**Социально-культурный сервис и туризм**

Реферат о дисциплине: Рекреационные ресурсы на тему: Экстремальный и приключенческий туризм

Выполнила студентка 1-ого курса Ночёвкина Екатерина

Академия труда и социальных отношений

Москва 2008г.

**Введение**

Все мы любим отдыхать, одна из распространенных форм отдыха - туризм. Туризм прекрасен тем, что каждый находит в нем то, что хочет. Кому-то нравятся горы, кому-то реки, кто-то любит отдыхать на пляже, а другие - испытать себя на прочность. Натянутые нервы тоже, как ни странно, могут помочь человеку снять усталость. Этому служит набирающий силу во всем мире, и особенно в России, экстремальный туризм. Все больше людей стремятся увидеть красоты подводного мира, спуститься по горному склону на лыжах и даже прыгнуть с парашюта. В Европе, например, этот вид туризма начал развиваться быстрыми темпами и становиться более массовым туризмом в конце 80-х в начале 90-х годов. А у нас, в России, с середины 90-х.

Но, несмотря на то, что этот вид туризма из года в год становится все более популярным туристы в основном предпочитают такие, по-прежнему, популярные виды туризма, как экскурсионный туризм, познавательный туризм, пляжный туризм и др. (например, социологический опрос, проведенный среди жителей Москвы показал, что только 8% опрошенных хотели бы отдохнуть экстремально). А все потому, что большая часть туристов не знает, что в себя включает экстремальный туризм, куда можно поехать (а ведь можно даже не выезжать за пределы своего города) и сколько все это стоит. Обо всем этом я и хочу рассказать в своём реферате. Описать, какие бывают виды экстремального и приключенческого туризма, рассмотреть их проблемы и рассказать о популярных местах среди экстремалов. Описывая экстремальный и приключенческий туризм, я бы хотела в основном делать акцент на России, так как у нас он развит не так хорошо как в других частях света, в частности в Европе. Но я, конечно, расскажу и о других местах, где развит этот туризм.

**Глава №1. Экстремальный туризм**

Активные виды отдыха завоевывают все большую популярность среди простых туристов. Особо популярным стал дайвинг, один из самых экстремальных видов. Парашютистам и горнолыжникам приходится потесниться - число дайверов в России, да и во всем мире, стремительно растет. Сами дайверы уверены, что лучшего отдыха, чем погружение на 40-метровую глубину с тяжеленными баллонами за спиной, придумать невозможно.

В России увлечение дайвингом стало массовым после перестройки. Именно тогда российские подводники начали учиться по международным стандартам. В 1994-1996 годах появились первые дайв-клубы, и количество дайверов начало расти в геометрической прогрессии: в 1997 году сертификацию прошли около 2 тысяч граждан России, а в 2001 году число получивших удостоверение дайвера превысило 15 тысяч. И все для погружения русские дайверы в основном едут в другие страны - у многих первые погружения прошли на Красном море, на Канарах или в других курортных местах.

Также, сейчас во всем мире очень популярны прыжки с парашютом. С парашютом начали прыгать больше полувека назад, но в массовый вид отдыха, он превратился только лет 15 назад. Сейчас существует много вариантов прыжков с парашютом. Это и скайсерфинг и групповая акробатика, но все большую популярность набирает B.A.S.E. jumping. Это не только острые ощущения, но и великолепное зрелище. Многие люди специально приезжают на различные соревнования, чтобы посмотреть, как люди прыгают с небоскребов, телевизионных башен, мостов, скал.

Если кому-то не нравится нырять под воду или прыгать с огромных высот - тогда можно попробовать, тоже популярный вид отдыха, виндсерфинг. Но тут стоит учесть, что это удовольствие связано с постоянными падениями в воду, и реальной возможностью захлебнуться в морских волнах. Или же испытать себя в сплаве по бурным горным рекам, который, точно, запомнится надолго.

Тем, кто боится воды, подойдут пешие туры. Это тоже экстремальный туризм, который сопряжен с немалыми трудностями и опасностями. Пешие маршруты обычно прокладываются по девственным территориям планеты, так что у человека появляется возможность буквально вписаться в природу. И даже если такая тур-группа имеет современные средства спутниковой связи, для прихода помощи может понадобиться несколько часов или дней. Поэтому любое чрезвычайное происшествие может привести к серьезным последствиям.

Самым же экстремальным отдыхом можно смело назвать альпинизм, где проверяется как физическая, так и психологическая выносливость человека. Альтернативой альпинизму может стать поход по пещерам. Впечатлений от такого похода обычно хватает надолго.

Вообще же экстремальный туризм один из самых перспективных видов туризма, который привлекает к себе все больше людей. Появляются новые места для активного отдыха, как искусственные, например горнолыжные курорты, так места созданные природой о которых люди раньше и не знали, например пещеры. А то, что этот вид туризма активно развивается видно хотя бы из того, что появляются все новые его виды.

Но я бы хотела поподробнее, остановится на видах экстремального туризма, так как их достаточно много и все они заслуживают своего упоминания.

**1. Виды экстремального туризма.**

**1.1 Водные виды экстремального туризма**

Дайвинг – очень популярен во всем мире, как я писала выше. Ну а стоит это удовольствие не дешево. Общая подготовка и снаряжение обойдутся новичку в сумму до $1000, зато потом он будет тратиться только на билеты и гостиницы. Если же снаряжение не покупать, то стоимость подготовки к первому туру снижается до $250. Правда, тогда придется платить по $30-40 за аренду костюма, акваланга и других, необходимых на глубине вещей. Ну а действительно хорошее снаряжение стоит от $1500 за полный комплект.

А вообще дайвинг у нас развит очень слабо, и стоит по нашим меркам очень дорого. Да и мало турфирм в России предлагающих этот вид отдыха непосредственно в нашей стране. Черное море, конечно, не сравнится по красоте подводного мира с Красным морем, но ведь и у нас есть на что посмотреть.

Поэтому многие наши сограждане предпочитают ездить в Шарм-эль-Шейх или Юго-Восточную Азию, чем в Сочи. За немного большую цену они получат гораздо большее удовольствие.

Вейкбординг - представляет собой комбинацию водных лыж, сноуборда, скейта и серфинга. Катер буксирует рейдера, стоящего на короткой, широкой доске. Двигаясь на скорости 30-40 км/ч с дополнительным балластом на борту, катер оставляет за собой волну, которую рейдер использует как трамплин. В прыжке можно исполнить множество разнообразных трюков.

Особенно динамично вейкбординг стал развиваться в начале 90-х годов. Он совершил революцию в водном спорте так же, как в свое время сноуборд в горных лыжах. Из увлечения небольшой группы энтузиастов он превратился в популярный спорт со своей философией и культурой. Множество трюков пришло в вейкбординг из родственных "досочных" видов спорта – сноубординга, скейтбординга.

Водные лыжи - один из самых известных видов активного отдыха. Это достойная замена горным и беговым зимним лыжам.

Ну а для занятий водными лыжами потребуются четыре вещи: собственно водные лыжи, спасательный жилет, перчатки и гидрокостюм.

Водные лыжи в настоящее время активно практикуются на Черноморском побережье. Но там катают довольно таки короткий промежуток времени, за который придется заплатить не малые деньги. Поэтому в России действительно насладиться катанием на водных лыжах обыкновенному туристу трудно, а если точнее то очень дорого.

Виндсерфинг - это овальная доска из углепластика с шероховатой поверхностью для устойчивости и с плавниками-стабилизаторами на нижней плоскости, и небольшим парусом, который крепится к доске. Серфинг это то же самое только без паруса. Собственно виндсерфинг и произошел от серфинга. При хорошем ветре можно развивать скорость более 10-12 м/с. Ну а рекорд на сегодняшний день - более 70 км/ч.

Каякинг - безумно популярный за рубежом, набирает все большую популярность и в России. Этот спорт одиночек, хотя и лишен командного духа, зато дает возможность бросить вызов стихии и остаться с ней один на один.

В современном каякинге развиваются три основных направления - гребной слалом, родео и сплав.

Слаломный каякинг – это умение маневрировать на каяке, чувствуя лодку и воду.

Родео, в отличие от слалома - это не только виртуозная техника, но еще и элемент игры. Фристайл на каяке – это выполнение различных трюков на лодке за счет особенностей рельефа реки.

И, наконец, сплав. На каяке можно отправиться в водный поход по реке любой сложности, или проводить игровые сплавы на небольшом отрезке горной реки, выбирая отдельные препятствия в виде бочек, валов и водопадов и проходя их налегке. Естественно, чтобы чувствовать себя уверенно во время сплавов, необходимо владеть базовой техникой слалома и родео.

Рафтинг - это увлекательный спуск по горной реке на каноэ или специальных плотах. Рафтинг - один из наиболее посещаемых туров, совершенно безопасный даже для самых юных туристов. В последние годы он вызывает такой громадный интерес со стороны любителей экстремального отдыха, что большинство пригодных для этого туризма горных рек были освоены профессионалами, которые теперь предлагают рафтинг туры практически в любую точку мира.

**1.2 Наземные виды экстремального туризма**

Маунтинбайкинг – становится все более популярным, не смотря на свою дороговизну. Но хоть это и дорогой вид отдыха, а каждые выходные в мире проходят десятки международных соревнований по горному велосипеду – начиная от этапов кубка мира и чемпионатов национальных маунтинбайк ассоциаций и заканчивая фестивалями в шотландском городке или на полинезийском атолле. Среди всего этого соревновательного разнообразия есть старты, которые устраиваются для не профессиональных маунтин байкеров со всего света. Такие события становятся для них и настоящим испытанием, и праздником, и открытием нового места и новых друзей.

Спелеология. Если судить по тому, что спелеологи - это люди, которые в свободное время отправляются в горы с огромными рюкзаками, то это туризм. Но, в то же время, спелеология - это наука. Дословно "наука о пещерах".

Раздел геологии, а именно карстоведения и гидрогеологии. А главное, пещеры - это последние белые пятна на карте мира, последняя возможность пройти там, где не только не ступала нога человека, но и куда не падал взгляд его глаз или фотокамер. Исследованием этого загадочного подземного мира и занимаются спелеологи.

Чтобы заниматься спелеологией, надо иметь серьезную подготовку, причем не только физическую, но и техническую, а также и психологическую. Ведь пещера - совсем другой мир, где человек лишен привычных ориентиров: неба над головой, линии горизонта... Его можно сравнить разве что с подводным или космическим пространством.

Спелестология - это увлекательная смесь туризма и науки, изучающая полости искусственного происхождения. В самом широком смысле слова спелестология - это наука об искусственных подземных сооружениях. Спелестология тесно связана со спелеологией, только спелестологов не интересуют пещеры. Им интересно проникновение в какие-либо подземные городские структуры, недоступные либо неинтересные для остальных.

Для того чтобы какое-либо подземелье заинтересовало спелестологов, надо чтобы оно было неиспользуемым в настоящее время, и представляло определенный исторический интерес. К таковым относятся заброшенные каменоломни, шахты, водоводы, колодцы, подземные ходы, подземные храмы и монастыри и так далее.

X-гонки - это когда одни и те же люди настолько хорошо и универсально подготовлены, что могут лезть на скалы, скакать на лошади, сплавляться на каяке или плоту по порогам, нестись по горам на велосипеде и спускаться по веревкам под водопадом... Эти люди объединяются в команды, и участвуют в соревнованиях, где их цель - как можно быстрее пройти дистанцию в 3-4 сотни километров, используя свои навыки. Это и называется «мультиспорт», или «экстремальные» (а чаще даже «приключенческие») гонки.

**1.3 Горные виды экстремального туризма**

Альпинизм – считается самым экстремальным отдыхом. Сегодня альпинизм представляет собой целую индустрию, которая равномерно развивается и популяризируется. Как правило, для восхождений принято выбирать лето, когда погода позволяет с минимальными потерями добраться до намеченной вершины. Однако любители самых острых ощущений не останавливаются и зимой. А сложные погодные условия и сходы лавин только добавляют остроты путешествию. В горы идут, чтобы испытать себя, рискнуть, преодолеть все и добраться до вершины. Для этого нужно быть хорошо физически подготовленным, желательно иметь сильные предплечья, хорошую "растяжку" и небольшой вес, который придется удерживать на одних лишь пальцах. При подъеме придется работать не только мышцами, но и головой, чтобы правильно выбрать, за какие зацепы ухватиться.

Главной проблемой альпинизма в России, помимо своей дороговизны, является малое количество опытных инструкторов. А ведь они необходимы для восхождения альпинистов-любителей. В основном инструкторов мало из-за не большой зарплаты. Кстати не редкость встретить русского инструктора за рубежом.

Горные лыжи и сноуборд. Горные лыжи один из самых старых видов активного отдыха. С прошествием лет количество желающих покататься на горных лыжах не уменьшилось, а скорее увеличилось. К тому же, сейчас гораздо качественнее и разнообразнее горнолыжный сервис, чем лет 10 назад, не говоря уже о 80-х, 70-х годах.

Сноубординг - спуск по снегу с горных склонов на специально оборудованной доске. Это более агрессивный, активный и экстремальный вид, нежели горные лыжи. Сноубординг как отдельный вид спорта появился в Америке в 60-х годах XX века. Яростными поклонниками новомодного увлечения стали по большей части серферы, не желавшие сидеть без дела в ожидании летних деньков. В нашей стране сноуборд массовое признание получил только в середине 90-х годов. Однако сейчас в России можно приобрести разнообразную экипировку от ведущих мировых производителей и получить уроки катания у опытных инструкторов.

Горнолыжный туризм, пожалуй, наиболее развит из всех видов экстремального туризма в России. У нас есть достаточно высокого уровня горнолыжные курорты. И хотя они значительно уступают своим аналогам, например, в Европейских странах, наши туристы со средним доходом с удовольствием посещают российские курорты. А горнолыжный курорт Красная Поляна популярен и среди иностранцев, в большинстве своем из Восточной Европы. И этот курорт по-прежнему активно развивается.

**1.4 Воздушные виды экстремального туризма**

Парашютный спорт - дело нешуточное, и все ниже перечисленные дисциплины подразумевают серьезную подготовку. Но для начала стоит разобраться, что собой представляет каждая из них.

Классический парашютизм - включает в себя два упражнения: первое - прыжки на точность приземления. Задача состоит в поражении мишени размером в 3 см. Раньше, при круглых куполах, мишень была большой (круг, диаметром в 100 метров), и отклонение в 80 метров было достаточно неплохим результатом. С совершенствованием техники мишень уменьшалась в размерах.

Второе упражнение - комплекс фигур в свободном падении. Соревнование ведется на время. Достаточно консервативный вид спорта: сам комплекс фигур не претерпевает изменений уже много лет. Требует отточенного мастерства и постоянства в результатах.

Купольная акробатика - заключается в построении формаций из куполов раскрытых парашютов. Этим она кардинально отличается от других видов парашютного спорта, где работа над результатом идет до раскрытия парашюта (кроме прыжков на точность приземления).

При выполнении фигур купольной акробатики парашютисты входят в непосредственный контакт с парашютами других спортсменов, при этом часто происходят завалы куполов. Поэтому парашютистам, занимающимся купольной акробатикой, нужно особенное оборудование. Купола должны быть устойчивыми, хорошо нагруженными и обладать возможностью точной регулировки скорости.

Фристайл - сравнительно молодой вид парашютизма, возник примерно 10 лет назад. Заключается в показе спортсменом различных фигур в свободном падении. Здесь оцениваются красота, сложность элементов, выполненных парашютистом, а также мастерство воздушного оператора, который производит съемку спортсмена в воздухе.

Популярны и такие виды активного отдыха как полеты на воздушных шарах и дельтапланах.

Полеты на воздушных шарах, обычному человеку, доступны на различных фестивалях, которые проходят и в нашем крае. Дальность полета на воздушном шаре зависит от силы ветра (в ураган, конечно, никто не полетит), при средней силе ветра это 20-30 км. На фестивалях воздушные шары поднимаются на высоту до 1000 м. Место приземления полностью зависит от метеоусловий.

Дельтапланеризм входит в число быстро развивающихся всемирно известных видов спорта. Сегодня насчитывается около 90000 дельтапланеристов по всему миру, плюс каждый год в небо поднимается около тысячи новоиспеченных дельта-пилотов. Аппараты сегодняшних дней невероятно устойчивые, прочные, и полеты на них могут быть ограничены лишь погодными условиями и опытностью самого пилота.

**1.5 Экзотические виды экстремального туризма**

Космический туризм - самый дорогой и, пожалуй, самый экзотический вид экстремального туризма - путешествие на орбиту Земли. Пока космических туристов можно пересчитать по пальцам - это американский миллионер Денис Тито и гражданин ЮАР Марк Шаттлворд. Первому недельное пребывание на Международной космической станции обошлось в $12 млн., второму - в $14млн. Позже к старту на МКС готовился солист группы N'Sync Лэнс Басс, но из-за не достатка в финансировании его старт не состоялся. Впрочем, в "Росавиакосмосе" утверждают, что в будущем смогут снизить стоимость туров и с удовольствием примут заявки на космическое путешествие от любого гражданина Земли.

Но после известного крушения «Шатла», отправка туристов в космос прекратилась на неопределенный срок.

Джайлоо-туризм - это один из видов экзотического экстремального отдыха - жизнь в первобытном племени со всеми прелестями кочевого быта. Этот увлекательный вид туризма успешно развивается на высокогорных пастбищах Кыргызстана. Предлагается сон прямо на полу юрты чабана, рядом с дымным очагом, свежая баранина и кумыс, а также верховые прогулки в горах и на пастбищах. Прекрасная возможность отдохнуть от большого города.

**Глава №2 Приключенческий туризм:**

Приключенческий туризм – это цивилизованный мир, который становится все больше похож на огромный офис, опутанный паутиной проводов и нашпигованный устройствами для создания комфорта. Все больше отдаляясь от природы, мы подразумеваем под словом «джунгли» каменные мешки современных городов и смотрим документальные фильмы про диких животных как фантастический экшн. «Вот где настоящая жизнь», - таково мнение среднестатистического туриста о шикарном отеле на первой линии. Человеку, который ежедневно отвечает на вызовы, испытывает потребность в получении новых знаний и опыта, расширении круга интересов, блаженное безделье на пляже во время отпуска не принесет ощущения восстановленных сил, зато придется по душе приключенческий туризм.

Как это ни странно, но единого стандарта для приключенческого туризма не создано, нет четкого определения, как не существует и единой формулы для создания приключенческих туров. В самом общем варианте приключенческим туризмом принято называть коммерческие путешествия с активными способами передвижения, связанные с пребыванием в природной среде.

Нередко приключенческий туризм ассоциируют с активным отдыхом, спортивным и экстремальным туризмом. Между тем, отличия весьма существенные. Активный отдых по своей сути - развлечение, получение нового или обогащение опыта. Такой отдых дает возможность, проживая, в том числе и в комфортных условиях, выбрать занятие по душе из предложенного на день мульти-активного «меню». Яркий тому пример – программы в Ейске, сочетающие обучение виндсерфингу, кайтсерфингу, вейкбордингу, занятия айкидо и упражнения на батуте. По большому счету при активном отдыхе не важно, где туристы будут получать фан, природа здесь рассматривается как препятствие, стихия, которую надо поймать, покорить, обуздать.

Большинство природных регионов России имеют «нераскрученные» труднодоступные памятники археологии и культуры, которые представляют несомненный интерес для туристов. Даже на Крайнем Севере России, на Кольском полуострове, который принято рассматривать как место организации самодеятельных путешествий, а за рубежом – рыбалки на семужьих реках, можно создать приключенческий тур – в рамках темы Гипербореи. «Гиперборея – легендарная страна, по свидетельствам античных авторов, располагавшаяся за полярным кругом и населяемая могущественной цивилизацией. Современные исследователи считают, что на ее существование могут указывать характерные для европейского севера России разнообразные археологические памятники, такие как разбросанные на значительном расстоянии друг от друга сейды и лабиринты. Цель путешествия – посетить места, которые могут быть связаны с этой таинственной страной. Единая логика у маршрута появляется благодаря передвижению на полноприводных внедорожных автомобилях», - говорит Тимофей Рогожин.

Экстрим – понятие для приключенческого туризма относительное и зависит от опыта путешественников, квалификации гидов и что не менее важно - используемого снаряжения. Так один и тот же веломаршрут может быть экстремальным для начинающего велосипедиста и всего лишь прогулкой для чемпиона мира по велокроссу, а сплав по порожистой реке при прохождении одних и тех же водных препятствий – иметь различную степень риска в зависимости от типа судна.

В России, где сильны традиции спортивного туризма, агентства приключений имеют огромное искушение использовать плановые, разработанные в советское время, маршруты для организации коммерческих туров, а также единую классификацию (категорирование) маршрутов. Однако нормы и правила, характерные для спортивного туризма абсолютно неприемлемы для приключенческих туров. Спортивный туризм направлен на выполнение определенных нормативов, приключенческий туризм – это, прежде всего, отдых в удовольствие и открытия. Спортивному туризму чужды такие понятия как «комфорт» и «сервис», за которые собственно и платят деньги туристы. Приключенческие туры интересны путешественникам с разным уровнем подготовки не только благодаря тщательно градуируемым маршрутам, транспортным средствам поддержки и прокату качественного оборудования. Путешественники рассчитывают на отсутствие бытовых проблем даже в условиях автономного похода, качественное разнообразное питание, экскурсионную и развлекательную программу, и главное - повышенное внимание к обеспечению их безопасности.

Для каждого человека слово «приключение» имеет свой глубокий смысл. Для кого-то настоящим приключением являются восхождение на высочайшие вершины мира или рафтинг по Замбези, для других – сафари в Серенгети, джип-тур в Иордании с посещением древней Петры, велотур по Золотому кольцу или сплав на катамаранах по неторопливой Угре.

**Заключение:**

Итак, обобщая все вышесказанное, видно, что экстремальный туризм очень интересный, захватывающий вид отдыха, и он все больше нравится людям, не смотря на свою дороговизну. Самое интересное, что русские одни из самых больших любителей экстрима, не смотря на то, что в России доход у населения в среднем не большой. Русские экстремалы участвуют во многих международных соревнованиях, и зачастую мы одни из сильнейших.

Экстремальный туризм постоянно находится в развитии, как в мире, так и в России. Все время появляются его новые виды и разновидности. Так относительно недавно появился космический туризм, и вполне возможно, что через 10-15 лет он будет более доступен, чем сейчас. А какие виды экстремального туризма появятся через 20-30 лет даже сложно представить.

По сравнению с Россией экстремальный туризм в других частях света - в Восточной Азии, в Европе, в Северной Америке разит очень сильно. А непосредственно среди жителей Европы и особенно Северной Америки экстремальный туризм наиболее популярный вид отдыха. К тому же доходы у населения этих частей света значительно выше, чем у нас, поэтому там экстримом могут заниматься почти все кто хочет.

Но, не смотря на то, что экстремальный туризм в России развит не лучшим образом, у него большие перспективы. Ведь в основном все проблемы связаны с плохим финансированием, но в последние годы государство начало выделять все больше денег на развитие спортивного туризма. И это правильно, ведь в России невероятное количество мест для активного отдыха.

Но, безусловно, самым перспективным местом для экстремального туризма остается Краснодарский край. Здесь можно заниматься почти любыми видами экстремального туризма. И если грамотно развивать наш край в этом направление, то туристы будут посещать наш край в еще большем количестве.

**Список литературы**

1.Александрова А. Ю., «Международный туризм», М., 2001

2. Дмитриевский Ю. Д. «Туристские районы мира: учебное пособие. – Смоленск: СГУ, 2000

3. Пирожник И. И., «Международный туризм в мировом хозяйстве», Мн., 1996г.

4. Родионов Д. А., «Энциклопедия спорта»: Эксмо-Пресс, 2002.

5. Ремизов Л. П., «Отдых на горных лыжах» - М.: Профиздат, 1989

6. Романов А. А., «Зарубежное туристское страноведение: учебное пособие» - М.: Советский спорт, 2001

7. Туристский терминологический словарь / Авт.-сост. И. В. Зорин, - М.: Советский спорт, 1999.