

МІЖРЕГІОНАЛЬНА
АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ



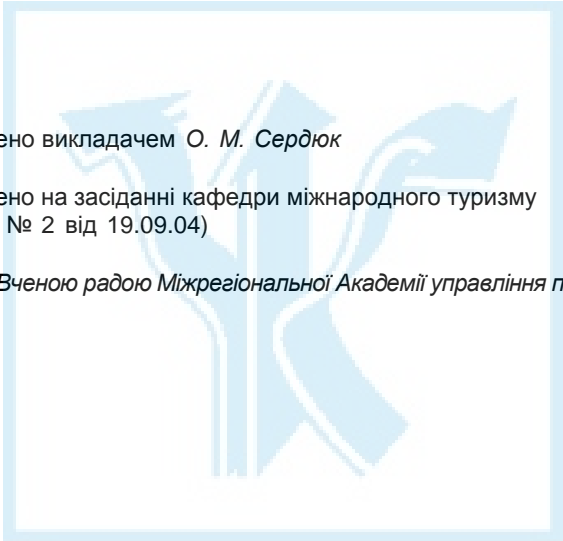
МАУП



НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА
дисципліни
“АКТИВНИЙ ТУРИЗМ”
(для бакалаврів, спеціалістів)

МАУП

Київ 2005



Підготовлено викладачем *О. М. Сердюк*

Затверджено на засіданні кафедри міжнародного туризму
(протокол № 2 від 19.09.04)

Схвалено Вченою радою Міжрегіональної Академії управління персоналом

Сердюк О. М. Навчальна програма дисципліни “Активний туризм”
(для бакалаврів, спеціалістів). — К.: МАУП, 2005. — 19 с.

Навчальна програма містить пояснювальну записку, навчально-тематичний план, програмний матеріал до вивчення дисципліни “Активний туризм”, контрольні питання, а також список рекомендованої літератури.

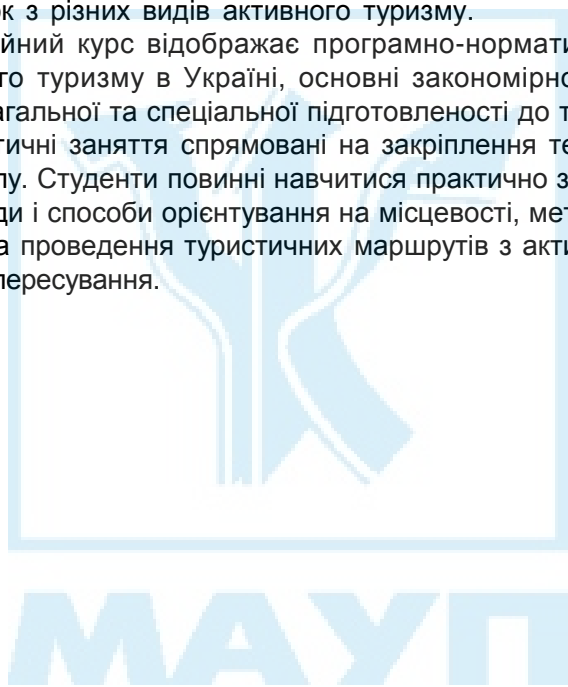
ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Програма дисципліни “Активний туризм” розрахована на студентів, які навчаються за спеціальність “Організація і управління туристичною діяльністю”.

Мета вивчення дисципліни — засвоїти теоретичні і практичні основи проведення подорожей за різними маршрутами з активними способами пересування, а також набути специфічних знань і навичок з різних видів активного туризму.

Лекційний курс відображає програмно-нормативні основи активного туризму в Україні, основні закономірності формування загальної та спеціальної підготовленості до туризму.

Практичні заняття спрямовані на закріплення теоретичного матеріалу. Студенти повинні навчитися практично застосовувати методи і способи орієнтування на місцевості, методику організації та проведення туристичних маршрутів з активними способами пересування.



НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН
вивчення дисципліни

“АКТИВНИЙ ТУРИЗМ”

№ пор.	Назва теми
1	Вступ. Загальні поняття та визначення
2	Історія розвитку активного туризму в Україні
3	Організаційні основи розвитку активного туризму в Україні
4	Програмно-правові основи розвитку активного туризму в Україні
5	Основні форми та види активного туризму, їх особливості
6	Класифікація туристських маршрутів
7	Методика підготовки маршрутів з активними способами пересування
8	Організація безпеки на маршрутах та перша медична допомога
9	Методи і способи орієнтування на місцевості
10	Організація харчування активних туристських подорожей
11	Загальна та спеціальна фізична підготовка туристів
12	Технічна, тактична і психологічна підготовка
13	Організація і проведення подорожей з пішохідного туризму
14	Організація і проведення подорожей з лижного туризму
15	Організація і проведення подорожей з гірського туризму, альпінізму
16	Організація і проведення подорожей з водного туризму
17	Організація і проведення подорожей з велосипедного туризму
18	Організація і проведення подорожей з авто-, мототуризму
19	Організація і проведення подорожей зі спелеотуризму
20	Екстремальні види активного туризму

ПРОГРАМНИЙ МАТЕРІАЛ
до вивчення дисципліни

“АКТИВНИЙ ТУРИЗМ”

Тема 1. Вступ. Загальні поняття та визначення

Поняття “активний туризм”. Предмет і завдання активного туризму.

Основна соціальна функція активного туризму як суспільного явища — сприяти духовному вихованню громадян. Значимість активного туризму для зміцнення здоров'я і фізичного розвитку, виховання вольових і моральних якостей. Прикладна та економічна функції активного туризму.

Література [1; 14; 16; 19; 20; 25]

Тема 2. Історія розвитку активного туризму в Україні

Передумови виникнення перших туристських організацій, що об'єднали любителів туризму з активними способами пересування.

Розвиток активного туризму на самодіяльних і планових заходах у післявоєнний період. Введення спортивних нормативів і включення туризму до єдиної Всесоюзної спортивної класифікації (1949 р.).

Ради з туризму — новий етап розвитку туризму в країні (1962–1990 рр.). Створення Федерації туризму (1976 р.).

Організація активного туризму на сучасному етапі. Створення Туристсько-спортивної спілки України (1989 р.), Міжнародної туристсько-спортивної спілки (1992 р.), Федерації спортивного туризму України (2000 р.).

Література [1; 7; 20; 21; 27; 28]

Тема 3. Організаційні основи розвитку активного туризму в Україні

Структура організації управління активним туризмом в Україні на сучасному етапі. Участь державних органів законодавчої та виконавчої влади у розвитку активного туризму в Україні.

Громадські організації України, що займаються питаннями підтримки й розвитку активних форм туризму.

Література [7; 20; 22; 23; 25]

Тема 4. Програмно-правові основи розвитку активного туризму в Україні

Огляд міжнародних нормативно-правових й програмних документів з туризму: Хартія туризму (1985 р.), Гаазька декларація з туризму (1989 р.), Всесвітній кодекс етики туризму (1999 р.).

Характеристика нормативно-правових й програмних документів загальнодержавного рівня: Конституції України, Закону України “Про туризм”, “Державної програми розвитку туризму в Україні до 2010 року”.

Основні положення “Умов ліцензування туристської діяльності в Україні” щодо активних форм туризму.

Література [19; 20; 22; 23]

Тема 5. Основні форми та види активного туризму, їх особливості

Критерії виокремлення основних типів, видів і форм активного туризму.

Активний туризм: виїзний, внутрішній, соціальний, самодіяльний, комерційний, дитячо-юнацький, сімейний, туризм людей похилого віку, оздоровчий, спортивний, екологічний, пригодницький, промисловий тощо.

Види туризму, введені до Єдиної спортивної класифікації України (ЄСКУ): пішохідний, гірський, лижний, водний, велосипедний, автотуризм, мототуризм, спелеотуризм, вітрильний.

Комбіновані види активного туризму: водно-пішохідні, кінно-водні, гірсько-водні та ін.

Споріднені види спорту: альпінізм, скелелазіння, льодолазіння, спортивне орієнтування, горосходження зі спуском на гірських лижах, снігових дошках, паропланах.

Література [1; 3; 7; 21; 25]

Тема 6. Класифікація туристських маршрутів

Принципи класифікації туристських маршрутів. Походи вхідного дня й категорійні походи. Ступеневі походи, вимоги до них.

Основні показники, що визначають категорію складності походу: нормативна подовженість і нормативна протяжність маршруту; вид, кількість і складність природних перешкод на маршруті.

Визначення категорії складності маршруту відповідно до “Переліку класифікованих туристських маршрутів на території України”.

Література [7; 17; 18; 25; 28]

Тема 7. Методика підготовки маршрутів з активними способами пересування

Визначення мети і завдань туристського походу, подорожі, спортивно-пригодницького туру.

Комплектування груп і розподіл обов'язків. Розроблення маршруту, графіка руху; визначення контрольних пунктів і термінів їх проходження. Особливості розроблення аварійних варіантів маршруту.

Підготовка особистого і групового спорядження, продуктів харчування, медичної аптечки.

Оформлення маршрутних документів, затвердження спортивних маршрутів у маршрутно-кваліфікаційній комісії (МКК).

Підбиття підсумків подорожей. Зарахування подорожей і присвоєння розрядів.

Література [3; 8; 13; 21; 25]

Тема 8. Організація безпеки на маршрутах та перша медична допомога

Безпека — основа проведення туристських заходів. Об'єктивні та суб'єктивні фактори виникнення небезпеки.

Класифікація найбільш характерних аварій під час проведення походів і подорожей з різних видів туризму. Збільшення ролі несприятливих факторів з ускладненням маршруту.

Інформаційні сигнали біди.

Структура аварійно-рятувальної служби України, її завдання, права та обов'язки. Нормативно-правові документи, що регламентують діяльність аварійно-рятувальної служби України.

Медичне обстеження під час підготовки. Профілактичні заходи. Гігієнічні вимоги до одягу та спорядження під час походу. Особиста гігієна туриста. Комплектування аптечки. Специфіка медичного забезпечення активних туристських маршрутів. Перша медична допомога в активних туристських подорожах.

Література [3; 7; 9; 13; 21; 24; 25]

Тема 9. Методи і способи орієнтування на місцевості

Топографія. Значення топографії та орієнтування для туристів. План і карта. Види карт. Умовні позначки на топографічних картах. Масштаб.

Визначення сторін горизонту: за компасом, за місцевими орієнтирами (рослинністю, рельєфом, штучними спорудами), за допомогою космічних об'єктів (за сонцем і годинником, зірками, місяцем).

Визначення точки місцезнаходження. Орієнтування туристів в екстремальних ситуаціях.

Література [5; 6; 10; 15]

Тема 10. Організація харчування активних туристських подорожей

Енерговитрати і калорійність добового харчування. Хімічний склад продуктів (білки, жири, вуглеводи, баластні речовини, вітаміни). Характеристика продуктів. Складання меню, добовий раціон харчування.

Організація і режим харчування на маршруті. Питний режим на маршруті. Особливості організації харчування в різних видах туризму.

Технологія приготування їжі в похідних умовах, гігієна харчування. Упакування, збереження та транспортування продуктів.

Література [3; 12; 13; 24; 25]

Тема 11. Загальна та спеціальна фізична підготовка туристів

Значення та особливості фізичної підготовки. Загальна і спеціальна фізична підготовка. Загальнорозвиваючі та спеціальні вправи у процесі підготовки туристів.

Особиста гігієна туриста, гігієнічні вимоги до взуття, одягу, спорядження. Норми навантаження в подорожі. Медичний і самоконтроль. Вплив фізичних вправ на підготовку туриста. Виховання і розвиток фізичних якостей (сили, витривалості, спритності, гнучкості, рівноваженості).

Загартування організму — важливий фактор підготовки туриста.

Література [7; 24; 25; 28]

Тема 12. Технічна, тактична і психологічна підготовка

Визначення поняття “техніка туризму”, Значення техніки подолання перешкод у забезпеченні безпеки проходження маршруту. Класифікація техніки активного туризму. Страховка і самостраховка, їх значення в технічній підготовці.

Визначення поняття “тактика”. Групова та індивідуальна туристська тактика. Залежність тактики підготовки і проходження маршруту від мети подорожі, району, пори року, складності маршруту, підготовленості й сходженості групи, матеріальної забезпеченості, умов і можливостей забезпечення безпеки.

Поняття психологічного клімату туристської групи. Конфлікти, причини їх виникнення та способи усунення. Психологічна тактика керівника групи. Система морально-психологічної підготовки: сукупність психологічних та етичних знань; раціональне застосування знань, умінь, навичок, звичок та інтуїції з питань спілкування та взаємодії з членами групи; контроль і оцінка досягнутих результатів.

Особливості психології малих груп.

Література [3; 7; 8; 11; 25; 28]

Тема 13. Організація і проведення подорожей з пішохідного туризму

Особливості пішохідного туризму. Підготування подорожі. Спорядження туриста-пішохідника: особисте, групове. Техніка і тактика проходження пішохідних маршрутів. Природні перешкоди в пішохідних маршрутах. Основні технічні елементи в пішохідних походах. Орієнтування на місцевості. Графік руху. Місце для привалу, вогнище. Особливості страхування в пішохідних маршрутах. Особливості харчування.

Література [3; 7; 13; 21; 24; 25; 28]

Тема 14. Організація і проведення подорожей з лижного туризму

Особливості лижного туризму. Організація подорожі. Спорядження для лижних походів: лижний інвентар, одяг і взуття, спорядження для бівуаку, спеціальне спорядження, аптечка, набір для ремонтування. Небезпека зимового подорожування. Техніка і тактика проходження лижних маршрутів. Особливості харчування.

Література [3; 7; 13; 21; 24; 25; 28]

Тема 15. Організація і проведення подорожей з гірського туризму, альпінізму

Основні ознаки категорійних перевалів. Категорії складності гірських подорожей. Комплектування та підготування групи. Спорядження для туристської подорожі в горах. Техніка і тактика проходження гірських маршрутів. Особливості харчування.

Небезпека в горах: падіння каміння, лавини, крижані обвали, селеві потоки. Рух під яскравим сонцем. Рух у темряві. Рух у тумані. Рух в умовах низьких температур. Особливості страхування.

Література [3; 7; 13; 21; 24; 25; 28]

Тема 16. Організація і проведення подорожей з водного туризму

Особливості водного туризму. Особисте спорядження.

Природні перешкоди у водних подорожах. Класифікація річок. Динаміка річного потоку та основи річної лоції. Туристські судна, їх класифікація, умови експлуатації. Техніка і тактика проходження водних маршрутів.

Особливості страхування. Особливості харчування.

Література [3; 7; 13; 21; 24; 25; 28]

Тема 17. Організація та проведення подорожей з велосипедного туризму

Особливості велосипедного туризму. Матеріальне забезпечення велотуризму. Методика підготовки до туристської велопоходо-рожі. Розробка маршрутів. Організація велосипедного походу: підготовка до походу, спорядження, одяга, харчування, привали та бівуаки, техніка і тактика руху на маршруті, технічне обслуговування велосипеда в подорожі.

Правила техніки безпеки при проходженні туристською групою маршруту велосипедного туризму.

Література [3; 7; 13; 21; 24; 25; 28]

Тема 18. Організація і проведення подорожей авто-, мототуризму

Основні показники авто-, мототуризму. Спорядження для авто-, мототуризму. Комплектування груп і розподіл обов'язків. Розроблення маршруту, графіка руху; визначення контрольних пунктів і термінів їх проходження. Техніка і тактика проходження маршрутів.

Правила техніки безпеки під час проходження туристською групою маршрут авто-, мототуризму.

Література [3; 7; 13; 21; 24; 25; 28]

Тема 19. Організація і проведення подорожей зі спелеотуризму

Специфічні умови перебування людини під землею. Природні перешкоди у спелеологічних подорожах. Спорядження для спелеологічного туризму. Методика підготовки маршруту спелеологічної подорожі. Техніка подорожей під землею. Тактика спелеоподорожей. Забезпечення безпеки під час спелеологічного туризму.

Література [3; 7; 13; 21; 24; 25; 28]

Тема 20. Екстремальні види активного туризму

Поняття “екстремальна подорож”. Психологія екстремальних видів туризму. Особливі умови та вимоги до учасників подорожі. Поняття безпеки під час екстремальної подорожі. Особливі вимоги до туристських організацій, які організують екстремальні подорожі.

Нові види активного туризму. Матеріальне забезпечення нових видів активного туризму. Техніка і тактика. Специфіка організації.

Література [3; 7; 13; 21; 24; 25; 28]

КОНТРОЛЬНІ ПИТАННЯ

1. Предмет і завдання активного туризму.
2. Головні функції активного туризму. Значимість активного туризму для зміцнення здоров'я і гармонічного розвитку.
3. Історичні періоди розвитку активного туризму.
4. Етапи розвитку активного туризму в післявоєнний період.
5. Значення для розвитку туризму в країні етапу 1962–1990 рр.
6. Рівень організації активного туризму на сучасному етапі.
7. Структура організації управління активним туризмом в Україні на сучасному етапі.
8. Громадські організації в Україні, що займаються питаннями підтримки й розвитку активних форм туризму.
9. Функції маршрутно-кваліфікаційної комісії (МКК).
10. Міжнародні нормативно-правові та програмні документи з туризму.
11. Головні нормативно-правові й програмні документи з туризму загальнодержавного рівня.
12. Основні положення “Умов ліцензування туристської діяльності в Україні” щодо активних форм туризму.
13. Поняття “туризм” і “турист”.
14. Критерії виокремлення основних типів, видів і форм активного туризму.
15. Види туризму.

16. Види туризму, що внесені до Єдиної спортивної класифікації України (ЄСКУ). Нові та комбіновані види активного туризму.
17. Форми туризму, їх ознаки.
18. Принципи класифікації туристських маршрутів.
19. Класифікація походів вихідного дня й категорійних походів.
20. Вимоги до ступеневих походів.
21. Основні показники, що визначають категорію складності походу.
22. Сутність “Переліку класифікованих туристських маршрутів на території України”.
23. Визначення мети і завдання туристичного походу, подорожі, спортивно-пригодницького туру.
24. Комплектування групи та розподіл обов’язків.
25. Розроблення маршруту, графіка руху.
26. Особливості розроблення аварійних варіантів маршруту.
27. Вимоги щодо підготовки особистого та групового спорядження, продуктів харчування, медичної аптечки.
28. Вимоги до оформлення маршрутних документів, затвердження спортивних маршрутів.
29. Вимоги щодо підсумків подорожей. Зарахування подорожей і присвоєння розрядів.
30. Значення безпеки під час проведення туристських заходів.
31. Об’єктивні та суб’єктивні фактори виникнення небезпеки.
32. Найхарактерніші аварії під час подорожей з різних видів туризму, їх класифікація.
33. Структура аварійно-рятувальної служби України.
34. Завдання, права та обов’язки аварійно-рятувальної служби України.
35. Нормативно-правові документи, що регламентують діяльність аварійно-рятувальної служби України.
36. Вимоги до медичного обстеження під час підготовки до туристської подорожі.
37. Вимоги щодо особистої гігієни туриста, одяжі і спорядження під час походу.
38. Вимоги до комплектування медичної аптечки.

39. Специфіка медичного забезпечення активних туристичних маршрутів.
40. Найпоширеніші заходи першої медичної допомоги в активних туристичних подорожах.
41. Визначення топографії та орієнтування, їх значення для туристів.
42. Що таке план і карта? Види карт.
43. Способи визначення сторін горизонту.
44. Як визначити точки місцезнаходження?
45. Як здійснюється орієнтування туристів у екстремальних ситуаціях?
46. Що таке енерговитрати туриста? Його складові.
47. Роль білків у харчуванні туристів.
48. Роль жирів у харчуванні туристів.
49. Роль вуглеводів у харчуванні туристів.
50. Роль вітамінів у харчуванні туристів.
51. Роль мінеральних речовин у харчуванні туристів.
52. Оптимальний режим харчування туристів з активними засобами пересування.
53. Особливості організації харчування в різних видах туризму.
54. Як складається добовий раціон туриста на маршруті?
55. Питний режим на маршруті.
56. Особливості технології приготування їжі в похідних умовах.
57. Значення та особливості фізичної підготовки туриста.
58. Вплив фізичних вправ на підготовку туриста.
59. Що таке загальна та спеціальна фізична підготовка? Загальнорозвиваючі та спеціальні вправи в процесі підготовки туристів.
60. Норми навантаження під час подорожі.
61. Засоби і методи виховання та розвитку фізичних якостей (сили, витривалості, спритності, гнучкості, врівноваженості).
62. Значення загартування організму в підготовці туриста.
63. Вимоги до медичного контролю та самоконтролю.
64. Поняття “техніка туризму”. Її значення в долаття перешкод і забезпеченні безпеки проходження маршруту.

65. Класифікація техніки активного туризму.
66. Значення страховки і самостраховки в технічній підготовці туриста.
67. Поняття “тактика туризму”. Від чого залежить тактика підготовки і проходження маршруту?
68. Поняття групової та індивідуальної туристська тактики.
69. Поняття психологічного клімату туристичної групи. Конфлікти, причини їх виникнення та способи усунення.
70. Психологічна тактика керівника групи.
71. Вимоги до системи морально-психологічної підготовки туриста.
72. Особливості психології малих груп.
73. Особливості організації подорожі пішохідного туризму.
74. Техніка і тактика проходження пішохідних маршрутів.
75. Природні перешкоди в пішохідних маршрутах.
76. Особливості орієнтування на місцевості.
77. Вимоги до місця для привалу, вогнища.
78. Вимоги до техніки безпеки в пішохідному туризмі.
79. Особливості страхування в пішохідних подорожах.
80. Особливості харчування в пішохідних подорожах.
81. Особливості організації подорожі лижного туризму.
82. Вимоги до спорядження для лижних походів.
83. Техніка і тактика проходження лижних маршрутів.
84. Особливості харчування в лижних подорожах.
85. Вимоги до техніки безпеки зимового подорожування.
86. Особливості організації подорожі гірського туризму.
87. Техніка і тактика проходження гірських маршрутів.
88. Особливості харчування в гірських подорожах.
89. Найбільш характерні небезпеки в горах.
90. Особливості страхування в гірському туризмі.
91. Особливості організації подорожі водного туризму.
92. Природні перешкоди у водному туризмі.
93. Класифікація туристських суден, умови їх експлуатації.
94. Техніка і тактика проходження водних маршрутів.
95. Вимоги до техніки безпеки і страхування під час водних подорожів.
96. Особливості харчування під час водних подорожів.

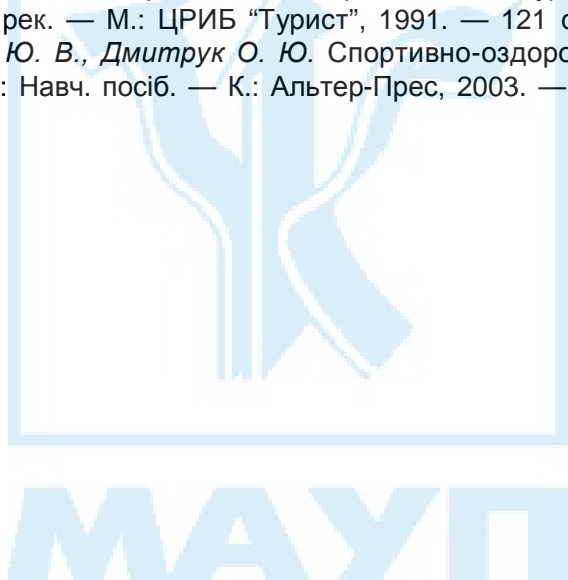
97. Особливості організації подорожі велосипедного туризму.
98. Техніка і тактика руху на велосипедному маршруті.
99. Правила техніки безпеки при проходженні туристською групою маршруту велосипедного туризму.
100. Особливості харчування у велосипедних подорожах.
101. Особливості організації подорожей авто-, мототуризму.
102. Техніка і тактика проходження авто- та мотомаршрутів.
103. Правила техніки безпеки при проходженні туристською групою маршруту авто-, мототуризму.
104. Особливості організації спелеологічного туризму.
105. Природні перешкоди у спелеологічних подорожах.
106. Техніка і тактика спелеоподорожей.
107. Особливості техніки безпеки під час спелеологічного туризму.
108. Особливі умови та вимоги до організації та учасників екстремального туризму.
109. Вимоги до техніки безпеки під час екстремальної подорожі.
110. Нові види активного туризму, їх специфіка, техніка і тактика.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. *Биржаков М. В.* Введение в туризм. — СПб.: Герда, 1999. — 192 с.
2. *Булашев А. Я., Кобченко Ю. Ф. и др.* Туристско-географическое районирование Украины: Учеб. пособие. — Харьков: ХГИФТ, 1998. — 26 с.
3. *Вахлис К. И. и др.* Спутник туриста. — К.: Здоровья, 1983. — 352 с.
4. *Владимировский Б. С.* Выбираю тропу. — К.: Молодь, 1990. — 120 с.
5. *Вяткин Л. А., Сидорчук Е. В., Немытов Д. Н.* Туризм и спортивное ориентирование: Учеб. пособие. — М.: Издат. центр "Академия", 2001. — 208 с.
6. *Ганопольский В. И., Безносиков Е. Я., Булатов В. Г.* Туризм и спортивное ориентирование: Учебник. — М.: ФИС, 1987. — 240 с.

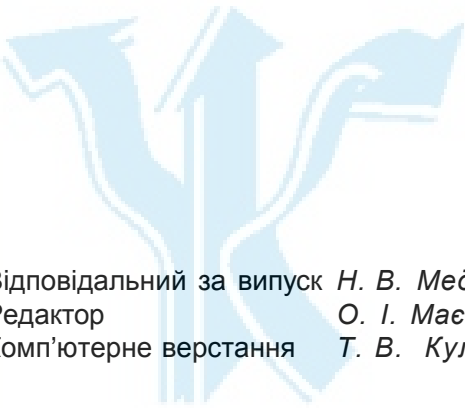
7. *Евсеев С. П. и др.* Спортивный туризм: Учеб. пособие. — СПб.: ГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1999. — 126 с.
8. *Константинов Ю. С.* Туристские слеты и соревнования учащихся: Учеб.-метод. пособие. — М.: ЦДЮ и КМОРФ, 2000. — 228 с.
9. *Косторуб А. А.* Медицинский справочник студента. — М.: Профиздат, 1986. — 240 с.
10. *Куликов В. М., Константинов Ю. С.* Топография и ориентирование в туристском путешествии. — М.: ЦДЮТ и КМОРФ, 2001. — 72 с.
11. *Линчевский Э. Э.* Психологический климат туристской группы. — М.: ФиС, 1981. — 178 с.
12. *Лысогор Н. А. и др.* Питание туристов в походе. — М.: Пищевая промышленность, 1980. — 96 с.
13. *Любичева О. О.* Методика розробки турів: Навч. посіб. — К.: Альтерпрес, 2003. — 436 с.
14. *Любичева О. О.* Ринк туристичних послуг. — К.: Альтерпрес, 2003. — 104 с.
15. *Меньчуков А. Е.* В мире ориентиров. — М.: Недра, 1978. — 296 с.
16. *Михайлов Б. А., Федотов Ю. Н.* Профессионально-прикладной туризм. — СПб.: ГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 2002. — 201 с.
17. *Спортивный туризм: Правила змагань.* — К.: ФСТУ, 2001. — 137 с.
18. *Спортивный туризм // Информ.-метод. зб. ФСТУ.* — 2002. — № 2. — 68 с.
19. *Сокол Т. Г.* Основы туризмознавства: Навч. посіб. — К.: РедЛайн, 1999. — 77 с.
20. *Сокол Т. Г.* Організація туристичної діяльності в Україні: Навч. посіб. — К.: Рокор, 2001. — 200 с.
21. *Тамм Е. И. и др.* Энциклопедия туриста. — М.: БСЭ, 1993. — 480 с.
22. *Туризм в Україні: Зб. нормат. док.* — К.: ІТФПУ, 1999. — 480 с.

23. *Туризм в Україні: Зб. нормат. док.* — К.: ІТФПУ, 2002. — 440 с.
24. *Усков А. С. Практика туристських путешествий: Учеб. пособие по туризму и краеведению.* — СПб.: Геос, 1999. — 264 с.
25. *Федотов Ю. Н., Востоков И. Е. Спортивно-оздоровительный туризм: Учебник.* — М.: Сов. спорт, 2002. — 364 с.
26. *Храбовченко В. В. Экологический туризм: Учеб.-метод. пособие.* — М.: Финансы и статистика, 2003. — 208 с.
27. *Штюрмер Ю. А. Содержание работы по развитию самодеятельного спортивного и оздоровительного туризма: Метод. рек.* — М.: ЦРИБ “Турист”, 1991. — 121 с.
28. *Щур Ю. В., Дмитрук О. Ю. Спортивно-оздоровчий туризм: Навч. посіб.* — К.: Альтер-Прес, 2003. — 232 с.



ЗМІСТ

Пояснювальна записка	3
Навчально-тематичний план вивчення дисципліни “Активний туризм”	4
Програмний матеріал до вивчення дисципліни “Активний туризм”	4
Контрольні питання.....	12
Список рекомендованої літератури.....	16



Відповідальний за випуск *Н. В. Медведєва*
Редактор *О. І. Маєвська*
Комп'ютерне верстання *Т. В. Кулік*

МАУП
Зам. № ВКЦ-1988

Міжрегіональна Академія управління персоналом (МАУП)
03039 Київ-39, вул. Фрометівська, 2, МАУП