

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**Український державний університет
науки і технологій**

Кафедра «Економіка та менеджмент»

В авторській редакції

ОСНОВИ ОРГАНІЗАЦІЇ ІНДУСТРІЇ ДОЗВІЛЛЯ

Методичні рекомендації до практичних занять

*Електронний аналог
друкованого видання*

ДНІПРО
2022

Укладачі:
Т. Ю. Чаркіна, В. О. Задоя

Експерти:
канд. екон. наук, доц. *С. В. Гресь-Євреїнова*
(*НУ «Запорізька політехніка»*),
д-р екон. наук, проф. *В. В. Бобиль (УДУНТ)*

Рекомендовано МКФ «ЕГ» (протокол № 1 від 27.09.2022).
Зареєстровано НМВ УДУНТ (№ 568 від 28.09.2022)

О 75 Основи організації індустрії дозвілля : методичні рекомендації до практичних занять / уклад. Т. Ю. Чаркіна, В. О. Задоя; Укр. держ. ун-т науки і технологій. – Дніпро : УДУНТ, 2022. – 42 с.

Методичні рекомендації призначені для використання студентами другого (магістерського) рівня освіти денної та безвідривної форм навчання спеціальності 242 «Туризм» під час підготовки до практичних занять з дисципліни «Основи організації індустрії дозвілля».

Методичні рекомендації передбачають підготовку до 8 практичних занять і містять короткі теоретичні положення до кожної теми, а також тестові або творчі завдання для перевірки їх засвоєння.

Іл. 5. Бібліогр.: 8 назв.

ЗМІСТ

Вступ.....	4
ЗАЛІКОВИЙ МОДУЛЬ 1.....	5
Практична робота 1. Історія організації дозвілєвої діяльності в Україні (семінар).....	5
Практична робота 2. Організація активного дозвілля.....	8
Практична робота 3. Ігрові технології у структурі дозвілля.....	14
Практична робота 4. Основи сценарної роботи.....	19
ЗАЛІКОВИЙ МОДУЛЬ 2.....	20
Практична робота 5. Аматорські об'єднання та клуби як групові форми дозвілля.....	21
Практична робота 6. Найфантастичніші карнавали світу (семінар).....	23
Практична робота 7. Екстремальні форми дозвілля.....	28
Практична робота 8. Сучасні форми організації дозвілля в туризмі.....	35
Список рекомендованої літератури.....	41

ВСТУП

Радикальні зміни, зокрема, політичні й економічні реформи в Україні створюють нові умови для розвитку національної культури, для задоволення духовних інтересів та рекреативних потреб людини й залучення її до соціально-культурної творчості. Це потребує вивчення сутності, природи й специфіки сфери дозвілля. Актуальність підготовки фахівців дозвіллевої сфери зумовлена своєрідністю культурної ситуації в Україні й необхідністю подолати кризовий стан у сучасній вітчизняній культурно-дозвіллевій практиці.

Метою вивчення дисципліни «Основи організації індустрії дозвілля» є оволодіння практичними знаннями та здобуття практичних навичок з організації дозвілля в туризмі.

Завдання вивчення дисципліни:

- ознайомлення майбутніх фахівців з такими поняттями як «дозвілля», «вільний час», «сфера дозвілля», «культурно-дозвіллева діяльність»;
- аналіз соціально історичних особливостей розвитку сучасної системи культурно-дозвіллевої діяльності;
- опанування теоретичних основ та методики організації дозвіллевої діяльності;
- засвоєння основних технологій організації роботи у сфері дозвілля;
- ознайомлення із сучасними особливостями організації дозвіллевої діяльності в Україні та за кордоном.

Після вивчення дисципліни студент повинен **знати**: поняття про типологію, функції дозвілля; мати уявлення про організацію різних видів анімації; сутність та функції анімаційного менеджменту; організацію готельної анімації; організацію сімейного дозвілля; організація корпоративних заходів; характеристику та форми анімаційних шоу; **вміти**: виконувати аналіз туристичного ринку України та країн світу; планувати та організовувати заходи для організації дозвілля туристичних підприємств; пропонувати нові види і форми організації дозвілля; вміти розробляти різні корпоративні заходи, програми комплексної діяльності.

Методичні вказівки мають активувати роботу студентів на практичних заняттях з дисципліни «Основи організації індустрії дозвілля». Вони містять як теоретичні визначення, так і багато практичних порад за темами організації активного відпочинку, ігрових технологій, екстремальних форм дозвілля, сценарної майстерності, а також щодо сучасних форм дозвілля у сфері туризму (воркшопи, коворкінг-центри, молодіжні ХАБи). У процесі вивчення теорії та вирішення практичних завдань передбачається поєднання індивідуального підходу з колективним. Особливу увагу звернено на організаційні питання планування дозвіллевої діяльності у сфері туризму. У кінці кожної роботи наведено тестові або цікаві творчі завдання, виконавши які студенти можуть перевірити свої знання.

ЗАЛІКОВИЙ МОДУЛЬ 1

Цей заліковий модуль передбачає проведення 4 лекційних та 4 практичних занять (з них одне семінарське).

Лекція 1. Теоретичні основи організації індустрії дозвілля в туризмі.

Тематика: Теоретичні основи дозвілля. Передумови виникнення анімації. Анімаційна діяльність у туризмі: поняття, типологія, функції. Модель фахівця туристської анімації.

Лекція 2. Управління анімаційною діяльністю

Тематика: Анімаційний менеджмент: поняття, сутність, завдання. Функції анімаційного менеджменту. Забезпечення ефективності анімаційної діяльності.

Лекція 3. Організація анімаційних послуг у готелях і туристських комплексах

Тематика: Організація готельної анімації. Матеріально-технічна база анімації. Соціально-психологічні особливості споживачів анімаційних послуг. Організація сімейного дозвілля.

Лекція 4. Специфіка вербальної анімації

Тематика: Вербальна анімація: поняття, сутність, форми. Невербальні засоби спілкування в анімації. Акторська майстерність аніматора.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 1

ІСТОРІЯ ОРГАНІЗАЦІЇ ДОЗВІЛЛЕВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УКРАЇНІ (СЕМІНАР)

Короткі теоретичні відомості

Дозвілля – сукупність видів діяльності (занять), які здійснюються у вільний час для задоволення певних фізичних, інтелектуальних, соціальних і культурних потреб. У широкому значенні дозвілля ототожнюють з вільним часом, який розуміють як час, вільний від службових, а також багатьох домашніх обов'язків (прибирання житла, приготування їжі, робота на ділянці та ін.). Загалом люди витрачають вільний час на відпочинок, репродукцію та розвиток здібностей, фізичних і розумових сил, розваги та спілкування.

З цього погляду функції дозвілля тотожні функціям вільного часу. Їх реалізують у різних видах діяльності, які можуть виконувати кілька зазначених функцій. У вузькому розумінні дозвілля розглядають як частину вільного часу, пов'язану з відпочинком і розвагами. У науковій літературі ці заняття часто називають дозвіллєвими.

Дозвілля є категорією історичною, розмір і зміст якої варіюються залежно від конкретно-історичної специфіки. У давнину життя людей, їх моральність, магія, мистецтво, культові елементи тощо були тісно пов'язані з працею і природним середовищем, тому дозвілля як таке спеціально не виокремлювалося. Цивілізація прогрес спричинив розподіл діяльності людини. Поряд із робочим з'явився вільний час, що надалі зростав за

розміром і збагачувався за змістом. Під впливом техніко-технологічних і соціально-культурних змін час дозвілля перестав безпосередньо залежати як від природних чинників, так і від виробництва. У середині 20 ст. розміри робочого і позаробочого часу фактично зрівнялися, а прибутки від «Індустрії дозвілля» у розвинутих країнах почали конкурувати, наприклад, з прибутками від виробництва сталі, що раніше було неможливим.

Зміцненню позицій дозвілля у сучасних розвинутих суспільствах сприяє також споживання, яке нині виступає вирішальним чинником стилю життя людей і змісту їх дозвілля. Воно є також культурною категорією, оскільки люди надають дозвілля великого значення. У багатьох культурах вільний час розглядають як позитивну цінність (свята, вільні від роботи дні підтримують релігія, традиції, звичаї).

Інтеграційні тенденції України в світове співтовариство, формування та становлення цивілізованих і прозорих ринкових відносин в економічно-фінансовій системі господарства України відбуваються на ґрунті непростих, а інколи навіть суперечливих демократичних перетворень в житті суспільства. Особлива роль у цих складних суспільно-економічних перетвореннях належить людському ресурсу, адже саме він є рушійною силою при формуванні особливої частини економіки - сфери послуг.

Роль сфери послуг у суспільстві стає вагомोю тоді, коли необхідно забезпечити зміни і перетворення, які б визначали роль держави в глобалізаційних перетвореннях та становлення країни в постіндустріальному інформаційному просторі. Адже саме сферу послуг у науковій економічній літературі відносять до постіндустріального економічного устрою це пояснюється тим, що в давні часи в суспільстві надання послуг не було розвинуте, а товарний обмін і торгівля здійснювалися в основному у вигляді готових результатів праці в сільському господарстві та ремісництві. У процесі еволюції людства, з розвитком науково-технічного прогресу, який пов'язаний з механізацією та автоматизацією фізичної праці, сфера послуг набуває швидких темпів свого розвитку і стає провідним сектором економіки.

Розвиток світової цивілізації, впровадження технологій, електронної техніки зумовили збільшення вільного часу людини, а відповідно і розвиток сфери послуг дозвілля і розваг, тобто сфер економіки, які б задовольняли соціально-культурні потреби людини. Саме соціально-економічними передумовами становлення сфери дозвілля і розваг стали такі чинники, як: збільшення вільного часу, скорочення робочого часу та поширення часткової зайнятості, збільшення сімейного прибутку, що відкрило нові можливості для організації дозвілля за власним бажанням, розвиток соціальної політики, скорочення витрат праці та часу на ведення домашнього господарства, підвищення освітнього та культурного рівня населення, науково-технічний та інформаційний розвиток суспільства. До другорядних, проте не менш важливих чинників активізації процесу залучення населення до індустрії дозвілля, належать пропаганда засобами масової інформації позитивів відповідного способу проведення дозвілля, розробка системи "відпочинку в

кредит", постійне оновлення, розширення та удосконалення дозвіллевих товарів та послуг, систематичне вивчення дозвіллевих запитів та потреб населення, розвиток інфраструктури дозвіллевих закладів тощо. Відповідно процеси розвитку та сфери дозвілля і розваг вимагають економічного осмислення. Враховуючи складні процеси, які відбувалися в господарській системі країни, різко знизилося фінансування підприємств дозвілля, виникли комерційні підприємства різних організаційно-правових форм власності, метою яких стало отримання прибутку.

Ринок розважальних послуг України активно почав формуватися у 2005 році, коли почали створюватися повноцінні розважальні заклади. У другій половині 2000-х рр. в українських містах виникла безліч нових комунікативних практик різного ступеня популярності.

Деякі з них одержали досить широке поширення (фрімаркети, буккросинг, активні міські ігри, квартирні квести). Головна принципова відмінність рингу розваг в Україні в тому, що її фінансування здійснюється лише власними коштами. Індустрія розваг є соціально спрямованою, а тому доступність розваг є для людини індикаторами його соціального положення. У зв'язку з цим виникає необхідність аналізувати показники розвитку індустрії розваг України.

Згідно з Національним класифікатором України ДК 009:2010 «КВЕД» діяльність, яка пов'язана з організацією розваг, виокремлюється в самостійний вид, об'єднуючи мистецтво, спорт, розваги та відпочинок. Отже, сучасна індустрія розваг виступає як самостійна, відокремлена ланка економічної системи. Індустрія розваг має свої специфічні функції, виконуючи які, вона бере участь у відтворенні робочої сили, сприяє збільшенню людського капіталу.

Головними функціями індустрії розваг є:

- забезпечення емоціями та підняття настрою;
- виховання та розвиток окремої особистості;
- поповнення доходної частини державного бюджету;
- забезпечення роботою населення, особливо людей з креативним мисленням.

Індустрія розваг є однією з наймолодших сфер культурного сектору економіки. Тому її склад і структура точно не визначені, відсутні критерії виділення підприємств, що не дозволяє формувати статистичні дані. У зв'язку з цим ринок розваг мало вивчений, тому він потребує глибокого розгляду в науковому і практичному аспектах

В Україні відзначалася позитивна динаміка на ринку розваг. Також у тренді залишаються послуги дитячих розважальних центрів і квест-кімнати. Крім того, можна очікувати появи атракціонів з використанням шоломів віртуальної реальності та інших інновацій.

Сьогодні основні тенденції розвитку українського ринку розважальних послуг полягають в наступному;

- збільшується кількість розважальних центрів у великих містах і занепадають малі підприємства на місцевих ринках;

- зростає взаємодія роздрібної торгівлі та індустрії розваг; - відбувається інтеграція розваг, тобто створюються універсальні центри з багатофункціональною орієнтацією;

- простежується тенденція інтеграції національних ринків розважальних послуг в глобальну систему організації дозвілля.

Загалом, можна стверджувати, що український ринок розваг практично сформований, однак ще не усі сегменти досягли піку свого розвитку. На рівні державного регулювання цієї сфери потрібно запроваджувати способи мотивації підприємців, які повинні бути спрямовані на стійкий розвиток індустрії розваг України.

Тестові завдання

1. Яка роль сфери послуг у суспільстві?

- а) задовольняти соціально-культурні потреби людини;
- б) задовольняти економічні потреби людини;
- в) задовольняти духовні потреби людини.

2. Кому належить особлива роль у складних суспільно-економічних перетвореннях, при формуванні особливої частини економіки – сфери послуг ?

- а) людському ресурсу
- б) матеріальному ресурсу;
- в) фінансовому ресурсу.

3. Що не відноситься до головних функцій індустрії розваг?

- а) забезпечення емоціями та підняття настрою; виховання та розвиток окремої особистості;
- б) забезпечення роботою населення, особливо людей з креативним мисленням;
- в) підвищення доходів керівників підприємств туристичної індустрії.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ АКТИВНОГО ДОЗВІЛЛЯ

Короткі теоретичні відомості

Рекреаційними зонами вважається місцевість, яка має один з рекреаційних ресурсів бальнеологічного, фіто-лікувального, кліматичного, пляжного або комплексного ресурсу. Рекреаційні зони України слугують для охорони здоров'я людини, відновлення здоров'я хворих чи людей що стали тимчасово непрацездатними у разі отримання травми. У відповідних медичних закладах вживають необхідних заходів для відновлення здоров'я, повернення до активного життя, можливого полегшення стану. Україна має великий рекреаційний потенціал з використання клімату, мінеральних водно-лікувальних грязей, морського купання, купання в процесі відновлювального лікування.

Серед усіх територій майже третина рекреаційного потенціалу зосереджена у карпатському регіоні, який об'єднує Закарпатську, Львівську, Івано-Франківську, Чернівецьку області. У даній місцевості знаходяться джерела мінеральної води майже всіх бальнеологічних типів. Найпопулярнішим курортом є Трускавець, який спеціалізується на лікуванні захворювань нирок, печінки, сечовивідних шляхів, а також органів травлення та обміну речовин. На кліматолікуванні спеціалізуються курорти в Яремчі, Ворохті, Косовому. За територіальним об'ємом України займає центральна рекреаційна зона, яка об'єднує Придніпровський, Донецький, Подільський та Придністровський рекреаційні регіони. Центральна рекреаційна зона використовує лікувальні властивості континентального клімату, водні ресурси (Дніпро, Сіверський Донець, Дністер), а також цілющі властивості грязі та мінеральної води. Західно-Поліський район характеризується наявністю прісноводних озер з центром рекреаційного району у Шацьку на Світязі. Найбільшу цінність мають водокліматичні і лісові ресурси де значну частину займає Шацький національний парк. Соснові ліси, теплий м'який клімат створюють сприятливі умови для відпочинку та формування безпечного рівня здоров'я.

Рекреаційні зони сприяють відновленню працездатності, збереженню здоров'я та покращанню якості життя при впровадженні технологій організованої рухової активності під час дозвілля.

За формою реалізації технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності створені програми, які можна умовно поділити на спортивні, рекреаційні та оздоровчі програми. Регламент впровадження спортивних програм містить загальнодоступні масові спортивні заходи (змагання, спортивні фестивалі, спортивних показових виступів).

Участь у змаганнях слугують ефективним засобом загартування організму. Регламент впровадження рекреаційних програм передбачає організацію занять фізичними вправами розважального характеру. Заняття будуються за індивідуальними програмами з урахуванням фізичної підготовленості та проводяться за місцем проживання або масового відпочинку людей у спеціальних рекреаційних місцях (бази відпочинку, лісопаркові зони, туристичні бази тощо).

Заняття рекреаційних програм містять елементи рухливих ігор з використанням змагального методу та не вимагають від учасників спеціальної підготовки. Рекреаційні програми рухової активності у першу чергу враховують емоційну складову та доступність фізичного навантаження контингенту учасників. Оздоровчі програми направлені на організацію занять лікувально реабілітаційного напрямку. Такий вид програми використовує спеціальні заняття фізичними вправами у формі лікувальної фізичної культури також можливе використання ранкової лікувальної гімнастики, виконання фізичних вправ лікувальної спрямованості.

Оздоровчі програми одна з форм загартування організму, збільшення функціональних резервів організму, лікування та профілактика захворювань. Спрямованість проведення занять у рекреаційних зонах відбивається на

зміцненні та збереженні здоров'я, відновлення фізичного потенціалу організму. Характерною особливістю цих занять є задоволення від психологічної та фізичної активності на дозвіллі, задоволення потреб у руховій активності.

Активне дозвілля, як засіб відтворення здоров'я людини здійснюється переважно у природних умовах та на добровільних засадах, що здійснює позитивний вплив на організм людини. Застосування фізичних вправ під час активного дозвілля призводить до функціональних змін в організмі, що у свою чергу стимулюють процеси відновлення й адаптації у процесі відпочинку. Завдяки цьому фізичні вправи підвищують функціональні можливості організму, зміцнюють здоров'я та підвищують фізичну працездатність.

Розрізняють три основні форми рекреації, які тісно пов'язані між собою: лікування, відпочинок та туризм. Дозвілля – форма діяльності людини, що спрямована на відновлення сил людини. Оздоровчі заняття у рекреаційних зонах проводяться фахівцем фізичного виховання за рекомендаціями та наглядом медичного працівника є складовою фізичного виховання у контексті здійснення оздоровчої, рекреаційної рухової активності.

Головним завданням оздоровчих занять в рекреаційних зонах забезпечення функціонального активного відпочинку. Дії які направлені на відновлення та зміцнення здоров'я і як наслідок розвиток рухових якостей. Організація оздоровчих занять принципово відрізняються від спортивних тренувань за формою та змістом без обсягу фізичних навантажень.

Серед доступних видів активного дозвілля можна віднести танці й рухливі ігри, туристські подорожі, спортивні розважальні заходи. Різноманітність рухів, під час оздоровчих занять, має вагомий оздоровчий вплив на організм, сприяє покращенню функціонального стану нервової системи, рухового апарату, нормалізації обміну речовин. Оздоровчі заняття умовно розподіляються на щадний режим до якого відносяться заняття з ходьби, повільного бігу без урахування часу, вільного плавання, заняття фітнесом. Такий режим фізичного навантаження не викликає у людини зайвої напруги, а водночас активізують, покращують та підтримують на оптимальному рівні фізичний стан людини.

Розрізняють заняття навчально-виховного характеру, які проводяться у рамках навчально-педагогічного процесу у формі самостійних занять з певними тематичними та змістовними завданнями. У заняттях змішаного характеру поєднуються загально-розвиваючі та виховні елементи прикладом слугують оздоровчо-туристичні походи, рекреаційні рухливі ігри, спортивні розваги.

Лижні та велосипедні прогулянки. Лижні походи. Лижний туризм популярний, масовий відпочинок, але водночас містить великий оздоровчий ефект по відновленню організму та профілактики захворювання. Зимовий відпочинок, зокрема лижний туризм, збагачує людину здоров'ям, відновлює фізичні та моральні сили, зимові краєвиди надають своєрідної гармонії души та тіла. Походи та прогулянки на лижах сприятливо впливають на роботу

серцево-судинної і дихальної систем та в цілому на фізичний розвиток та витривалість Рівномірна аеробна робота збільшує ємність легень, забезпечує вміст гемоглобіну в крові у наслідок довготривалого поглинання кисню.

Походи відбуваються у зимовий період на відкритому повітрі тому к організації походів треба готувати не тільки спорядження, але й самого туриста. Навіть у лижні походи вихідного дня не можна вирушати без попередніх тренувань. Холодна пора року вносить суттєві вимоги до організму, вимагає додаткової концентрації витривалості, загально-фізичної та спеціальної туристської підготовки.

До особливостей підготовки туриста до походу відноситься:

- володіння технікою ходьби на лижах;
- знання місцевості та специфіку рельєфу маршруту;
- володіти тактикою руху на маршруті;
- мати індивідуальне спорядження;
- вміння приготувати їжу;
- орієнтування на місцевості;
- знати та вміти застосовувати першу медичну допомогу;
- діяти та запобігати небезпечній обстановці;
- володіти засобами безпеки.

Проведення лижного походу, особливо для новачків, необхідно починати з мандрівок по околицях місця та вже знайомим містам, поступово збільшуючи довжину траси. Під час організованих лижних походів необхідно звертати увагу на техніку ходьби на лижах та оволодіння способів подолання перешкод.

Тривалість походу залежить від підготовленості групи, їх фізичної підготовленості, погодних умов, стану сніжного покриву. Тому комплектувати групу необхідно з однаковим рівнем фізичної та спеціальної підготовки, спільними мотиваційними орієнтаціями та добре знайомі між собою. Вимоги до спорядження.

В походах користуються звичайними спортивно-біговими лижами, вони можуть бути дерев'яними, напівпластиковими, пластиковими. Лиж та палки до них під зріст туриста. Кріплення до лиж надійно перевірено та встановлено. У лижних прогулянках краще використовувати жорстке кріплення, воно дає можливості простіше керувати лижами до то ж легко знімається.

Пересуватися під час лижних прогулянок треба в колону по одному. Замикати колону повинен витривалий та досвідчений учасник походу. Під час лижного походу може виникнути різного роду обмороження, тому треба передбачати відповідно до погодних умов відповідний одяг. Для захисту рук необхідно мати дві пари рукавиць для заміни у разі намокання та зміни температурного режиму. При будь-якому ступені обмороження потерпілого необхідно доставити в тепле приміщення, напоїти гарячим чаєм або кавою та при першій можливості доставити до лікаря.

Велосипедні прогулянки. Велосипедний туризм та велопоходи. Слід відрізнити ці два поняття. Велосипедний туризм це суто спортивна складова з

маршрутом певної складності, виконанням спортивних досягнень та спортивних розрядів, а велопоходи проводяться з іншою метою – оглядом місцевості, історичних пам'яток, проводяться породи на незначні відстані, групою туристів. Класичний велосипедний туризм проводиться для походів вихідного дня та тижневих турів з відпочинком, активним дозвіллям, розвагами, з наметами, приготуванням їжі у польових умовах.

Особливістю велосипедного походу турист є учасником дорожнього руху і зобов'язаний дотримуватись правил дорожнього руху.

Правила руху в групі на веломаршруті:

- треба здійснювати рух в один ряд 70 см. від бровки, виняток складає автомагістраль, на автомагістралях можна рухатись у два ряди по асфальтному узбіччі;

- при обгоні треба заздалегідь попереджати знаком;

- на крутих та небезпечних спусках обгін заборонено;

- подавання знаків, рука вліво - поворот наліво, рука вправо - поворот направо, попередження про вибоїни на дорозі дублюють голосом.

Попередження для велосипедиста. Обганяти стоячий автомобіль занадто близько, є вірогідність відкриття дверці водія, тому обганяти зліва на відстані слід триматися безпечної відстані. Якщо ви рухаєтесь по головній дорозі стежте за водієм, який виїжджає з другорядної та тримайте руки на гальмах. Вимоги до спорядження. Для поїздки на велосипеді протягом декількох годин достатньо взяти з собою 2-3 ключа, запаску і насос.

У багатоденному вело поході необхідно брати з собою намети, спальники, котли, продукти харчування, фляги для води, ремонтний набір, велочохол, медичну аптечку, одяг для різних погодних умов і велорюкзак – куди все це можна було б скласти, і везти з собою на багажнику велосипеда.

Босонога стежка, як різновид оздоровчого туризму. «Босонога стежка» – спеціально облаштована стежка для масажу стоп ніг природними матеріалами, релаксації та покращення кровообігу кінцівок. Екологічний босоногий маршрут прокладається в рамках оздоровчих заходів для відновлення організму. Прогулянки босоніж набули великої популярності у Європі. Для задоволення потреб містян, які змушені ходити переважно штучними поверхнями (асфальт, плитка, бетон), створюються босоногі стежки і цілі парки. У цих парках підтримуються високі стандарти чистоти для застереження відвідувачів від ушкоджень, оскільки їхні ноги не захищені взуттям. Найбільше таких рекреацій у Австрії та Німеччині. Босоногі парки та маршрути створені також у Бельгії, Данії, Франції, Італії, Голландії, Португалії, Угорщині, Швейцарії, Великій Британії, Латвії. Босонога тропа у Бад-Зобернгаймі (Німеччина) щороку приваблює понад 100 тис. відвідувачів. Спеціально облаштовані стежки для масажу стоп ніг це перспективний напрямок рефлексотерапії в Україні. Прогулянка босоногою стежкою має великий оздоровчий ефект після надмірного фізичного та розумового навантаження. А також босонога прогулянка загартовує організм та підвищує захисну реакцію. Облаштування «Босоногої стежки» має значні переваги: – не потребує значних фінансових зобов'язань; – доступна у використанні для

широкого загалу відвідувачів; – утримання та експлуатація протягом року; – оздоровчий ефект (релаксація, покращення кровообігу кінцівок); – загартування організму; – захисна реакція захворюванням.

Прогулянка босоногою стежкою стимулює кровообіг і роботу серця. Навантаження на ноги під час підйомів та спусків зміцнює м'язи, суглоби, зв'язки. Масаж стоп природними матеріалами знімає втому, запобігає виникненню судом у литках. Особливо корисна босонога прогулянка студентам, викладачам у часи активного дозвілля та людям, які ведуть малорухомий спосіб життя. Як і будь-яка фізична активність, босоногий маршрут запобігає виникненню хвороб опорно-рухового апарату, підвищує загальний тонус організму. Також ходіння босоніж є профілактикою проти варикозного розширення вен на ногах та плоскостопості. Босонога стежка, як різновид оздоровчого туризму, має спеціально промаркований для прогулянок маршрут без зайвого фізичного навантаження.

Обирають маршрут за звичай мальовничими куточками паркової чи лісової зони. Пропонується різна дистанція маршруту:

1. «Коротка» – прогулянкова – дистанція 200 метрів – до 10 хвилин.
2. «Тонізуюча» – оздоровча – дистанція 1000-1500 метрів – до 45 хвилин
3. «Ланшафтна» – туристична – дистанція 3500 метрів – 1 година.

Босонога стежка дає змогу випробувати ногами різні текстури поверхні: від м'якого піску до жорсткого каміння. Проект маршруту побудованого із врахуванням місцевого ландшафту. Стежка містить ділянки з галькою, великим камінням, середнім камінням, дрібним гострим камінням, колодами, колодна переправа, мохом, травою, хвою, шишками, коріннями дерев, дерев'яним настилом, тирсою, пеньками, глиною та болотом, комбіновані стежки з природними матеріалами.

Питання для самоперевірки та обговорення

1. Назвіть рекреаційні зони України.
2. Що представляють собою програми оздоровчо-рекреаційної рухової активності?
3. Назвіть три основні форми рекреації.
4. Які існують види активного дозвілля?
5. Особливості лижних походів.
5. У чому полягає основна відмінність велосипедних прогулянок від вело походів?

Тестові завдання

1. Місцевість, яка має один з рекреаційних ресурсів бальнеологічного, фіто-лікувального, кліматичного, пляжного або комплексного ресурсу, це:

- а) рекреаційна зона;
- б) лікувальна зона;
- в) туристична зона.

2. Назвіть три основні форми рекреації.

- а) лікування, відпочинок та туризм;
- б) грязелікування, лікування, відпочинок;
- в) туризм, відпочинок, дозвілля.

3. «Тонізуюча» – оздоровча – дистанція «Босонога стежка», має яку дистанцію маршруту?

- а) 1000-1500 метрів – до 45 хвилин;
- б) дистанція 200 метрів – до 10 хвилин.
- в) дистанція 3500 метрів – 1 година.

ПРАКТИЧНЕ ЗАВДАННЯ 3

ІГРОВІ ТЕХНОЛОГІЇ У СТРУКТУРІ ДОЗВІЛЛЯ

Короткі теоретичні відомості

Гра – складне соціально-психологічне явище вже тому, що воно не вікове, а особистісне. Потреба особистості в грі, а також здатність включатися в неї характеризується особливим баченням світу і воно не пов'язано з віком людини. Однак прагнення до гри дорослих і дітей мають різні психологічні підстави.

Гра є однією з трьох основних видів діяльності людини. Відмінність гри від інших видів діяльності в тому, що, наприклад, у праці, реалізується суспільна мета - створення матеріальних і культурних цінностей. Гра не переслідує таких цілей, тобто до суспільних цілей вона не має прямого відношення, однак вона має опосередковане, непряме відношення.

Суть людської гри – у здатності відображати, перетворювати дійсність. Сутність гри полягає в тому, що в ній важливий не результат, а сам процес, процес переживань, пов'язаний з ігровими діями. Хоча ситуації, які програє людина, уявлювані, але почуття, пережиті нею, реальні. Гра підготовляє людину до навчання і праці. Ця її специфічна особливість несе в собі великі виховні можливості, тому що, керуючи змістом гри, включаючи в сюжет гри певні ролі, можна там самим програмувати певні позитивні почуття граючих. По-перше, важливий сам досвід переживання позитивних почуттів для людини; по-друге, через переживання тільки й можна виховати позитивне відношення до діяльності.

Гра має багаті можливості сформулювати позитивне відношення до неігрової діяльності. Гра підводить до здатності діяти в плані уяви. Природно, що люди, котрі мають розвинуту уяву, легше пізнають навколишній світ, тому що вони можуть уявити предмети і явища, недоступні безпосередньому сприйняттю.

Організація квесту з нуля. Організація власної квест-кімнати не становить особливих труднощів, досить обзавестися надійною командою, а також мати трохи кмітливості і фантазії. Але, щоб отримати дійсно цікаву і захоплюючу гру, знадобиться певний час, за який треба виконати багато роботи.

Без підтримки досвідчених організаторів тут точно не обійтися.

Що знадобиться для організації квесту з нуля?

1. Необхідно знайти відповідне приміщення. Оптимальним варіантом є приватна територія, тому що саме на ній організатори зможуть повністю проконтролювати ситуацію.

2. Треба розробити тематичний сценарій (сюжет), в якому будуть складні, але розв'язувані завдання. Тема реаліті квесту може бути різною, все залежить від фантазії організаторів. Кожне завдання має бути цікавим і не надто простим. Дуже важливо, щоб у квесті змогли брати участь всі гравці, ніхто не повинен стояти на місці. Якщо завдання вимагає одноосібного рішення, то інші учасники повинні відчувати себе вболівальниками.

3. Правильно розпланувати час. Гравці повинні знати приблизний час закінчення квесту. Важливо, щоб організатори на рішення кожного завдання відвели певний час, таким чином, гравці будуть орієнтуватися, скільки їм часу залишилося.

4. Необхідно придумати кожному учаснику роль, це зробить гру більш цікавою, і допоможе команді абстрагуватися в нову обстановку. Також завдяки розподілу ролей, гравцям буде легше розподілити свої обов'язки, а отже, кожен внесе особисту відповідальність для досягнення спільної мети.

5. Фінансовий внесок у інвентар. Для того, щоб отримати цікаву квест кімнату з незвичайним антуражем, то необхідний певний бюджет. Однак, маючи навіть мінімальну кількість грошей, організувати квест можна.

6. Потрібно зібрати команду працівників. Набагато цікавіше гравцям буде взаємодіяти з декількома аніматорами, яким також відводиться своя роль у квесті.

7. Реклама. Цільовою аудиторією є люди, які люблять екстремальний і активний відпочинок. Для того, щоб їх зацікавити потрібно використати мережу Інтернет, розклеювати оголошення. Такий піар не вимагає фінансових вкладень, але не дивлячись на це, принесе 100% результат.

8. Необхідно подбати про подарунки і бонуси для гравців. Це підвищить їх інтерес, і направить на досягнення мети. Не обов'язково купувати дорогі призи, навіть маленькі сувеніри будуть приємними для людей.

Корпоративний квест. Сучасні корпоративні вечірки все частіше проходять в форматі тимбілдінга. Одним з видів командотворчих заходів є квести – ігри, які навчають учасників співпрацювати і приймати рішення в критичних ситуаціях.

Щоб організувати квест на корпоративі, потрібно врахувати безліч організаційних моментів – продумати мету і сюжет гри, виділити роль кожного учасника, написати сценарій і забезпечити комфортну атмосферу з урахуванням рішення можливих проблем психологічного або ігрового характеру.

У сучасній індустрії розваг все більше популярності завойовують квести – активні командні ігри з безліччю головоломок і завдань, ланцюжок яких призводить до будь-якої мети.

Ключовим моментом цієї гри може бути обмеження в часі або вирішення всіх завдань до досягнення кінцевого результату. Інтерактивні квести беруть свій початок з однойменних комп'ютерних ігор, тому вони часто називаються квестами в реальності.



Як корпоративів по тимблдіngu квести сприймаються на ура. Їх популярність пояснюється захоплюючій командною грою, яка підігриває цікавість і сприяє мимовільному спілкуванню учасників.

Користь цього виду розваг для корпоративу важко переоцінити. Так як він має ряд переваг:

- Формування важливих якостей для робочого взаємодії. Під час проходження квесту учасники вчаться співпраці і взаємодопомоги, свідомо обирати лідера і підкорятися йому, розподіляти зони відповідальності, приймати конструктивні рішення в напружених ситуаціях і в стислі терміни. Ці якості необхідні для успішної роботи в колективі.
- Мода і оригінальність «Свіжі» віяння корпоративних вечірок поступово витісняють банкети та інші застарілі форми офісних свят. Творчі ідеї, активність і енергійність «заряджають» колектив позитивною енергетикою і налаштовують на продуктивну роботу.
- Залученість всіх присутніх. Формат заходу передбачає однаково активну участь усіх членів колективу — тут немає спостерігачів або другорядних учасників.
- Індивідуальний підхід в складанні програми. Під час підготовки корпоративного квесту враховуються інтереси співробітників, їх склад, рівень інтелектуальної або фізичної підготовки.

Програму командної гри і її проведення можна замовити в івент-агентстві або підготувати все своїми силами.

На корпоративі найчастіше використовуються такі види квестів:

Рольовий квест. Це — один з найбільш недорогих корпоративів в форматі квесту. Суть цієї гри — перевтілення учасників в інші образи. Для цього кожен гравець отримує картку з описом своєї нової ролі. Його завдання — максимально увійти в описаний образ. Від акторської майстерності і

внутрішньої «перезавантаження» залежить результат гри. За сценарієм потрібно буде будувати нові відносини, розплутувати інтриги і навіть закохуватися.

Тематика таких квестів може бути різноманітна — історичні замальовки, детективні сюжети, мелодраматичні картини, фантастичні казки, пригодницький екшн і т.д.



Місце проведення також може бути вибрано будь — офіс, відкриття простір на свіжому повітрі, банкетний зал ... Реквізиту в рольових іграх трохи, так як він грає незначну роль. Головна мета учасників — розкритися в спілкуванні з оточуючими, досягнувши поставлених цілей.

Пошуки в закритій кімнаті. Завдання такого типу ігор — покинути замкнутий простір протягом певного часу. Як правило, кількість учасників таких квестів невелика — до п'яти чоловік. Вони виявляються в замкненій кімнаті, наповненій загадками, головоломками і багатьма чудесами. Вишукуючи підказки, їм потрібно відкрити замок знайденим ключем і вийти «на свободу». Квест-руми можуть не тільки існувати в спеціально обладнаних місцях. Для організації квесту корпоративу фахівці виїжджають до замовника і привозять з собою все необхідне, щоб створити ігровий простір.



Активний квест на свіжому повітрі. Цей вид командної гри проводиться на базі відпочинку або в іншій приміській зоні, де можна не тільки познайомитися з природою, а й попрактикуватися в орієнтуванні на місцевості. Часто подібні ігри на відкритій місцевості пов'язані з виконанням спортивних завдань.



За жанровим розмаїттям можна виділити такі типи квестів:

- **Історичні.** Учасники перевтілюються в відомих історичних персонажів або виявляються «закинутими» в будь-яку історичну епоху. Їм доведеться розгадувати інтриги і загадки минулого.
- **Детективні.** Розслідування злочинів і пошук злочинця — ключова мета подібних ігор. Нерідко злочинець виявляється серед учасників, і ця інтрига тримається до останньої хвилини.
- **Творчі.** Це — багаточарові завдання, в результаті яких потрібно не тільки розгадати всі загадки і досягти кінцевого результату, але і створити творчий продукт — намалювати картину, зняти фільм і т.д. Творчого процесу будуть постійно заважати раптово з'являються перешкоди і незрозумілі речі, які необхідно усунути в найкоротший термін.
- **Пригодницькі.** Ці заходи пов'язані з численними випробуваннями, проходження яких залежить від згуртованості команди учасників. Це можуть бути завдання на витривалість, спритність та інші фізичні якості, інтелектуальні головоломки, завдання на перевірку фортеці командного духу і т.д.
- **Екстремальні.** Це — розваги для любителів гострих відчуттів, в яких гра тісно переплітається з реальністю. Перед тим, як пройти ряд завдань, учасники повинні подолати свій страх. Часто сценарії таких розваг пишуться на основі трилерів.
- **Бізнес-ігри.** Мета цих заходів — створення нового бізнес-проекту. Такі квести найбільш близькі учасникам за родом їхньої професійної діяльності. Часто замовники корпоративних квестів просять організаторів скласти сценарій корпоративу в стилі квесту відповідно до їх

робочими завданнями, щоб занурити гравців в обстановку, максимально наближену до робочих буднів.

Завдання до практичного заняття

Розробити сценарій квесту на вибір:

- 1) історичний,
- 2) творчий
- 3) екстремальний,
- 4) бізнес-гра.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 4

ОСНОВИ СЦЕНАРНОЇ РОБОТИ

Короткі теоретичні відомості

Організація сімейних свят. Останнім часом популярним видом організації сімейних свят є святкування на території готельних підприємств. Це надає широкий спектр можливостей для організації відпочинку: зручність розташування великої кількості гостей, можливість відсвяткувати у затишній атмосфері відповідно обраній тематиці заходу. Усі проблеми з підготовки святкового столу, сервірування тощо лежать на працівниках готелю.

Підготовка й проведення сімейних свят включає декілька етапів:

1. Пізнавальний етап (знайомство зі святом та його особливостями).
2. Підготовчий етап (підготовка всіх атрибутів, елементів оформлення, подарунків, сценарій свята).
3. Етап активної участі у святі (важливо пам'ятати, що ніхто не зможе розважити когось, хто сам цього не хоче).
4. Етап післясвяткового життя свята (наприклад, у дитини може з'явитись потреба поділитись враженнями після свята).

Варто зазначити, що організація сімейних свят може корегуватися за бажанням гостей.

День народження є одним з найбільш традиційних сімейних свят. Його завжди чекають і діти, і дорослі.

Важливо щоб цей день був особливим та надовго залишився у пам'яті не тільки подарунками, але й особливою організацією цього свята, щоб воно принесло задоволення усім гостям та імениннику. Отже, все, що буде відбуватися в цей день, має приносити задоволення саме йому.

Разом із дитиною необхідно обговорити етапи підготовки дня народження, тобто композицію свята, розробку сценарію, продумування інтер'єру, підготовку сувенірів для гостей.

Важливою умовою, що забезпечить успішність святкування дня народження, є складання сценарію. Під час складання сценарію необхідно враховувати вік, інтереси, особливості характеру, кількість запрошених гостей, умови проведення свята, бюджет.

Сценарії свят можуть бути:

- 1) односюжетними – усі епізоди об'єднані змістом, наприклад, «Весела морська подорож», «Пригода Бетмена і друзів», «Свято іменинника»;

2) безсюжетними – складаються з окремих ігор, конкурсів, розваг, не поєднаних єдиним змістом.

Батьки разом із дитиною повинні обговорити всі основні моменти проведення свята. Визначити місце для ігор, для святкового столу і для театралізованих вистав. Для гостей, крім ігор і розваг, необхідно продумати сувеніри та призи, які мають бути вручені кожній дитині.

Важливо сценарій розробити так, щоб розрахувати тривалість спільної групової діяльності дітей, передбачити достатню кількість часу для самостійних ігор і розваг дітей.

Усе це дозволить створити атмосферу загального веселощів. Добре продумана композиція свята повинна відповідати збереженню позитивного емоційного настрою у всіх присутніх, запобігати перевтомі, розвивати інтерес, задовольняти потребу дітей до самостійності й активності.

Завдання до практичного заняття

Розробити сценарій сімейного свята за темами на вибір:

1. «Різдвяна вечірка»
2. «Свято іменинника»
3. «Сімейка Адамс»
4. «На балу у Короля»
5. «Пригоди Шерлока Холмса»

Цей заліковий модуль передбачає проведення 4 лекційних та 4 практичних занять (з них одне семінарське).

ЗАЛІКОВИЙ МОДУЛЬ 2

Цей заліковий модуль передбачає проведення 4 лекційних та 4 практичних занять (з них одне семінарське).

Лекція 5. Організація ігрової та спортивної анімації

Тематика: Гра: поняття, сутність, структура, функції та роль у житті людини. Основні підходи до класифікації ігор. Методика проведення рухливих ігор. Методика складання і проведення ігрових анімаційних програм. Організація спортивної анімації.

Лекція 6. Музична та танцювальна анімація

Тематика: Поняття та особливості емоційного впливу музики. Форми музичної анімації. Форми сучасної танцювальної анімації. Матеріально-технічна база танцювальних заходів.

Лекція 7. Організація анімаційних шоу

Тематика: Шоу: поняття, різновиди, ознаки. Характеристика та форми анімаційних шоу. Способи театралізації анімаційних шоу-програм. Різновиди сцени під час розроблення шоу-програм.

Лекція 8. Специфіка вербальної анімації

Тематика: Свято: поняття, сутність, історія виникнення, класифікація. Особливості карнавальної анімації. Свята як об'єкт подієвого туризму. Свята як об'єкт івент-менеджменту. Характерні риси святкової анімації. Організація свят як інструмент івент-маркетингу. Специфіка організації свят у готелі. Організація сімейних свят. Організація корпоративних заходів. Технологія розроблення корпоративного заходу.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 5

АМАТОРСЬКІ ОБ'ЄДНАННЯ ТА КЛУБИ ЯК ГРУПОВІ ФОРМИ ДОЗВІЛЛЯ

Короткі теоретичні відомості

Специфіка діяльності в клубах і дозвіллевих центрах. Особливим пріоритетом молодіжної політики в Україні є розвиток мережі молодіжних просторів європейського зразка, які за своєю суттю є осередками практичної роботи з молоддю. Це унікальні установи, що сприяють розвитку молодих людей, громадянській освіті, популяризації здорового способу життя, волонтерства, молодіжному підприємництву, підвищенню рівня мобільності молоді тощо. Їх напрями роботи формуються відповідно до потреб та інтересів молодих людей конкретного населеного пункту. Сьогодні в Україні вже діє кількасот молодіжних центрів і просторів різної форми власності, у тому числі утворених на базі закладів освіти, культури, спорту. Такі молодіжні хаби, платформи та коворкінги успішно працюють у більшості обласних центрів України, а також активно розвиваються в маленьких містах і селах України.

Організаційні принципи дозвіллевої діяльності клубу: плюралізм, демократизм, добровільність, відповідність потребам та інтересам відвідувачів, ініціативність та самодіяльність, самоорганізація, естетизація дозвіллевого середовища; оптимальне поєднання виховних, розважальних і психолого-оздоровчих завдань; динамічність розвитку.

Домінуючи функції клубу (відповідно до провідних його цілей): рекреаційно оздоровча, комунікативна, творча, соціальна, пізнавальна, ціннісна-орієнтаційна, виховна, соціального престижу.

Класифікація клубів і закладів клубного типу за ознаками: спектром діяльності, змістом діяльності, функціональною ознакою, віковими характеристиками, соціально-демографічними особливостями, напрямом діяльності, предметом захоплення, соціально-культурними умовами, що впливають на функціонування клубу, рівнем функціонування культурно-дозвіллевої сфери, джерелами фінансування.

Типологія клубів і закладів клубного типу засвідчує, що дозвіллева діяльність здійснюється в різноманітних об'єднаннях населення:

- суспільно-політичних клубах, клубах молоді;
- художніх, творчих об'єднаннях (театральних, музичних, циркових, фольклорних та ін.);
- мистецтвознавчих об'єднаннях (клубах любителів книг, друзів кіно, любителів живопису, поезії, музики);
- об'єднаннях звичайно-наукового профілю (друзі природи, садівників, квітників, астрономів та ін.);
- технічних клубах (автолюбителів, радіотехніків);
- об'єднання рукодільників (в'язання, вишивання, крій та шиття);

- спортивних та фізкультурних об'єднаннях (клубах, секціях, тенісу, гімнастики, шейпінгу, атлетики).

Форми соціально-культурних об'єднань можуть бути різні. Це гуртки, студії, любительські об'єднання, ініціативні клуби. Самою розповсюдженою формою є гуртки, що об'єднують любителів тої чи іншої сфери діяльності. Керують гуртками професіонали. Студії об'єднують обдаровану молодь, в результаті сумісної діяльності якою створюються твори самодіяльної творчості: театральні постановки, кінофільми, концертні номери.

Молодіжний простір (МП) – це приміщення/вільний простір, створений задля всебічного розвитку особистості, інтелектуального самовдосконалення та гуманізації способу життя молодого покоління. МП забезпечує ефективне впровадження правових, соціально-економічних, інформаційних, освітніх та організаційно-методичних заходів у контексті реалізації молодіжної політики. Організація молодіжного простору дозволяє молоді раціонально і з користю використовувати свій час, виявити всі свої приховані таланти, відпочити в компанії однолітків, дізнатися останні новини. Завдяки організації культурного відпочинку і дозвілля молодь має можливість урізноманітнити способи проведення вільного часу, щоб стати цікавою та активною людиною.

Метою діяльності простору є сприяння соціалізації та самореалізації молоді; інтелектуальному, моральному, духовному розвитку молоді, реалізації її творчого потенціалу; національно-патріотичному вихованню молоді; популяризації здорового способу життя молоді; працевлаштуванню молоді та зайнятості у вільний час, молодіжному підприємництву; забезпеченню громадянської освіти молоді та розвитку волонтерства; підвищенню рівня мобільності молоді.

Основні завдання молодіжного простору:

- створення умов для творчого розвитку особистості, інтелектуального самовдосконалення та лідерських якостей у молоді;
- популяризація здорового способу життя молоді;
- організація і проведення заходів серед молоді, зокрема спрямованих на промоцію читання і популяризацію літератури та інших аспектів культурного розвитку;
- сприяння працевлаштуванню молоді; – забезпечення змістовного дозвілля і неформальної освіти;
- розвиток талантів молоді;
- допомога молодим людям визначитися з майбутнім фахом – профорієнтаційні тренінги, майстер-класи;
- заохочення до читання;
- сприяння грамотності (базової, медійної, цифрової, соціально-правової);
- сприяння волонтерській діяльності молоді;
- сприяння розвитку громадянської освіти для молоді.

Завдання до практичного заняття

Розробити презентацію на вибір на тему:

1. «Організація молодіжного ХАБу з розвитку підприємництва в сфері екотуризму».
2. «Створення рекреаційного центру в сільських громадах по Дніпровському регіону».
3. «Організація молодіжного оздоровчого клубу».

Визначити:

- мету, завдання цього проекту,
- цінність пропозиції;
- цільову аудиторію;
- етапи реалізації проекту;
- очікувані результати.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 6

НАЙФАНТАСТИЧНІШІ КАРНАВАЛИ СВІТУ (СЕМІНАР)

Короткі теоретичні відомості

Венеціанський карнавал. Тисячі туристів бронюють авіаквитки до Венеції, щоб надіти найкрасивішу маску, яскравий костюм і з головою поринути в масштабні гуляння.

Венеціанський карнавал офіційно визнаний одним з найдавніших, вперше його провели в 1094 році. В середньовіччя під час карнавалу не діяли правила повсякденності: і заможний і бідний міг робити все, що заманеться. Достаток ховався під масками, будь-який простолюдин міг отримати увагу принцеси, а патрицій міг запросто спокусити швачку, чого в звичайному житті не дозволяли йому норми пристойності. За законами Венеціанської республіки в масках заборонялося входити до церкви, вночі і під час епідемій чуми. Маски носили в різних значних місцях – ігрових і публічних будинках. Нерідко під ними ховалися для здійснення всіляких витівок.

У серпні 1608 року вийшов указ, який забороняв носити маски не під час карнавалу. Якщо ж ловили порушників, то чоловіків засуджували до 2 років ув'язнення і штрафу, а жінок публічно сікли на площі Сан Марко з подальшим вигнанням на 4 роки з Венеціанської Республіки.

Після завоювання Італії Францією карнавал заборонили, цим Наполеон хотів підкреслити втрачену незалежність Італії. Традиція карнавалу була відроджена лише в 1979 році – і ця подія відразу ж стала залучати в місто натовпи туристів.

Щорічно карнавал відкриває святкова регата – по венеціанських каналах пливають вбрані човни з пасажирами в костюмах і масках. У місті проводять майстер-класи, на яких можна спробувати себе в будівництві гондоли або дизайні карнавальної маски.



Під час карнавалу у Венеції проходять бали, на вулицях з ранку і до пізньої ночі виступають трубадури, фокусники та оркестри. Свято завжди відкривається на площі Сан-Марко. Цікаво, що кутюр'є П'єр Карден написав офіційний гімн венеціанського карнавалу.

Щорічно, в останній день карнавалу вибирають володаря найкрасивішої маски; також чимало уваги туристів завжди привертає Парад Марій – хода дванадцяти венеціанок на згадку про порятунок викрадених піратами дівчат.

Загалом, нудьгувати на карнавалі просто неможливо, тут кожен знайде собі розвагу до душі. Забронювати квитки і готель краще заздалегідь, ціни перед святом значно виростають. Ціни на проживання в Венеції досить високі, навіть найдешевший хостел обійдеться мінімум в 45 євро за ніч.

Забронювати квитки до Венеції на прямі рейси можна з вильотом з Києва, Івано-Франківська, і на рейси з пересадками з вильотом з Харкова, Одеси, Запоріжжя. Забронювати найдешевші авіаквитки до Венеції можна з вильотом з Івано-Франківська, вартість від 1 500 грн в обидва боки.

Бразильський карнавал. Бразильський карнавал — це гучне та веселе свято. Воно відбувається щорічно за 40 днів до Великодня і знаменує початок Великого посту. Джерела *Carnaval do Brasil* можна побачити в давньогрецьких святкуваннях, присвячених богу вина Діонісові.

Уперше щось схоже на карнавал у Бразилії розпочали поселенці з островів, котрі належали Португалії. Це була гра «ентрудо», яка 1723 року зібрала на вулицях і площах купу людей. Однак ніхто не танцював — усі кидались один в одного багнюкою і поливали водою.

А ось 1840 року на вулицях Ріо відбувся вже бал-маскарад. Люди в костюмах танцювали тільки вальс або польку. Танцюристи пересувались містом під музику, усім було весело. Самбу вперше станцювали трохи пізніше — 1850 року, відтоді вона стала невіддільною частиною карнавалів. Сьогодні існує жорстка конкуренція між школами самби — усі вони щороку змагаються за перемогу в конкурсі, вкладаючи в підготовку чимало сил і коштів.



На карнавалі 1917 року вже панував танець, проте школи самби стали звичним явищем лише десять років потому. Перша школа називалась Deixa Falar, її заснував танцюрист Ісмаель Сілва. Трохи пізніше назву змінять на Estacio de Sa, що українською звучить як «Ештасіу ді Са». Це ім'я засновника Ріо-де-Жанейро.



Справжнім карнавал став з появою декількох яскравих моментів:

- blocos («блоки») — групи людей, які вишикувані прямокутниками;
- cordoes («мотузки») — групи людей, які вишиковуються стрічками;
- corsos («пірати») — групи людей, одягнені в піратські костюми.

Це цікаво: самбадром, довжина якого склала рекордні на сьогодні 700 метрів, спроектував 1984 року відомий латиноамериканський архітектор Оскар Німейєр.

Хо́да карнавалу містами Бразилії з кожним роком ставала все яскравішою, веселішою та багатшою. Цікаво, що у вбраннях, музиці й навіть стріт-фуді вочевидь проглядаються африканські мотиви. Це не дивно, адже свого часу до Бразилії завезли 6 мільйонів рабів з Африки. Кожен атрибут карнавального костюма має глибокий сенс. Наприклад, пір'я символізує перемогу над життєвими негараздами.

Карнавал у Бразилії — це загальне свято. Немає жодних вікових, гендерних та інших обмежень — тут усі рівні.

Цікаві факти про бразильський карнавал

1. Карнавал у Ріо завжди починається в п'ятницю. Мер міста передає символічний ключ Королю Момо, який очолює карнавал. Уперше так відбулось 1933 року, з того часу передавання ключів — одна з найважливіших традицій карнавалу.

2. Над видовищною подією карнавалу вважають виступ найкращих шкіл самби на так званому самбадромі. Кожній школі дають певний час (до години).

3. У карнавалі беруть участь приблизно 200 шкіл самби з усієї країни. Кожна школа витрачає на підготовку величезний бюджет, який обчислюється мільйонами. Як тільки-но відгомонів черговий карнавал — одразу ж починається підготовка до наступного.

4. Місто отримує зиск від карнавалу не лише за допомогою натовпів жителів Ріо і туристів, що веселяться. Чимала частина прибутку — це штрафи, які щиро виписують порушникам. Також свій прибуток мають і готелі, адже ціни на період проведення карнавалу підвищують удвічі, а то й утричі.

Кельнський карнавал. У 2023 році в Кельні відзначають 200-річчя традиційного Кельнського карнавалу, вірніше – створення в 1823 році постійно діючого організаційного комітету цього народного свята: Festkomitee des Kölner Karnevals. Ювілейний сезон розпочався минулого листопада. У так званий “бабин четвер”, 16 лютого, святкування розпочало завершальну фазу – розпочався вуличний карнавал, який триватиме до 22 лютого. Головна карнавальна хода в Кельні відбудеться у “шалений понеділок”, 20 лютого. Вперше за три роки карнавал відзначають без пандемічних обмежень.

Більше мільйона людей регулярно приїжджають до Кельна, щоб побувати там на «Рожевий» понеділок. Тому що «рожева» хода, яка рухається центром Кельна, вважається однією з найбільших карнавальних процесій у Німеччині.

Тут кельнські робітники часто мають вихідні. Під час пандемії Covid у 2021 році саме тут, у Кельні, відбувся, мабуть, найнезвичайніший парад, який також транслювали по телебаченню: 26 вагонів і 177 ляльок проїхали вагонобудівним залом фестивального комітету на довжині 70 метрів у мініатюрному форматі на сцені довжиною 32 метри.

Самі карнавальні традиції в Кельні, одному з найстаріших міст Німеччини, мають куди глибше коріння, що сягає Середніх віків. Перше

письмове свідчення про народні розваги – свого роду проводи зими перед початком Великого посту – датовано тут 1220 роком.

Карнавал у Кельні є одним із найбільших і найвідоміших у Німеччині. У ті часи, коли Кельн був римською колонією, він успадкував традиції стародавнього свята на честь Сатурна, згідно з якими раби отримували такі ж права, як і пани.

Вплинув характер фестивалю і Венеціанський карнавал, тому Кельн прозвали німецькою Венецією.

З 1823 для полегшення організації свят стали обирати карнавальні комітети. Цього ж року мешканці Кельна вперше в історії відзначили «Рожевий понеділок», який сьогодні є кульмінацією фестивалю. Заздалегідь підбирався склад персонажів – тріумвірат: Діва, Принц та Селянин. Усі головні ролі виконували чоловіки, ця традиція не змінилася і до сьогодні.

Нині головними героями свята стають як фольклорні персонажі, а й відомі політичні діячі, включаючи керівників держав. Заздалегідь з пап'є-маше готуються фігурки для возів до карнавальної ходи.

Під час масової ходи в натовп кидають солодощі прямо з возів. Учасникам свята необхідно ловити частування на льоту. У костюмованих гуртах на всіх фестивалях завжди беруть участь не лише дорослі, а й діти різного віку.

«П'ята пора року», як ще називають карнавал, завершує галасливий та веселий тиждень. Жителі Кельна та гості останні дні гуляють до пізньої ночі, сидять у пивних та ресторанах. По вулицях блукають блазні та скоморохи.

За роки існування костюмованого галасливого свята склалися свої традиції. У цей період проводяться бали, «карнавальні засідання», великий фестиваль на вулицях Кельна та пишний парад у «Рожевий понеділок».

А на завершення, у Попелясту середу, кельнці збираються за святковими столами, аби смачно відзначити крайній день перед Великим постом: цього дня вулиці Кельна заповнюються неперевершеними ароматами страв німецької кухні.

Тестові завдання

1. Який карнавал щорічно відкриває святкова регата?

- а) Кельнський;
- б) Бразильський;
- в) Венеціанський.

2. Між якими школами існує жорстка конкуренція на Бразильському карнавалі?

- а) Школами самби;
- б) Школами вальсу;
- в) Школами сальси.

3. Головними персонажами якого карнавалу є Діва, Принц та Селянин?

- а) Кельнський;
- б) Грецький;
- в) Венеціанський.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 7

ЕКСТРЕМАЛЬНІ ФОРМИ ДОЗВІЛЛЯ

Короткі теоретичні відомості

Поняття та ознаки екстремального туризму. Активні види відпочинку завойовують усе більшу популярність серед простих туристів. Особливо популярним став дайвінг, один із найзахоплюючих і екстремальних видів. Парашутистам і гірськолижникам доводиться потіснитися — число дайверів в усім світі, стрімко зростає. Звертаючи увагу на цифри стає ясно: поширення дайвінга порівнянне тільки із епідемією. На сьогодні у світі майже 20 мільйонів сертифікованих дайверів-любителей, а 40 років тому їх було кілька сотень.

В Україні останніми роками захоплення дайвінгом стало масовим. Також, зараз в усім світі дуже популярні стрибки із парашутом. Із парашутом почали стрибати більше на півстоліття назад, але в масового характеру він перетворився тільки років 15 назад. Зараз існує багато варіантів стрибків з парашутом. Це і скайсерфінг і групова акробатика, але все більшу популярність набирає В.А.С.Е. jumping. Це не тільки гострі відчуття, але і чудове видовище. Багато людей спеціально приїжджають на різні змагання, щоб подивитися, як люди стрибають із хмарочосів, телевізійних веж, мостів, скель. Якщо комусь не подобається пірнати під воду або стрибати із величезних висот — тоді можна спробувати, теж популярний вид вигляд відпочинку, віндсерфінг.

Екстремальний туризм є одним із перспективних видів туризму в Україні. Особливо в умовах сьогодення, коли ця галузь переживає кризу, цей вид туризму може завоювати ринок туристичних послуг, так як привабить до себе велику кількість туристів, що надають перевагу активному відпочинку. Екстремальний туризм постійно розвивається і трансформується залежно від потреб і смаків туристів.

Взагалі ж екстремальний туризм один із самих перспективних видів туризму, що залучає до себе усе більше людей. З'являються нові місця для активного відпочинку, як штучні, наприклад гірськолижні курорти, так місця створені природою про які люди раніш і не знали, наприклад, печери. А те, що цей вид туризму активно розвивається видно хоча б з того, що з'являються всі нові його види

Основні види екстремального туризму. Екстремальний туризм є одним з найперспективніших видів туризму, який привертає до себе дедалі більше людей.

До активних зараховують різні пригодницькі тури, пригодницькі подорожі, відвідування екзотичних місць, вулканів, островів, водопадів тощо. Зазвичай це нестандартний тур в екзотичних випадках такий тур пов'язаний з ризиком і серйозними фізичними навантаженнями, вимагає сміливості та умінь. Популярний відпочинок на гірськолижних курортах — участь передбачає певну фізичну підготовку і майстерність учасників. Такий

туризм близький до спортивного туризму, проте маршрути краще підготовлені та умови істотно комфортніші, ризик зводиться до мінімуму за рахунок забезпечення провідниками, проміжними таборами, туристичним спорядженням.

Особливістю екстремального туризму є його спортивний характер і участь у ньому молодіжної вікової категорії.

Гірськолижний туризм, мабуть, найбільш розвинений зі всіх видів екстремального туризму в Україні. У нас є досить високого рівня гірськолижні курорти. І хоча вони значно поступаються своїм аналогам, наприклад, в європейських країнах, наші туристи з середнім доходом із задоволенням відвідують українські курорти.

Різноманіття видів екстремального туризму в наш час просто захоплює. Кожний вигадує щось особливо новеньке, аби лиш привабити туристів та просто любителів гострого відчуття. Здається, що людина просто змагається з природою: переборює гірські річки, гостює в небезпечних печерах, покорила води океанів та морів, дізнається про небо за допомогою різноманітних приборів, і може злітати на декілька днів в космос. А головне, все це поєднується тільки в одне бажання: неймовірне задоволення. Екстремальний туризм кожного року все більше набирає обертів у своєму розвитку. Тому зараз можна виділити основні види екстремального туризму.

Водні та повітряні види екстремального туризму. Водні види екстремального туризму.

Дайвинг — плавання з аквалангом у пошуках підводних красот і дивовижних речей.

Вейкбординг — комбінація водних лиж, сноуборду, скейту і серфінгу. Катер буксирує рейдера, що стоїть на короткій широкій дошці. Рухаючись на швидкості 30—40 км/год. з додатковим баластом на борту, катер залишає за собою хвилю, яку рейдер використовує як трамплін. У стрибку можна виконати безліч різноманітних трюків.

Для вейкбордингу потрібен спеціалізований катер, але такі катери коштують дорого, тому в Україні і з'являються рідко. Отже, в нашій країні цей вид відпочинку майже не розвинений через свою дорожнечу.

Водні лижі — один з найвідоміших видів активного відпочинку. Це гідна заміна гірським і біговим зимовим лижам. Для занять водними лижами потрібні водні лижі, рятувальний жилет, рукавички і гідрокостюм.

Водні лижі в даний час активно практикуються на Чорноморському узбережжі.

Віндсерфінг — це овальна дошка з вуглепластика з жорсткою поверхнею для стійкості і з плавниками-стабілізаторами на нижній площині, і невеликим вітрилом, яке кріпиться до дошки.

Серфінг — це те ж саме тільки без вітрила. Власне віндсерфінг і походить від серфінгу. При хорошому вітрі можна розвивати швидкість 10—12 м/с (рекорд на сьогодні — більше 70 км/год.).

Каякинг — шалено популярний за кордоном, набирає популярності і в Україні. Цей спорт одинаків, хоч і позбавлений командного духу, проте дає можливість кинути виклик стихії і залишитися з нею сам на сам.

У сучасному каякінгу розвиваються три основні напрями — гребний слалом, родео і сплав.

Слаломний каякинг — це уміння маневрувати на каяку, відчувуючи човен і воду.

Родео, на відміну від слалому — це не тільки віртуозна техніка, але ще і елемент гри. Фристайл на каяку — це виконання різних трюків на човні за рахунок особливостей рельєфу річки.

На каяку можна відправитися у водний похід по річці будь-якої складності, або проводити ігрові сплави на невеликому відрізку гірської річки, вибираючи окремі перешкоди у вигляді бочок, валів і водопадів і проходячи їх без нічого. Природно, щоб відчувати себе упевнено під час сплавів, необхідно володіти базовою технікою слалому і родео.

Екіпіровка. До складу екіпіровки каякера входять: човен, шолом, рятувальний жилет, спідниця (запобігає попаданню води в човен), прогумовані капці і весло.

Рафтинг — це захоплюючий спуск по гірській річці на каное або спеціальних плотах. Рафтинг — один з найбільш популярних турів, абсолютно безпечний навіть для юних туристів. Останніми роками він викликає такий величезний інтерес з боку поціновувачів екстремального відпочинку, що більшість придатних для цього туризму гірських річок були освоєні професіоналами, які тепер пропонують рафтинг-тури практично в будь-яку точку світу.

Рафт-тури в основному бувають такими: поїздки на день або півдня і багатоденні подорожі. Під час останніх туристи потрапляють у віддалені куточки гір з незайманою природою, розбивають табір у міру проходження річки і досліджують дикі околиці навколо стоянок.

Повітряні види екстремального туризму. *Парашутний спорт.* Класичний парашутизм включає дві вправи: перше — стрибки на точність приземлення. Завдання полягає в ураженні мішені розміром в 3 см. Раніше, при круглих куполах, мішень була великою (коло, діаметром в 100 метрів), і відхилення у 80 метрів було достатньо непоганим результатом. Із вдосконаленням техніки мішень зменшувалася в розмірах. Після появи щільного куполу УТ-15 мішень стала мати розмір 10 см, а після винаходу куполів «плануюча оболонка» мішені прийняла розміри, які існують і сьогодні. Зараз для перемоги на змаганнях необхідно показати серію результатів з відхиленням в 0 сантиметрів.

Друга вправа — комплекс фігур у вільному падінні. Достатньо консервативний вид спорту: сам комплекс фігур не зазнає змін вже багато років. Вимагає вигостреної майстерності і постійності в результатах.

Групова акробатика. Дана дисципліна переслідує мету побудови максимальної кількості різних фігур командою з кількох парашутистів. Класична кількість парашутистів у команді — 4 і 8. Бувають також команди з

16-ти спортсменів. Основні фігури для побудови, звичайно, оголошуються наперед, назви ж цих фігур дають деяке уявлення про те, як вони виглядатимуть: «чарка», «зірка» тощо. Команда з чотирьох чоловік може побудувати близько 30 фігур за час вільного падіння.

Купольна акробатика — полягає в побудові формацій з куполів розкритих парашутів. Цим вона кардинально відрізняється від інших видів парашутного спорту, де робота над результатом йде до розкриття парашута (окрім стрибків на точність приземлення).

При виконанні фігур купольної акробатики парашутисти входять у безпосередній контакт з парашутами інших спортсменів, при цьому часто відбуваються завали куполів. Тому парашутистам, що займаються купольної акробатикою, потрібне особливе устаткування. Куполи мають бути стійкими, добре навантаженими і володіти можливістю точного регулювання швидкості.

Фристайл — порівняно молодий вид парашутизму, виник приблизно 10 років тому. Полягає в показі спортсменом різних фігур у вільному падінні. Тут оцінюються краса, складність елементів, виконаних парашутистом, а також майстерність повітряного оператора, який проводить зйомку спортсмена в повітрі.

Скайсерфінг — це стрибки на лижах з виконанням різних фігур у вільному падінні. Аеродинаміка лижника сильно відрізняється від простого вільного падіння, тому стрибки на лижах вважають практично іншим видом спорту. Оскільки всі елементи виконуються в стані вільного падіння, то для оцінки стрибка необхідний повітряний оператор, щоб на основі відеозапису, зробленого цим оператором, члени журі змогли виставити свої оцінки. Таким чином, команда складається з двох членів — спортсмена-лижника і спортивного оператора. У залік йде тільки перші 50 секунд відеозапису стрибка. Оцінюється майстерність і артистизм виконання фігур, а також якість роботи оператора.

B. A. S. E. jumping. Бейс-джамперу для заняття улюбленою справою — стрибками з парашутом — не потрібен літак або інша техніка, що літає. Він обходиться звичайним ліфтом, а часто і власними руками і ногами плюс альпіністське спорядження.

Спортсмен-бейсер забирається на дах якої-небудь будівлі, бажано хмарочоса, або яку-небудь телевежу, гору або скелю, і стрибає вниз. Навіть ентузіасти цього виду спорту говорять, що це один з найнебезпечніших видів, навіть на фоні екстремальних.

Популярні і такі види активного відпочинку, як польоти на повітряних кулях і дельтапланах. Дальність польоту на повітряній кулі залежить від сили вітру. *Повітряні кулі* піднімаються на висоту до 1000 м. Місце приземлення повністю залежить від метеоумов.

Дельтапланеризм входить до числа всесвітньо відомих видів спорту, що швидко розвиваються. Апарати зараз неймовірно стійкі, міцні, і польоти на них можуть бути обмежені лише погодними умовами і досвідченістю самого пілота.

Розвиток екстремального туризму можливий лише за наявності специфічних об'єктів природи або штучно створених людиною, які необхідно подолати. Розглянемо найбільш перспективні види даного туризму.

Для повітряних видів туризму в Україні є всі необхідні передумови, насамперед природні. Перспективними для даного виду екстремального туризму є Київ, Кам'янець-Подільський, Львів, Карпати, Асканія Нова та ін.

Наземні та гірські види екстремального туризму. Наземні види екстремального туризму такі.

Маунтинбайкінг — їзда на гірському велосипеді. Влаштовуються змагання і для непрофесійних маунтинбайкерів.

Спелеологія — це дослідження печер. Щоб займатися спелеологією, треба мати серйозну підготовку, причому не тільки фізичну, але і технічну, а також психологічну. Печери бувають різними, але у будь-якому випадку надзвичайна краса печер зачаровує. Озера, химерні вигини, незвичайне світло. Якщо повезе, можна знайти і печерні перлини (вони утворюються у ваннах з проточною водою, але дуже рідкісні).

Спелестологія — це захоплююча суміш туризму і науки, що вивчає порожнини штучного походження. У найширшому сенсі слова спелестологія — це наука про штучні підземні споруди. Спелестологія тісно пов'язана із спелеологією, тільки спелестологів цікавить проникнення в підземні пустоти та приміщення, що на даний час покинуті та становлять певний історичний інтерес: покинуті каменоломні, шахти, водоводи, колодязі, підземні ходи, підземні храми і монастирі тощо.

Х-гонки — це коли одні і ті ж люди настільки добре і універсально підготовлені, що можуть лізти на скелі, скакати на коні, сплавлятися на каяку або плоту по порогах, мчати по горах на велосипеді і спускатися по мотузках під водопадом. Ці люди об'єднуються в команди, і беруть участь у змаганнях, де їх мета — щонайшвидше пройти дистанцію в 300—400 кілометрів, використовуючи свої навички. Це називається «мультиспорт», або «екстремальні» (а частіше навіть «пригодницькі») гонки.

На Заході щорічно проводиться більше 200 екстремальних гонок. Наприклад, найбільші гонки проводяться у Великобританії, організовані «Асоціацією Екстремальних Гонок Сполученого Королівства та Ірландії».

Гірські види екстремального туризму. *Альпінізм* вважається найбільш екстремальним відпочинком. Сьогодні альпінізм є цілою індустрією, яка рівномірно розвивається і популяризується. Як правило, для сходжень прийнято вибирати літо, коли погода дозволяє з мінімальними втратами дістатися до наміченої вершини. Проте любителі найгостріших відчуттів не зупиняються і взимку. А складні погодні умови і схід лавини тільки додають гостроту подорожі. У гори йдуть, щоб випробувати себе, ризикнути, подолати все і дістатися до вершини. Для цього потрібно бути добре фізично підготовленим.

Спорядження для забезпечення безпеки. У спортивному скелелазінні використовується різноманітне альпіністське спорядження, що забезпечує

пересування спортсменів і їх безпеку, а також деякі спеціальні пристрої, наприклад, страхувальна лебідка з тросом і блоками. Основою забезпечення безпеки скелелазів є верхня страховка. Її проводять звичайним альпіністським мотузком діаметром 9—12 мм або сталевим тросом діаметром 3—4 мм за схемою: скелелаз-блок-страховик.

Розвиток гірської хвороби залежить від віку, статі, фізичного і психічного стану, ступеня тренуваності і тривалості кисневого голодування, інтенсивності фізичних навантажень, висотного досвіду. Недостатнє харчування і неповноцінний відпочинок, що передують подорожі, відсутність акліматизації знижують стійкість організму.

Хвороба може виявлятися як раптово — при надмірному перенапруженні в умовах кисневого голодування, так і поступово. Перші ознаки її — апатія, втома, сонливість, нездужання, запаморочення. У разі продовження перебування на висоті, виникають розлади травлення, нудота і блювота, порушується ритм дихання, з'являються озноб і лихоманка.

Надалі, особливо при підвищенні висоти сходження, хвороба може прогресувати: головний біль укриває загострюється, сонливість виявляється сильніше, можуть бути носові кровотечі, різко виражена задишка, підвищена дратівливість, можлива втрата свідомості, синюшність шкіри і слизових.

Інтенсивність розвитку гірської хвороби залежить від висоти.

При тривалому знаходженні на висоті організм зазнає ряд фізіологічних змін, що є пристосованими реакціями організму для збереження нормальної життєдіяльності. Акліматизація залежно від термінів перебування в горах може бути повною або частковою. Для туристів і альпіністів характерна часткова акліматизація через порівняно короткий термін подорожі.

Гірські лижі і сноуборд. *Гірські лижі* — один з найстаріших видів активного відпочинку. Майже будь-який гірськолижний курорт пропонує якісний і різноманітний гірськолижний сервіс, є спуски як для професіоналів, так і для новачків, яких завжди можуть навчити правильно кататися місцеві інструктори. Спорядження: комплект лиж, кріплення, палиці, черевики, костюм, шолом, маска, рукавички.

Сноубординг — спуск по снігу з гірських схилів на спеціально обладнаній дошці. Це більш агресивний, активний і екстремальний вид, ніж гірські лижі.

Взагалі екстремальні захоплення, пов'язані з гірськими лижами і сноубордом, можна розділити на кілька груп: freeskiing або freeride — це спуск по крутих непередбачуваних схилах зі складним рельєфом; heliskiing — те ж саме, але з використанням вертольота як засобу доставки на гору; ski-touring (randonee ski) — ски-тур, гірський туризм з використанням лиж і спеціальних кріплень для підйому вгору;

Лижний альпінізм — сходження на гору з метою спуститися з вершини на лижах або сноуборді (використання страховки, або якого-небудь додаткового спорядження, окрім лиж, на спуску порушує «чистоту» такого

сходження); останніми роками з'явилася new school — щось на зразок сноубордистського фрістайлу.

Екзотичні види екстремального туризму. *Космічний туризм* — найдорожчий і, мабуть, найбільш екзотичний вид екстремального туризму — подорож на орбіту Землі. Наразі космічних туристів одиниці.

Кайтсерфінг. Сутність його полягає в тому, що людина, яка стоїть на дошці, розганяється за допомогою повітряного змія, мотузка від якого знаходиться у неї в руках. Займатися кайтсерфінгом можна як в горах, так і на рівнинній місцевості, єдиною обов'язковою умовою є вітер. Можна навіть кататися по будь-яких полях, яких завгодно плоских або горбистих. Але найкраще кататися на дошці по водоймищах, покритих крижаною кіркою, і заповровених снігом. Деякі професіонали здійснюють стрибки до 100 метрів у довжину і 30 у висоту. Кайт дозволяє розвивати швидкість, що перевершує швидкість вітру більш ніж в два рази. Реально досяжна швидкість пересування — 60—70 км/год, а найвища — близько 200 км/год.

Джайло-туризм — це один з видів екзотичного екстремального відпочинку — життя в первісному племені зі всіма принадами первісного побуту.

Тестові завдання

1. Захопливий спуск по гірській річці на каное або спеціальних плотах, це:

- а) Рафтинг;
- б) Маунтинбайкинг;
- в) Кайтсерфінг.

2. Що таке спелеологія?

- а) Дослідження печер;
- б) Дослідження первісного побуту племені;
- в) Дослідження підземних храмів і монастирів.

3. Що таке маунтинбайкинг?

- а) Їзда на гірському велосипеді;
- б) Спуск по гірській річці;
- в) стрибки на лижах.

4. Один з найбільш популярних водних видів екстремального туризму, абсолютно безпечний навіть для юних туристів, це:

- а) Рафтинг;
- б) Серфінг;
- в) Каякинг.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 8

СУЧАСНІ ФОРМИ ОРГАНІЗАЦІЇ ДОЗВІЛЛЯ В ТУРИЗМІ

Короткі теоретичні відомості

Одним з факторів, який впливає на конкурентоспроможність туристичних компаній - це організація дозвілля для всіх категорій туристів у конкретному закладі. Коли відпочиваючі задоволені своїм перебуванням на відпочинку та їх час зайнятий цікавими подіями, подорожами, наповнені вражаючими емоціями, почуттями задоволеності, вони обов'язково будуть рекомендувати цю компанію своїм родичам та друзям.

Організація дозвілля, дуже вагома складова розвитку світової галузі туристичної індустрії. Індустрія дозвілля допомагає відкривати нові напрямки дозвіллевої діяльності, та створює додаткові переваги компаніям, які працюють у розвитку цих напрямків. Метою туристичного дозвілля є: надання різноманітних додаткових послуг людини у вільний час; залучення її до різноманітних дозвіллевих заходів, що пропонується туристичними компаніями; організація відпочинку людини з індивідуальним підходом та урахуванням особистих запитів, відновлення і гармонізація її духовних та фізичних сил.

Коли відбуваються зміни у зовнішньому середовищі підприємства, то форми дозвіллевої діяльності теж будуть змінюватися, існує потреба в нових формах та видах організації дозвілля, особливо це залежить від того, що хоче отримати від нього людина, які очікує результати від свого відпочинку, особливо з урахуванням цифровізації туристичного ринку.

Розвиток сучасного ринку туристичних послуг неможливий без цілеспрямованої дозвіллевої діяльності, від якої досить часто залежить імідж та популярність готелю, його прибуток, психологічний клімат, перспективи й темпи розвитку. Також це фактор, який надає компанії конкурентні переваги та розширює напрямки її доходу.

На ринку туристичних послуг останні двадцять років відбувається жорстка конкуренція, яка пов'язана з появою багатьох нових компаній, що пропонують різноманітні туристичні послуги. Але зміни після початку пандемії змушують надавати туристичні послуги по іншому, перше, це послуга повинна бути безпечною, друге, споживач повинен мати повну інформованість про послугу, третє, послуга повинна надаватися з урахуванням індивідуальних потреб споживачів. Поява нових форм і видів організації дозвілля (рис. 1) допоможе туристичним компаніям запропонувати додатковий спектр послуг та отримати додатковий дохід, що дозволять більш ефективно компаніям працювати на туристичному ринку.

Тому деякі форми дозвілля змінилися, або стали не дуже актуальними. Наприклад зараз, одна людина може витратити велику кількість грошей, в сучасних умовах обмежень, щоб уникнути лишнього контакту, та можливість бути у безпеці на самоті або у вузькому колі друзів, сім'ї, час та форми свого дозвілля вони планують дуже ретельно. Людина обирає можливість як

енергійного відпочинку, наприклад поїздка на яхті на острів або займатися дайвінгом, так і можливість бути на одинці з природою на березі моря, у горах, у лісі займатися йогою, медитацією та інше.

Але є ті, які все ж після довгих карантинних заходів хочуть насолодитися дружнім відпочинком та гарною компанією. Що може нового запропонувати туристичний бізнес для організації дозвілля таким любителям дружніх вечірок, особливо для молоді з 16-35 років, які можуть корисно провести свій вільний час.

На території будь-якого готелю можливо організувати молодіжний ХАБ. Слово *ХАБ* з англійської дослівно означає «вузол». Це словом визначає місце, яке об'єднує розвиток і розваги. *ХАБ* – це вільний просвітницький молодіжний простір, на базі якого молодь може цікаво та корисно проводити час, розробляти спільні проекти, обговорювати актуальні для них теми. Також у організації *ХАБ*ів передбачені тренінги, майстер-класи, концерти, зустрічі із успішними людьми та інші не менш захоплюючі івенти.



Рис. 1

Туристична компанія може організувати такий ХАБ у будь-якому готелі, він може бути корисним як для внутрішнього туризму так і для міжнародного. Організація незвичайних артвиставок, комфортних зустрічей, сучасної бізнес-освіти, де є можливість одночасного бізнесу, відпочинку та навчання. Одночасно можливо ще поєднати ще з гастротурами та отримати враження від задоволення найкращими блюдами. Це можливо по інтересам, як у більш вузькому колі, так і більш великою компанією. В умовах цифровізації ринку на території такого ХАБу, за допомогою організації цифрових технологій, для можливості організації он-лайн зустрічей з багатьма відомими людьми: артистами, спортсменами, бізнесменами. Можливість організації тематичних вечірок, концертів. Також організації дегустацій від відомих кондитерів, шеф – кухарів, національної кухні, авторських блюд з участю відомих кухарів, це

все додатково привабить кількість відпочиваючих та позитивно вплине на імідж компанії та готелю.

Багато людей останнім часом, хто під час подорожі суміщає бізнес та відпочинок, та не можуть знайти час для відпустки, тому що бізнес не дає можливості повністю відключитись від роботи, дуже зручно будуть почувати себе у коворкінг-центрі, який може розтошуватися на території туристичного готелю. Якщо у споживачів послуг є потреба у проведенні бізнесу одночасно з відпусткою, необхідно створити їм додаткові умови, щоб вони працювали у гарно облаштованому приміщенні, з доступом до необхідної оргтехніки та офісами, тоді наші клієнти будуть мати можливість довше знаходитися на відпочинку та принесуть компанії додатковий прибуток.

Зазвичай *коворкінг* — це приміщення досить великих розмірів, в якому можна комфортно розмістити кілька десятків людей з ноутбуками, кімнати для переговорів і навіть окремі офіси. *Коворкінг-центри* пропонують такі ж зручності, як і традиційні формати: меблі, доступ до Wi-Fi, принтерів та іншої техніки, кава-поінти тощо. У багатьох є додатково лаунж-зони, кімнати для медитацій чи спортивні зали. Якщо під час відпустки у вас потреба провести конференцію, нараду, онлайн-семінар, провести перемови з діловими партнерами або отримати терміново консультацію, цей центр надасть вам зручні умови для цих подій. А талант організаторів центру задовільнить всім самим вибагливим користувачам послуг.

На формування сучасної молоді, впливають різні фактори, найважливішими серед яких є: сім'я, школа, спільнота однолітків, інтернет. Але, важливим впливом на розвиток молодої особи здійснює і дозвілля, та то як молода людина проводить вільний час, чого прагне отримати?

Особливо все змінилося під впливом довгих карантинних заходів та в умовах сучасних обмежень військових подій. З'являються інноваційні форми дозвіллевої діяльності молоді, вона завжди є найактивнішою частиною суспільства та завжди перебуває у пошуку чогось нового та невідомого. Організатори дозвілля повинні весь час пропонувати «свіжі» та цікаві ідеї проведення вільного часу. Потрібні форми які допоможуть розвивати інтелектуальні здібності, хорошу фізичну форму, розвивати відповідальну особистість, вчать приймати вірні рішення, вміння працювати в команді. Одним з таких видів організації дозвілля є квест.

Квест (англ. *quest* – «пошук») – аматорське спортивно-інтелектуальне змагання, основою якого є послідовне виконання заздалегідь підготовлених завдань командами або окремими гравцями, щоб досягти мети. Цей формат гри дозволяє потренувати логічне мислення, швидкість реакції. Під час гри команди вирішують складні логічні задачі, ребуси, кросворди, здійснюють пошук на місцевості, будують оптимальні маршрути переміщення,

Основні характеристики: обмежений час на виконання завдань різного типу і складності, чітка мета, визначена тематика, командна робота. Квести бувають різних форм.

Escape room – коли потрібно за певний час виконати низку завдань, щоб вийти з кімнати.

Квест у реальності – коли події розгортаються в реальному світі, немає просторових обмежень (або вони дуже умовні).

WEB-квест – коли всі взаємодії між учасниками переносяться у віртуальний простір.

Перформанс квест- цей жанр відрізняється участю живих акторів, крім самих учасників. Так гравці максимально занурюються в ігровий процес, який стає максимально яскравим і непередбачуваним. Тут для досягнення мети необхідно взаємодіяти з акторами.

Екшн квести - їх особливістю є робота не тільки ворухити власними звивинами, а й іншими частинами тіла. Треба буде не погано попітніти, бігаючи, стрибаючи, повзуючи - все це треба для виконання командних логічних задач для досягнення мети.

Морфіус квест- це форма, коли гра відбувається в уяві. Очі учасників зав'язуються до кінця квесту, а краще зануритися в нереальність допомагають актори і ведучий. Цей квест вам допоможе максимально задіяти всі свої органи: відчувати, чути, відчувати на дотик.

Для організації квесту, не потрібно багато простору (хоч з біганиною куди веселіше), це має незабутнє враження. Головне, що нестандартний підхід гравців, робить цю подію дуже цікавою та драйвовою. Іноді, досить однієї кімнати чи ноутбука і гарної підготовки.

Ще дуже цікавою ідеєю, для організації дозвілля є *буккроссинг* – це процес звільнення книг. Людина, прочитавши книгу, залишає («звільняє») її у громадському місці (парк, кафе, потяг, станція метро), для того, щоб інша, випадкова, людина могла цю книгу знайти та прочитати; та у свою чергу повинна повторити процес. У відпустці, як раз є час на знайомство з новими книгами, є такі, які запоем можуть читати за день одну-дві книжки, але в чемоданах з собою їх везти важко, тому такий обмін дуже прийдесться багатьом до смаку. Ця «подорож» книги відбувається через спеціальні сайти в Інтернеті.

Ця ідея буккроссингу була започаткована у травні 2002 р. Вона почалась з 20 книг з пояснювальними написами в холі готелю, у листопаді 2014 року вже було понад 2 млн учасників та більш як 13 млн книг.

Не всі готелі можуть похизуватися таким видом дозвілля, та це практично не буде дорого коштувати готелю, але дасть особливості організації вільного часу на відпочинку.

Останнім часом виникає велика кількість креативних ідей для організації видів дозвілля. Наприклад, *воркшоп* – захід, спрямований на навчання та напрацювання нових навичок. Часто в процесі проведення воркшопу учасники отримують знання самотійно. Дослівний переклад *workshop* – робоча майстерня. Основні відмінності воркшопу від заходів іншого типу – висока інтенсивність групової взаємодії, активність і самотійність учасників, напрацювання актуального досвіду і особисте переживання. Воркшопи відмінно підходять для мозкового штурму, інтерактивного навчання, побудови командної взаємодії і вирішення проблем.

Організувати дозвілля потрібно так, щоб воно було креативне, підходило для конкретної категорії туристів, з урахуванням індивідуального підходу та потреби, особистих вподобань. Тоді відпочинок буде проходити з користю, наповнювати враженням від пережитих подій та давати відчуття задоволеності. Останнім часом для відпочинку людей, які три роки знаходяться у постійному стресовому в стані, на фоні пандемії та військових подій в Україні, дуже необхідно забезпечення стійкого фізичного та психологічного стану. Тому потрібно створити для комфортного різноманітного, цікавого відпочинку, забезпечення високоякісного дозвіллевого обслуговування.

Пропонується і спортивні види відпочинку (кінні прогулянки, парусний спорт, гірський туризм, екстремальні види туризму. Різноманітність форм дозвіллевої діяльності є запорукою подальшого успішного функціонування всього туристичного комплексу.

Цей комплекс послуг, який постійно оновлюється, передбачає на сучасному туристичному ринку впровадження нових технологій, збільшення потужностей компанії, цифровізацію процесів, з метою підвищення конкурентоспроможності компаній, забезпечення хорошого відпочинку, шляхом задоволення постійно зростаючих потреб споживачів та враховуючі індивідуальні підхід до кожного туриста.

Для підвищення конкурентоспроможності підприємства туристичного та готельного господарства запроваджують нові сучасні форми організації якісного відпочинку, дозвілля і розваг. Організація відпочинку та дозвілля це обов'язкова складова життя людини. Без якісного відпочинку не буде ефективної, успішної роботи. Коли людина відпочиває, вона задовольняє свої потреби та бажання, враховуючі індивідуальні особливості та можливості.

Індустрія дозвілля є дуже важливою складовою туристичного бізнесу. Від того на скільки ефективно і якісно організовано дозвілля у конкретному закладі, залежить репутація та імідж туристичної компанії, а також його прибуток. Запропоновані сучасні форми організації дозвілля, які допоможуть туристичним компаніям запропонувати додатковий спектр послуг на різні смаки відпочиваючих та отримати додатковий дохід, що дозволять більш ефективно компаніям працювати на туристичному ринку.

Тестові завдання

1. Аматорське спортивно-інтелектуальне змагання, основою якого є послідовне виконання заздалегідь підготовлених завдань командами або окремими гравцями, щоб досягти мети, це:

- а) Квест;
- б) Буккросинг;
- в) Воркшоп

2. Що таке Морфіус квест?

- а) це форма квесту, коли гра відбувається в уяві учасників;

б) це форма квесту, яка відрізняється участю живих акторів, крім самих учасників;

в) це форма квесту, коли всі взаємодії між учасниками переносяться у віртуальний простір.

3. Що таке воркшоп?

а) це захід, спрямований на навчання та відпочинок;

б) це аматорське спортивно-інтелектуальне змагання,

в) це процес звільнення книг.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бойко О. П. Культура дозвілля у суспільстві ризику : монографія. Суми : ДВНЗ “УАБС НБУ”, 2011. – 285 с.
2. Все про туризм. *Освітній туристичний портал*. URL: <https://tourlib.net/ua/> (дата звернення: 16.05.2022).
3. Кравець О. М., Байлик С. І. Організація анімаційних послуг в туризмі : навч. посіб. / Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова. 2-ге вид., перероб. і допов. Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2017. 335 с.
4. Фестивальний туризм: теорія та практика : навч. посіб. / Мальська М. П., Грицишин А. Т., Білоус С. В., Топорницька М. Я. Київ : Вид. ФОП Піча Ю. В., 2022. 232 с.
5. Павленко Є. Є., Ільницька Г. С., Павленко В. О. Оздоровчий туризм : навч. посіб. для студентів денної форми навчання. Харків : НФаУ. 2021. 114 с.
6. Паскаль О.В. Система культурно-дозвіллевої роботи : навч. посіб. 2-ге вид., переробл. та доп. Одеса : Ун-т Ушинського, 2022. 146 с.
7. Чаркіна Т. Ю., Задоя В. О., Пікуліна О. В. Сучасні форми організації індустрії дозвілля. *Review of Transport Economics and Management*. 2022. № 8(24). С. 39–45. URL: <https://doi.org/10.15802/rtem2022/276986> (дата звернення: 16.05.2022).
8. Чаркіна Т. Ю. Дистанційний курс. *Український державний університет науки і технологій* URL: <https://lider.ust.edu.ua/course/view.php?id=2135> (дата звернення: 16.05.2022).

Навчально-методичне видання

Чаркіна Тетяна Юріївна,
Задоя Вячеслав Олександрович

ОСНОВИ ОРГАНІЗАЦІЇ ІНДУСТРІЇ ДОЗВІЛЛЯ

Методичні рекомендації до практичних занять

В авторській редакції
Комп'ютерна верстка авторів

Формат 60x84 _{1/16}. Ум. друк. арк. 2,44. Обл.-вид. арк. 2,26.
Зам. № 92

Видавець: Український державний університет науки і технологій
вул. Лазаряна, 2, ауд. 1201, м. Дніпро, 49010.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 7709 від 14.12.2022

Адреса видавця та дільниці оперативної поліграфії:
вул. Лазаряна, 2, Дніпро, 49010