

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ
УКРАЇНИ
КАФЕДРА ТУРИЗМУ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня бакалавра за спеціальністю 242 Туризм,
освітньою програмою «Туристично-екскурсійне обслуговування»

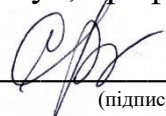
на тему: **«ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ПІШОХІДНОГО ТУРИЗМУ В УКРАЇНІ
НА ПРИКЛАДІ КАРПАТСЬКОГО ТУРИСТИЧНОГО РЕГІОНУ»**

здобувача вищої освіти першого
(бакалаврського) рівня
Логвінської Яни Євгенівни

Науковий керівник:
Антонишин А.П.,
кандидат історичних наук, доцент, доцент
кафедри туризму Національного
університету фізичного виховання і
спорту України
Рецензент: Захарін С.В.,
доктор економічних наук, професор

Рекомендовано до захисту на засіданні
кафедри (протокол 11 № від 05.05.2023 р.)

Завідувач кафедри: Бабушко С.Р. доктор
педагогічних наук, професор



(підпис)

Київ – 2023

ЗМІСТ

АНОТАЦІЯ. ANOTATION.....	3
ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО – МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПІШОХІДНОГО ТУРИЗМУ.....	7
1.1. Сутність, основні поняття та визначення пішохідного туризму.....	7
1.2. Види та особливості організації пішохідних походів	10
Висновки до першого розділу	16
РОЗДІЛ 2. СУЧАСНИЙ СТАН РОЗВИТКУ ПІШОХІДНОГО ТУРИЗМУ В КАРПАТСЬКОМУ ТУРИСТИЧНОМУ РЕГІОНІ.....	18
2.1. Аналіз природно-ресурсного потенціалу Карпатського туристичного регіону	18
2.2. Оцінка інфраструктурного забезпечення пішохідного туризму в регіоні	33
2.3. Аналіз сучасного стану та тенденції розвитку пішохідного туризму в Карпатському туристичному регіоні	37
Висновки до розділу 2	38
РОЗДІЛ 3. ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ПІШОХІДНОГО ТУРИЗМУ В КАРПАТСЬКОМУ ТУРИСТИЧНОМУ РЕГІОНІ УКРАЇНИ.....	40
3.1. Проблемні аспекти та перспективи розвитку пішохідного туризму в Карпатському регіоні.....	40
3.2. Формування програми туру по Карпатському регіону та оцінка ефективності впровадження нового туристичного продукту.....	45
Висновки до розділу 3	57
ВИСНОВКИ	58
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	60
ДОДАТОК А.....	65

АНОТАЦІЯ

Логвінська Я.Є. Історія розвитку пішохідного туризму в Україні на прикладі Карпатського туристичного регіону. - Рукопис.

Випускна кваліфікаційна робота за спеціальністю 242 Туризм, спеціалізації «Туристично-екскурсійне обслуговування». – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ. 2023.

Випускну кваліфікаційну роботу присвячено висвітленню сучасного стану та перспектив розвитку пішохідного туризму в Україні. Визначено сутність понять «туристичний продукт» та «пішохідний туризм», з'ясовано їх особливості, а також висвітлено процес розвитку та організацію пішохідного туризму. Досліджено ресурсний потенціал та здійснено аналіз інфраструктури і продуктового асортименту Карпатського туристичного регіону. Окреслено проблеми, переваги та перспективні напрями розвитку пішохідного туризму в Україні.

Ключові слова: пішохідний туризм, туристичний продукт, маршрут, туристична інфраструктура, трекінг, хайкінг

ANNOTATION

Logvinska Y.E.. The history of the development of hiking tourism in Ukraine on the example of the Carpathian tourist region. - Manuscript.

Graduation qualification work on specialty 242 Tourism, specialization "Tourist and Excursion Service". - National University of Physical Education and Sports of Ukraine, Kyiv. 2023.

The graduation thesis is dedicated to highlighting the current state and prospects for the development of hiking tourism in Ukraine. The essence of the concepts "tourist product" and "pedestrian tourism" is determined, their features are clarified, and the process of development and organization of pedestrian tourism is highlighted. The resource potential was studied and the infrastructure and product range of the Carpathian tourist region were analyzed. The problems, advantages and promising directions of the development of hiking tourism in Ukraine are outlined.

Keywords: hiking tourism, tourist product, route, tourist infrastructure, trekking, hiking

ВСТУП

Актуальність проблеми дослідження. Сьогодні туризм набув не просто масового характеру, а й по праву став однією з провідних, високорентабельних і найбільш динамічних галузей світової економіки. Специфіка туризму, як галузі економіки, полягає в тому, що він поєднує в собі ряд галузей, таких як: транспорт, зв'язок, економіка, банки, розваги та ін. У деяких державах туризм є однією з найважливіших статей зовнішньоекономічної та внутрішньої діяльності.

Туризм – це відпочинок, але активний, що впливає на зміцнення здоров'я, фізичний розвиток людини, пов'язаний з рухом. Характерною рисою туризму є рух. Способи і види туризму можуть бути найрізноманітнішими.

Одним із найпопулярніших видів туризму є піший туризм.

Пішохідний туризм останнім часом виділяється в окремий напрямок. Пішохідний туризм – вид спортивного туризму, при якому група мандрівників за певний проміжок часу проходить маршрут, долаючи перешкоди по пересіченій місцевості.

Його розвиток безумовно має бути пов'язаний з розвитком екстремального, спортивного, екологічного та інших видів туризму. Крім того, розвиток пішохідного туризму часто пов'язують з розвитком індустрії дозвілля, оскільки пропозиції туристичних агентств стали доступними для споживачів.

У той же час в Україні піший туризм розвинений не так добре, як в інших частинах світу, зокрема в Європі. Незважаючи на те, що цей вид туризму з кожним роком стає все більш популярним, туристи в основному віддають перевагу таким, як і раніше популярним видам туризму, як екскурсійний, пізнавальний, пляжний та ін. Основною причиною є відсутність актуальної інформації про тури та ціни.

Більшою мірою туристичні маршрути приурочені до виходу або ночівлі на туристичних базах або стоянках. Пішохідний туризм схожий на гірський

туризм. Одна з основних відмінностей полягає в наступному: в гірському туризмі протяжні перешкоди не оцінюються, а з локальних враховуються лише перевали, траверси вершин і радіальні підйоми на вершини. Також в гірському туризмі можна пройти маршрути з елементами скелелазіння.

Метою даного дослідження є аналіз розвитку пішохідного туризму в Україні на прикладі Карпатського туристичного регіону.

Для досягнення мети поставлено ряд **завдань**:

- вивчити сутність, основні поняття та визначення пішохідного туризму;
- дослідити види та особливості організації пішохідних походів;
- провести аналіз природно-ресурсного потенціалу Карпатського туристичного регіону;
- провести оцінку інфраструктурного забезпечення пішохідного туризму в регіоні
- проаналізувати сучасний стан та тенденції розвитку пішохідного туризму в Карпатському туристичному регіоні;
- виявити проблемні аспекти та перспективи розвитку пішохідного туризму в Карпатському регіоні;
- сформулювати програму туру по Карпатському регіону та оцінити ефективність впровадження нового туристичного продукту.

Об'єкт дослідження – історія розвитку пішохідного туризму в Україні на прикладі Карпатського туристичного регіону.

Предмет дослідження – стан та перспективи розвитку пішохідного туризму в Україні на прикладі Карпатського туристичного регіону.

Методи дослідження: методи наукового аналізу та синтезу (обробка вихідних даних та побудова загальних висновків), дедукції (формування висновків про елементи), порівняльного аналізу, картографічний, історіографічний

Ступінь вирішення проблеми в дослідженні та практичне значення одержаних результатів. В останні роки в науковій спільноті зростає інтерес до теоретичних та практичних аспектів цієї проблеми. Дослідження основ

туризму та його організації в Україні відображено на роботах Н.Задорожнюк [14], Н.Зикій [16], М.Колосинської [20], розкрито поняття, особливості організації та стан пішохідного туризму в Україні у працях С.Кулицького [23], Л.Матвійчук [32]. У працях деяких авторів, наприклад, А.Засенко [15], Ю.Федотова [48] містяться міркування про раціональність розвитку пішохідного туризму. Разом з тим, проблема розвитку пішохідного туризму на території України розроблена слабо і потребує подальшої концептуальної розробки та фундаментального комплексного дослідження.

Практична значущість результатів дослідження полягає у можливості їхнього використання у практичній туристичній діяльності та під час викладання дисциплін відповідної спрямованості.

Обсяг і структуру кваліфікаційної роботи. Робота складається із вступу, трьох розділів, восьми підрозділів, висновків та списку використаних джерел. Написана на 75 сторінках, у тому числі основного тексту (без бібліографічного списку і додатків) 67 сторінок, вміщує 5 таблиць та 2 рисунки. Бібліографія складає 49 джерел.

РОЗДІЛ І ТЕОРЕТИКО – МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПІШОХІДНОГО ТУРИЗМУ

1.1. Сутність, основні поняття та визначення пішохідного туризму

Піші прогулянки набувають все більшого значення, оскільки вони практикуються як здорова, оздоровча, дозвільна, рекреаційна та освітня діяльність, яка здійснюється як на узбережжі моря, так і в горах. Піший туризм сприяє розвитку місцевої ідентичності

Цікаво відзначити, що цей вид туризму прагне наблизити людей до природного середовища та пізнати місцевість через спадщину та традиційні етнографічні та культурні елементи. [48]

Пішохідний туризм, як фізична активність, приносить користь здоров'ю та благополуччю людини.

Він постійно привертає увагу дослідників.

Однак, вивчення дотичної до теми бібліографії виявило кілька труднощів у понятійному визначенні термінів. Згідно з Nordb, Engilbertsson and Vale, слово «hiking» є поширеним в англійській мові, але може використовуватися в різних значеннях, таких як «walking», «trekking», «rambling», «strolling» або «bushwalking».

У міжнародній бібліографії зазвичай використовуються терміни «похід» і «трекінг», але також згадується термін «прогулянка» (наприклад, на сайті Європейської асоціації рамблерів згадується «ходьба»). В Оксфордському словнику термін «трекінг» визначається як довга або важка подорож, зокрема пішки. У визначенні UNWTO пішохідний туризм може включати широкий спектр продуктів, але його основними характеристиками є тривалість від декілька годин до тижня або близько того, і відсутність спеціальних навичок або фізичних сил учасників [46, с.75].

За даними ЮНВТО, піший туризм є популярним видом відпочинку, який становить «основний туристичний продукт» у всьому світі.

Піший туризм спрямований на відпочинок, тренування та фізичну підготовку

Згідно з Nordbø, Engilbertsson and Vale, пішохідний туризм – це «активний відпочинок на свіжому повітрі, пов'язаний з відпусткою і включає короткі або тривалі пішохідні тури в природних, культурних і часто сільських ландшафтах» [2, с.18].

Як зазначають вчені Polyxeni Moira та Dimitrios Mylonopoulos, пішохідний туризм – це фізична активність, спрямована на відпочинок, тренування та фізичну підготовку [17, с.186]. Як правило, люди займаються цим видом діяльності під час відпустки. Однак, дуже часто пішохідний туризм є основним мотивом для подорожей.

На думку Еллі Терзоглу, досвідченого мандрівника і президента Клубу друзів гір і моря, піший туризм – це прогулянки в сільській місцевості або в природному середовищі, заздалегідь прокладеними туристичними стежками або стежками, легкими і складними маршрутами різного рівня складності, тривалістю від півдня до цілого дня або з ночівлею, при цьому пункт відправлення і пункт прибуття також можуть бути різними [17, с.189].

Піший туризм – це вид діяльності, який успішно інтегрувався в привабливу пропозицію оздоровчих послуг.

Пішохідний туризм є синонімом пішохідних прогулянок, тобто прогулянок в основному стежками та ґрунтовими дорогами. Це суміш спортивних і туристичних заходів, які переважно відбуваються в природному середовищі. Піші прогулянки не тільки стали, у багатьох випадках, одним із основних маршрутів для сталого туризму з упором на здоров'я та добробут, але й можуть стати основою для мережі дозвілля, яка також включає та об'єднує багато пам'яток, які може запропонувати регіон.

В українській науковій і методичній літературі також використовують багато термінів та визначень щодо пішохідного туризму, які представлено у табл.1.1.

Підходи до дефініції пішохідний туризм

№	Дослідник	Визначення
1.	В. Абрамов [2]	Пішохідний туризм – це вид активної рекреації він визначається на основі його масовості та не складності туристичних походів вихідного дня.
2.	Ю. Грабовський [11]	Пішохідний туризм є видом спортивно-оздоровчого туризму, в якому оздоровчий та пізнавальний аспекти подорожі поєднуються з активною формою її здійснення.
3.	О. Колотуха [20]	Пішохідний туризм – це найпоширеніший вид спортивного туризму, основою якого виступає проходження туристами маршруту пішки по перетнутій місцевості за вказаний проміжок часу.
4.	А. Іванов [17]	Пішохідний туризм – самий масовий вид спортивного туризму, йому також характерні риси спорту високих досягнень.
5.	О.Щуплат [49]	Пішохідний туризм – це зміцнення здоров'я і гармонійне вдосконалення організму в екстремальних умовах, активний відпочинок з позитивними емоціями. Також туризм сприяє розвитку таких фізичних якостей як сила, витривалість, спритність, швидкість.
6.	О.Опанасюк [30]	Пішохідний туризм, як масовий вид активного туризму, який може сприяти не тільки підвищенню туристсько-спортивної майстерності, а й засобом здорового способу життя населення.
7.	В. Соколов [39]	Пішохідний туризм – пересування на маршруті проводиться в основному пішки.

В Іспанії пішохідний туризм (*senderismo*) зазвичай визначається як діяльність, яка передбачає проходження стежок, які можуть мати або не мати вказівників, пішки, у спортивних та культурних цілях [15].

Австралійці визначають піший туризм як «прогулянку», «трекінг», «блукання». Крім того, канадці та американці визначають ходьбу як тривалу, енергійну прогулянку, зазвичай стежками та в сільській місцевості, тоді як термін «прогулянка» використовується для коротших, зокрема міських прогулянок. У той час як британці визначають його як всі види прогулянок, трекінг, блукання, гірську ходьбу та ходьбу під гору, а новозеландці визначають його як тривалу, енергійну прогулянку або похід. У Норвегії пішохідний туризм описується як «вирушати в подорож», що проводиться пішки влітку та на бігових лижах взимку.

У Греції замість пішохідного туризму використовується слово «туристична ходьба» [15].

Пішохідний туризм в Малайзії – це вид активного відпочинку на свіжому повітрі, який потребує фізичної та розумової підготовки. Він передбачає короткі або довші прогулянки (одноденні або з ночівлею) у тропічному природному середовищі гір або пагорбів. Часто в легкодоступних об'єктах екотуризму або туризму на основі природи, призначених для екотуристів, щоб насолодитися і оцінити мальовничу красу матінки-природи, дослідити і пов'язати себе з природою і дикою природою, поспілкуватися з ентузіастами пішого туризму, а також поліпшити особисте здоров'я і благополуччя (фізичне і психічне) [48].

Тобто, пішохідний туризм – найбільш масовий вид туризму. Його привабливість і головна особливість в тому, що він доступний і корисний будь-якому практично здоровій людині, незалежно від віку і фізичного розвитку, надає велику свободу у виборі маршруту відповідно до естетичних, пізнавальними і культурними потребами учасників подорожі.

Таким чином, нами досліджено різні визначення пішохідного туризму на основі наукових джерел, тобто це вид спортивного туризму, що передбачає пересування на туристичному маршруті, з однієї точки до іншої, за певний проміжок часу, здійснюється в основному пішки, з пізнавальною та оздоровчою метою.

1.2. Види та особливості організації пішохідних походів

Є багато різних типів пішохідних пригод, якими можна насолоджуватися, включно з короткими денними походами пішохідними стежками через ліс або в парку до значно інтенсивніших експедицій у гори. Тип туристичних пригод, у яких людина обирає участь, залежить від низки факторів, зокрема фізичної сили, досвіду, знання місцевості, безпечних походів і навичок першої допомоги, а також інших навичок, таких як скелелазіння, вміння правильно читати карти, а також тип спорядження, якими володіють як на місцевості, так і на погоду.

Різноманітність маршрутів та стежок, дозволяє класифікувати та визначити походи на три групи: на довгі відстані, на короткі відстані та місцеві походи.

Далекі походи. Велика дистанція в походах розтягується на десятки кілометрів. Зазвичай це планується на кілька днів, наприклад тиждень. Цей підхід до піших прогулянок може включати кілька ланцюгів коротких і місцевих маршрутів. Ці програми зазвичай включають ночівлю в таборах, наметах або гірських хатинах. Як правило, цей вид походів рекомендований людям, які добре знаються на походах або мають хороше фізичне здоров'я.

Піші прогулянки на короткі дистанції. Цей вид піших прогулянок зазвичай являє собою короткий маршрут. Щоб подолати відстань, знадобиться півдня або 1 день. Даний вид походу має марковані та легкодоступні стежки. Більшість людей віддають перевагу цій пішохідній відстані через коротку дистанцію та фіксують найкращі моменти життя.

Місцеві походи. Охоплює маршрут до 10 км. Щоб насолодитися цим походом, потрібно лише кілька годин [7, с.15].

Власне, пішохідний туризм поділяється на такі підвиди:

Хайкінг (від англ. hiking) – має на увазі піший похід у горах за промаркованими маршрутами, з добре обладнаними стежками, оглядовими майданчиками, пунктами гідратації та зручними ночівлями в будиночках або кемпінгах з усіма зручностями. Маршрут хайкінгу може бути як лінійним, з ночівлями в різних точках, так і з ночівлею на базі з радіальними виходами. В основному це пов'язано з більш дбайливим ставленням до природи, численним заповідним і зонам, що охороняються, де заборонено розводити багаття, ставити намети в недозволеному місці і навіть йти повз протоптану доріжку.

Рюкзак хайкера зазвичай досить легкий, без спорядження, змінного одягу та продуктів (прикладі в Україні – сходження на Говерлу, або Боржаву). Наступним видом пішохідного туризму є трекінг, який відрізняється від хайкінгу тим, що вимагає від туриста хорошої фізичної форми, а головне – витривалості. Трекінг за рівнем складності знаходиться між пішим туризмом

та альпінізмом. Це тривала важка багатоденна мандрівка в диких природних умовах. Він може здійснюватися поза туристичними стежками або по місцевості зі складним рельєфом і вимагає більше зусиль і є більш вимогливим та складним, ніж піші прогулянки. Але незважаючи на це, трекінг не відносять до екстремальних видів туризму. Крім того, мандрівка з рюкзаком часто здійснюється без фіксованого житла, проживання може бути в гірських притулках, бунгало або в наметах. Цей різновид пішого туризму обирають ті, хто хоче відпочити від міського ритму життя, відновити сили на природі і просто відволіктися від одноманітних буднів.

Бекпекінг також відносять до пішого туризму, проте мандрівники пересуваються не лише пішки, а й на транспорті – громадський тощо. Бекпекери можуть йти в тривалі або короткі походи, але вони завжди планують маршрути самостійно. Вони не користуються послугами гідів або туристичних агентств, однак за умови збігу шляху з трекінг або хайкінг трасами можуть пересуватися і ними [31, с.79].

Бекпекери часто користуються автостопом. У дорогу вони беруть все необхідне спорядження, яке допоможе їм подорожувати тривалий час, а також ночувати в природному середовищі поза територіями кемпінгів. Як правило, мандрівники подорожують із мінімальним бюджетом, але при цьому прагнуть побачити якнайбільше нових місць.

Бекпекінг – це особлива філософія або окремий погляд на життя. Люди, які обирають такий стиль подорожей, не обмежують себе одним містом. Цей вид туризму ідеально підійде для тих, хто прагне нових відкриттів та знайомств, справжніх пригод [3180].

Окремим видом спеціалізованого туризму є альпінізм, який передбачає піші прогулянки, сходження або просто ходьбу з використанням технічного спорядження, але це більш спортивний напрямок туризму.

Всі ці напрями відносяться до пішого туризму, вони позитивно впливають на фізичне та ментальне здоров'я. Але вони мають не тільки схожі риси, а й відмінності.

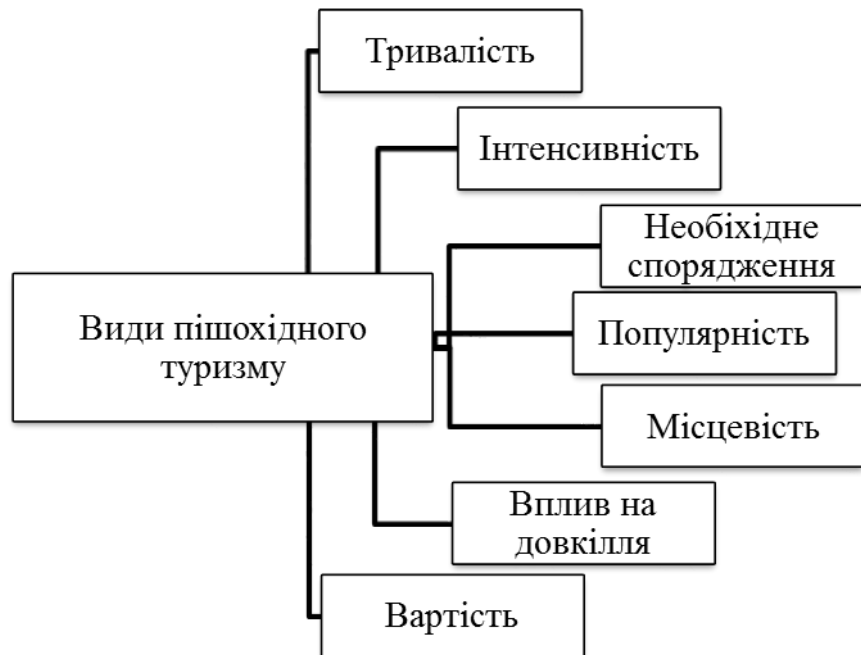


Рис.1.1. Відмінні риси видів пішохідного туризму [складено автором]

1. Під поняттям «хайкінг» ми зазвичай маємо на увазі часті піші прогулянки на свіжому повітрі, які обов'язково проходять стежками. Трекінг – це більш тривалі походи по гористій місцевості незвіданими стежками в екстремальніших умовах. Бекпекінг може бути як короткостроковим походом, так і довготривалим.

2. Інтенсивність.

Хайкінг та бекпекінг зазвичай не передбачають великих енерговитрат, і саме тому вони відмінно підходить для всіх і кожного – людей похилого віку зі слабким здоров'ям або людей з недостатньою фізичною підготовкою. Трекінг та альпінізм вимагає більше сил і енергії, оскільки є більш тривалими і пов'язаними з великими навантаженнями на місцевості. Для того, щоб витримати такі походи, необхідно мати хоч якусь підготовку, яка дозволить пройти багато кілометрів шляху.

3. Необхідне спорядження.

Спорядження як для походу, так і для пішої екскурсії підбирається відповідно до місцевості. Але є щось спільне, що потрібно і там, і там. Обов'язковий набір для пішої екскурсії складається зі зручного взуття,

рюкзака, води, компасу, палиці та їжі в той час, як трекінгісти або альпіністи ще обов'язково беруть із собою спеціальне спорядження, комплекти виживання, високі чоботи на високій підошві та кілька комплектів одягу для різних погодних умов.

4. Популярність.

Всі види пішого туризму користуються популярністю у всьому світі, але хайкінг все ж лідирує через свою нетривалість і невеликі трудовитрати, оскільки не вимагає серйозної фізичної підготовки і великих зусиль[33, с.87].

5. Місцевість.

Хайкінг – це загалом більш буденне заняття, яким можна займатися в будь-якому куточку світу. Справа в тому, що більш-менш потрібна місцевість є скрізь і завжди. Місцевість для трекінгу або альпінізму повинна бути складнішою і більшою, щоб перетнути її можна було протягом декількох днів. А, як відомо, трекінгісти не користуються жодними засобами громадського транспорту, віддаючи перевагу відносній ізоляції. Натомість бекпекінги можуть використовувати у своїх походах автостоп.

6. Вплив на довкілля.

Відповідальні мандрівники однаково намагаються дотримуватися загальних правил, які покликані зберігати в цілості навколишню природу настільки, наскільки це можливо. Тим не менш, є певні негативні наслідки, які іноді виникають, коли людина та природа зустрічається. Пішохідні зони, використовувані переважно хайкерами, відвідуються тисячами туристів. Це рано чи пізно позначиться на природному оточенні. Серед найбільш поширених побічних ефектів людського втручання слід згадати шкоду рослинному та тваринному світу, виникнення пожеж та нагромадження неорганічних відходів. Трекінгові маршрути не настільки часто страждають від людського втручання, внаслідок чого є більш чутливими.

7. Вартість. Піші прогулянки (хайкінг), безумовно, потребують менше матеріальних та тимчасових витрат на відміну від туристичного походу (трекінг). Бекпекінг навпаки повністю самостійна спланована поїздка, тому

ціна залежить від туриста. З іншого боку, походи пропонують більшу різноманітність вражень та можливості отримати новий досвід – тому витрачені гроші будуть повністю виправдані [33, с.88].

Щодо проведення та організації будь-яких туристичних походів та походів, то вони мають відповідати вимогам «Правил організації та проведення самостійних туристичних походів та походів на території України». Контроль за дотриманням цих правил покладено на маршрутно-кваліфікаційні комісії (МКК), контрольно-рятувальні служби (КРС), контрольно-рятувальні загони (КРЗ) і контрольно-рятувальні пункти (КРП).

У пішому туризмі всі маршрути діляться п'ять категорій: I — найлегші, V — найскладніші. При визначенні категорії складності того чи іншого маршруту за основу беруться три показники: складність, тривалість (в днях) та мінімальна довжина (в кілометрах). Складність маршруту визначається кількістю, якістю та різноманітністю перешкод.

Нормативна тривалість визначається мінімальним часом (у днях), необхідним для проходження маршруту підготовленою групою за звичайної інтенсивності роботи в дорозі.

Під довжиною маршруту розуміється найменша допустима довжина кваліфікаційного маршруту цієї категорії. Воно може бути зменшено лише у виняткових випадках (за більшої технічної складності), але не більше ніж на 25% порівняно з існуючими вимогами.

Безпосередня підготовка до походу чи подорожі починається зі збору групи.

Під час підготовки до багатоденного походу чи групового походу учасники повинні чітко розділити між собою обов'язки.

При виборі маршруту, крім природних умов географічної місцевості, враховуються побажання більшості учасників з їх переваг, інтересів, туристичного досвіду, реальної фізичної та технічної підготовленості, тривалості вільного часу, наявності коштів, устаткування.

Маршрут також повинен відповідати меті та основним завданням походу або подорожі.

Найбільш важливою та складною проблемою туристичної поїздки є проблема забезпечення безпеки подорожі.

Перший захід безпеки у туристичній поїздки – дисципліна. Тому, починаючи з навчальних походів, необхідно подбати про закритість та дисципліну туристської групи, адже низька дисципліна учасників походу – найгрізніша небезпека у туризмі. Найважливішою і складною проблемою туристичного походу є проблема забезпечення безпеки подорожей.

Перша міра безпеки в туристичному поході – дисципліна. Тому, починаючи з тренувальних походів, необхідно піклуватися про зімкнення і дисципліну туристської групи, тому що низька дисципліна учасників походу – сама грізна небезпека в туризмі

Безпека на туристичних маршрутах будь-якої складності забезпечується комплексом тактичних і технічних заходів.

Таким чином, з'ясовано, що організація походів досить відповідальний процес та потребує ретельної підготовки. За складністю піші походи можуть бути найрізноманітнішими – від екскурсій і походів вихідного дня до складних категорійних. А сам похід – сприяє пізнанню навколишнього середовища, емоційному та соціальному розвитку людини.

Висновки до першого розділу

1. Дослідивши теоретико – методичні засади дослідження пішохідного туризму, ми дійшли наступних висновків.

2. Досліджено поняття «пішохідний туризм», що визначається як вид туризму, що передбачає пересування на туристичному маршруті, з однієї точки до іншої, за певний проміжок часу, здійснюється в основному пішки, з пізнавальною та оздоровчою метою.

3. З'ясовано, що пішохідний туризм поділяється на кілька видів: від більш простого хайкінгу до більш складного і тривалого трекінгу або альпінізму. При розробці пішохідних походів потрібно звертати увагу на привабливість з погляду природної, історичної, культурної, цінності запланованого району подорожі. Також важливою складовою при реалізації пішохідних маршрутів головною умовою є формування складу туристської групи на основі туристсько-спортивного досвіду учасників туру, які бажають його здійснити. Не менш важливим фактором безпеки при проходженні маршруту пішохідного туризму є кількість учасників даного туру та дисциплінованість.

РОЗДІЛ 2. СУЧАСНИЙ СТАН РОЗВИТКУ ПІШОХІДНОГО ТУРИЗМУ В КАРПАТСЬКОМУ ТУРИСТИЧНОМУ РЕГІОНІ

2.1. Аналіз природно-ресурсного потенціалу Карпатського туристичного регіону

Сучасний вітчизняний туризм функціонує в конкурентних умовах. Кожний район, місто намагаються пропагувати свою туристичну привабливість. Особливим туристичним потенціалом на карті України володіє Карпатський регіон. Природно-рекреаційні ресурси регіону, численні історико-архітектурні, культурні та етнографічні пам'ятки, вигідне географічне положення, розвинена транспортна мережа є вагомими передумовами для розвитку індустрії туризму в регіоні, санаторно-курортного лікування, оздоровлення, відпочинку, спрямованого на вітчизняних та іноземних туристів [18, с.15].

Карпатський регіон України – своєрідний ареал збереження національної культури, духовності нашої держави, унікальний регіон, де збережені національні традиції, багата історико-культурна спадщина – все це сприяє створенню потужної туристичної індустрії, що буде економічно вигідною галуззю для регіону.

У Карпатському регіоні потрібно лише подбати про раціональне використання наявних природних та культурно-історичних ресурсів; потрібні розумні виконавці, які б забезпечили належні умови для діяльності суб'єктів туристичного бізнесу, сприяли б розвитку туристичних ресурсів, залучали потужну рекламу та доброзичливо ставились до клієнтів/

Карпатський регіон є одним з провідних туристичних та рекреаційних регіонів України. Адміністративно в його склад входять Закарпатська, Івано-Франківська, Львівська та Чернівецька області [44].

Українські (Східні або Лісисті) Карпати є частиною Карпатської гірської системи на заході України. Їхні хребти простягаються з північного заходу на

південний схід більш як на 250 км і мають ширину близько 100 км. Найвищий масив Українських Карпат – Чорногора з вищою горою всієї України – Говерлою (2062 м). На території Карпат знаходиться географічний центр Європи, про що свідчить символічний монументальний знак, встановлений неподалік від села Ділове на березі р.Тиси.

Щодо адміністративного поділу Українські Карпати займають більшу частину Закарпатської та Івано-Франківської областей, південну частину Львівської та західну частину Чернівецької областей.

Географічне положення та розмір.

Українські (Східні) Карпати – фізико-географічна провінція (територія) Карпатської гірської фізико-географічної країни, розташована в самому центрі Європи у вигляді гігантської дуги завдовжки 1500 км.

У межах України Карпати займають крайню західну частину і займають площу близько 24 тис. км² (4 % загальної площі), а разом із Передкарпатською височиною та Закарпатською низовиною – 37 тис. км² (6 %) [18].

Гори простягаються кількома паралельними хребтами з північного заходу на південний схід на 280 км і продовжуються за межі нашої країни.

За однією з версій, назва «Карпати» походить від польського слова «капра», що означає «значні нерівності». За іншою точкою зору, ця назва пов'язана з проживанням тут дакійського племені карпів за часів Римської імперії (II-IV ст. н. е.) [34].

Карпатська складчаста система як складова Альпійського (Середземноморського) рухомого поясу сформувалася в альпійську добу горотворення на основі давнього фундаменту.

Сучасний тектонічний розвиток Карпат виражається у вертикальних (до 5 см на рік) і горизонтальних (у північно-східному напрямку) рухах. У результаті тектонічних рухів виникли подальші деформації та сейсмічна активність. Епіцентри землетрусів переважно тяжіють до гір Вранча (розташовані в Румунії поблизу кордону з Україною) [34].

Українські Карпати складаються з Передкарпатської височини, Закарпатської низовини (які відповідають однойменним гірським улоговинам) і самих Карпат у вигляді паралельних хребтів. Серед них:

- Зовнішні Карпати – крайнє північно-східне пасмо, що складається з низьких Бескидів на північному заході, середньовисотних Горган у центральній частині та низьких Покутсько-Буковинських Карпат на південному сході;

- Центральні (Верховинські) Карпати з низькогірним (600-700 м) рельєфом і пологими схилами;

- Внутрішні (Полонинсько-Чорногірські та Раховсько-Чивчинські) Карпати – найвища гірська частина з масивом Чорногора, де знаходяться найвищі вершини (понад 2000 м), у тому числі гора Говерла (2061 м);

- Вулканічна гряда з ланцюга низьких куполів згаслих вулканів.

Велика частина хребтів складається з складчастих осадових порід. Саме це стає причиною їх швидкого руйнування під впливом зовнішніх факторів.

При плануванні та побудові нитки маршруту туристичної поїздки необхідно дотримуватись вимог Положення про спортивний туризм, вимог до туристично-спортивних заходів, пов'язаних з проходженням туристичних маршрутів [33].

Для пішохідного туризму дуже важливо знати перелік перевалів та їхні характеристики для формування маршруту, який би відповідав фізичним можливостям та потребам туристів

Список перевалів у різних частинах Карпатських гір наведено у таблиці 1.1.

Ужійський перевал. Проходить через Вододільний хребет, на кордоні Закарпатської та Львівської областей України, неподалік кордону з Польщею. Його висота 889 метрів.

Через перевал проходить залізниця та автомобільна дорога Львів-Ужгород. Під час Першої світової війни перевал був полем бою між російськими та австро-угорськими військами [18].

Таблиця 1.1

Список перевалів Українських Карпат [46, с.88]

Вододільний хребет	Північно-східні перевали	Південно-західні перевали
Ужоцький (889 м)	Тухольські ворота (441 м)	Гусненський (898 м)
Шлях (1190 м)	Лоївський (570 м)	Подобовецький (731 м)
Верецький (841 м)	Вишковський (986 м)	Синевирський (793 м)
Середньовірецький (839 м)	Німчич (Турецький Вершад)	Присліп (Колочавський)
Воловецький (Бескидський)	(586,3 м)	(915 м)
(1014 м)	Буковецький (810 м)	Ближній (1195 м)
Торунський (931 м)	Лучківський (670 м)	Липецький (315 м)
Німецький (1177 м)	Вижницький (470 м)	Копашнівський (399,5 м)
Перевал Легіон (1110 м)	Мочерка (970 м)	Грюнківський (350 м)
Яблунецький (Яблунецький)	Фальківський (98 м)	Калинський (674 м)
931 м)	Чимірнар (1000 м)	Чучок (717 м)
Вороненківський (880 м)	Садів (1077 м)	Кобилецький (880 м)
Кополаський (1500 м)	Шурдин (1173,5 м)	Рахівський (1024 м)
	Климецький Верхній (1001 м)	Присліп (937,6 м)
	Климецький нижній (932 м)	Шешульський (1591 м)
	Кривопільський (967 м)	Схил (552 м)
	Столий (1130 м)	
	Плосковський (971 м)	
	Семенчук (1414 м)	
	Джогол (1155 м)	
	Лопушнянський (1169 м)	

Воловецький перевал (Бескиди, Скотарське) розташований на кордоні Сколівського району Львівської області та Воловецького району Закарпатської області, у басейнах річок Ополь та Віш. Висота 1014 м. Південні круті схили, а північні – пологі. Він складається з пісковика та сланцю. Стежка слабо лісиста, переважають вторинні луки. Під тунельним переходом проходить залізниця Мукачєво-Стрий-Львів. Дорожнього сполучення через перевал немає, дорога непрохідна.

Найближчі населені пункти: д. Опорець, д. Скотарське.

Торунський перевал – один із найзручніших перевалів через Карпати. Розташований у верхів'ях річки Мізунка між селами Вишків та Торунь на кордоні Івано-Франківської та Закарпатської областей. Висота – 930,6 м.

Через перевал проходить траса Долина-Хуст. Схил з південного боку перевалу крутий, дороги звивисті, північна сторона більш полого. З травня до грудня снігу немає.

Найближчий населений пункт: с. Вишків, с. Торунь.

Перевал Легіонів – проходить через Карпати. Знаходиться на кордоні між Івано-Франківською (Надвірнянський район) та Закарпатською областю (Тячівський район). Висота 1110 м. Розташований між горами Тавпіширка (1503 м) та Пантіра (1225 м) у Горганах.

У жовтні 1914 року через перевал було прокладено дорогу. Перевал отримав свою назву тому, що його було збудовано 3-м польським піхотним полком австро-угорської армії. Ця дорога слугувала для швидкого перекидання військ на Східний фронт під час Першої світової війни.

На даний час дорога через перевал непрохідна, і під'їхати до неї можуть лише підводи та позашляховики. Перепустки взимку не приймаються. Неподалік перевалу на південному схилі знаходиться табір легіонерів.

Найближчі населені пункти: село Бистриця (Надвірнянський район) та село Лопухів (Тячівський район) [15].

Через Східні Карпати проходить Яблуницький (Яблунецький) перевал, що з'єднує долини річок Прут та Чорна Тиса. Вузька сідловина Яблуницького хребта досягає 921 м над рівнем моря.

Розташований на південно-західній околиці села Яблуниця на території Гуцульщини, на межі сучасної Закарпатської та Івано-Франківської областей.

У XIII столітті монголо-татарське військо пройшло через перевал Яблуниця та увійшло до південно-західної Європи.

Галицьким князівством та Угорщиною, а потім між Польщею та Трансільванією.

Під час війни між Польщею та Україною українські війська перейшли Яблуницьку переправу із Західноукраїнської Народної Республіки до Карпатської Русі.

Наразі через перевал проходить траса N 09 [15].

Німчич, Турецька Вершадь – перевал у Покутсько-Буковинських Карпатах. Розташований на кордоні Путильського та Вижницького районів Чернівецької області, на вододілі річок Віженка та Черемош. Вижницький національний природний парк розташований на південно-західному схилі перевалу. Висота 580 м. Схили круті, дорога серпантин із численними поворотами. Поруч із перевалом – виходи залізних мінеральних вод. Низькогірні ландшафти з ялицево-буковими лісами. Через перевал проходила дорога Чернівці – Вижниця – Путила. Після завершення будівництва нової ділянки Вижниця – Підзахаричі – Хорови вздовж Черемоша перевал більше не використовується. Німчич – туристичний об'єкт, звідки починається пішохідний маршрут до пам'ятника природи місцевого значення із пробитих камінням скель.

Найближчі населені пункти: село Віженка, село Хорови.

Джоголь – перевал у Карпатах України. Розташований у Петильському районі Чернівецької області, у басейнах річок Сухавія та Ялович. Висота – 1155 м. Місцева дорога проходить через перевал, що з'єднує Шепіт та село Верхній Яловець. Підйом супроводжується крутим серпантинном. Особливо обережно слід бути при виїзді з перевалу. Гравій та великі кам'яні купи можуть бути небезпечними для автомобілів та велосипедистів під час спуску, особливо у дощову погоду.

Присліп – перевал в українських Карпатах. Розташований на межі Міжгірського та Тячівського районів Закарпатської області, у басейнах рік Терєбрія та Терєсва, між хребтами Красна (на півдні) та Стрімба (на півночі). Висота – 915 м. Місцева дорога проходить через перевал, що сполучає села Німецька Мокра та Колочава. Взимку перепустка не діє.

У Карпатах є кілька місцевих перевалів, які називаються Присліп, наприклад, у Горганах, у Верхньодністровських Бескидах.

У Наслідки діяльності льодовика збереглися у масивах Чорногора, Свидовець та Поп Іван у вигляді карів, льодовикових цирків і моренних

відкладень в долинах. На схилах Горган спостерігаються вивітрені кам'яні розсипи [15].

Головну роль у створенні сучасного рельєфу Карпат відіграють ерозійні процеси, зумовлені значною кількістю опадів, розвинутою гідромережею, перепадами висот.

В Українських Карпатах виявлено значні поклади корисних копалин: нафти і природного газу, самородної сірки, кам'яної та калійної солей, бурого вугілля, поклади вапняку, мармуру та ін. Особливу цінність мають численні Карпатські мінеральні джерела (понад 500). Найпопулярніші джерела – Трускавець, Моршин, Свалява, Синяк.

При плануванні піших походів велику роль мають кліматичні умови, які можуть як сприяти, так і утруднювати проходження маршруту

Клімат Карпат визначається географічним положенням гір і значною висотою над рівнем моря. На їх територію впливає континентальне і морське повітря помірних широт, іноді сюди проникають арктичні повітряні маси. Зі збільшенням висоти в горах спостерігається закономірне зниження температури і збільшення кількості опадів. Гори виступають своєрідним кліматичним бар'єром. Це зумовлює відмінності кліматичних показників південно-західних і північно-східних схилів гір, Прикарпаття і Закарпаття.

Температура січня на Прикарпатті $-4...-3^{\circ}\text{C}$, на Закарпатті – -2°C , а в горах $-6...-12^{\circ}\text{C}$. Зима м'яка і сніжна, тому тут можна спостерігати сходження лавин.

Снігові лавини в Карпатах – дуже небезпечне явище. Найчастіше вони виникають під час відлиг ранньою весною. Лавина рухається зі швидкістю 10-100 м/с, об'єм снігових мас понад 200 тис. м³.

Іноді в затінених ущелинах Чорногори замети можуть лежати навіть до липня. Однак льодовиків і постійної снігової межі в Карпатах немає.

Середні температури липня на Прикарпатті $+18...+19^{\circ}\text{C}$, на Закарпатті – $+20^{\circ}\text{C}$, у горах – $+7...+13^{\circ}\text{C}$. У передгір'ях випадає 700-900 мм опадів, у

верхів'ях – 1200-1600 мм. Найвологішим місцем у Карпатах і на всій Україні вважається Мокра Полонина, де щорічно випадає до 2000 мм опадів.

Відповідно до кліматичних умов у Карпатах сформувалися різноманітні ґрунти. У Передкарпатті поширені дерново-підзолисті ґрунти, вище 1200-1400 м – бурі гірсько-лісові, на висоті 1500-1600 м – сіро-бурі, вище 1600 м (під субальпійськими луками) – гірсько-лучні ґрунти [13].

На Закарпатській низовині переважають дерново-підзолисті ґрунти.

Внутрішні води.

Завдяки вологому клімату в Карпатах утворилася найгустіша річкова мережа країни. Тут бере початок багато річок: Прут, Дністер, Тиса, Лімниця, Черемош, Латориця, Уж, Тересля, Бистриця Надворнянська та Бистриця Солотвинська. Загалом їх близько 28 тисяч. Річки здебільшого мілкі, глибиною до 1,5 м, часто з порогами та водоспадами. Їхній хід стрімкий і стрімкий; часто вони несуть із собою велику кількість уламкового матеріалу. Під час паводків та паводків малі річки та струмки перетворюються на потужні руйнівні потоки, які завдають шкоди господарству та населенню.

Гірські річки у Карпатах – головна гордість регіону. Їхня вода неймовірно чиста, тому що поблизу немає великих підприємств, заводів або фабрик. Протягом мільйонів років їх води стрімко розтинають прибережну зону, просочуючись крізь скелясті ущелини. Саме з цих рік береться вода на продаж [].

Прут – це швидка прозора річка, що стікає прямо зі схилів Говерли. Річка починається на висоті майже 1800 метрів.

Усі річки Карпат мають високий рівень екологічної безпеки, але особливо Прут. У ньому неймовірно приємно купатися у будь-якій точці річки. Однак варто відзначити, що кам'янисте дно та круті пороги не завжди підходять для сімейного відпочинку. Тому варто вибирати спеціальні пляжі, яких достатньо по всій довжині об'єкту [13].

По-друге, річка утворює безліч мальовничих об'єктів:

- каньйон кілометрової довжини, що закінчується біля гучного водоспаду Пробій;
- Прутський водоспад заввишки 80 метрів, який зустрічає туристів дорогою на Говерлу.

Прут ідеальний для спортивних та екстремальних видів туризму. Велика кількість порогів, стрімких вод та крутих поворотів дозволяють сплавлятися каяками. А на менш бурхливих ділянках річки можна сплавитися на байдарках. Майже скрізь узбережжя оточують вікові ліси.

Дністер – друга за величиною річка України, що впадає у Чорне море. Він ідеально підходить для пляжного відпочинку. Але й активні туристи зможуть в басейні цієї річки. Головною особливістю Дністра є те, що швидкість течії води на різних ділянках є різною, як і рельєф місцевості. Так, більшість баз відпочинку розташовані на берегах тихої частини, де дно вкрите білим піском та гладким камінням, а оточують вікові ліси.

Проте є місця для активного туризму. Найпопулярніше місце – мальовничий Дністровський каньйон. У різну пору року тут легко можна пропливти на каное або байдарці. Також є можливість спробувати свої сили у рафтингу [34].

Подібні річки Карпат мають унікальну флору та фауну. У Дністрі водиться форель, осетр та багато інших видів риби. На спеціалізованих базах завжди можна порибалити, а також позасмагати на чистих теплих пляжах.

Тиса вважається найбільшою лівою притокою річки Дунай і має довжину майже 1000 кілометрів. Третина всієї його площі знаходиться в межах України. Водойма утворилася з поєднання Чорної Тиси та Білої Тиси.

Течія цієї річки дуже хвиляста і різка. Де-не-де є затишні фабрики, де можна відпочити. Основними туристичними пам'ятками на Тисі є соляний курорт Солотвино, а також місто Хуст зі знаменитою Долиною нарцисів. Солотвино має стародавні соляні ванни та унікальні солоні озера. Хуст привертає увагу туристів, які люблять старовинні замки.

Річки Українських Карпат часто використовуються для сплавів, і Тиса не є винятком. Тут багато місць для початківців, а деякі особливо круті повороти із високими порогами сподобаються професіоналам. У водах річки можна зловити форель та навіть дунайського лосося.

Відпочинок на березі будь-якої карпатської річки – це чудова нагода яскраво провести відпустку. Чиста вода, гладке каміння та густі ліси стають ідеальним варіантом для здоров'я та оздоровлення.

Окрім рельєфу на складність походу впливає і рослинний покрив місцевості. Так прохід полонинами більш простий, ніж лісовими масивами, але багато маршрутів проходить саме лісами.

Один гектар карпатського лісу за добу виробляє до 200 кг кисню. Це означає, що коли турист вирушає в піший похід, то чисте гірське повітря благотворно впливає на організм, а ходьба по горах сприяє фізичному розвитку.

Українські Карпати – країна прекрасних, різноманітних лісів, один із важливих лісових масивів республіки. Пухнастим зеленим килимом вони покривають передгір'я, нижню та середню частини гір. Висотні межі поширення деревних насаджень значно вагаються. Нижній кордон лежить на висоті 150 м, верхній піднімається до 1500-1600 м. Близько 37,3% площі Українських Карпат займають державні риштування.

У Карпатах також багато озер: Синевир, Несамовите, Бребенескул та ін. Органічний світ.

Рослинний світ Українських Карпат нараховує понад 2000 видів рослин, серед яких багато реліктових та ендемічних. Це тис ягідний, рододендрон карпатський, ялівець козацький, ясен білий, ковила красива, едельвейс тощо.

У Карпатах зосереджено 15% усіх лісів України. На низьких висотах поширені переважно дубово-грабові та букові ліси; з висотою вони поступово змінюються смереково-ялицевими. На вершинах можна зустріти криволісся з гірської сосни, а луки часто всіяні буйними травами.

Дубові ліси. Серед лісів рівнин та передгір'їв переважають сонячні світлі дуби. Фон лісу утворюють південні форми дуба – звичайний та скельний. Дуб теплолюбна порода, невибаглива до вологи, потребує глибоких і родючих ґрунтів, любить рости «з відкритою головою та в теплій щубці» навколишніх дерев, не переносить затінення [34].

У минулому дубові ліси займали величезні площі. Дуб піднімався високо в гори. До наших днів у буковій смузі збереглися реліктові ліси зі скельного дуба. Такі надзвичайно цікаві насадження відомі на Свидовецькому масиві біля міста Кобила на висоті 1180 м, в урочищі Рункул біля села Ділове на висоті 1028 м, в урочищі Буковина на висоті 1028 м. Дуб пригнічений; 160-180-річні дерева досягають висоти всього 15 м, діаметр їх стовбурів не перевищує 20 см. Зараз дуб витіснений буком із гір у передгір'я та на рівнини. Але й тут дубові риштування сильно вирубані. Вони збереглися найбільш зволжених пониженнях, на крутих схилах і невеликих вершинах як відокремлених зелених масивів. Для рівнин характерні чисті, переважно вологі ліси; свіжі та сирі дуби зустрічаються рідше.

Діброви. Перший ярус насаджень утворений дубом. Є дерева віком 80-100 років. Стовбури дуба досягають висоти 25-30 м і діаметра 50-60 см. До другого ярусу входять: липа, граб, вишня, осика. Під зрідженою, залитою сонцем кроною дерев розвивається густий підлісок чагарників: ліщини звичайної, бірючини звичайної, дерну справжнього, глоду одноквіткового, осота колючого та інших видів.

Трав'яний покрив у чагарниках добре розвинений, густий, високий, мозаїчного забарвлення. Переважають соковиті лісові трави: цвіте зірчаста трава і карпатський ладан; суцільні білі килими утворюються ранньою весною вітряною дібровою і білою весняною квіткою. Багато трав і злаків: осика широколиста, поросли повислі, осика. До лугових трав примішуються: ракітник білий, вероніка дібровна, віночок зозулин, первоцвіт полоній, підмаренники, дзвіночки та сідники.

Флористичною особливістю закарпатських дубів є банатський олеандр, який не зустрічається ні на луках, ні в лісах на схід від Карпат. На вересових пустках виростають степові рослини: дивина, вероніка орхідея, чистець, хондрила та ін.

Дуб відновлюється у вологих лісах. Але таких високопродуктивних лісів лишилося небагато. Древа цих лісів відносяться до I та II розрядів. Дуб скелястий також є основною лісоутворюючою породою в передгірських лісах. Проте чистих дібров тут майже нема. Ліс зазвичай змішаний. До дуба додається велика кількість інших широколистяних порід: гладкий в'яз, шорсткий в'яз, клен звичайний, явір, липа, береза. У лісах багато граба. Трапляються вишня, дика яблуня, груша звичайна. Бук з'являється на цих висотах. Особливо поширений на Прикарпатті. Чисті дубові ліси рівнин змінюються грабовими та буковими лісами в передгір'ях. Ялина селиться на сирих місцях з інтенсивним поверхневим зволоженням у широколистяних лісах [34].

Змішані ліси зазвичай багатоярусні та нерівномірні, розбиті великими трав'янистими безлісими ділянками. Підлісок складається з основних пов'язаних з дубом чагарників: глоду, різних видів кизилу, терну, ліщини звичайної. Під пологом крон дерев і чагарників різної висоти складається досить густий, високий і строкатий килим трав. У дуба багато супутників – трав.

Букові ліси поширені в Українських Карпатах. Розкішні пухнасті шапки букових дерев покривають Карпатську низовину від підніжжя (500 м) до висоти 900 м. Бук піднімається ще вище, на 1150-1320 м. Однак тут він втрачає свою силу і є лише одним із компонентів змішаних хвойно-широколистяних лісів. Розвиток бука у низинній смузі визначається наявністю помірного, досить вологого клімату. Сюди заходить дуб із передгір'їв, але чистих насаджень не утворює. У насадженнях переважає бук. Утворює чисті букові ліси та змішані ліси. На північно-східному схилі гір поряд із буком часто

зустрічається біла ялина. Є кілька інших порід. Найбільш характерні з них: явір, граб, в'яз черешковий, липа, ясен, зрідка зустрічаються береза.

Бук утворює густі, тінисті одноярусні насадження. Переважають 70-80-, 80-100-річні насадження висотою до 40 метрів з діаметром ствола 120-150 см. Зрідка піднімаються вгору стовбури гігантських ялин, величних платанів та грабів. Підлісок та трав'яний покрив розвинені слабо

Трав'яний покрив розріджений, розвивається лише на луках і проміжках між деревами. Складається в основному з мезофільних видів: ожини волохатою, ведмежої цибулі, зубчатки. цибулинний, солодкий майоран, гірська вероніка, жовта вітряка.

У вологих місцях мереживні зарості папоротей – аспленіуму та олеандру. Цей вологий чистий бук I-Id бонітету розкинувся на схилах різної експозиції та крутості.

На кордоні з субальпійськими луками, на південних схилах, у місцях, де верхня межа лісу утворена буком, розвинені вологі високогірні субальпійські луки. Букові насадження пригнічені. Висота дерев 9-10 м, стволи вигнуті, крони низькі. У трав'яному покриві трапляються субальпійські рослини. У таких лісах можна проводити лише санітарні рубки. Доцільно заборонити тут випас худоби, під впливом якої верхня межа лісу постійно відступає вниз. Рослинність нижнього ярусу гір сильно змінена людиною. У важкодоступних районах Чорногори, Свидовця та Горгана збереглися величні первісні букові ліси [].

Було вирубано та спалено значні масиви букових лісів. На місці вирубок з'явилися широкі луки. Схили багатьох хребтів Бескид, Верховини та Вулканічних Карпат позбавлені лісового покриву. Природне відновлення бука та інших дерев недостатнє.

Хвойно-широколистяні ліси. У горах вище 900 м-код в умовах прохолодного вологого клімату розвиваються змішані хвойно-широколистяні ліси. З підйомом в гори середовище для зростання широколистяних порід стає все менш сприятливим. Сума активних температур знижується до 1600-1000°.

Загальний вегетаційний період не перевищує 135 днів. Вимогливим любителям тепла не вистачає тепла.

Бук переважає до висоти 1150 м. Верхнім кордоном поширення листяних порід є відмітка 1250-1300 м. Гідротермічні умови середнього ярусу гір сприяють розвитку хвойних. Починаючи з висоти 1000 м, значну роль у деревостоях починає грати ялина, а ялин багато.

Ялиново-букові та буково-ялицеві ліси. Насадження у них, як правило, двоярусні. Верхній ярус утворюють величні стрункі ялини та ялиці. Немов гігантські сторожа, вони височіють над фігурною пологою другого, бука, ярусу. Умови зволоження та затінення у хвойних та широколистяних лісах такі ж, як і в букових. Тому підлісок та трав'яний покрив у них приблизно такий самий, як у букових лісах.

Хвойні ліси розвиваються у верхньому ярусі лісової зони на висоті 1300-1600 м-коду, в умовах помірно-холодного, надмірно вологого клімату. Але чистих насаджень замало. Тут ялина звичайна стає господаркою гір. Ялина домішується до ялиця, кедрової сосни, граба, бука, тису в пониззі [34].

Трав'яний покрив у густих ялинових лісах мізерний. Своєрідний видовий склад злаків: це осоки – осока колюча та різні папороті, що піднімають віялом витончені листки на тонких ніжках, верес кільчастий і сметанник звичайний.

Верхня термічна межа поширення деревної рослинності в найбільш високих масивах Чорногори, Свидовця і Полонинського хребта лежить на схилах південної та західної експозицій на висоті 1650-1700 м. На північному і східному схилах кордон знижується до висоти 1500-15. їм не вистачає тепла. Тут на верхній термальній межі лісу розвивається вузька (до 20 м) смуга зрідженого і низькорослого ялинового рідкісного лісу і криволісся, що чергується з густими, зарослями, що важко проходять. гірська сосна – устілка. Звичайні карликові дерева висотою 5-7 м з тонкими (10-12 см) вибагливо вигнутими та викривленими стволами та деформованими прапороподібними кронами. Це сирий ялиновий рамен із зеленим мохом.

Верхня термічна межа поширення деревної рослинності різко змінена і у багатьох місцях знижена. Деревна відступають униз під натиском сильних гірських вітрів. Найбільшої сили (30 м/с) вони досягають на гребенях та перевалах хребтів. Здуваючи та переміщуючи сніг, вітри сприяють утворенню снігових лавин. Вітри та лавини завдають величезних збитків, знищуючи ліси на великих площах. Сильні вітри знижують верхню теплову межу поширення деревної рослинності настільки, що на багатьох хребтах вона лежить у межах змішаних, хвойних і широколистяних лісів на висоті 1200-1300 м, а іноді – 1100 м. У таких випадках до верхньої межі деревної рослинності підходять не лише їли, а й бука. Цей тип лісу називається буковим криволіссям [18].

На крутих схилах і скелях Горгана, Черногори та інших масивів на висоті 1200-1550 м простежується едафічна межа лісу – різкий контакт високоствольних деревостоїв із кам'яними виходами, глибини яких затягнуті лише плівкою лишайників.

У багатьох місцях Карпат сучасна верхня межа лісу є не природним, а штучним утворенням, чиє становище визначається багатовіковою господарською діяльністю людини. Вирубання і випалювання лісів, постійний випас худоби сприяли зменшенню верхньої межі лісу та розвитку вторинних лук – строкатих полів – на типово «лісових» висотах. Ступінь антропогенного вторгнення до лісових масивів окремих частин Українських Карпат неоднаковий. Тому конфігурація сучасної верхньої межі лісу дуже химерна. На деяких хребтах ця межа порівняно з природно-кліматичною межею знижена на 300-400 м. Особливо сильно змінена і знижена межа в давно густонаселених низькогір'ях Бескид, Верховини та Вулканічних Карпат. У Черногорії, Рахівському масиві та Горганах, пізніше освоєних людиною, верхня межа лісу часто збігається з його природно-кліматичною межею.

Верхня межа лісу є непостійною. Вона змінюється залежно від зміни кліматичних умов та впливу людини [18].

Своєрідність природи Українських Карпат сприяє багатству і своєрідності тваринного світу. Типовими представниками карпатських лісів є

кабан, козуля, олень благородний, заєць, лисиця, куниця, горностай, вовк, рись, кіт лісовий.

У Карпатах багато птахів: ластівки, лелеки, шпаки, снігурі, омелюхи, синиці, корольки, повзики, хрестовини, чижі, дятли, яструби, сови, куріпки, тетерева, глухарі.

2.2. Оцінка інфраструктурного забезпечення пішохідного туризму в регіоні

Одним із критеріїв розвитку туризму є наявність туристичних маршрутів з відповідною інфраструктурою у певній місцевості, оскільки вони надзвичайно актуальні та затребувані у туристів у гірських районах.

По-перше, за наявності прокладеного маршруту заблукати неможливо, тому що вони промарковані і на них встановлені відповідні покажчики, які вказують відстань маршруту та покажчики на різні об'єкти.

По-друге, на маршруті у вигляді інформаційних стендів є інформація про той чи інший об'єкт і в деяких випадках карта-схема маршруту.

По-третє, встановлюється відповідна інфраструктура (переходи, перила, розчищена доріжка, сміттєві баки тощо).

По-четверте, на маршрутах, прокладених у гірській місцевості, можна помилуватися надзвичайно привабливими краєвидами.

Наявність туристичних маршрутів є важливим критерієм розвитку туризму в ландшафтах Карпат, оскільки природолюбних туристів цікавить природний потенціал існуючої території [27, с.61].

Поштовхом до розвитку пішого туризму послужила прокладка у 1930-х роках Великої Карпатської пішої стежки, інфраструктура якої – стежки, гірські притулки – охоплювала Західні Карпати та частину Східних Карпат (до гори Стіг на кордоні з Румунія). Ще 20-30 років тому в Українських Карпатах можна зустріти лише поодинокі групи туристів. В останні роки ситуація різко змінилася, і хоча ризики гірських турів завжди актуальні, у Чорногорах,

особливо в районі Говерли, у туристичний сезон людей не менше, ніж на міських тротуарах у години пік. Проте в інших частинах гірської країни ситуація залишається спокійнішою.

Туристичні Карпати – це не лише відносно екстремальні пішохідні маршрути, а й інші види відпочинку, такі як автомобільні екскурсії, короткі прогулянки, перебування в природному середовищі, знайомство з визначними пам'ятками природи, історії та архітектури. Нижче представлені варіанти найпопулярніших багатогранних туристичних маршрутів, серед яких ви можете вибирати в залежності від власних уподобань та уподобань.

Карпати – одне із основних місць для піших походів. Різноманітність природних перешкод дає можливість опанувати практично всім арсеналом прийомів пішого туризму, орієнтування біля, дозволяє повноцінно вести виховну діяльність. Розроблено пішохідні маршрути у Карпатах різної категорії складності: від найпростіших прогулянок (для сімей та дітей) до складних та багатоденних (для підготовлених туристів, III категорія складності) [27, с.68].

Найцікавіші маршрути в Карпатах проходять гірськими хребтами. Так, маршрут III категорії складності проходить найвищими хребтами Черногори, Горгана і Свидовецького. Найбільш популярні у туристів маршрути Черногірським хребтом з проходженням піків Петрос, Говерла, Піп Іван, з відвідуванням високогірних озер Несамовіте, Бребенескул, Маричейка. Значною пам'яткою для польських туристичних груп є маршрути вздовж колишнього польського кордону, що проходили через гірські масиви Хоргана та Черногора та закінчувалися у місті Поп-Іван, де розташована обсерваторія.

У Карпатах проводиться визначення екологічних, пішохідних та велосипедних маршрутів, але загальноприйнятої та затвердженої системи в Україні досі немає. Саме тому у 2008 році в області було затверджено обласну Інструкцію з маркування туристичних маршрутів.

Станом на 1 липня 2021 року в регіоні означено понад 700 км туристичних маршрутів, з них найбільша кількість у межах Надвірнянського

(понад 180 км) та Рожнятівського районів (близько 150 км), на території Яремчанської міської ради – до 140 км, у Долинському – понад 100 км, у Богородчанському – понад 80 км та понад 30 км – у Верховинському районі.

В регіоні ведуться роботи з облаштування притулків вздовж туристичних маршрутів, зокрема, у Рожнятівському районі відбудовано притулок на галявині Пліше, проведено відповідні роботи з відновлення мисливського будиночка. між горами Молода та Яйко Перегінське.

Маршрутів I категорії дуже велика кількість, тому зупинимося тільки на найпопулярніших більш складних маршрутах [46, с.154]:

II категорія складності:

1. с. Ясіня – м. Чорна Клива – м. Братківська – пров. Рогози – Побита – Бертъ – Вел. Кепута – Буштул – Коретвіна – Чорна Ріка – Озерянка – озеро Синевир – Озерна – пров. Торунський – місто Чорна Ріпа – сільська ялинка

2. м. Яремче – пров. Прислоп – Довбушанка – село Бистриця – пров. Рогози – Братківська – пров. Околиці – м. Татарука – м. Одіаска – м. Стіг – м. Близниця – м. Стара – с. Кваси – Менчул – Петрос – Говерла – Бребенескул – Піп Іван – Верховина.

III категорія складності:

1. г. Рахів – г. Піп Іван Мармароський – г. Стіг – г. Піп Іван – г. Говерла – г. Кукул – пер. Яблуницький – Довга – Братківська – пер. Роходзи – місто Сівуля – місто Попаддя – пер. Торунський – Чорна Ріпа – т/с Беркут.

2. г. Яремче – д. Жонка – г. Довбушанка – пер. Столи – Чорна Клива – Братківська – пер. Роходзи – Сівуля – Попаддя – Чорна Ріпа – т/ц Беркут.

3. г. Рахів – г. Близниця – г. Братківська – пер. Роходзи – г. Сівуля – г. Попаддя – г. Чорна Ріпа – вул. Золотий орел

4. г. Верховина – г. Поп Іван – г. Дземброня – г. Говерла – г. Петрос – д. Кваси – Близниця – Татарука – пер. Поруч – місто Братківська – пер. Роходзи – Сівуля – Кінець Горгану – Бертъ – Буштуль – Попаддя – хр. Горган – нар. Розтока – озеро Синевір – місто Озерна – село Міжгір'я.

В регіоні проводяться змагання з пішого туризму. За правилами проведення туристичних змагань існують особливості дистанцій, перешкод та завдань залежно від виду туризму. Змагання з пішохідного туризму проводяться на таких дистанціях: «Смуга перешкод», «Піший крос», «Рятувальні роботи»; а також у вигляді спеціальних завдань.

За правилами змагань зі спортивного туризму зазначені етапи включаються до дистанції «Смуга перешкод» або «Крос» на змаганнях з пішого туризму [46, с.145].

Змагання з пішохідного туризму проводяться на короткі та довгі дистанції.

«Смуга перешкод» являє собою коротку дистанцію, насичену технічними етапами, які встановлюються на природних або штучних перешкодах. Це може включати виконання спеціальних завдань.

«Крос-похід» – далека дистанція, яка передбачає проходження певного маршруту з подоланням етапів та (або) виконанням спеціальних завдань, що ставляться на природних чи штучних перешкодах. Маршрут орієнтується по карті або уточнюється іншим способом (за описом, азимутом, розміткою тощо). Похід-крос може бути багатоденним та здійснюватися в умовах спортивного походу.

«Рятувальні роботи» – ближня чи далека дистанція, що передбачає транспортування умовно постраждалого силами бригади на певних ділянках дистанції або за етапами та (або) спеціальними завданнями. Як самостійна дистанція «Рятувальні роботи» проводяться на дистанціях класів III-V.

Дистанції можуть відбуватися у порядку, встановленому суддями, на вибір команди, у формі естафети та інших видів

Клас дистанції визначається за балами, протяжністю дистанції, загальною кількістю етапів, етапів певної складності, кількістю етапів із самонаведенням, а для «Рятувальних робіт» – кількістю етапів із транспортуванням потерпілого [40].

У більшості регіонів України можливо здійснювати спортивні походи лише до I категорії складності включно, але в Українських Карпатах можуть також здійснюватись походи II та III категорії.

2.3. Аналіз сучасного стану та тенденції розвитку пішохідного туризму в Карпатському туристичному регіоні

Пішохідний туризм в Україні сьогодні продовжує розвиватися, хоч із урахуванням сьогоденної епідеміологічної та військової обстановки, але не характеризується стабільним зростанням. Це пов'язано із низкою факторів, з якими стикається туристична галузь України. Однією з них є безпекова, політична, економічна нестабільність в Україні та закриття кордонів для осіб призовного віку. Відповідно, як традиційні, так і нові види туризму дедалі активніше розвиваються на різних територіях України, які знаходяться у безпечному віддаленні від зони бойових дій.

Українські Карпати впевнено можна назвати однією з таких територій. Як зазначають вчені, щороку Українські Карпати відвідують велику кількість українських та іноземних піших туристів. Карпати стають дедалі популярнішим місцем відпочинку, особливо сьогодні, коли діють певні обмеження, пов'язані з поширенням коронавірусної інфекції та бойовими діями на сході, півночі та півдні України. Сприятливі природно-кліматичні умови, багата біорізноманітність та цікава історико-культурна спадщина Українських Карпат створюють можливості для пішого туризму

Особливо це проявляється на високих гірських хребтах та луках. Через збільшення кількості туристів в Українських Карпатах значно зросло навантаження на природні екосистеми. Якщо соціально-економічний аспект можна інтерпретувати як позитивний, то екологічний часто буває негативним, оскільки надмірна концентрація туристів певних територіях призводить до деградації природних комплексів. Найбільш актуальною є екологічна проблема з розвиненим пішим туризмом на вершинах гір Говерла, Поп-Іван,

Несамовите та Бребенескул, а також у районі спортивної бази Заросляк, в урочищі Гаджина, де ведеться створення гірськолижної бази відпочинку. Планується створити туристичний центр [41, с.35].

Пішохідний туризм є одним із пріоритетних напрямків розвитку індустрії туризму, адже темпи його реалізації з кожним роком зростають. Але сьогодні пішохідні маршрути в основному здійснюються туристами самостійно. Необхідно підвищувати рівень їх забезпечення та реалізації, удосконалювати інформаційно-рекламну політику, що врешті-решт призведе до збільшення організованих доступних піших маршрутів

На сьогоднішній день усі види рекреаційно-туристських ресурсів Карпат у сфері пішого туризму використовуються ще недостатньо. Основними причинами цього є недостатня увага до розвитку спортивно-рекреаційної діяльності з боку місцевої влади, бізнесових структур та недостатнє фінансове забезпечення.

З урахуванням існуючих проблем, обмежень та перспектив розвитку пішого туризму метою має стати підтримка та збереження, відтворення та охорона природно-ресурсного потенціалу, культурно-історичних пам'яток, розвиток туристичної інфраструктури, що у комплексі дозволить розширити коло туристів-споживачів, підвищити інвестиційний рейтинг регіону та підвищити конкурентоспроможність турпродукту.

Висновки до розділу 2

Таким чином:

– Українські Карпати – середньовисотні гори, що займають крайній захід України. Вони є частиною великої гірської системи, яка сформувалася в альпійську епоху горотворення.

– Українські Карпати розташовані в межах помірного поясу, що характеризується надмірним зволоженням і розгалуженою річковою мережею. Зміна кліматичних умов з висотою зумовила багатство і різноманітність рослинного і тваринного світу.

– Особливості природи Українських Карпат сприяють розвитку пішого туризму, але сучасний військовий стан накладає певні обмеження для цього виду туризму, особливо в прикордонних районах.

РОЗДІЛ 3. ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ПІШОХІДНОГО ТУРИЗМУ В КАРПАТСЬКОМУ ТУРИСТИЧНОМУ РЕГІОНІ УКРАЇНИ

3.1. Проблемні аспекти та перспективи розвитку пішохідного туризму в Карпатському регіоні

У розвитку вітчизняного пішохідного туризму залишається багато не вирішених проблем:

Надзвичайно слабка матеріальна база – турбази занепадали, укриттів на маршрутах навіть за радянських часів було мало. Більшість компаній, які приймають туристів на пригодницькі маршрути, не мають сучасного інвентарю та обладнання.

Спостерігається відсутність податкових та інших пільг для фізичних та юридичних осіб, які беруть на себе будівництво та утримання притулків на популярних маршрутах. Адже треба враховувати, що більшість природних маршрутів мають дуже обмежений сезон роботи.

При розгалуженій мережі вищих навчальних закладів, які випускають фахівців для туризму, практично відсутні кадри, підготовлені для екстремального та спортивно-оздоровчого туризму.

З різних видів спортивного та екстремального туризму видається дуже мало спеціальної літератури. Багатьом фірмам не вистачає необхідних коштів для участі в регіональних, державних і міжнародних виставках, а також для видання хороших каталогів.

Надання необхідної допомоги туристам, які потрапили в біду на території Карпат, покладено на МНС, однак інформація про місцезнаходження пошуково-рятувальних служб, їх можливості та засоби зв'язку з ними практично недоступна. туристичне співтовариство.

Нормативні документи, що визначають діяльність у цій сфері туризму, розроблені ще в радянські часи з розрахунком на мережу профспілкових

туристичних баз і в багатьох випадках є застарілими, а часто й невиконуваними.

Насамперед намітимо основні проблеми конкретно пішого туризму:

1) складність доступу громадського транспорту до місць оптимального виходу на маршрут походу через нерозвиненість транспортної мережі на багатьох ділянках;

2) занедбаність туристичних стежок та відсутність розмітки на більшості маршрутів:

3) практична відсутність навісів для піших туристів та впорядкованих стоянок на маршрутах;

4) недостатня інформаційна безпека та відсутність єдиних, простих та зрозумілих правил організації пішого туризму.

Що ж до першого завдання, вона насамперед стосується прокладання ще кількох наскрізних магістралей і доведення до належного рівня більшості доріг нижчого порядку. За своїм змістом він насамперед не рекреаційний, а комплексний соціально-економічний. Без створення упорядкованих шляхів із твердим покриттям до кожного населеного пункту та господарського об'єкта неможливо говорити про створення належних умов для життя населення у третьому тисячолітті.

Проблема занедбаності туристичних стежок та відсутності розмітки на більшості маршрутів стосується насамперед тих природних територій Українських Карпат, де вони існували у минулому. Насамперед, серед них райони Полонинсько-Чорногорських Карпат (Рівненський, Боржавський, Красненський, Свидовецький та Чорногорський масиви), Скибінських Карпат (Бескиди, Горгани, Покутські Карпати), Верховинсько-Вододільних Карпат (Вододільний Верховинський х Грган). Найчастіше доріжки сьогодні заросли дροком, підліском, без розмітки. Лише в Чорногорії, Верхньолимницькі Горгани були проведені певні роботи з відновлення належного стану трас, оновлення розмітки. У деяких дуже цікавих по ландшафту районах, особливо прилеглих до кордону, спеціально прокладених туристичних стежок взагалі не

існувало (Чивічини, Гринявські та Яловичорські гори, Рахівські гори та ін.) [17, с.187].

Отже, насамперед, на вирішення зазначеної проблеми слід розробити спеціальну державну програму, забезпечену достатнім фінансуванням, відновлення чи облаштування хоча б основних наскрізних пішохідних маршрутів переважають у всіх природних зонах українських Карпат

В умовах зростання національної економіки України, розширення міжнародних інвестиційних проектів слід дедалі більше усвідомлювати необхідність відновлення пішого туризму як важливого засобу патріотичного та екологічного виховання молоді. Але наразі під час військового стану сподіватися на це важко.

По-друге, потрібно буде влаштовувати та маркувати менш важливі маршрути, доповнювати їх знаками, схемами виїзду тощо, як це робиться у розвинених країнах Європи.

У минулому дешеві туристичні притулки були важливою складовою, що сприяла розвитку пішого туризму. Під час затяжної економічної кризи більшість із них було закинуто та зруйновано. Також з урахуванням того, що в горах багато занедбаних та старих тваринницьких будиночків (котеджів), зараз майже скрізь немає надійного даху над головою, під яким можна було б перечекати негоду. Зроблено певні кроки щодо організації впорядкованих місць для паркування на пішохідному маршруті в Карпатському біосферному заповіднику між Петросом і Говерлою. Однак це лише невеликий виняток із загальної ситуації на сьогоднішній день.

У наш час слід було б обґрунтувати всю мережу створення таких будинків підтримки на трасах, їх обладнання та принципи роботи, запозичуючи досвід минулого та розвинених країн Європи. Очевидно, що вони повинні мати сучасну впорядкованість та оснащення (автономне електропостачання, водопостачання, зв'язок, санітарно-гігієнічний вузол, місця для встановлення наметів, навіс зі столом для їди тощо).

У весняно-осінній період, очевидно, не складе особливих труднощів знайти ентузіастів, які погодяться стати доглядачами таких притулків за помірну плату на змінній або постійній (на весь сезон) основі. Насамперед це можуть бути люди, які розглядають таку роботу як вид активного відпочинку в горах. У зимово-весняний період будинки-притулки можуть бути під тривогою. Наявність таких укриттів дозволила б не лише значно підвищити безпеку пішого туризму, а й покращити стан навколишнього середовища, оскільки практично зникли б довільні, хаотичні парковки зі сміттям та пошкодженою рослинністю.

Інформаційна безпека пішого туризму в Українських Карпатах останнім часом стала стрімко покращуватись. Цьому насамперед сприяє видання якісних картографічних матеріалів, низки книжок із описом маршрутів, спеціалізованих журналів «Зелені Карпати», «Карпати. Туризм. Відпочинок», а також відповідних сайтів у мережі Інтернет [17, с.188].

Щодо правил організації пішого туризму, то йдеться про нерівномірність оформлення туристичних груп на маршрут, відвідування прикордонних територій, природно-заповідних об'єктів різного статусу. Насамперед проблема полягає у незручності можливості реєстрації груп, плутанини дуже різних зборів за відвідування одного й того ж об'єкта, якщо заходити з різних сторін. В результаті, мабуть, близько 90% самодіяльних груп ніде не зареєстровані та намагаються обминати пункти збирання грошей.

Як вирішити цю проблему? Здається доцільним створення таких пунктів реєстрації на вокзалах та автовокзалах тих міст, які є своєрідними воротами до Карпат. Серед них: Львів, Івано-Франківськ, Чернівці, Ужгород, а також Стрий, Сколе, Надвірна, Яремче, Коломия, Косів, Вижниця, Путила, Рахів, Міжгір'я, Свалява, Мукачево. Ця реєстрація мала супроводжуватися видачею за невелику суму своєрідного абонементу, який у разі потреби давав право користуватися послугами будь-якого притулку на маршруті за невелику плату. Без цієї «підписки» послуги притулку коштували б значно дорожче.

Названі міста також мають виконувати певну рекламну функцію для популяризації цікавих об'єктів на найближчих маршрутах. Тобто в цих містах різні установи сфери обслуговування повинні називатися Грегит, Близниця, Братківська, Бребенескул, Черемош, Скупова, Смотрич, Стей, Лотундур, Шаса, Гірське око, Геришаска і т. д. І поки що в цих містах ми зустрічаємо назви Париж», «Сідней», «Флорида», «Алігатор», які не мають нічого спільного ні з Україною загалом, ні з малою батьківщиною, де вони перебувають.

Зрозуміло, що не всі намічені проблеми можна вирішити швидко, але вже настав час починати суттєві кроки в цьому напрямку.

Основні препони розвитку пішохідного туризму в Карпатах представлені в таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

Основні препони розвитку пішохідного туризму

Рекреаційні місткість	Велика кількість людей на певній території призводить до значної шкоди природі, що є вкрай неприпустимим.
Матеріально-технічна база	Застаріла матеріально-технічна база негативно впливає на потік рекреантів і призводить до їх занепаду
Фінансування	Недостатнє або повна відсутність фінансування позначається на підтримці стану трас (відсутність розмітки, облагороджені небезпечні ділянки тощо).
відсутність фахівців	Дефіцит кадрів у сфері медицини, геології та лісового господарства виражається в неповному обслуговуванні трас.
Маркетинг	Багато туристичних компаній не зацікавлені в популяризації пішохідного туризму, оскільки він у них не дуже популярний. Для цього потрібна реклама цього турпродукту та підтримка держави.

[складено автором]

Важлива проблема маркетингової політики, туроператорам не вигідно працювати з таким нішевим видом туризму, як піший туризм, тому що основний сегмент ринку орієнтований на пляжний відпочинок, дитячий туризм тощо., потрібна реклама та створення туристичного бренду.

Стабільне функціонування туристичних пішохідних маршрутів дозволить:

- перерозподілити потік туристів;
- зменшити навантаження на більш завантажені території за рахунок залучення рекреантів до гірничого та лісового господарства;
- організувати нові робочі місця для місцевого населення, переважно жителів сільської місцевості;
- дасть можливість розширити спектр та обсяг послуг, що надаються, збільшити обсяг надходжень до бюджету України;
- збільшити навантаження на турбази в гірсько-лісовій зоні;
- збільшити тривалість курортного сезону в Карпатах майже до цілорічних показників.

3.2. Формування програми туру по Карпатському регіону та оцінка ефективності впровадження нового туристичного продукту

Українські Карпати – один із багатьох регіонів України, який щорічно приваблює багато туристів з метою оздоровлення, відпочинку та розваг. Вони є популярним місцем для туристів. Туристи приїжджають сюди, щоб доторкнутися до первозданної природи, оцінити неповторну красу Карпатських гір та відкрити для себе нові вершини.

Особливості території дозволяє проводити тут маршрути різної категорії складності, деякі з яких вимагають особливої фізичної підготовки та витривалості. При проходженні туристичних стежок в Карпатах також необхідно враховувати зміни клімату та погодних умов.

При проходженні туристичних маршрутів значну роль відіграє туристичне спорядження та спорядження, до основних атрибутів якого відносяться: рюкзаки, намети, спальні мішки, трекінгові палиці, газові пальники, компаси, GPS-навігатори та багато іншого. У більшості випадків метою піших походів в Карпати є досягнення певної вершини або проходження перевалів, що передбачає вибір траєкторії маршруту.

Наприклад, маршрути через гірські масиви передбачають значне обмеження і в більшості випадків відсутність питної води; Маршрут, прокладений по долині річки, часто характеризується обмеженням довжини через природні перешкоди (пороги та водоспади), а також переправи. Вибір маршруту в першу чергу залежить від цілей подорожі, а також запланованого часу, складу учасників, вікової категорії та фізичної підготовки. Також в Карпатах популярні походи вихідного дня, тривалість яких становить від 8 до 12 годин і дозволяє подолати значну відстань.

Помічником у проходженні маршрутів є топографічні карти, які покращують орієнтування на місцевості. Останнім часом все більшої популярності набувають спеціальні туристичні карти Карпат, де вказані найцікавіші регіони. У перспективі в цих регіонах планується будівництво туристичних притулків і стоянок.

Наразі маршрути по всій території погоджуються маршрутно-кваліфікаційними комісіями Прикарпаття, а їх проходження контролюється відповідними контрольно-рятувальними службами та загонами.

Найцікавіші маршрути в Карпатах проходять Чорногорами, Горганями та Свидовцем. Є ділянки зі значним перепадом висот, скелястим рельєфом, складним орієнтуванням, водними перешкодами. Існують також певні місця, для проходження яких необхідно отримати дозвіл відповідних установ і дотримуватися певних правил: національні парки, заказники, Карпатський біосферний заповідник.

Найвідоміші туристичні маршрути Карпат:

- «Сходження на Говерлу» (2061м) – найвищу точку Українських Карпат.
- «Гірською долиною Руни» (висота вертикалі 1007м).
- «Сходження на гору Пікуль» (висота 1408м).
- «До соколиного каменя». (Висота 627 м, шлях через г. Плішка 693 м, на г. Скалі 770 м, висота обриву 90 м) [34].

Туристичні маршрути на території Карпат розташовані повсюдно, а різноманітність природних перешкод дозволяє навіть новачкам оволодіти всіма навичками пішого туризму та орієнтування.

Серед мандрівників, які пролягають карпатськими стежками, є люди різного віку, занять, професій. Часто вони планують свою подорож на основі розповідей друзів, описів маршрутів, з Інтернету, книг, туристичних карт. Через недостатню поінформованість про особливості природи Карпатського регіону туристи не завжди оптимально визначають план маршруту, вдало обирають об'єкти, на які варто звернути увагу.

Важливо, перш за все, вибрати найбільш зручний транспортний під'їзд до початкової та кінцевої точок сходження. При цьому слід враховувати, з одного боку, що початок пішохідного маршруту знаходиться найближче до мети, передбачає найменший вертикальний підйом і від нього починається надійна дорога чи стежка. З іншого боку, варто врахувати, що маршрут до вершини має бути ще й пізнавальним, тобто проходити вздовж інших цікавих об'єктів (озера, водоспади, узлісся чи луки, з яких відкриваються мальовничі краєвиди).

У більшості випадків вихід на пішохідну ділянку маршруту розташовується на шосе, залізничній станції або в одному з населених пунктів, тобто розрахований на доступ громадським транспортом. Але якщо до початку з'їзду досить далеко (4 км і більше), а до нього веде попутна ґрунтова дорога, яка не представляє значного пізнавального інтересу, то краще використовувати спеціально замовлений транспорт. Це заощадить час і енергію. Те саме стосується виходу з кінцевої точки пішохідного маршруту.

Здебільшого можливі два маршрути від точки виходу. Перший – похід по долині річки, яка поступово піднімається до вододілу в найнижчій точці (перевал). Другий варіант передбачає підйом на гребінь гірського масиву від точки виходу. Перевага першого варіанту в тому, що висота набирається плавно, без зайвих спусків, можна відновити подачу води по дорозі. Негативним є те, що часто на шляху потрібно долати річки (іноді вблід), ділянки з болотом, а інші цікаві об'єкти побачити не завжди вдається. Переваги другого варіанту в тому, що дорога здебільшого простягається сухою стежкою і можна милуватися краєвидами на відкритих місцях. Однак, йдучи по вододільній частині відрогу, доведеться часто підніматися на лісисту вершину, а потім знову втрачати висоту, можуть виникнути проблеми з поповненням запасів води.

Маршрут найкраще планувати по добре втоптаній дорозі або стежці, позначеній на карті. Але, на жаль, не всі шляхи відображені на нових картах, а з іншого боку, не всі шляхи, відображені на карті, реально існують сьогодні. Зокрема, не завжди відтворюються мисливські стежки, так звані райстоки, прокладені по схилах гір і хребтів. Здебільшого вони простягаються горизонтально, або у вигляді серпантину, на висоті кількох сотень метрів нижче верхньої межі лісу. Цими досить надійними шляхами слід користуватися по можливості, наскільки дозволяє напрямок наміченого маршруту.

Зручними для виходу на полонину є так звані плеси, тобто стежки, які призначені для людей, прогону худоби, перевезення сіна, молочних продуктів кінним транспортом. Вони з'єднують між собою поселення з луками та полонинами. Хоча стан і якість гри часто дуже погані, вони завжди ведуть до мети найкоротшим і найзручнішим шляхом.

Особливо важливо рухатися проторованим шляхом – карпатськими хребтами північно-східного макросхилу гірської системи, де ростуть хвойні ліси, які дуже важко подолати прямо. Найнебезпечніше – збитися зі стежки на схилі, врослому гірською сосною (жерепом). Пробиратися крізь зарості

жерепу, особливо вгору, – одне з найгірших, що може трапитися з вами в Українських Карпатах.

Набагато легше пересуватися по бездоріжжю через буковий ліс південно-західного макросхилу, а також трав'янисті зарості гірських схилів або кам'янисті розсипи без густих заростей гірської низькорослої сосни. Якщо маршрут багатоденний, з підкоренням багатьох вершин, то важливо прокласти його таким чином, щоб була найменша втрата висоти в результаті переходів через долини річок. Адже найскладнішим під час такої подорожі є затяжні та стрімкі підйоми на хребет.

Маршрут по лінії хребта в Карпатах вже не такий складний. Крім того, в більшості випадків він цікавий можливістю милуватися навколишніми краєвидами, зручний для орієнтування в гарну погоду. Однак це в першу чергу стосується гряд, які підносяться над межею лісу або добре освоєні тваринниками.

Низькогірними лісистими хребтами Бескидів чи вулканічних Карпат пересуватися проблематично. Тут важко зорієнтуватися в напрямку простягання гірських хребтів, простежити лінію головного вододілу, а тому потрібно бути особливо уважним, постійно звіряючись з маршрутом за картою, компасом або додатковими орієнтирами (наприклад, р. пости старого польсько-чехословацького кордону у Вододільно-Верховинських Карпатах).

Реальний час походу визначається характером наміченого маршруту, станом стежок і доріг, складом учасників групи (їх віком і фізичною підготовленістю), порою року, погодою. Цей час можна розрахувати лише приблизно, виходячи із середньої швидкості, яка становить 4-5 км/год на рівнинній частині маршруту, 1-2 км/год на підйомах і 2-4 км/год на спусках. Чим крутіший схил і гірший стан колії, тим нижча швидкість.

Враховуючи швидкість пересування, а також необхідність виділяти час на відпочинок, припускаємо, що за 4-5 годин група може подолати 10-16 км. З власного досвіду вважаємо, що варто виходити зранку, тобто о 8 годині за

київським часом, а то й раніше. Потім приблизно о 12-13 годині можна зробити великий привал на обід.

Перевагою такого розкладу є те, що вранці в Карпатах часто ясне небо, а тому краще в цей час виїжджати з табору надійною дорогою або стежкою, що веде в потрібному напрямку. По-друге, влітку опівдні на полонині часто буває жарко, прямі промені сонця можуть викликати опіки шкіри, а тому цей час можна перечекати на обідню перерву. Третя перевага пов'язана з непередбачуваними обставинами, які призводять до втрати запланованого часу (тривале уточнення подальшого маршруту, очікування грози тощо).

При ранньому виході є простір для маневру: якщо втрачено час до обіду, то можна продовжити перехід до 19:00, щоб дістатися до місця запланованої зупинки. А післяобідній перехід зазвичай доцільно продовжувати з 14 або 15 до 18 години, подолавши загалом 18-24 км на день [46, с.147].

Наявність наметів робить туристичну групу менш залежною від вибору місця ночівлі. Проте необхідно вирішити три питання: вибрати місце, зручне для встановлення наметів, знайти воду та деревну рослинність для дров.

Вода є особливою проблемою під час багатоденного походу. На картах, на жаль, не завжди вказані джерела, а полонини наразі в багатьох місцях покинуті пастухами і нема в кого запитати про воду. Тому в описах маршрутів ми вказували наявність джерел у привершинних частинах хребтів.

Щодо наметів, то також варто врахувати, що в дощову погоду, коли потрібно сушити білизну, все ж варто пошукати більш надійний дах над головою – будиночки лісників чи тваринників на луках.

Під час походу необхідно мати аптечку, відповідний одяг, добре розраховану кількість їжі і, звичайно, компас і топографічну карту, а також GPS. Маршрут слід заздалегідь добре розробити, а родичі або друзі повинні знати про його тривалість. Важливим моментом є фізична підготовка гуртківців і правильно підібране туристське спорядження. Дійсно, у поході важливо не лише насолоджуватися природою, а й постійно перебувати в безпеці.

Перед тим, як відправитися в похід, необхідно не тільки опрацювати його на картах, а й детальніше дізнатися про маршрут, умови місцевості, небезпечні ділянки. Також має бути передбачено можливі варіанти припинення кампанії та найкоротший вихід до населених пунктів чи шляхів сполучення. Добре спланована поїздка – запорука успіху.

Якщо група таки збилася, то в більшості випадків краще повернутися туди, де ситуація була під контролем. Не варто рухатися далі в невідомому напрямку, якщо є відчуття, що обраний курс помилковий. Щоб прийняти правильне рішення, потрібно зосередитися, уважно перевірити карту, повільно орієнтуватися на місцевості. Якщо погана через туман видимість не дозволяє цього зробити, то бажано дочекатися, поки стануть помітні надійні орієнтири.

Влітку подекуди ще можна зустріти на луках пастухів, а в лісі – грибників чи лісорубів. Вони можуть перевірити маршрут. При цьому слід враховувати ряд важливих моментів, пов'язаних з менталітетом і способом життя місцевих жителів.

По-перше, якщо гуцул чи закарпатець скаже вам, що відстань до об'єкта близько 10 кілометрів, то насправді ця відстань становить приблизно 15 км. Те саме стосується й часу проходження – гуцульські чи бойківські десять хвилин можуть виявитися півгодинним ходом у хорошому темпі. Очевидно це пов'язано з тим, що, звикнувши з дитинства до своєї місцевості, вони досить швидко долають гірські кілометри.

У гірських селах літні жителі все ще продовжують користуватися часом, який влітку відрізняється від київського на одну-дві години. Тому, узгоджуючи час, потрібно уточнити, що саме мається на увазі.

Проте в поході, здебільшого, важливіше не відстань і не час, а визначення місця, куди і куди повернути. Горянам здається, що ходити по знайомій з дитинства місцевості просто і легко. Тому вам скажуть, наприклад: «Ідьте до розвилки і поверніть праворуч». Якщо ви підете в дорогу, не задаючись більше питань, ви дуже швидко про це пошкодуєте. Бо виявляється,

що таких розгалужень на шляху кілька і дуже важко встановити, яка з них малася на увазі.

Тому перед тим, як попрощатися з місцевим жителем, задайте питання типу: «Чи будуть інші до потрібної розвилки?», «Чи є помітні об'єкти на розвороті?», «Скільки бічних струмків потрібно перетнути до момент повороту?» ? Якщо вам кажуть, що частина маршруту «бита», то вам також потрібно уточнити, що саме мається на увазі. Дійсно, в одних випадках це означає, що дорога засмічена внаслідок вітру чи бурелому, а в інших – що дорога була повністю зруйнована під час паводку і сьогодні є долиною струмка зі стрімкими берегами.

З метою подальшого розвитку пішого туризму в Карпатському туристичному регіоні розроблено програму пішого туру (походу) по регіону

ТУРИСТИЧНИЙ ПОХІД ПО КАРПАТСЬКОМУ РЕГІОНУ

1. Цілі туристичного походу.

Мета туристичного походу: здійснити пішохідний похід 1-ої категорії по Горганах – найбільш живописному маршруту Карпат, що охоплює Івано-Франківську, Львівську та Закарпатську області, отримати 1-ий категорійний розряд.

2. Задачі туристичного походу

- Підвищити рівень загальної та спеціальної спортивної підготовки, оволодіти та вдосконалити техніко-тактичні навички подолання схилів, спусків, підйомів;
- ознайомитися з новим маршрутом, певними пам'ятками природи, отримати нові знання;
- формувати почуття колективізму, виховати витривалість і людські морально-вольові якості;
- забезпечити змістовне дозвілля;

– після проходження маршруту отримати 3 юнацький розряд.

3. Комплектація туристичної групи.

Група розрахована на 10 чоловік – студентів та викладачів, учасників спортивного клубу «Січеславець».

4. Технологічна карта походу

Технологічна карта походу наведена у додатку А

Схема походу наведена у додатку А

5. Розрахунок походу

Розрахунок походу наведено у додатку А

6. Визначення термінів походу:

теплій час, початок червня, а саме з 5.06.2023 по 11.06.2023.

7. Розподіл обов'язків в туристичній групі:

Керівник – найбільш досвідчений турист, має досвід керування походами I-II категорії складності забезпечує життєдіяльність всієї групи, несе юридичну відповідальність за учасників походу, а також контролює процес підготовки і розробки туристського походу.

Заступник керівника (суміщає) – має таку кваліфікацію, як і керівник разом з керівником розробляє туристський маршрут,

Завгосп розробляє і складає меню та розкладку продуктів. Відповідає за стан продуктів у туристському поході, складає списки особистого і групового спорядження для туристського походу, стежить за станом спорядження, забезпечує його ремонт.

Скарбник – складає кошторис походу, стежить і відповідає за грошима, при необхідності видає гроші на необхідні потреби групи (їжа, транспорт, екскурсії).

Фотограф – комплектує апаратуру, готує фотозвіт наприкінці походу.

Санітарний інструктор

Еколог

Краєзнавець – вивчає особливості місцевості, традиції регіонів, де проходить похід.

Ботанік-синоптик – вивчає особливості флори регіону проведення туристського походу, спостерігає за погодними умовами та їх змінами, веде щоденник походу.

Проведення загальних зборів групи: збори будуть проводитися 3 рази.

1-ий: 5.03.2023 – розподіл обов’язків та надання інформації з переліку необхідного для походу спорядження, поради та настанови керівника групи.

2-ий: 30.04.2023 – здача коштів на квитки на потяг, загальний розподіл коштів (готує скарбник), групового спорядження, їжі. Вивчення карти походу.

3-ий: 4.06.2023 – остаточний інструктаж перед походом, кінцевий перегляд карти маршруту, інструктаж с техніки безпеки.

7. Проведення загальних зборів групи або батьківських зборів

Загальні збори провадяться за 3 тижня до початку походу. Складається приблизний маршрут походу, необхідне спорядження, тощо

8. Підготовка учасників походу

З учасниками походу 1 раз на тиждень провадяться спеціальні тренування з долікарської допомоги, володіння туристським обладнанням.

При підготовці учасників туристського походу розглядаються такі моменти:

1. фізична підготовка (надання медичних довідок);
2. психологічна підготовка (полягає у створенні психологічно сприятливого клімату в групі);
3. технічна підготовка, полягає у володінні навиків техніки пересування по технічно складним ділянкам маршруту, до яких відносяться:

- перевали;
- узяття вершин;
- траверси схилів;
- переправи;
- подолання лавинно-небезпечних схилів;
- подолання завалів, осипів і т. д.

9. Визначення списків і підготовка особистого та групового туристського спорядження

Визначення списків та підготовка особистого та групового спорядження починається за 3 тижні до початку походу

10. Оформлення документів і одержання дозволу в маршрутно-кваліфікаційній комісії

Оформлення відповідних документів у МКК проводить керівник групи у належні терміни

Основним документом для походів І-3-го ступеня складності є маршрутний лист. Необхідні документи, які необхідні для одержання дозволу відправитися в туристський похід у маршрутно-кваліфікаційну комісію подаються для походів 1-3-го ступеня складності і 1-ї категорії складності не пізніше ніж за 30 днів до виходу на маршрут.

Перелік необхідних документів для надання в МКК:

- наказ по організації, яка проводить туристський похід;
- заявочна і маршрутна книжка;
- медичні довідки про стан здоров'я всіх учасників походу;
- довідки, які підтверджують досвід учасників туристського походу і керівника;
- страхові полюси від нещасного випадку на період походу;
- лист контрольно-рятувальної служби того району, де проводиться похід;

картографічний матеріал регіону, де проводиться похід, а також план походу в км і по дням.

11. В Додатку А наведено:

- список особистого спорядження;
- список групового спорядження;
- складання меню і розкладки продуктів;
- комплектація ремонтного набору, похідної аптечки;
- методика і терміни проведення детального інструктажу з техніки безпеки.

9. Розрахунок кошторису походу

Статті витрат:

Продукти на 8 днів – $600 \text{ грн.} * 10 \text{ ос.} * 8 \text{ діб} = 48000 \text{ грн.}$

Транспортні витрати: $700 * 10 = 7000 \text{ грн.}$

Проживання: ночівлі – у палатках (безкоштовно)

Витрати на канцтовари, аптечку, відвідування екскурсійних об'єктів – приблизно 2500 грн.

Непередбачені послуги – 10 % від вартості туру

Сума: 63250 грн., або 6325 грн. на особу

Якщо групу комплектує туристична компанія, тобто це туристичний продукт, то потрібно врахувати послуги компанії з організації туру. Як правило це 20% від вартості туру.

Тобто кінцева вартість тоді буде складати $6325 * 1,2 = 7590 \text{ грн.}$

Але ціна може змінитися в залежності від вартості цін на продукти, медикаменти, транспортні витрати тощо. Тому кінцева вартість оголошується після закінчення закупівель.

Найефективнішим каналом просування нового турпродукту є глобальна мережа Інтернет, а зокрема соціальні мережі. Даний спосіб не вимагає витрат,

і великої кількості часу. Тож агенції можуть просувати тур за допомогою своїх сторінок у Фейсбукці, Інстаграм, тощо. Таким чином матеріальні витрати на просування турпродукту відсутні.

Таким чином, розроблена туристична програма є економічно доцільною та прибутковою.

Висновки до розділу 3

Проаналізувавши проблеми розвитку пішохідного туризму в Карпатах, ми дійшли висновку, що основними проблемами є:

- 1) незадовільна матеріальна база пішохідного туризму;
- 2) відсутність податкових та інших пільг для турбаз;
- 3) відсутність кваліфікованих кадрів у сфері пішохідного туризму;
- 4) недостатня безпека туристів на маршруті;
- 5) відсутність нормативно-правової бази регулювання пішохідного туризму.

Отже, можна зробити висновок, що проблеми в розвитку пішохідного туризму в Карпатах є і шляхи їх вирішення та оптимізації вже є, але недостатньо. Багато маршрутів, прокладених у радянські роки, потребують переоцінки та створення на їх основі нових стежок для популяризації пішохідного туризму.

В роботі розроблено піший похід по Карпатському туристичному регіону.

ВИСНОВКИ

За результатами роботи можна зробити наступні висновки

1. Розглянуто теоретико – методичні засади дослідження пішохідного туризму

Досліджено поняття «пішохідний туризм», що визначається як вид туризму, що передбачає пересування на туристичному маршруті, з однієї точки до іншої, за певний проміжок часу, здійснюється в основному пішки, з пізнавальною та оздоровчою метою.

З'ясовано, що пішохідний туризм поділяється на кілька видів: від більш простого хайкінгу до більш складного і тривалого трекінгу або альпінізму. При розробці пішохідних походів потрібно звертати увагу на привабливість з погляду природної, історичної, культурної, цінності запланованого району подорожі. Також важливою складовою при реалізації пішохідних маршрутів головною умовою є формування складу туристської групи на основі туристсько-спортивного досвіду учасників туру, які бажають його здійснити. Не менш важливим фактором безпеки при проходженні маршруту пішохідного туризму є кількість учасників даного туру та дисциплінованість.

2) Проаналізовано сучасний стан розвитку пішохідного туризму в карпатському туристичному регіоні.

Українські Карпати – середньовисотні гори, що займають крайній захід України. Вони є частиною великої гірської системи, яка сформувалася в альпійську епоху горотворення.

Українські Карпати розташовані в межах помірної пояси, що характеризується надмірним зволоженням і розгалуженою річковою мережею. Зміна кліматичних умов з висотою зумовила багатство і різноманітність рослинного і тваринного світу.

Особливості природи Українських Карпат сприяють розвитку пішого туризму, але сучасний військовий стан накладає певні обмеження для цього виду туризму, особливо в прикордонних районах.

3) Виявлено проблеми і перспективи розвитку пішохідного туризму в карпатському туристичному регіоні України

Проаналізувавши проблеми розвитку пішохідного туризму в Карпатах, ми дійшли висновку, що основними проблемами є:

- 1) незадовільна матеріальна база пішохідного туризму;
- 2) відсутність податкових та інших пільг для турбаз;
- 3) відсутність кваліфікованих кадрів у сфері пішохідного туризму;
- 4) недостатня безпека туристів на маршруті;
- 5) відсутність нормативно-правової бази регулювання пішохідного туризму.

Отже, можна зробити висновок, що проблеми в розвитку пішохідного туризму в Карпатах є і шляхи їх вирішення та оптимізації вже є, але недостатньо. Багато маршрутів, прокладених у радянські роки, потребують переоцінки та створення на їх основі нових стежок для популяризації пішохідного туризму.

В роботі розроблено піший похід по Карпатському туристичному регіону, який є прибутковим та економічно доцільним.

Таким чином, усі завдання роботи виконано, та мету роботи досягнуто.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Закон України «Про туризм» від 18 листопада 2003 року. Редакція від 04.11.2018. *Відомості Верховної Ради України (ВВР)*, 1995, № 31, ст.24.
2. Абрамов В.В., Оплаканец Е.А. Дослідження організації спортивного і екстремального туризму для підвищення безпеки туристів. *Вісник Харківської національної академії міського господарства*. 2018. № 1. с.18
3. Беспала О.А. Сучасний стан, проблеми та перспективи розвитку туристичного ринку в Україні. *Економіка: реалії часу*. 2017. №6(34). URL:
4. Бобловський О.Ю Розвиток спеціальних видів туризму в Україні. Київ: Лібра, 2016. С.278 – 287.
5. Бондаренко М.П. Теретичні засади розвитку індустрії туризму. *Економічний часопис XXI*. – 2016. – № 3–4. – С. 19–22
6. Борушак М. Проблеми формування стратегії розвитку туристичних регіонів: монографія – Львів: ІРД НАН України, 2016. – 288 с.
7. Бут В.П. Визначення проблем та перспектив розвитку спортивного туризму в Україні. *Менеджмент та підприємництво: тренди розвитку*. 2019. № 3. С. 15
8. Величко В.В. Організація рекреаційних послуг. Харків: Харківський національний університет міського господарства ім. О.М. Бекетова, 2014. 202 с.
9. Гайдук А.Б. Фактори формування та розвитку туристичної системи в ринкових умовах. URL: <http://ena.lp.edu.ua:8080/bitstream/ntb/9710/1/30.pdf>.
10. Гаранин Н.И. Менеджмент безпеки в туризмі і гостинності. М.:, 2015. 223 с
11. Герасименко В.Г. Ринки туристичних послуг: стан і тенденції розвитку: монографія / за заг. ред. професора В.Г. Герасименко. Одеса: Астропринт, 2013. 334 с.
12. Державна служба статистики України. URL: <http://www.ukrstat.gov.ua> .

13. Екстремальні тури Україною. URL: www.ukrtourism.com/types/extreme_turizm_ukraine/tours/list.html.
14. Задорожнюк Н.О., Кващук Ю.О. Інноваційні напрями розвитку туристичної галузі України. *Економічний вісник ЗДІА*. 2016. Вип. 3(03). С. 87–91.
15. Засенко А., Фролов І. Види екстремального туризму в Україні. URL: <http://statuspress.com.ua/nisha/kakie-vidy-ekstremalnogo-turizma-vygodno-razvivat-v-ukraine.html>.
16. Зікій Н.Л. Стримуючі чинники функціонування туристичних підприємств. *Вісник Київського національного торговельно-економічного університету*. № 2. 2019. 180 с.
17. Іванов А. М. Піший туризм як один із перспективних видів туризму. *Бізнес-навігатор: Науково-виробничий журнал*. 2018. № 5 (26). С. 186–191.
18. Карпати – «зелене серце» Європи/Карпатська конвенція в українському контексті. V Загальноєвропейська конференція міністрів довілля «Навколишнє середовище для Європи» – Київ, 2003. – 52 с.
19. Кифяк В. Ф. Стратегія розвитку територіально-рекреаційної системи: теорія, методологія, практика: монографія. К. : Чернівці: Книги. XXI, 2012. 432 с.
20. Колосінська М.І. Дослідження теоретичних підходів до визначення категорії «туризм». *Економіка. Управління. Інновації*. 2019. № 2. 110 с.
21. Краснова Ю.А., Поняття та юридичні ознаки туризму в Україні. *Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України*. 2019. Вип. 197. Ч. 3. 140 с.
22. Кукліна Т. С., Зайцева В. М. Сучасний стан розвитку туризму в Україні. *Економіка. Управління. Інновації*. 2022. Вип. № 2 (12). 160 с.
23. Кулицький С. Туристично-рекреаційна галузь в Україні: стан, проблеми, оцінка перспектив. *Україна: події, факти, коментарі*. 2019. № 17.–182 с.

- 24.Лепкий М. І. Організаційно–інституційне забезпечення розвитку регіональних туристичних ринків. *Актуальні проблеми економіки*. №9 (219). 2019. 170 с.
- 25.Лепкий М.І. Фактори розвитку туристичного господарства в регіонах України. *Розвиток продуктивних сил і регіональна економіка*. № 4. 2019. 168 с.
- 26.Малюта К.Г., Особливості інвестування в туристичну галузь. *Вісник Вінницького торговельно–економічного інституту КНТЕУ*. № 1. 2019. 88 с.
- 27.Мархонос С.М., Турло Н.П. Туристична сфера як фактор підвищення інвестиційної привабливості регіон. *Економіка. Управління. Інновації*. – 2017. №1 (7). 90 с.
- 28.Наумова І.Ф Маркетингове дослідження перспектив розвитку спортивного туризму в Україні. URL: http://www.easterneurope-ebm.in.ua/journal/14_2018/17.pdf .
- 29.Овсяник В, Туроператори–лідери по внутрішньому туризму. URL: <http://turprofi.com.ua/rejtingi/1703-turoperatory-lidery-po-vnutrennemu-turizmu> .
- 30.Опанасюк Н. А. Поняття туристичної діяльності: практико–правові аспекти. *Цивільне право*. № 6. 2019. 61 с.
- 31.Організація туризму: підручник. І.М. Писаревський, С.О. Погасій, М.М. Покоłodна та ін. за ред. І. М. Писаревського. Х. : ХНАМГ, 2018. 541 с.
- 32.Перспективи розвитку туризму в Україні та світі: управління, технології, моделі: колективна монографія / за науковою ред. Матвійчук Л.Ю. Луцьк: РВВ Луцького НТУ, 2019. 324 с.
- 33.Писаревський І.М., Тонкошкур М.В. Планування та організація туристських маршрутів. Харків : ХНАМГ, 2015. 312 с.
- 34.Сайт «Карпати».- [Електронний ресурс].- Режим доступу: <http://www.karpaty.info/ua/uk/if/>

35. Сайт Карпати туристичні.- [Електронний ресурс].- Режим доступу:
<http://turizm-karpaty.com.ua/index.php>
36. Свірідова Н. Д. Управління регіональним розвитком туризму: підручник.
Східноукр. нац. ун-т ім. В. Даля. Одеса : Астропринт, 2019. 214 с.
37. Селецький С.І. Правове регулювання туризму в Україні: навчальний
посібник. К. : Центр учбової літератури, 2019. 186 с.
38. Семенов В.Ф., Герасименко В.Г., Горбань Г.П., Богадьорова Л.М.
Управління регіональним розвитком туризму. Навчальний посібник. –
Одеса: Одеський державний економічний університет, 2018. 225 с..
39. Соколов В.А., Штангей Ю.В., Петрова І.В. Спортивний туризм на
сучасному етапі. *Матеріали Міжнародної НПК "Туризм у XXI столітті:
глобальні тенденції і регіональні особливості"*, 10-11.10.2018 р., Київ, 2018.
40. Спортивні та екстремальні тури.
URL:https://ua.igotoworld.com/ru/tours_catalog/27-ekstremalnye-tury.htm .
41. Тимчук О. Перспективи розвитку гірського туризму в Україні. *Збірник
наукових праць НДФІ. №7. 2020. с.31–34.*
42. Ткаченко Т.І. Сталий розвиток туризму: теорія, методологія, реалії бізнесу:
монографія. К.: КНТЕУ. 2018. 462 с.
43. Топчієв А. Г. Основи соціальної географії. Підручник. Одеса: Астропринт,
2017. С. 317.
44. Український туристичний екстрим. URL: <https://rafting-h2o.com.ua/ru/rafting-tisa-prut-stryi/> .
45. Український туристичний ринок минулоріч скоротився на 60–70% –
Асоціація. URL:<https://www.epravda.com.ua/news/2021/01/15/670037/>.
46. Федотов Ю. М. Спортивно-оздоровчий туризм : Підручник / Ю. М. Федотов,
І. Є. Востоков за заг. ред. Ю.М. Федотова. Київ: Лібра, 2017. 364 с.
47. Чорненька Н.В. Організація туристичної індустрії: навчальний посібник.
К.: Атіка, 2015. 264 с.

48. Шляхи активізації пішохідного туризму

<http://www.geograf.com.ua/blogs/entry/shlyakhi-aktivizatsiji-rozvitku-pishokhidno-turizmu-v-ukrajinskikh-karpatakh>

49. Шуплат О. М. Формування поняття «туризм» у сучасній економічній науці. *Ефективна економіка*. № 12. 2020. 48 с.

50. Юхновська Ю. О. Вплив глобалізації та євроінтеграції на туристичну галузь України. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Випуск 23, частина 2. 2019. 70 с.

ДОДАТОК А

Технологічна карта походу

Вид маршруту	Лінійний
Категорія складності	1
Протяжність маршруту (км)	131
Тривалість маршруту в днях	8
Кількість туристичних груп	1
Число туристів в групі	10
Всього туристів на маршруті	10
Всього людино-днів обслуговування	80
Початок обслуговування першої групи на маршруті	4.06.2023
Початок обслуговування останньої групи на маршруті	4.06.2023
Кінець обслуговування останньої групи на маршруті	11.06.2023
Вартість путівки	7590 грн.

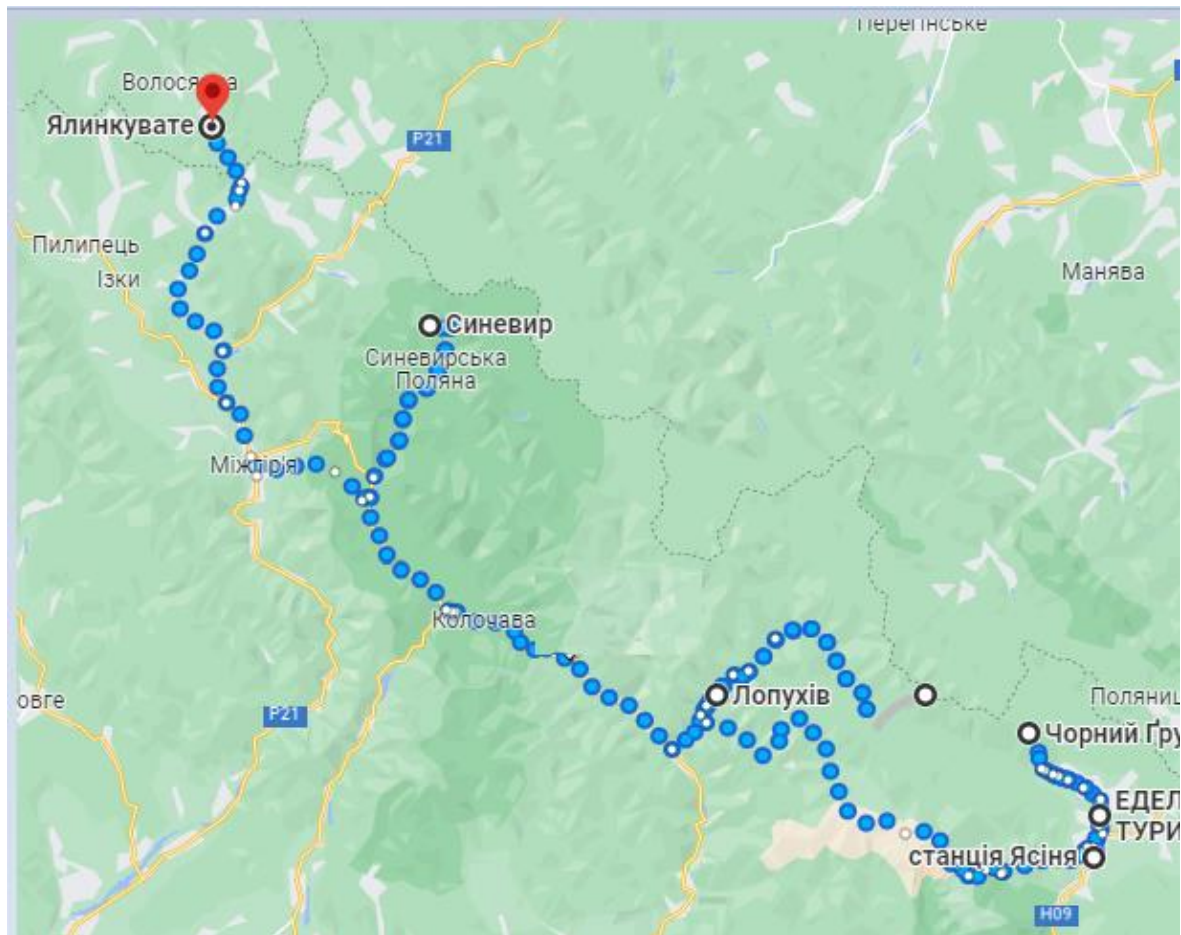


Рис.А.1. Схема походу

Розрахунок походу

Дата та день походу	Назва ділянки	Час проходження	Відстань та загальний перепад висот	Опис ділянки, характеристика занять
5.06.2023, 1 день	Залізнична станція пгт. Ясиня – турбаза «Едельвейс»	14:00-14:30	1,5 км	Асфальтована дорога. Реєстрація в контрольно-рятівельному загоні
	Прохід до с. Чорна Тиса вгору за течією річки Чорна Тиса	15:00-16:20	5 км	Асфальтована дорога
	Прохід до струмка Плецкий	16:30-18:00	5 км	Грунтова дорога. Переправа через р. Чорна Тиса вбхід

Дата та день походу	Назва ділянки	Час проходження	Відстань та загальний перепад висот	Опис ділянки, характеристика занять
	Рух вгору уздовж струмка	18:10-18:50	3 км	Лісовозна дорога
	Стоянка на лівому березі струмка	3 19:00	Загалом: 14,5 км Набір висоти: 200 м	Вечера, ночівля
6.06.2023, 2 день	Місце ночівлі	8:00-9:00		Сніданок
	Набір висоти, прохід до виходу на хребет Чорний Грунь	9:00-10:30	3 км	Лісоповали, високі листяні дерева, каміння
	Рух по хребту, набір висоти	10:30-11:30	3 км	Лісовозна дорога
	Привал перед г. Чорна Клева	11:30-12:00		Відпочинок
	Підняття на г. Чорна Клева (1719 м)	12:00-12:40	1 км	По стежці, через легкопрохідний ялівець
	Рух по хребту до г. Руської	12:50-15:20	5 км	Густі зарослі гірської сосни
	Привал біля підніжжя г. Руської	15:20-16:20		Обід
	Сходження на г. Братківську (1788 м) і г. Гропа (1758 м), прохід до г. Дурня	16:20-19:20	8 км	Майже безлісий хребет, невелике каміння
	Стоянка біля озера на східному схилі г. Дурня	3 19:30	Загалом: 20 км Перепад висот: 1560 м (набір-860 м, спуск-700 м)	Вечера, ночівля
7.06.2023, 3 день	Місце ночівлі	8:00-9:00		Сніданок
	Підняття на г. Дурня. Пам'ятник загинувшій туристці на вершині	9:00-9:30	0,6 км	
	Спуск із г. Дурня.	9:40-10:40	1,4 км	Важкопрохідні зарослі сосни

Дата та день походу	Назва ділянки	Час проходження	Відстань та загальний перепад висот	Опис ділянки, характеристика занять
	Прохід до перевалу Легіонів	10:40-13:40	10 км	Добре протоптана дорога
	Привал біля Хреста полякам	13:40-14:40		Обід
	Спуск в долину р. Бертянка, прохід через с.Лопухів	14:40-18:00	9 км	Лісовозна дорога. Закупка необхідних товарів в селі
	Прохід до протоки Великий Гроп'янець	18:00-19:00	3 км	Лісовозна дорога
	Стоянка біля притоки	з 19:00	Загалом: 24 км Перепад висот: 1100 м	Вечеря, ночівля
8.06.2023, 4 день	Місце ночівлі	7:30-8:30		Сніданок
	Підняття на пн. Схили г. Побита	8:30-10:00	3 км	Лісовозна дорога
	Вихід до безлісої ділянки перед г. Берть	10:00-11:30	3 км	Добре протоптана стежка
	Вихід до сідловини між горами Берть та Мала Кепута	11:30-13:50	5 км	Густі, важко прохідні зарості гірської сосни
	Привал на попередній ділянці	14:00-15:00		Обід
	Підняття на г. Велика Кепута (1607 м) і г. Буштул (1691 м)	15:00-17:00	5 км	Періодичні зарості сосни
	Прохід до перевалу	17:00-19:00	7 км	Легкопрохідна стежка
	Стоянка на галявині	з 19:30	Загалом: 23 км Перепад висот: 1500 м	Вечеря, ночівля
9.06.2023,	Місце ночівлі	9:00-10:00		Сніданок

Дата та день походу	Назва ділянки	Час проходження	Відстань та загальний перепад висот	Опис ділянки, характеристика занять
5 день				
	Рух уздовж р. Озерянка, прохід через окраїну с.Синевір, прохід до р.Теребля	10:00-14:00	13 км	Грунтова дорога. На шляху закупка хліба
	Рух вгору за течією р.Теребля	14:00-15:00	3 км	Асфальтована дорога
	Привал	15:00-16:00		Обід
	Перехід на правий берег р.Теребля	16:00-17:00	2,5 км	Грунтова дорога
	Прохід до впадіння притоки Студенний Звор	17:00-18:00	3 км	
	Стоянка на попередньому місці	3 18:00	Загалом: 21,5 км Перепад висот: 200 м	Вечера, ночівля
10.06.2023, 6 день	Місце ночівлі	8:00-9:00		Сніданок
	Підйом на пн. до г. Озерної	9:00-12:30	7 км	Лісовозна дорога
	Спуск до о. Синевір	12:30-13:30	2 км	Стежка
	Привал біля озера	13:00-15:00		Обід, відпочинок
	Підняття до притоки р. Ріки та прохід через с.Лопушне	15:00-19:00	13 км	Лісовозна, грунтова дорога. Поповнення продовольчих запасів
	Стоянка біля с. Торунь	3 19:30	Загалом: 22 км Перепад висот: 1600 м	Вечера, ночівля
11.06.2023, 7 день	Місце ночівлі	8:00-9:00		Сніданок
	Підняття на г. Чорна Ріпа (1285 м)	9:00-9:30	1 км	Безлісий хребет

Дата та день походу	Назва ділянки	Час проходження	Відстань та загальний перепад висот	Опис ділянки, характеристика занять
	Спуск до р. Ялинкувата	9:30-10:40	3 км	Грунтова дорога
	Вихід до с. Ялинкувате	10:40-11:40	2 км	Обід, кінець пішохідного походу
			Загалом: 6 км Перепад висот: 700 м	Всього за похід пройдено: 131 км

Визначення списків та підготовка особистого та групового спорядження:

Список особистого спорядження:

- рюкзак і накидка від дощу для нього (кульок);
- спальник;
- килимок (каремат);
- маленький килимок для сидіння («пенопопа»);
- накидка від дощу;
- взуття, 2 пари (черевики, кросівки), газети для просушки, щітка (ганчірка);
- головні убори (кепка і шапка);
- одяг (кілька футболок, одна з довгим рукавом; 2 пари штанів - камуфляжні, спортивні, вовняний светр, камуфляжний або спортивна кофта, купальник (плавки), натільна білизна 2 комплекта, шорти, кілька пар шкарпеток - вовняних і х / б, легкі рукавички);
- сонячні окуляри;
- кухоль, ложка, миска, для чоловіків ніж;
- предмети особистої гігієни (рушник, мило, зубна щітка, паста, туал. папір, серветки, косметика, гребінець);
- ліхтарик;
- ємність для води (пластикові пляшка на 1,5 л).

Крім цього кожен має взяти із собою документи (студентський, паспорт), сірники.

Загальна вага: близько 7 кг.

Список групового спорядження:

- намети 4 шт.
- котли на 6 л - 2 шт.
- тент 20 кв.м -1 шт.
- газовий пальник 1 шт.
- сокира 1 шт.
- пила 1 шт.
- вогнищеве обладнання (сухе пальне, рукавиці, гаки, лопатка, запальничка, сірники) - 1 набір
- клейонка, дошка обробна, ополоник, губка і миючий засіб по 1 шт.
- ліхтарі 5 шт.
- фотоапарат 3 шт.
- відеокамера 1 шт.
- запасні акумулятори до техніки під пунктами 9-11.
- набір туристських карт даного району, маршрутна книжка, 1 годинник у керівника і 2 компаса.
- ремонтний набір
- зошит, блокнот і 2 ручки для записів
- медична аптечка

Загальна вага: 30 кг. Ділимо її на всіх учасників. Таким чином, кожному дістається по 3 кг.

Складання меню і розкладки продуктів.

У поході було організоване триразове харчування: гаряче вранці і ввечері; бутерброди, овочі, солодке на обід.

Сніданок: каша (гречана, рисова, пшенична) – 80 г сухої крупи на 1 люд. з тушонкою (50 г на 1 люд.), хліб – 50 г, чай – 2 г, цукор (10-15 г), солодощі до чаю (печиво, вафлі, сухарі, халва, мед – 40 г на люд.).

Обід: бутерброди (сир – 20 г, сало (ковбаса суха) – 20 г, шпроти, паштет, овочі (огірки, цибуля, кукурудза), хліб 100 г, курага чи горіхи 20 г.

Вечеря: суп (рибний, гороховий, м'ясний с тушонки, грибний) – 250 г крупи, 6 картоплин, 1 морква, 2 цибулини, 2 рибні консерви, сіль за смаком, сухарі 50 г на люд. Солодке до чаю як на сніданок.

Хліб та овочі докупляємо на маршруті.

Всього беремо із собою:

- Гречана, пшенична каша та рис: по 1,6 кг (4,8 кг);
- Тушонка: 4 кг;
- Рибні консерви: 2 кг;
- Горох: 500 г;
- Гриби: 1 кг;
- Сир, суха ковбаса, сало: по 1,4 кг (4,2 кг);
- Шпроти: 1,2 кг;
- Паштет: 600 г;
- Картопля: 3 кг, морква: 2 кг, цибуля: 1 кг, огірки: 2 кг;
- Хліб: 4 кг;
- Курага: 600 г;
- Горіхи: 800 г;
- Чай: 250 г;
- Печиво: 2 кг, вафлі: 1 кг, сухарі: 2 кг, халва: 1 кг, мед: 2 кг;
- Сіль: 1 кг;
- Цукор: 1 кг.
- *Список групового спорядження:*

Розподіляємо її на всіх учасників походу: таким чином, чоловікам видаємо по 5 кг, а жінкам по 2,5 кг.

Комплектація ремонтного набору, похідної аптечки.

Похідна аптечка (загальна вага 600 г)

<i>Назва</i>	<i>Кількість</i>	<i>Назва</i>	<i>Кількість</i>
Перев'язувальний матеріал		Антисептики	
Бинт стерильний (7x14)	1 шт.	Йод розч. спиртовий 5%	1 фл.
Вата	30 гр.	Перекис водню розч. 3%	1 фл.
Лейкопластир бакт.	10 шт.	Спирт етиловий	50 мл.
Бинт еластичний	1 шт.	Засоби при шлунково-кишкових захворюваннях	
Лейкопластир рулон	1 шт.	Лоперамід	1 уп. x 10 таб.
Серцево-судинні засоби		Смекта	5 пак.
Корвалмент	20 таб.	Вугілля	1 уп. x 10 таб.

Валідол	10 таб.	Регідрон	3 пак.
Знеболюючі засоби		Протизапальні та жарознижуючі засоби	
Кетанов	10 таб.	Краплі в нос (назол)	1 фл.
Цитрамон	10 таб.	Парацетамол (325 мг)	2 уп. x 10 таб.
Дротавертин (Но-шпа)	10 таб.	Сульфацил натрію	1 фл.
Мазі		Сильні знеболювальні та протишокові	
"Спасатель"	1 шт.	Кетанов	4 амп.
Диклофенак-гель 5%	1 шт.	Шприц одноразовий (5мл.)	5 шт.
Антибіотики		Рукавички стерильні	3 шт.
Аугментин (625мг.)	14 таб. (2 пласт.)		

Ремонтний набір: (загальна вага 600 г)

Найменування	Кількість штук у поході
Напиллок напівкруглий	2
Шило	1
Викрутка	1
Набір голок для шиття	1
Набір взуттєвих голок	1
Гачки, платтяні кнопки	20
Наперсток	2
Нитки швейні у катушках	3
Кіперна стрічка, м	15
Дріт мідний, товстий, м	1
Шурупи різні	10
Болти з гайками	5
Цвяхи різні дрібні	15
Заклепки алюмінієві	5
Шматки брезенту, шкіри	Комплект
Гудзики	10
Ножиці	1
Віск взуттєвий	Комплект

Вагу похідної аптечки та ремонтного набору ділимо на 6 чоловіків: по 200 г.

Таким чином загальна вага рюкзаку чоловіків складає 15,2 кг, жінок – 12,5 кг.

Методика і терміни проведення детального інструктажу з техніки безпеки

Правила безпеки перед виходом із населеного пункту (або з притулку).

Керівнику групи необхідно:

- ознайомитися з прогнозом погоди на найближчі кілька днів;
- ретельно перевірити наявність спорядження, продукти харчування, аптечку, переконатись, що стан здоров'я у всіх задовільний;
- ознайомити всіх учасників з можливими небезпеками на маршруті і причинами нещасних випадків;
- повідомити аварійно-рятувальний загін або органи місцевого самоврядування про вихід групи на маршрут.

Правила безпеки при пересуванні в горах.

- Пересування повинно бути не поодинці, а груповим. Останнім у групі має йти досвідчений турист. Не допускайте розподілу групи.
- Темп руху і частота зупинок повинні відповідати рівню підготовки учасників, умовам місцевості і погоді.
- Обов'язково сповільнюйте швидкість руху на підйомах, причому орієнтуватися необхідно на фізичні можливості найслабших учасників.
- Не сходьте з маршруту без особливої потреби. Регулярно звіряйте напрямок руху за картою і компасом.
- Якщо ви заблукали і немає можливості розбити надійний нічліг, то краще повернутися знайомим шляхом назад.
- При сильному дощі чи граді слід зупинитись і перечекати непогоду, але не робіть цього під одиноко стоячим деревом, на узліссі або на березі водойми.

- В аварійній ситуації не панікувати, посилити дисципліну, діяти організовано.
- При необхідності, за допомогою слід посилати двох найбільш підготовлених учасників.
- На ночівлю зупиняйтеся завчасно (за 1-2 години до настання темноти).
- Відлучення, навіть на стоянці, допускається тільки з дозволу керівника.

Допомога при укусі кліща.

Виявивши кліща на тілі потерпілого, ранку та кліща необхідно змастити будь-яким жиром (олією, смальцем, топленим маслом), закриваючи в такий спосіб доступ повітря до тіла кліща. Через декілька хвилин кліщ почне сам вивільнятися з ранки (зазвичай кліщ на половину свого тіла занурюється в тіло людини), і тоді його легше видалити з тіла. Не рекомендується кліща видавлювати або виривати з тіла. У такому випадку в тілі людини (в ранці) може залишитись голова кліща або частина тіла, що може призвести до гноїння рани. Після процедури видалення кліща ранку та руки необхідно продезінфікувати йодом та спиртом. Якщо через 2-3 дні потерпілий відчуває себе гірше, групі необхідно вжити заходів для швидшого виходу, щоб доправити хворого до медичної установи.