через складні фотохімічні реакції і має тепловий вплив, бактерицидний ефект, активує ферментні процеси в тканинах шкіри. Основний метод геліотерапії – це прийняття сонячних ванн.

Таласотерапія (від грец. таласос – море) – як один з методів кліматолікування включає використання не тільки кліматичних, але й інших – бальнеологічних і гідрологічних факторів, пов'язаних з перебуванням поблизу моря. До них належать: особливості морського повітря, інтенсивна сонячна радіація, вплив води. Основними методами таласотерапії є купання, аеротерапія і геліотерапія.

На основі дії лікувальних властивостей клімату на Україні сформувалися такі кліматичні курорти: приморські курорти південного узбережжя Криму: Алушка, Алушта, Гаспра, Гурзуф, Корейз, Ласпі, Лівадія, Масандра, Симеїз, Судак, Феодосія, Ялта; приморські кліматичні курорти Азово-Чорноморського басейну – Бердянськ, Євпаторія. Затока, Кароліна-Бугаз, Шабо, Кирилівка, Коблеве, Маріуполь, Одеська група курортів, Очаків, Приморське, Саки, Скадовськ, Сергіївка; гірських Карпат – Ворохта, Косів, Татарів, Чинадійово, Шешори, Яремча, Ясіня; курорти рівнинної території України – Святогорськ, Соледар, Біла Церква, Боярка, Брюховичі, Заліщики, Качанівка, Печера, Прохорівка, Сокілець, Соснівка.

Ресурси природних мінеральних вод. Лікувальними мінеральними водами

називаються природні води, які містять у собі в підвищених концентраціях ті чи інші мінеральні (рідше органічні) компоненти і гази, і мають які-небудь фізичні властивості (радіоактивність, температура, реакція середовища та ін.), що визначає їхню лікувальну дію на організм людини, і яка відрізняється «у тій чи іншій мірі від дії прісної води».

Основним показником для віднесення природних вод до мінеральних з бальнеологічної точки зору є їхні лікувальні властивості. Тобто, до лікувальних мінеральних відносяться такі природні підземні води, які завдяки своїм фізичним і хімічним властивостям здійснюють на організм людини лікувальний вплив при внутрішньому, внутрішньо порожнинному та зовнішньому застосуванні.

Виділяються такі основні бальнеологічні групи мінеральних вод:

1. Група вуглекислих мінеральних вод з вмістом CO_2 не менше $0,5 \text{ г/дм}^3$.

2. Група сульфідних мінеральних вод, які містять $\text{H}_2\text{S} + \text{H}_2\text{S}^-$ не менше 10 мг/дм^3 .

3. Група залізистих, миш'яковистих і поліметальних мінеральних вод: залізисті – з мінімальним вмістом заліза 10 мг/дм^3 , миш'яковисті – з мінімальним вмістом миш'яку $0,7 \text{ мг/дм}^3$, поліметальні – з підвищеним вмістом одночасно декількох металів – заліза, алюмінію, миш'яку, марганцю, міді та ін.

4. Група бромних, йодо-бромних та йодових мінеральних вод з мінімальним вмістом бромиду 25 мг/дм^3 і йоду $5,0 \text{ мг/дм}^3$. Такий вміст йоду і бромиду вважався авторами Кадастру (1987 р.) кондиційними при мінералізації вод до 10 г/дм^3 , при більшій мінералізації вміст бромиду та йоду повинен перераховуватися на води з мінералізацією 10 г/дм^3 . Така позиція полягала в тому, що йод і бром відносяться до терапевтично активних мікрокомпонентів внутрішнього застосування.

5. Група радонових вод з мінімальним вмістом радону 50 еман .

6. Група крем'янистих мінеральних вод з мінімальним вмістом метакремнієвої кислоти не менше 50 мг/дм^3 .

7. Група мінеральних вод з вмістом органічних речовин не менше 8 мг/дм^3

8. Група борних вод з мінімальним вмістом ортоборної кислоти (H_3BO_3) не менше 35 мг/дм^3 .

9. Група вод без специфічних компонентів і властивостей різного іонного складу з загальною мінералізацією не менше 1 мг/дм^3 .

Гідромінеральне багатство України визначається наявністю таких мінеральних вод, як вуглекислі, сульфідні, радонові, залізисті і миш'яковисті, йодові, бромні та йодо-бромні, борні, крем'янисті, води з підвищеним вмістом органічних речовин та води без специфічних компонентів і властивостей.

Найбільше територіальне поширення (якщо не брати до уваги мінеральних вод без специфічних компонентів) мають *радонові лікувальні води* з різноманітним хімічним складом. Вони характерні для північних та центральних областей Правобережжя (Житомирська, Київська, Вінницька, Черкаська, Кіровоградська, Дніпропетровська) і Приазов'я (Запорізька, Донецька області). Вміст радону складає від 50 до 2000 еман/л . За мірою

мінералізації представлений весь спектр. Експлуатаційні запаси радонових мінеральних вод в Україні складають 9808,6 м³/добу, що становить близько 15% загальної кількості.

Радонові мінеральні води використовуються з лікувальною метою на курортах Хмільник, Кременна, у санаторіях та водолікарнях Житомира, Черкас, Білої Церкви, Миронівки, Полоного (Хмельницька обл.). Найбільш відомим курортом, де використовуються радонові мінеральні води, є Хмільник (Вінницька область).

Йодні, бромні та йодо-бромні мінеральні води переважно хлоридного натрієвого складу мають значне територіальне поширення. Джерела даного типу наявні в АР Крим і Приазов'ї, східних областях України, Причорномор'ї, західних областях. За мірою мінералізації це в основному розсоли (до 300 г/л). Вміст у них йоду становить 0,01-0,1 г/л, бромну – 0,02-1,5 г/л.

Медичними показаннями для лікування йодо-бромними та бромними водами є захворювання кістково-м'язової системи, нервової системи, периферичних судин; системи кровообігу. Найбільш відомим курортом, де застосовуються йодо-бромні мінеральні води, є Бердянськ (Запорізька область).

Різноманітні за хімічним складом, мірою мінералізації (0,6-35 г/л) та вмістом сірководню (0,01-0,6 г/л) родовища *сульфідних мінеральних вод*, які поширені у Карпатському регіоні, на Поділлі, північному Причорномор'ї, Керченському півострові.

Медичними показаннями для лікування сульфідними мінеральними водами є: ревматоїдний артрит, поліартрити, остеоартроз, остеохондроз хребта, радикуліт та інші.

Найбільш відомі курорти, де використовуються сульфідні мінеральні води: Синяк (Закарпатська область), Немирів, Любінь Великий, Шкло (Львівська область), Черче в Івано-Франківській області та санаторіїв у селах Щербинці і Брусниця Чернівецької області.

В Україні три основні ареали поширення *крем'янистих мінеральних вод*: центральна частина Поділля, Закарпаття та межиріччя Сіверського Донця і Ворскли у верхній частині їх течії. Експлуатаційні запаси вод цього типу становлять лише 1065,0 м³/добу.

Медичними показаннями для лікування крем'янистими мінеральними водами є: захворювання органів травлення, печінки, жовчних шляхів і підшлункової залози, захворювання сечостатевої системи, обміну речовин.

Найбільш відомі курорти, де використовуються крем'яністі мінеральні води – Березівські мінеральні води, Рай-Оленівка (Харківська область).

Джерела миш'яковистих мінеральних вод мають в Україні вузьку локалізацію і виявлені в околицях с. Кваси Рахівського району Закарпатської області. На їх основі функціонує санаторій «Гірська Тиса», що має лише два аналоги в світі. Експлуатаційні запаси мінеральних вод даного різновиду становлять 422,0 м³/добу. Медичними показаннями для лікування залізістими та миш'яковистими водами є: захворювання органів кровотворення, залізодефіцитних анемії різної етіології, в тому числі після радіаційних уражень, професійні захворювання, хронічні отруєння солями важких металів

(свинець, мідь, олово та ін.), порушення обміну речовин.

Територією всіх областей України поширені джерела *мінеральних вод без вмісту специфічних компонентів*, різноманітні за своїм хімічним складом, із мінералізацією від 2 до 350 г/л. Води даного типу широко використовуються на курортах Трускавець, Моршин, Миргород, Слов'янськ, у санаторіях Одеської групи курортів, Криму. До цього типу відносяться такі столові та лікувально-столові води, як Айвазовська, Феодосійська, Миргородська, Олеська.

Медичними показаннями для лікування мінеральними водами без специфічних компонентів та властивостей є: хронічний гастрит, функціональні захворювання шлунку, кишечника, хронічні захворювання печінки та жовчних шляхів, супутні захворювання органів опору та руху, периферійної нервової системи, гінекологічні захворювання.

Термальні води – підземні води з температурою понад + 20 °С; за іншим визначенням – вище пересічної температури повітря для даної місцевості. Термальні води з лікувальною метою в Україні використовують обмежено, у Закарпатській області та Криму.

До природних лікувальних грязей відносяться різні за генезисом утворення (переважно відклади боліт, озер, лиманів та морських заток), які складаються з води, мінеральних та органічних речовин і являють собою однорідну тонкодисперсну пластичну масу з певними тепловими та іншими фізико-хімічними властивостями. Лікувальні грязі (пелоїди), що використовуються у вигляді ванн та аплікацій.

Торфові грязі – це болотні відклади, які складаються, переважно, з розкладених чи напіврозкладених рослинних залишків. Торфоутворення відбувається внаслідок накопичення залишків різних рослин, які схильні до переробки, здійснюваної численними мікроорганізмами в умовах надмірного зволоження і утрудненого доступу кисню.

Торфові поклади в Україні формуються, переважно, в лісовій і лісостеповій медико-географічних зонах. Найбільшим серед родовищ вважається Моршинське, де запаси грязей становлять 239 тис. м³. Основний показник, який обумовлює лікувальне застосування торфових грязей, є ступінь його розпаду. Торфи зі ступенем розпаду 40% і вище з урахуванням інших вимог, які ставляться до них, відносяться до лікувальних. Торфові грязі використовуються в курортах Шкло, Моршин, Миргород, Хмільник.

Мулові сульфідні грязі здавна відомі своїми лікувальними властивостями і мають широке застосування в практиці грязелікування в Україні. Сульфідні грязі – це тонкодисперсні мулові відклади в основному солоних водоймищ, переважно мінерального складу, з вмістом невеликої кількості (до 10% на суху речовину) органічних речовин, різною мірою збагачених водорозчинними солями і сульфідами заліза.

Морські сульфідні мулові грязі – це мулові відклади, які накопичуються на дні морських заток і характеризуються незначною концентрацією сульфідів, високим вмістом глинистих речовин, постійним іонним складом і середньою мінералізацією грязьового розчину, які близькі за своїм складом і мінералізацією до морських вод. Представниками цього підтипу мулових

грязей є родовища пелоїдів Обіточної, Бердянської, Таганрозької (Маріупольської), Новоазовської, Ялтинської заток.

Приморські сульфідні мулові грязі – це мулові відклади приморських озер та заток, які повністю чи частково відмежувались від моря піщано-гравійними пересипами чи косами. За мінералізацією і іонним складом грязьового розчину приморські грязі, близькі до морських вод, які живлять їх, але в значній мірі залежать від гідролого-гідрохімічного режиму водоймища, ґрунтового та поверхневого стоку.

Сапропелеві грязі – це донні органо-мінеральні відклади з вмістом не менше 10% органічних речовин (на суху речовину), в основному, прісноводних об'єктів, які утворюються внаслідок розкладу флори і фауни водоймищ під впливом мікробної діяльності. Сапропелі відносяться до так званих «м'якодючих» лікувальних грязей. Великий відсоток органічних речовин, висока вологоємність, тонкий механічний склад і малий вміст водорозчинних солей обумовлюють високу теплоутримуючу здатність сапропелевих грязей і їх шадливу дію на організм хворого. Розповсюдження сапропелевих грязей, які утворюються, переважно, в прісноводних водоймищах, підпорядковано зональності самих озер. Сапропелеві відклади мають найбільше розповсюдження в лісовій медико-географічній зоні (Шацькі озера). Розвідані запаси сапропелів лише на Волині становлять 61,2 млн. т.

Сопочні грязі являють собою напіврідкі глинисті відклади неоднорідного механічного складу, які утворюються внаслідок витискання на поверхню під тиском вуглеводневих газів та води подрібненого глинистого матеріалу у вигляді розрідженої маси. Вони містять в собі підвищену концентрацію мікроелементів і малу кількість органіки.

Озокерит (від грецьк. йею – пахну і хтірос – віск), гірський віск – органогенна гірська порода, горюча корисна копалина нафтового ряду. Являє собою суміш високомолекулярних вуглеводнів, смол і асфальтенів. Колір від жовтого до чорного, консистенція від пластичної до твердої. Озокерит утворюється випаданням з нафти при її міграції в порах або тріщинах гірських порід. Родовища озокериту трапляються рідко.

Озокерит широко застосовують у медицині як лікувальний засіб хвороб опору та руху. В Україні родовища озокериту відкриті в Передкарпатті. Саме тут знаходяться найбільші у світі Бориславське (експлуатується з 1856 р.) і Трускавецьке родовища. В основі дії озокериту на організм лежать його унікальні фізичні властивості як теплоносія, а також хімічні і біологічні властивості. Озокерит спричиняє протизапальну дію, вгамовує біль, стимулює регенерацію тканин. Методика лікування озокеритом – аплікації.

Спелеологія – галузь науки, що комплексно досліджує безпосередньо доступні для людини порожнини у товщі гірських порід. Відповідно спелеологічні ресурси можливо визначити як ресурси печер і порожнин. Використання даних ресурсів в якості лікувальних почалося порівняно недавно. В лікуванні використовується мікроклімат карстових печер і соляних шахт. Його фізіологічна дія обумовлюється вдиханням помірно-прохолодного повітря, постійною відносною вологістю повітря, температурою та

атмосферним тиском в печерних камерах, вмістом аерозолів хлориду натрію (соляні шахти), відсутністю шкідливих домішок і мікроорганізмів, що сприяє вентиляції і обміну кисню в легенях, посиленню вологовіддачі з поверхні легенів. Спелеотерапія показана хворим на хронічні неспецифічні хвороби легенів, бронхіальну астму, алергію. В Україні в смт. Солотвина (Закарпатська обл.) і м. Соледар (Донецька обл.) на основі соляних шахт діють спелеологічні санаторії.

Водні ресурси відіграють виключну роль в розвитку рекреаційної діяльності. Численні рекреаційні заняття пов'язані з водними об'єктами: купання, сонячні ванни, катання на човнах і інших моторних і безмоторних засобах, рибальство, полювання, водні спортивні заняття, дайвінг і інші. Наявність водних об'єктів відіграє вирішальну роль в розміщенні рекреаційних закладів – абсолютна більшість санаторіїв, пансіонатів, будинків відпочинку, туристичних баз, готелів та інших рекреаційно-оздоровчих закладів знаходиться на берегах водойм або в безпосередній близькості до водних об'єктів.

До водних рекреаційних ресурсів належать моря, озера, річки, водосховища, ставки, придатні для водних видів відпочинку, туризму і спорту. Найпотужніші рекреаційні комплекси формуються на узбережжях теплих океанів, морів, заливів і проливів.

Рекреаційні ресурси рельєфу. Рельєф – сукупність нерівностей (форм) земної поверхні, що утворюються на межі літосфери з атмосферою та гідросферою. Здебільшого рельєф виступає в якості умов розвитку або навпаки обмеження рекреаційної діяльності, з точки зору рекреаційного ресурсу він має значення для організації активних видів рекреації (гірськолижний туризм, пішохідний туризм, альпінізм, скелелазіння), урізноманітнення ландшафтної структури і відповідно пейзажного розмаїття певної території. При оцінці рельєфу використовують такі його характеристики, як панорамність, мальовничість, крутизна схилів.

Рельєф України переважно (95 %) рівнинний, і тільки 5 % припадає на гірські території Українських Карпат і Кримських гір. В організації рекреаційної діяльності досить активно використовуються гірські частини держави. Так в Карпатах активно розвивається пішохідний і гірськолижний туризм і діють сучасні його центри – Буковель, Славське, Ворохта, Яремча, Косів та ін.

Ресурси живої природи (рослинні і тваринні ресурси), що сприяють лікуванню, оздоровленню, задоволенню духовних потреб людини та організації окремих видів рекреаційних занять, прийнято називати *біотичними* або *біологічними*. Значення рослинних ресурсів для розвитку рекреації досить високе, вони є одним з найважливіших компонентів природи, який визначає загальний вигляд території, задовольняє прагнення людини відчувати єднання з природою, зміну обстановки, оточуючого середовища, задовольнити естетичні потреби, заняття добуваторськими видами рекреації. Провідна роль в задоволенні рекреаційних потреб належить лісам, найбільшу привабливість мають сухі, світлі ліси зі значним розмаїттям видового складу та багатоярусні

ліси зі складним породним складом. Лісові території використовуються для прогулянок, пікніків. На другому місці серед всіх типів рослинності належить лісостепу, саванам і рідколіссям. Значення для добувательстваських видів рекреації має розповсюдження промислових і лікарських рослин.

Рекреаційні ліси – це один із компонентів природних рекреаційних ресурсів, що є невід’ємною частиною лісових екосистем, призначеною для задоволення потреб населення у лікуванні, відпочинку і туризмі. До власне рекреаційних лісів належать зелені зони міст і приміських територій (в основному сквери, сади, парки, лісопарки, дендропарки), ліси лікувально-оздоровчих закладів (т.зв. курортні ліси). Крім того, рекреаційні функції здійснюють спеціальні зони природоохоронних об’єктів, ліси вздовж туристських маршрутів, автомобільних шляхів, а також водоохоронні, ґрунтозахисні, експлуатаційні ліси державного лісового фонду тощо.

Основними характеристикам рекреаційних лісів які визначають їх цінність і придатність до використання є структура і склад деревостану, наявність підліску, корисних видів рослин і грибів, стійкість до рекреаційних навантажень і ступінь порушення (рекреаційна дигресія), наявність елементів рекреаційного благоустрою (організовані площадки для стоянки і розпалення вогнищ, оглядові майданчики).

Унікальність, збереженість, екологічний стан, естетична і пізнавальна цінність особливо охоронюваних природних об’єктів і територій обумовлює їх високу цінність для організації рекреаційної діяльності, що дозволяє розглядати їх як важливу складову природних рекреаційних ресурсів. Слід зауважити, що поняття природно-заповідний фонд (ПЗФ), як сукупність охоронюваних державою природних територій, притаманне практиці природоохоронної діяльності України, в інших державах склад, структура, мета створення, дозволені види використання особо охоронюваних природних територій і об’єктів будуть відрізнятися.

Природно-заповідний фонд включає ділянки гео- та акваторії, окремі об’єкти, що мають особливу природоохоронну, наукову, естетичну, рекреаційну та іншу цінність і виділені з метою збереження природної різноманітності ландшафтів, генофонду тваринного та рослинного світу, підтримання загального екологічного балансу, забезпечення моніторингу довкілля. В Україні виділяється 11 категорій об’єктів ПЗФ:

- Національні природні парки;
- Регіональні ландшафтні парки;
- Біосферні резервати;
- Природні заповідники;
- Заповідні урочища;
- Пам’ятки природи;
- Парки – пам’ятки садово-паркового мистецтва;
- Ботанічні сади;
- Дендрологічні парки;
- Зоологічні парки;
- Заказники;

Всі об'єкти природно-заповідного фонду, за винятком природних заповідників, поряд з природоохоронними, науково-дослідними та моніторинговими цілями використовують в оздоровчих, освітньо-виховних та рекреаційних цілях, для організації мисливства і рибальства. Рекреаційна діяльність на природно-заповідних територіях приурочена до відповідних функціональних зон і ведеться з додержанням режиму охорони заповідних природних комплексів та об'єктів.