

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ  
Ш.ЕСЕНОВ атындағы КАСПИЙ МЕМЛЕКЕТТІК ТЕХНОЛОГИЯЛАР және  
ИНЖИНИРИНГ УНИВЕРСИТЕТІ

Экономика және құқық институты

Халықаралық қатынастар кафедрасы

Б.Т.Суюндуков

**Туризмнің белсенді түрлерінің әдіс тәсілдер негізі  
бойынша  
ОҚУ-ӘДІСТЕМЕЛІК НҮСҚАУ**  
Мамандығы: 050902 - Туризм

Ақтау. 2009

ӘОЖ 796.5 (076)

Құрастырушы: «Халықаралық қатынастар» кафедрасының доценті Суюндуков Бекайдар Тасымович «Туризм»- 050902 мамандығының студенттері үшін «Туризмнің белсенді түрлерінің әдіс –тәсілдер негізі» пәнінен оқу – әдістемелік нұсқау. Ақтау, 2009.-39 бет.

Рецензент

т.ғ.к., аға оқытушы Бижанова Ә.Е.

Бұл оқу әдістемелік нұсқау туризмнің белсенді түрлерінің әдіс-тәсілдер негізі пәнінің зерттейтін мәселелері туралы білімдерді меңгеру негізінде түрлі әдістерді меңгеру және игеру, оны іс жүзінде қолдана білу қабілетін арттыру барысында қолданылатын көмекші құрал ретінде жазылды. «Туризмнің белсенді түрлерінің әдіс –тәсілдер негізі» пәніне арналған оқу-әдістемелік нұсқау 050902 «Туризм» мамандығының студенттері үшін құрастырылғанымен оны туристік жорықпен байланысты барлық бағыттағы мамандықтар («Дене тәрбиесі», «География» ) студенттері де пайдалана алады.

Ш. Есенов атындағы Каспий мемлекеттік технологиялар және инжиниринг университетінің оқу-әдістемелік Кеңесінің шешімі бойынша баспаға ұсынылған.

© Ш.Есенов атындағы КМТиИУ, 2009

## Мазмұны

Кіріспе.....	4
Глоссарий.....	5
§1. Туризмнің белсенді түрлерінің әдіс-тәсілдер негізі пәнінің негізгі ұғымдары..	8
§2. Жорықтың мақсаты мен міндетін анықтау.....	9
§3. Бейімделу мәселелері.....	10
§4. Туристік жорықтарды жоспарлау.....	10
§5. Қозғалысты ұйымдастыру.....	12
§6. Маршрутта кездесетін күрделі аймақтардан өтудің әдіс-тәсілдері.....	15
§7. Асу және оның түрлері.....	19
§8. Туристерді жорыққа дайындау.....	20
§9. Туристік саяхаттар кезінде жеке бас қауіпсіздігін қамтамасыз ету.....	21
§10. Алау және оны жағу әдістері.....	25
§11. Бивуак орындарын белгілеу.....	26
§12. Су туризмінің әдіс-тәсілдері.....	28
§13. Жаяу және шаңғы туризмінің әдіс-тәсілдері.....	30
Лабораториялық сабақтарының тапсырмалары.....	30
Студенттің өзіндік жұмысы.....	30
Аралық бақылау сұрақтары.....	33
Әдебиеттер тізімі.....	36

## Кіріспе

Туризмнің белсенді түрлері деп маршрут бойынша әрекет ету әдістерімен ерекшеленетін туристік жорықтарға айтылады. Туризмнің белсенді түрлеріне спорттық туристік жорықтардың көпшілігі, яғни жаяу, шаңғымен, тауда, суда(моторсыз қайықтармен), велосипедпен және т.б. өткізілетін жорықтар тиісті. Кей жағдайларда көлікті пайдалану арқылы өтетін туристік саяхаттардың құрамына белсенді жорық түрлері қосылады. Соңғы 10-12 жылда қазақстандық туристік фирмалар туризмнің осындай түрлерін ұсынуда. Бұл жұмыста туристердің дұрыс тамақтану және физикалық дайындық мәселелеріне ерекше көңіл бөлінген.

«Туризмнің белсенді түрлерінің әдіс-тәсілдер негізі» пәні туризмнің белсенді түрлерінің туристік – рекреациялық ресурстарын, туризмнің белсенді түрлерінің әдіс-тәсілдерінің негізгі түсініктерін, туризмнің белсенді түрлерінің отандық және шетелдік жүйеленуін, туризмнің белсенді түрлерінде тәсілдік өңдеуді құрудың тәсілі мен мазмұнын, туризмнің белсенді түрлерінде дұрыс тамақтануды ұйымдастыруды, туризмнің белсенді түрлеріне физикалық дайындықты, туризмнің белсенді түрлерінде қауіпсіздікті қамтамасыз етуді, туризмнің белсенді түрлеріне арналған құрал-жабдықтардың анықтамасын және туризмнің белсенді түрлерінің медициналық және профилактикалық тұрғыдан қамтамасыз етілуін, түрлі деңгейдегі саяхаттарды ұйымдастыру негіздерін үйретеді. Пән I семестрге жоспарланған, 3 кредиттен (135 сағат) тұрады, бақылау түрі-емтихан.

Пәннің мақсаты: Халыққа туристік экскурсиялық қызметтер түрін көрсетуге қабілетті туризм саласының білікті мамандарын даярлау. «Туризмнің белсенді түрлерінің әдіс-тәсілдер негізі» курсы ЖОО-да болашақта туризмді басқара алатын кәсіби мамандарды даярлаудағы ең басты пәндердің бірі ретінде салады.

Пәннің міндеті: а) Студенттерге Қазақстандағы туризмнің болашақта негізгі қызмет түрлерінің бірі есептелетін туризмнің белсенді түрлерінің әдіс-тәсілдері және туризмнің белсенді түрлерін ұйымдастыру туралы түсініктер беру. Қазақстанның туристік – рекреациялық ресурстарының ерекшеліктеріне сәйкес курсты тауда және суда саяхат жасау түрлеріне басымдылық берілген.

б) Туризмнің әр түрлі салаларында белсенді жорықты ұйымдастыра білу.

## Глоссарий

*Азимут* – (араб. ас – сумут – жол) – бақылаушының тұрған нүктесіндегі меридианның бағыты мен сол нүктеден бағытталған затқа қарай жүргізілетін бағыттың арасында пайда болатын бұрыш. Сағат тілінің айналуы ретімен  $0^0$ -тан  $360^0$ -қа дейін есептелінеді. Азимут нағыз және магниттік болып ажыратылады. Нағыз Азимут географиялық меридианнан есептелінеді. Компаспен магниттік Азимут өлшенеді;

*Асу* – тау жотасының өтуге қолайлы, ең аласа жері. Биіктігі тау рельефінің жалпы сипатына байланысты;

*Атырау* - өзен сағасының ерекше бір түрі. Теңіздің тайыз шетінде тұнбасы мол өзен құйған жерінде пайда болады. Өзен жазықты бойлап қолдың саласындай тармақтарға бөлініп кетеді де, саға тұнбаның жинақталуынан теңіздің ішіне қарай бірте-бірте өсе береді. Нәтижесінде саға табаны теңізге қараған үшбұрыш формасын алады. Атырауды ғылыми географиялық әдебиеттерде дельта депте атайтыны содан (гректің  $\Delta$  - дельта әрпіне ұқсатуынан). Атыраудың жер беті тегіс келеді, үстінде үзіліп қалған көптеген ескі арналар, ұсақ көлдер кездеседі. Ауданы ондаған мың шаршы км-ге барады. (Амазонканың Атырауы 100 мың км<sup>2</sup>);

*Ауа райы* – атмосфераның нақтылы бір мерзімдегі немесе қысқа уақыттағы жай-күйі. Атмосфера қысымы, температура, ылғалдылық, бұлттылық, жауын-шашын - Ауа райы элементтері деп аталады. Бұлардан басқа Ауа райының жай-күйін анықтауға ерекше атмосфералық құбылыстар (дауыл, боран т.б.) да қатынасады. Ауа-райын арнаулы метеорологиялық станцияларда бақылайды;

*Бивуак* – жорықтар кезіндегі туристердің тамақтануы мен демалысын қамтамасыз етуге қажетті орындар мен жұмыстар Бивуак – француз тілінен аударғанда «қонатын жер» деген ұғымды білдіреді;

*Ботель* – су саяхаттары бойынша су объектілерінің жағасында орналасатын қонақжайлық кәсіпорын, жүзу құралдарын жөндеу мен сақтау үшін техникалық жағынан жарақталынады;

*Жаза* – құрлық пен су алқабының (теңіз, көл, бөген, өзен) астарласқан жеріндегі су үнемі шайып отыратын жіңішке өңір;

*Жалпы географиялық карталар* - алынған территорияға жалпылама сипаттама беретін карталар. Жер бетіндегі объектілер – рельеф, гидрография торы, өсімдік, елді қоныстар, қатынас жолдары, шекаралары т.б. ерекшеленбей, бірдей дәрежеде бейнеленеді;

*Жеке (дара) туризм* – туристер өз бетімен ұйымдастыратын, жүріп тұрудың белсенді тәсілдері пайдаланылатын саяхат;

*Жорық кітапшасы немесе маршруттық парақ деп* -жорықтың өзіндік маршруттық құжаттарын айтамыз;

*Компас* – (голл. Kompassare - өлшеу) – жер бетінде бағытты бағдарлау үшін қолданылатын құрал. Оны мен азимут және горизонт тораптары анықталады. Компас градустар мен румбыларға бөлінген шеңберден және үшкілдің үстіне орнатылған горизонталь бағытта айналатын магнит тілінен тұрады;

*Қар* – бұлттан түрлі формадағы ұлпалар түрінде түсетін, қатты күйдегі жауын-шашын. Желсіз, тымық кезде қар жапалақтап жауады. Қоңыржай және

биік ендіктерде қыста қар тұрақты жамылғы құрайды. Оның қалыңдығы сантиметрге бөлінген рейкамен өлшеніледі;

*Қар көшкіні* – таулардың қия беткейінен қалың қар қабатының тұтас сырғып түсіп кетуі. Қар өте көп жауғанда, әсіресе салмағы ауыр ылғалды қар шамадан тыс жиналғанда жүреді. Қар көшкіні жойқын күшпен жолындағының бәрін қиратады: жолдарды, көпірлерді, үй құрылысын бұзады. Кавказда, Алтайда, Тянь-Шаньда жиі қайталанады;

*Қатты ағын* – бұзылған тау жыныстарының өзенмен ағатын бөлшектері немесе тосқын. 1 м<sup>3</sup> судағы грамм (г) куб м есебімен өлшенеді. Өзеннен өтетін тосқынның белгілі бір мерзімдегі (жыл, маусым, ай) мөлшері Қатты ағын шығыны деп аталады. Мыс. Сырдария өзенінің орташа жылдық қатты ағын шығыны 33 800 тонна;

*Сарқырама* – арнасында шайылуға берік, қатты тау жыныстары кездесетін жерлерде өзен суының жартасты сатыдан төмен қарай құлап ағуы. Әсіресе тау өзендерінде жиі кездеседі. Дүние жүзіндегі ең биік сарқырама – Оңт.Америкадағы Ориноко өзеніндегі Анхель. Ең ірілері – Африкадағы Виктория, Солт.Америкадағы Нигара сарқырамалары;

*Саға* - өзеннің басқа өзенге, көлге теңізге құятын жері. Құрғақ арналардың да осындай біртер жері саға деп аталады;

*Сай* - өсуі тоқтағаннан кейін жыраның түбі тегістелген және беткейлері түйетайлыланып, өсімдік басқан кезі. Сай түбі көбінесе құрғақ болады. Қар еріген кезде немесе нөсер жаңбыр жауғанда уақытша ағыс өтеді;

*Сел* – таудан түсіп, кенет лап қоятын, лай, тас аралас тасқы. Күшті нөсер жаңбыр өткенде немесе тау басындағы қар мен мұздық күрт ерігенде пайда болады;

*Су тасу* – жыл сайын белгілі бур маусымда өзен суының арнасынан ұзақ уақытқа шығып жайылуы;

*Мұздық* – құрлық бетінде ұзақ уақыт жиналған мұз қабаты. Қатты күйінде түсетін жауын-шашынның (қар, бұршақ т.б.) мөлшері еритін мөлшерінен артқан жағдайда пайда болады;

*Табиғат ескерткіштері* – ғылыми, әсемдік, білімділік маңызы зор, сирек ұшырасатын немесе көрікті табиғат объектілері;

*Тау* – жер бетінің маңайындағы жазықтардан оқшау көтеріліп жатқан, беткейлері қия, биік бөлігі;

*Тау етегі* – таулы өлкенің немесе тау жотасының аласарған шеті, жазыққа іргелес бөлігі;

*Тау жотасы* – ұзыннан созылып жатқан, бір-біріне қарама қарсы беткейлермен шектелген тау ғимараты;

Тасқын - өзен деңгейінің кенет және үлкен биіктікке көтерілуі;

*Туризм* – жеке тұлғалардың ұзақтығы жиырма төрт сағаттан бір жылға дейін, не жиырма төрт сағаттан аз, бірақ уақытша болған елде (жерде) ақы төлейтін қызметпен байланысты емес мақсатта түнеп өтетін саяхаты;

*Турист* – жиырма төрт сағаттан бір жылға дейінгі мерзім кезеңінде уақытша болатын елді (жерді) аралап көретін және ақылы қызметпен айналыспай сол елде

сауықтыру, танымдық, кәсіби-іскерлік, спорттық, діни және өзге де мақсаттарда кемінде бір түнеп шығатын жеке тұлға;

*Туризм нұсқаушысы* – тиісті біліктілігі және туристік маршруттармен жүріп өту тәжірбиесі бар кәсіби даярланған жеке тұлға;

*Тур* – белгіленген мерзімдер шеңберінде белгілі бір маршрут бойынша жасалатын саяхатты қамтитын туристік қызмет көрсетулер кешені;

*Тұман* – ауаның жер бетіне іргелес қабатында өте майда су тамшыларының немесе мұз кристалдарының жинақталуы. Жерге жанасқан ауаның түнде, таң алдында салқындауынан немесе күзде өзен мен көлден буланған су буының қоюлануынан пайда болады. Кейде шеттен жылы ауа массасы салқын жерге келгенде ұзақ тұратын қалың тұман түседі;

## **§1. Туризмнің белсенді түрлерінің әдіс тәсілдер негізі пәнінің негізгі ұғымдары**

Туризмнің белсенді түрлерінің әдіс тәсілдер негізі пәні студенттерге туристік жорықтарды дұрыс ұйымдастыра білуге және кездесетін табиғи кедергілерді жеңе білуге үйретеді. Сондай-ақ жорыққа қажетті құрал-жабдықтар түрлерін білуге және оларды қажетті жағдайда пайдалана білулеріне көмектеседі.

Туризмнің белсенді түрлерінің әдіс тәсілдер негізі пәні, қолданылатын құрал-жабдықтарына, түнеп өтетін жерлеріне және т.б. байланысты бірнеше негізгі ұғымдар қолданылады.

*Туристік жорық* – алдын-ала дайындалған жаңа немесе белгілі маршрут бойынша, әр түрлі танымдық, сауықтыру, спорттық, оқу жаттығу және т.б. мақсатпен жүріп өтуге бағытталған жұмыстар.

*Караванинг* – саяхаттардағы түнеу үшін қажетті автофургоны бар автомобильдер;

*Комбинациялық маршрут* – туризмнің әр түріне жататын қозғалыс түрлерін (теміржол, автобус, су жолы, жаяу жүру, шаңғы т.б.) өз бойында біріктіретін туристік жорықтардың, саяхаттардың, экскурсиялардың маршруты;

*Спелеотуризм* – үңгірлерде, әр түрлі рельефпен күрделі лабиринттер жағдайында өтетін, үңгірлердегі төмен температура мен жоғары салыстырмалы ылғалдылық жағдайындағы, табиғи жорықтың болуымен сипатталатын жұмыстарды ұйымдастыру. Спелеотуризм бойынша маршруттар 2 бөлімнен жер үсті маршруты яғни үңгірге дейінгі жүру маршруты және жер асты маршрутынан тұрады;

*Су туризмі* – белгілі-бір су объектілері (өзендер, көл жағалары) бойынша ұйымдастырылып өткізілетін, арнайы жүзу құралдары бар жорықтарды ұйымдастыруға байланысты іс-әрекеттер;

*Велосипед туризмі* – ұзақ қашықтықтағы, көптеген километрге (1100км дейін) созылатын, арнайы дайындықты талап ететін, транспорттық құрал;

*Автомобиль туризмі* - арнайы дайындықты қажет ететін, маршрут өтетін жерлердің жағдайына байланысты, үлкен қашықтықты қамтиды. Автомобильдер, мотоциклдер, мопедтер т.б. қолданылады.

*Мотель* – автотуристерге арналған қонақ үйлер. Ірі автомобиль жолдарының бойында орналасады немесе туристік орталықтар құрамына кіреді. Тұрақтары, автожанармайлары, техникалық қызмет орындары бар, орташа сыйымдылығы 100-300 орындық

*Ботель* – су саяхаттары бойынша су объектілерінің жағасында орналасатын қонақжайлық кәсіпорын. Жүзу құралдарын жөндеу мен сақтау үшін техникалық жағынан жарақталынады.

*Бивуак* – жорықтар кезіндегі туристердің тамақтануы мен демалысын қамтамасыз етуге қажетті орындар мен жұмыстар;

*Жеке туризм* – туристер өз бетімен ұйымдастыратын, жүріп тұрудың белсенді тәсілдері пайдаланылатын саяхат.

*Адаптация - үйрену* – организмнің қоршаған ортаға бейімделуі. (3000-3500мм). Таулы аймақта ауадағы оттегінің азаюынан, қан қысымының



төмендеуі, сонымен қатар организмге суық ауаның, күн радиациясының және т.б. факторлардың әсері. Таудың белгілі бір биіктігіне келгеннен кейін алғашқы 5-10 күнді қамтиды. Ауру белгілері: адам әлсірейді, күш қаблеттілігі жоғалып кейде тамаққа тәбеті болмай, ұйқысы бұзылады және т.б. Адаптацияда белгілі биіктік ережесін сақтаған жөн;

*Негізгі жіп* – Альпинистерді және туристерді күрделі табиғи-кедергілерден сақтандыратын негізгі техникалық құрал-жабдықтар құрамына жатады. Синтетикалық (капрон, пермен, нейлон) иірілген жіп. Маршруттық қозғалыста және сақтандыруда көбінесе диаметрі 10-12 мм. болатын жіп қолданылады. Жіп жақсы жылжитын, тез түйінделіп байланатын, ыңғайлы болуы қажет;

*Көмекші репшнур* – диаметрі 6-8 мм. капронды өрілген жіп. Күрделі емес жорықтарда сақтану мақсатында кеудені байлау үшін («беседок»), тіреуішке, таудың шығыңқы жеріне, тор ілмешікті жоғары көтерілгенде немесе төмен түскенде негізгі жіппен бірге іліп қояды. Сондықтан репшнурды «көмекші репшнур» деп атайды.

*Альпеншток* – сөзбе-сөз аударғанда альпенист таяқшасы. Шаңғы таяқшасының төменгі шеңберін алып тастап альпеншток ретінде сонымен қатар оны шатыр тұрғызатын тіреу немесе костер шаруашылығын ұйымдастыруда пайдалануға болады. Альпеншток қолайлы және тиімді.

## **§2. Жорықтың мақсаты мен міндетін анықтау**

Туристік жорықтар өзінің мақсаты мен міндетіне қарай танымдық, спорттық-сауықтыру, діни, іскерлік, оқу, тарихи өлкетану және т.б. болып бөлінеді.

Туристке жорықтың белгілі-бір түрін ғана таңдап алу қажет, сонда ғана алға қойылған мақсатты орындауда белгілі бір нәтижеге жетуге болады.

Әрбір туристік жорықтың мақсаты маршруттық кітапшада белгіленіп, қатысушылардың барлығына белгілі болуы керек.

Туристік жорықтардың бірінші ерекшелігі – олардың танымдық мақсаты, яғни олар белгілі-бір тақырыпқа байланысты немесе жалпылама өлке территориясымен, оның ерекшеліктерімен, табиғатымен және т.б. танысуға бағытталады. Таңдалынып алынған жорық танымдық мақсат бойынша жүргізіледі.

Туристік жорықтар ең алдымен адамзатты сауықтырудың ең негізгі үлгісі болып табылады. Туризммен айналысушылардың жан-жақты дене бітімі деңгейін көтеруге спорттық шеберлігін арттыруға ықпал жасайды. Жорықта туристер өлкетанудан табиғатты тарихи және мәдени ескерткіштерді қорғаудан қоғамдық пайдалы жұмыстарды атқарып ғылыми және басқа да ұйымдардың тапсырмаларын орындауға, көмектесуге жаңа туристік маршруттар әзірлемелерін жүзеге асыруға ықпал етіп, тұрғындар арасында салауатты өмір салтын орнықтыру бағытында белсенді түрде насихат жұмыстарын жүргізуі мүмкін.

Әрбір жорық, саяхат, экспедиция жетістігі оның қаншалықты жақсы әзірленгеніне байланысты. Лайықты әзірліксіз оны өткізу мүмкін болмайды.

### **§3.Бейімделу мәселелері**

Жорыққа қатысушылардың сыртқы ортаға бейімделу реакциясы әр түрлі болып келеді.

Туристік жорықтарда адам организміне әсер ететін факторлар: төмен атмосфералық қысым, температураның шұғыл өзгеруі, ауаның абсолюттік ылғалдылығының төмендеуі, күнгей және ультракүлгін радиациялар, жорыққа қатысушылардың үлкен биіктікте болуы, ауада оттегінің азаюы.

Атмосфералық қысым биіктік артқан сайын ауа қабаты қалыңдығының кемуіне байланысты төмендейді. Сондай-ақ қысым биіктікке қарай емес температураға байланысты да өзгереді. Ауа температурасы жоғарылағанда ауа кеңейіп, қысым төмендейді, ал температура төмендегенде керсінше, қысым жоғарылайды. Жорыққа қатысушылар неғұрлым биікке шыққан сайын қысымның азаюына, оттегінің жетіспеушілігіне байланысты тау ауруына, қан қысымының жоғарлауына және т.б. ұшырауы мүмкін.

Туристік жорықтар кезінде күн өту нәтижесінде, жаздың басында, таулы аудандарда көктемде ультракүлгін сәулелерінің күшеюі кезінде тері күйі қауіп бар. Терінің күйі кезінде, оны ешкінің сүтімен, әтірмен немесе спиртпен сүртуге болады.

Күйдің ерекше бір түрі ол, қар шағылысы (снежная слепота), қардың беткі қабатынан қайтатын күшті ультракүлгін сәулелердің әсерінен көздің қабынуы. Бұл кезде көздің сыртқы қабықшасы қызарып, жансызданады, жарыққа қарай алмай, көз жасаурап, кірпіктер бір-біріне жабысады. Жорық кезінде осындай ауруға ұшыраған кезде, көзді марганцовкамен, қою жылы шәймен шаяды.

Қоршаған ортаның жоғарғы температурасы және күн сәулелері, күн өтуге немесе дененің қызуына әкеп соғады.

### **§4.Туристік жорықтарды жоспарлау**

Жорық маршрутын құру кезінде маршрут сызығының қандай жерлермен өтетіндігі анықталып, ол жеке күндер бойынша бөліктерге бөлінеді. Туристік жорықтың мақсатын анықтағаннан кейін барып оған қажетті құрал-жабдықтар, азық-түлік алынады. Сонымен қатар жорыққа сай жаттығу жұмыстары жүргізіледі.

Жорықты өткізетін ауданды таңдағанда алғашқы жылдары алыс аудандарды алғанға қарағанда, жорықты өзіңнің туған өлкенде өткізген дұрыс.

Жорық маршруты анықталғаннан кейін барып оны жете зерттеу жұмыстары жүргізіледі. Маршрутты зерттеуге барлық жорық мүшелері қатысуы тиіс және қатысушының мүмкіншілігіне қарай отырып барлығына бірдей жұмыстары бөлініп беріледі. Жорықты зерттеу кезінде қатысушының қызығушылығын оятатын сұрақтар тудындайды, олар бұрын ашылмай кеткен жерлерді анықтайды. Сонда ғана туристік жорық қызықты өтеді.

Дайындық кезеңінде жорық маршрутын мақсатына қарай жоспарлау, құру ең басты мәселе. Егер маршрут бұрыннан белгілі болса ондағы болған өзгерістер жайлы соңғы әр түрлі информациялық көздерден деректер жиналады, олар талданып, жорық жоспарына, календарлық графикке түзетулер енгізіледі.

Туризмнің тағыда бір жұмыс істеу формасы – туристік жорықтар. Алдын-ала құрылатын белгілі-бір маршрут бойынша (танымдық, сауықтыру-спорттық т.б.) әр түрлі мақсатпен белгілі-бір мерзімді, қозғалыстың активті түріне негізделген туристік іс-шара. Туристік жорықтар бір-екі күндік (көбінесе демалыс күнгі жорықтар), көп күндік, спорттық немесе категориялық деп және туризмнің жеке түрлері бойынша (тау, жаяу, су т.б.) бөлінеді.

Туристік маршруттағы қауіп-қатерлер түрлерін және оларды жеңудің тәсілдерін білу қажет.

Туристік секция жұмысын ұйымдастыру және мазмұны. Кәсіпорынның, мекеменің оқу орнының туристік секциясы, оқушы жастарды және т.б. адамдарды өз күштерімен жасақтаған туризм сабақтарына кеңінен қатысуы жөнінде жүйелі жұмыс жүргізеді:

- өз күштерімен жасақтаған туризмді насихаттауды, үздік әуесқойлық фильм, фотосурет, туристік өлең, әңгіме, сондай-ақ туристік кештер, ауызша журналдар, лекциялық және басқа көпшілік шараларды ұйымдастырады;

- кәсіпорында, мекемеде, оқу орнында өз күшімен жасақталған туризмді жоспарлау және даму жұмысы есебін жүргізеді;

- туристер мен оқу-жаттығу жұмыстарын, туристік жиындар (слёттар) және туризмнің түрлерінен жарыс, туған өлкеге жорықтар және көп күндік саяхат, экскурсия, жол жүрулер, шаңғы серуенін ұйымдастырады;

- туризм мәселелері жөнінен кеңестер ұйымдастырады, жорық және экскурсия өткізуге көмек көрсетеді;

- туристік қоғамдық кадрларды әзірлеу және қайта даярлауды жүзеге асырады;

- сәйкесті спорттық туризм федерациясы анықтаған құқық шеңберінде туристік жорықтар мен саяхаттар ұйымдастыруға және өткізуге рұқсат береді;

- жорықтағы, саяхаттағы төтенше оқиға жағдайларын, дене жарақатының алдын алу және «Қазақстан Республикасы аймағында туристік спорттық жорықтар өткізу ережесіне» түсінік беру жұмыстарын жүргізеді;

- туристік жұмыстарын өткізеді және туристерді қоршаған ортаны, тарихи, мәдени ескерткіштерді қорғауға белсене қатысуға тартады, маршрутта туристердің қоғамдық пайдалы жұмысын ұйымдастырады;

- кәсіпорын, оқу орныдары туристік-спорттық сауықтыру орындары, демалу аймақтары жұмысына белсене қатысады;

- туристік және құқықтық атақ беру материалдарын құқық шеңберін қарайды және бекітеді;

- жоғарғы ұйымдардың туризм түрлерінен жарыстарына, туристік жиындар, конкурстар, оқу семинарлары және басқа да шараларына белсенді түрлеріне қатысады.

Туристік жорықтарда немесе саяхаттарда маршруттың жоспарының мысалы:

1. Жорықтың немесе саяхаттың мақсаты және міндеті
2. Жорық немесе саяхат ауданын таңдау
3. Топтарды іріктеу
  - а) саны-жасы жағынан топ құрамы;

- б) жорыққа немесе саяхатқа қатысушыларға және жетекшілерге қойылатын талаптар:
- в) топта міндеттерді бөлу
- 4. Маршруттың карта сызбасы құжаттарын әзірлеу
- 5. Жорық немесе саяхат ауданын оқып-үйрену
- 6. Топты маршрутқа шығуға дайындау:
  - а) күн сайынғы саяхат жоспары
  - б) жорыққа қатысушылар тізімі
  - в) қатысушыларды медициналық куәландыру
  - г) маршрутта тамақтану
  - д) шығын сметасы
  - е) жарақтар тізбегі
  - ж) маршрут сызбасы
- з) байланыстар және нүктелер тәртібі
- 7. Мамандыққа баға беретін комиссиядан саяхатқа рұқсат алу
- 8. Саяхатты қозғалыс нүктесіне сәйкесті өткізу
- 9. Өз бетімен жорықтар өткізуді бағалау
- 10. Құжаттарды жинақтап рәсімдеу
- 11. Саяхатты жинақтап қорытындылау
- 12. Өз күшімен жасақталған туристік топтың кеші.

### **§5. Қозғалысты ұйымдастыру**

Туристік жорықтарды ұйымдастырып, өткізудің дайындық кезеңінен кейінгі екінші кезең - өткізу кезеңі. Жорық кезінде топ мүшелері колонналық тәртіппен, яғни бірінен-кейін бірі жүруі керек. Алдымен топ бастаушы жүреді. Ол туристік топқа қажетті белгілі-бір жүру жылдамдығын сақтайды, ең қолайлы және қауіпсіз жолды таңдап алады. Қажет болған жағдайда қалған туристер өту үшін, басқалардың көмегіне сүйене отырып, жол дайындайды (мысалы, шаңғы жолын салады, сақтандыру арқандарын іледі, мұздық болатын жерлерді шауып әзірлейді т.б.) өзіннен кейінгі келе жатқандарды жолдағы кедергілер мен қауіп-қатерлер туралы ескертеді, жүру мен қысқа демалыстар ұзақтығына бақылау жасайды, демалыс үшін орындар таңдап, іздестіреді. Жай уақытта топ бастаушы туристік топтағы барлық туристер үлгеретіндей, бірқалыпты жылдамдықты ұстайды. Алайда, кедергілерден өткен соң (мысалы бұлақтардағы, өзендердегі көлденең бөренелерден т.б.) топ мүшелерінің араларының алшақтануы себепті ал қалғандары келіп жиналғанша жылдамдықты бәсеңдетеді. Ал егер біреу-міреу қалып қойған жағдайда топты дер кезінде тоқтату үшін топ соңындағы адаммен ұдайы байланыста болады. Топ соңындағы адам да тәжірбиелі, дене күші жағынан мықты туристер қатарынан болуы тиіс. Топ бастаушысы күн сайын маршрутқа шығу, белгілі-бір бағдардан немесе кедергіден өту, қысқа демалыстарға тоқтату және одан ары жылжу уақыттарын белгілеп отырады. Жорықтар кезінде көбінесе топ бастаушының рөлін топ жетекшісі атқарады.

I, II, III категориялы күрделі жорыққа 4 адам, IV, V категориялы жорыққа 6 адамнан кем болмауы керек.

«Қазақстан Республикасы аймағында туристік-спорттық жорықтар өткізу ережесі» үзіндісінен.

Жорық өткізетін ұйымдарға қойылатын талаптар. Жорық өткізетін ұйым:

- топтар жетекшісін және оның құрамын бекітеді, топтың жорыққа әзірлігін бақылайды, оны қажетті жарақтармен жабдықтайды;

- топтағы қатысушылардың физикалық, техникалық және теориялық әзірліктері үшін жағдай жасайды;

дене жарақаттарының алдын-алу мәселелері төңірегінде мамандардың кеңесін және дәргерге дейінгі алғашқы көмек, сондай-ақ топ қатысушыларын медициналық байқаудан өткізуді ұйымдастырады;

қажеттілік жағдайда маршрутты өзгерту топ құрамы және туристік топтың маршрутқа жүріп кеткенге дейінгі мәлімдеме және маршруттық кітапшаларындағы жазулар осы топтың материалдарын маршруттық мамандыққа баға беретін комиссиямен келіседі.

Жорық жетекшісіне талап, оның міндеті және құқығы. Жорық жетекшісін туристік топ сайлайды және жорық өткізуші ұйым бекітеді. Ол ережеге сәйкесті топты әзірлеуге және оны өткізуге жауапты.

1 категориялы күрделіктегі жорық жетекшісі 19-ға толған тұлға болуы керек. Жорық жетекшісі сауатты, денесі шыныққан қажетті ұйымдастырушылық қабілеті және жорықты ұйымдастыруға сәйкесті тәжірибесі бар болуы керек.

Жорық жетекшісі міндетті.

- әдебиеттен және басқа материалдардан саяхат ауданы мен танысу оның физика-географиялық және климаттық ерекшеліктерін зерделеуге, маршрутта көз тартарлықтай жермен танысу жоспарын белгілеуге, тәжірбиелі туристер, географтардан, өлкетанушылардан, жергілікті ұйым мүшелерінен, табиғатты қорғау қоғамынан және ескерткіштер тарихы және мәдениетті қорғау қоғамынан кеңестер алуға; картографиялық материал дайындауға; маршрут сызбасын құруға, қозғалыс кестесін әзірлеуге, бақылау пункті және маршруттың өту уақытын белгілеуге, күрделі учаскені айқындауға, оларды жеңу тәсілдерін белгілеуге, маршрут варианттарының басы артық әзірлемесі, қауіпсіздік өлшемін анықтауға;

- жарақтар әзірлігін қамтамасыз етуге, тамақтануға қажетті азық-түлік құрамын іріктеуге, жолда азық-түліктің қорын толықтыру күнделігін айқындауға, шығын сметасын құруға;

- мәлімдеме құжаттарын уақытында жасақтап рәсімдеуге;

- жорыққа шығу қарсаңында топты маршруттық мамандыққа баға беретін комиссия көрсеткен ұйымға тіркеуге, бекітілген маршрутты сақтауға;

- маршрутты өзгертетін, оның уақытын, топ құрамын және маршрут кітапшасындағы жазбаларды өзгертетін жағдайда, бұл өзгерістерді өткізуге жарамды қорытынды берген маршруттық мамандыққа баға беретін комиссиямен келісуге;

- мүмкіндігіне қарай маршруттық кітапшаға маршруттың туристік немесе басқа ұйымдарға өтілуі жөнінде белгі жасауға;

- барлау мақсатымен топты уақытша басқа жерге апарған жағдайда;

- жорық жөнінде есеп рәсімдеу және оны тапсыруға, жорықтың аяқталуы жөнінде топ мүшелеріне анықтама рәсімдеуге міндетті.

Жорыққа қатысушылардың міндеттері және құқығы.

- жорық жетекшісінің тапсырмаларын кезінде орындауға;

- жорық басталғанға дейін жан-жақты әзірліктен өтуге;

- табиғатты қорғау заңдарын, өрт қауіпсіздігі ережесін, судағы қауіпсіздік ережесін, дене жарақатының, үсіктің алдын алу және дәрігерге дейінгі алғашқы көмек тәсілдерін біліп және талаптарын анықтауға;

- IV-VI күрделі категориялық жорыққа әзірлік кезеңінде дәрігерлік - денешынықтыру диспансерінен медициналық байқаудан немесе дәрігерлік бақылау бөлімінен, ал I-III күрделі категориялық жорыққа емхана немесе басқа медициналық мекемеден өтуге;

- табиғатқа, тарихи және мәдени ескерткіштерге, жоспарланған қоғамдық пайдалы қызметке ұқыпты қатысуға;

- денсаулық жағдайының нашарлауын және жарақаттанғанын кезінде жорық жетекшісіне хабарлауға;

- жорықтық әзірлікке және құрастыруға белсенді қатысуға;

Жорыққа қатысушылардың құқығы бар.

- туристік жарақтар және спорттық керек-жарақтарды өзі мүше болып табылатын дене тәрбиесі ұжымынан пайдалануға;

- жорық жетекшісін сайлауға;

- маршрутты таңдауға және әзірлеуге қатысуға;

- жорық біткен соң топ жиналысында жетекшінің және жорыққа қатысушылардың әрекеттерін талқылауға, ал олардың әрекетімен келіспеген жағдайда, олардың шешіміне назарлық білдіруге;

топтың және оның жетекшілерінің әрекеттерін талқылауға қатысуға.

Дайындық кезеңінде жорыққа қатысушыларға мынандай міндеттер бөлініп беріледі.

- *Жарақтар үшін жауапты.* Жетекші барлық жұмысты бақалай алмайды, сондықтан бұл қатысушы жорықта жарақтың сақталуын бақылайды. Жорық соңынан тазартып, жөндеу қажет етілетін жарақтарды жөндеп, жарақ алынған қоймаға қайтадан тапсырады.

- *Казначей* жетекшімен бірлесіп барлық қаржыландыру ісін басқарады, барлығын ескеріп смета шығынын әзірлейді. Смета – бұл жорықтағы қолданылған шығындар тізімі көрсетіледі: көлікке, азық-түлікке, дәрі-дәрмекке, жарақты жалға алу, суретке, кинотүсіріске түсу, мұражайлар, қорықтар, кино және т.б. жерлерге билеттер алу.

- Санитар – туристердің күн тәртібінің, санитарлық жағдайларының сақталуына, мед.қобдишаны (аптечка) дәрі-дәрмектердің қажетті мөлшерде берілуін, алғашқы медициналық көмек, тамақ сапасының қамын ойланып және қатысушылардың ауыз су тәртібін сақтайды.

- Тілші немесе хатшы саяхат күнделігін жүргізеді жол бойы хабарламаны тексеріп шығарады. Жетекшімен бірлесіп саяхаттың есебін жазбаша құрастырады. Бұл қызмет жорықтағы ең негізгісі. Қажеттілік өлшеміне және

туризмнің түріне қарай жарақтарды, жабдықтарды жөндеуші қызмет фотограф-тілші, зерттеуші-өлкетанушы және т.б. негізделеді.

### **§6.Маршрутта кездесетін күрделі аймақтардан өтудің әдіс-тәсілдері**

Жорық маршрутында әр түрлі кедергілер, қауіп-қатерлер кездесуі мүмкін. Мысалы, рельефке байланысты пайда болатын қауып-қатерлер: қар көшкіні, мұзы аймақтардан өту, сел жүру, тастың құлауы және т.б.

Тастың құлауы – бұл тау жыныстары сынықтарының тартылу күш әсерімен тау баурайымен ауысушылығы,  $35^{\circ}$  құлама жерде пайда болуы мүмкін. Тас құлауының қауіптілігі олардың күтпеген жерден болуында. Тік жардан, құламадан тастар үлкен шапшаңдықпен құлайды. Оның қай бағытқа қозғалып келе жатқанын және қай жерге түсетінін анықтау өте қиын, құламаның тегіс емес жерлерімен түйіскенде тастар өзінің траекториясын тез өзгертеді. Тастардың құлауы қыста жылдамдық басталғанда немесе ерте көктемде көбіне күннің бірінші жартысында жиіленеді.

Сел – таудан түсіп, жаппай, кенеттен лап қоятын, лай, тас аралас тасқын. Қатты нөсер жаңбыр өткенде немесе тау басындағы қар мен мұздық күрт ерігенде пайда болады.

Сел қаупінің белгілері:

- сел қаупі күшті аудандарда қатты нөсердің ұзақ жаууы;
- биіктегі сел қаупі бар өзендерде ауа температурасының күрт көтерілуі, бұл морендік өзендердің суға толып, арнасын бұзып шығуын тудырады;
- өзендегі су деңгейінің күрт төмендеуі немесе оның жоғарғы жағында өзен бөгетін бұзылуын көрсететін шұңқырдың пайда болуы;
- өзен бөгетінің бұзылуына алып келетін жер сілкініс.

Сел тасқынның тікелей және жақын қаупінің белгілері:

- морендік-мұздық кешеніндегі судың толғандығын айғақтайтын сел қаупі бар арнадағы ағынның тоқтауы немесе күрт бәсеңдеуі;
- биіктегі сел қаупі бар арнадан күшті гуілдің естілуі;
- сел айдаған тастың соққысынан топырақтың дірілдеуі;
- сел толқындарының соққысынан шаңдақ бұлттың пайда болуы;
- судың қатты лайлануын сипаттайтын сел алдындағы тасқынның пайда болуы.

Сел қаупі бар аудандарда болған кездегі қауіпсіздік шаралары:

- жорық алдында таудағы жағдай туралы баспасөз хабарларын ұдайы қадағалау;
- сел қаупі бар биіктікте қатты нөсер жауа бастағанда ол жерден жылдам кету;
- сел тасқынына 50-70 м артық жақындамау
- тік жартас пен құлама беткейдің жанына тоқтамау, өйткені тасқынның соққысынан сырғыма мен опырылма түсуі мүмкін;
- сел арналарымен жүрген кезде адамдардың арасындағы қашықтық кемінде 20-30 м болуға тиіс;

- сел қаупі бар арналардың, өзен бөгеттерінің жанына демалуға тоқтамаған жөн және шатырлы лагерь құрмау керек;

- сел тасқынның белгісін сезген бойда арнадан қашығырақ кетіп тау беткейі бойынша мүмкіндігінше жоғары көтерілген дұрыс;

- арнаға төмен түскен кезде және онымен жүрген кезде әсіресе ой-шұңқырдан аса сақ болу;

- мореналық-мұздық кешенінде және оның бойымен сел тасқыны қаупі болмайтын немесе өте сирек болатын кезде, ең жақсысы ауа температурасы қалыпты кезде жүру;

- үйінділер бейберекет жатқан, сондай-ақ мұздықтан немесе қар көшкінінен пайда болған кедергілері бар өзен бөгеттерінің жанынан жүрмеу;

Сел тасқынына тап болған жағдайда тасқын ішіндегі адамды оның шетіне біртіндеп жақындай отыра тасқынның бағыты бойынша шығару керек. Оған таяқ немесе арқан қолданады.

Сел тасқыны кезінде жорыққа қатысушылар өзін-өзі ұстауы мен іс-әрекетіне зілзаланың белгілерін дер кезінде анықтау мен белгілеуді және ол туралы хабарлауды ұйымдастыру үлкен әсер етеді.

Қар көшкіні – тау беткейлерінен қалың қар қабатының тұтас сырғып түсіп кетуі. Қар көшкіні жыл мезгілінің кез келген уақытында пайда болуы мүмкін. Қар көшкіні, қар өте көп жауғанда, әсіресе салмағы ауыр ылғалды қар шамадан тыс жиналғанда жүреді.

Көшкін қаупі бар жерден қалай айналып өтуге болатындығы ерекше сақтық пен білімге көңіл аударуды қажет етеді:

- өту кезінде көлденең баурайдан аулақ тек алға су ағатын сызық бойымен жүру;

- тік жартастан, оның ең биік бөлігінен немесе жартасқа жақын тар жерден өту;

- қолайсыз ауа-райының болжамына байланысты кентеттен күннің қатты жылынып қысымның төмендеуі тұман немесе қар көшкінінен қатты бораннан соң маршрутқа шығуға болмайды;

- көшкіннің шетіне, екінші жағына қарай шығу;

- ұйқыға қарсы күресу, ұйықтауға болмайтындығын естен шығармау;

- қарлы тік жартасқа шықпай, тек жолмен және тапталған сүрлеумен жүру;

- қалың қар жауғаннан кейін 2-3 күн бойында тауға шықпау керек;

- қар қалың жауып, бұрқасын болғаннан кейін тік жартастардың қиылысын айналып, сондай-ақ олардың ирек тұстары мен қардың ернеуімен жүруге болмайды. Мұндай жағдайда тек су ағатын жиектің бойымен ғана көтеріліп төмен түскен жөн. Егер аяқтың астынан қардың отыруынан сықыр естілсе қозғалысты бірден тоқтатқан жөн. Бұта қалың орман өскен ірі тастар жатқан беткейлер қауіпсіздеу.

- қар суланып беткейлерден оңай сырғитын көктем кезінде түстен кейін аса сақ болған жөн;

- қозғалыс кезінде тәулік уақытын ескерген дұрыс;



- тауда төңірек жақсы көрінетін кезде жүру керек. Тұман әрдайым көшкін қауіпін күшейтеді;

- көшкін қауіп бар жерден бір-бірлеп, шуламай өткен жөн;

- қарлы беткеймен көтерілген кезде айналсоқтамай тік жүріп өту керек;

- тау жорығы үшін желтоқсан-ақпан айлары аса қауіпсіз мерзім болып табылады.

- 1600-3500 аймағындағы алапатты көшкін белсенділігі наурыз-сәуірде байқалады, ол жылдың салқын мерзіміндегі жауын-шашынның көптігіне байланысты;

- 3500 м биіктікте орналасқан аймақтағы ең жоғарғы көшкін белсенділігі жылдың жылы мерзімінде болады (мамыр-шылде). Тауға жорық жасаудың аса қолайлы уақыты тамыз-қыркүйек. Бұл айларда тіпті 4000 м биіктіктегі қар жамылғысының өзі елеусіз;

Топтың жекелеген мүшелері арасындағы арақашықтық кемінде 20-30 м болуға тиіс. Топтың барлық мүшелері ұзындығы 20-30 м ашық боялған көшкін жібін белдеріне байлап, негізгі арқанға екі-екіден байлаулы болуы керек. Егер көшкін аяқ астынан лықситын болса, оған бүкіл топ тап болмайды, сонымен қатар құлаған уақытта қандайда бір кедергіге ілуге болады. Арқан тарту құлаған кезде зардап шегушіге қардың бетінде қалуға үлкен мүмкіндік береді.

Жартаспен жылжу ережесі:

- көтерілу алдында баурайды мұқият қарап және

маршрутты тірек нүктесінің бар болуына байланысты белгілеу керек;

- дем алу және алдағы жол бөлігін қарау үшін ең

қарапайым және қолайлы орынға тоқтау керек. Қиын және қауіптілігі ықтимал жерден кідіріссіз өтуге тырысу қажет;

- тірек нүктесіне күш салмастан бұрын көзбен оның

беріктігін анықтау, соңынан байқап көру және оның сенімділігіне көз жеткізу;

- ұдайы үш тірек нүктесі болуы керек;

- әр тірек нүктесін бірнеше рет пайдалануға тырысу;

- қолмен тірек нүктелерінен ұстап, негізінен аяқпен жылжыған жөн.

Дегенмен, аяқтың сенімді тұруы күмән келтірсе, үлкен күшті аяқтан қолға көшіру керек. Өте күрделі орныда негізгі күш қолға түседі.

- тірек нүктесінің беріктігін сақтау үшін жұлқымай бірқалыпты өрмелеу қажет.

Құзбен өрмелегенде бір үлкен адымнан гөрі, жоғарыға екі кішкене адым жасаған жақсы. Сондай-ақ өрмелеу кезінде өзіңнен өте биік емес және өте алыс емес ілгерірек жер іздеу қажет.

Тауда туристерге тұман қауіпті. Туристер тұманда бағдарлаудан бағытты жоғалтады, көру мүмкіншілігі төмендейді, сондықтан жыраға, шұңқырға және т.б. жерлерде тұман ашылуын күткен дұрыс.

Ауа-райы бұзылғанда тік жардың астына, төбе қалқасына, үңгір кіреберісіне, кішкене үңгірлерге тасалауға болмайды.

*Таулы аймақтардағы туристік жорықтарға қажетті құрал-жабдықтар.*

Жалпы жорықтар үшін керекті құрал-жабдықтарды 3 түрге бөліп қарастыруға болады.

1. Маршруттағы табиғи кедергілерден өту үшін қолданылатын арнайы құрал-жабдықтар (арқан, альпеншток, мұз ойғыш, карабин т.б.)

2. Туристік топқа ортақ құрал жабдықтар (шатыр, компас, карта, планшет, балта, тамақ пісіретін ыдыстар мен ошақ құралдары т.б.)

3. Жеке адамдарға арналған құралдар (арқақап (рюзак), жатын қап, маска, күннен қорғайтын көзілдірік, жаңбыр қап, дәптер, карандаш, киім-кешек, жуынатын заттар т.б.).

Арқақап (рюкзак) – ол әртүрлі болып келеді. Оның ішінде В.А.Абалакованың арқақабы өзінің сиымдылығымен және қолайлылығымен басқалардан ерекшелінеді. Ол брезенттен (су өтпейтін қалың кенеп) немесе капронды матадан және т.б. жасалынады. Арқақаптың арқаға асынатын жері (лямка) едәуір үлкен, жалпақ оның үзіліп кетпей мықты ұстап тұру үшін кигізден тігілген. Арқақаптың ең түбіне жұмсақ әрі жеңіл заттар, ал бетіне ауыр заттар салынады. Арқақаптың төмен тартып тұрмай жабысып қолайлы болып тұруы үшін, ауыр заттарды (14-15 кг) баудың қасындағы сақиналы жерге жақын орналастыру керек. Үлкен салмақтағы, жақсы буып-түйілген арқақап туристке қиындық тудырмайды.

Жатын қап жеңіл және мықты матадан, жылуды жақсы сақтайтын шатрда көп орын алмайтын болып келеді. Ол бір адамға немесе екі адамға арналған болуы мүмкін.

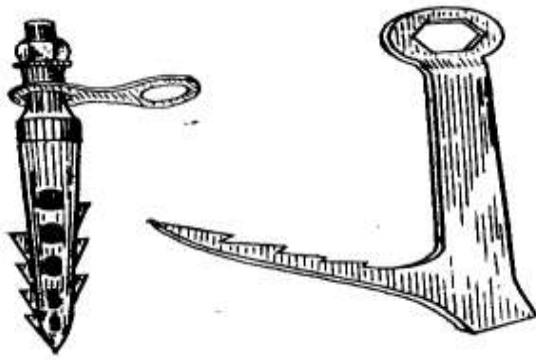
Мұз ойғыш (ледоруб) таулы жорықтарға қажетті бірден-бір құрал болып саналады. Қарлы, мұзды учаскелерде сақтандыру, өзін-өзі сақтандыру шараларын ұйымдастыру кезінде бірдей тепе-теңдікті ұстап тұрады.

Шаңғы әртүрлі көлемде болуы мүмкін, ал шаңғының таяғы иықтан 10-15 см төмен болады.

Шатыр (палатка) туристердің уақытша тұратын мекендері. Оның ең белгілі түрі 3-4 адамға арналған «памир», салмағы 3 кг шамасында, биіктігі 1,2 м, ені 2,3 м<sup>2</sup>. Шатырдың келесі бір түрі «плотудатка», ол 4 адамға арналған, биіктігі мен ені 1,6 м, ұзындығы 2,1 м, салмағы 3 кг-нан 6 кг-ға дейін болады. Бұл шатыр түрі ұзақ бивуактарға өте қолайлы болып келеді.

Жіп – таулы жорыққа аса қажетті құрал-жабдықтардың бірі болып саналады. Жіпсіз сақтандыру, өзін-өзі сақтандыру мүмкін емес. Диаметрі 11 мм, салмағы 1000-1600 г болып келетін, синтезді жіп. Жіптің екі ұшы тарқап кетпес үшін оны ақырындап сіріңкемен күйдіріп қояды. Сақтандыру кезінде негізгі жіпке қосымша жұқалау (6 мм) репшнур жібі қолданылады. Мықтылығы 500-600 кг.

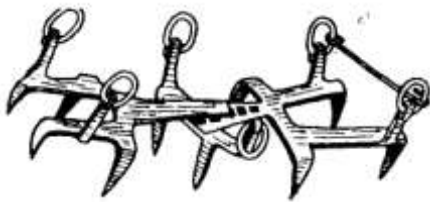
Құзды немесе жартасты жерде пайдалынатын Ілгек. Құзда немесе басқада жағыдайларда пайдалынатын ілкек сүйір, шошақ тәрізді болып келеді.



**1 сурет (ілгек түрлері)**

Балға мұзды, қарлы немесе басқада жағдайларда ілкекті қағу үшін немесе алып тастау үшін қажет. Сондай-ақ құз шыңының шоқысында сақтандыру, өзін-өзі сақтандыру үшін қажет. Ілмектің ұзындығы 50-70 см, балғаның ұзындығы 28-30 см, салмағы 650 г.

Карабин - туристі сақтандыру кезінде жіпті ілмекпен жалғап тұрады. Ол құрыштан немесе болаттан жасалған карабиннің салмағы 200 г.



**2 сурет. (мысық тырнақты (кошка))**

Туристер мұзды, қарлы жерлермен жоғары көтерілгенде, құлап немесе аяқтары тайып кетпес үшін бәтеңкеге байланатын құрал. Суретте көрсетілген мысық тырнақтының 10 тырнағы бар. Ол әр құралда әр түрлі болады. Мысық тырнақтыны арқакапта арнайы өзінің қорабында салып жүреді.

Құрал-жабдықтармен бірге оны бұзылып қалған жағдайда жөндеу үшін де, керекті құрал-жабдықтарды бірге алып жүрген дұрыс.

Құрал-жабдықты дайындағанда топ мүшелерінің санына, жорық маршрутында кездесетін әртүрлі табиғи кедергілер түрлері мен жорық өтетін ауданның табиғи-климаттық ерекшеліктеріне көңіл бөлінеді. Құрал-жабдықтардың кейбір түрі жорықтың барлық түріне қолданса, ал кейбір түрі жеке бір жорық түріне қолданылады.

## **§7. Асу және оның түрлері**

Асу – тау жотасының өтуге қолайлы, ең аласа жері. Биіктігі тау рельефінің жалпы сипатына байланысты. Ал екі тау жотасының аралығындағы түбі кең, әрі

тегіс болып келетін аласа асуды қақпа деп атаймыз. Асулар күрелігіне қарай 1А-дан, 3Б-ға дейінгі категорияларға бөлінеді. Асу классификациясының тізіміне: асудың аты, географиялық орны, теңіз деңгейінен төмендігін жатқызамыз.

Қазақстанда әртүрлі категориялы асулар бар. Бір ғана Алматы маңайын айтатын болсақ, Зимин асуы – Үлкен Алматы өзенінің суайрығындағы бөгетпен Талғардың солтүстігінде орналасқан. Биіктігі 4000м. Күрделілік категориясы 1А. Келесі бірі – КазПИ асуы, Медеу табиғи межесі маңы мен Кімасар шатқалында. Биіктігі 2204м. Бұл асуды КазПИ-дің студенттері мен олардың жетекшісі В.М.Зиминге арнап атаған. Тағы бір асу – Кімасар.

Жорыққа қажетті құрал-жабдықтың бірі арқақап (рюкзак). 15-18 күнге арналған арқақап 40 литрге дейін болады. Жалпы орташа әмбебап арқақапбы 40-70 литр. Ал үлкен жорықтарға, экспедицияларға сиымдылығы 110 литрлі арқақаптар қолданылады. Арқақап негізі 3 түрлі болып келеді: жұмсақ, қатты, жартылай қатты. 50-60 жылдар аралығында сиымдылығы 80 литр, альпинистерге арналған, Абалакова арқақабын пайдаланылған.

Жорықтар кезіндегі түсетін күш мөлшері, яғни арқақап (рюкзак) салмағы жас ерекшеліктеріне және жынысына байланысты әр қалай болады. Шағын жорықтарға оқушылар 11 жастан бастап қатыстырылатындықтан оларға түсетін жүк салмағы ер балалар үшін 10 кг. қыз балалар үшін 8 кг. Одан ары үлкен жас ерекшеліктері бойынша салмақ мөлшері төмендегідей: 12 жас – 11-9кг., 13 жас – 12-10кг., 14 жас 13-11 кг., 15 жас 14-12 кг. 16 жас 15-13 кг. 17 жас 16-14 кг., 18 жас 17-15 кг., 18 жастан ер адамдар үшін 50 жасқа дейін, ал әйел адамдар үшін 40 жасқа дейін арқақап салмағы ер адамдар бойынша 25 кг. дейін, әйел адамдар бойынша 20 кг. дейін болуы тиіс. Ер адамдарда 50 жастан жоғары қарай жүк салмағы 20кг-дан, ал әйел адамдарда 40 жастан жоғары қарай жүк салмағы 15 кг. дейін. Жалпы арқақап салмағы адамның дене салмағының жартысынан аспауы керек.

## **§8. Туристерді жорыққа дайындау**

Жалпы жорықты ұйымдастырып өткізуді үш кезеңге бөліп қарастыруға болады. Олар: дайындық, өткізу, және қорытынды кезеңдер. Жорықтың табысты өтуі оған деген дайындықтың жан-жақты, жақсы болуына байланысты.

Жорық мерзімімен маршрут анықталып, құрылып болған кейін, дайындық жұмыстарының келесі тобы – адамдарды жорыққа дайындауға және жорық құжаттарын жасауға, әзірлеуге бағытталады. Ең алдымен туристік топты жасақтау.

Топ құрамына жорық тәжірбиеге жеке дайындығы бар, денсаулығы жорық жағдайына мүмкіндік беретін адамдар алынады. Топ құрамы анықталып болған соң топ мүшелерінің дене және техникалық дайындығы басталады. Дене дайындығы кезінде топ мүшелері жорық маршруты ерекшеліктерін ескере отырып, арнайы және толық шыдамдылықты қалыптастыратын дайындықтан өтеді. Ол үшін әр түрлі дене жаттығулары бар. Техникалық дайындық маршрутта кездесетін кедергілерден өту үшін арнайы жаттығулар және бір

күндік, бір-екі күндік жаттығу жорықтары түрінде, арнайы құрал-жабдықтарды қолдана отырып жүзеге асады.

Туристік жорықтарға: алғашқы дене дайындығы, азық-түлікті, құрал-жабдықтарды дайындау, кедергілерді жеңу, дала жағдайында тамақтануды ұйымдастыру, демалыс орындарын дала жағдайында дайындау, қауіпсіздікті сақтау т.б.

Дайындық кезеңіне жататын тағы бір маңызды мәселе, топ мүшелерінің жорыққа жарамдылығын анықтау болып табылады. Ол үшін жорыққа қатысушы топ мүшелері медициналық тексеруден өтуі қажет. Денсаулығы туралы анықтама қағазды жорықты ұйымдастырушы ұйым мен спорттық жорықтарда маршруттық квалификациялық комиссия (МКК) талап етеді.

Жорықты ұйымдастырушы ұйым, жорық құжаттарын дайындап, топ мүшелерінің тізімін бекітіп, топ жетекшісін тағайындайды. Ол үшін арнайы бұйрық шығарылады. Жорық кітапшасы немесе маршруттық парақ деп жорықтың өзіндік маршруттық құжаттарын айтамыз. Маршруттық кітапша алыс қашықтықтарға жасалынатын категориялық, спорттық жорықтар үшін, ал маршруттық парақ спорттық жорықтармен қатар көп күндік категориялық емес жорықтар үшін де пайдалынады. Аталған құжаттар бірнеше жерде тіркеледі.

Әрбір жорық, саяхат немесе экспедиция болмасын оның жетістігі, дайындығына байланысты. Дайындықты толық, жете жүргізбейінше оны дұрыс өткізу мүмкін емес.

Жорық немесе саяхатқа барып келгеннен кейін құрал—жабдықтар тапсырылады. Жорықтың алдын-ала қорытындысы өтіледі. Бұл қорытынды шараның басты мақсаты – осы сияқты жорықтарды, саяхаттарды әзірлеп және өткізудің тәжірбиесін жинақтау алдағы уақытта кемшіліктерді жою үшін оларды анықтау. Сондай-ақ жорықтың мазмұндылығына, жорықтың күрделілік дәрежесіне баға беріледі.

Жорыққа әзірлену оны өткізу уақытында қатысушылар әрекетінің оң және теріс кезеңдері қорытындыланады.

Егер таңдалынып алынған маршрутпен бұрын соңды жорықтар жасалынбаған болса, онда маршрутты өтудің тектика-тактикалық мүмкіндіктері жөнінде оған құжат құру керек.

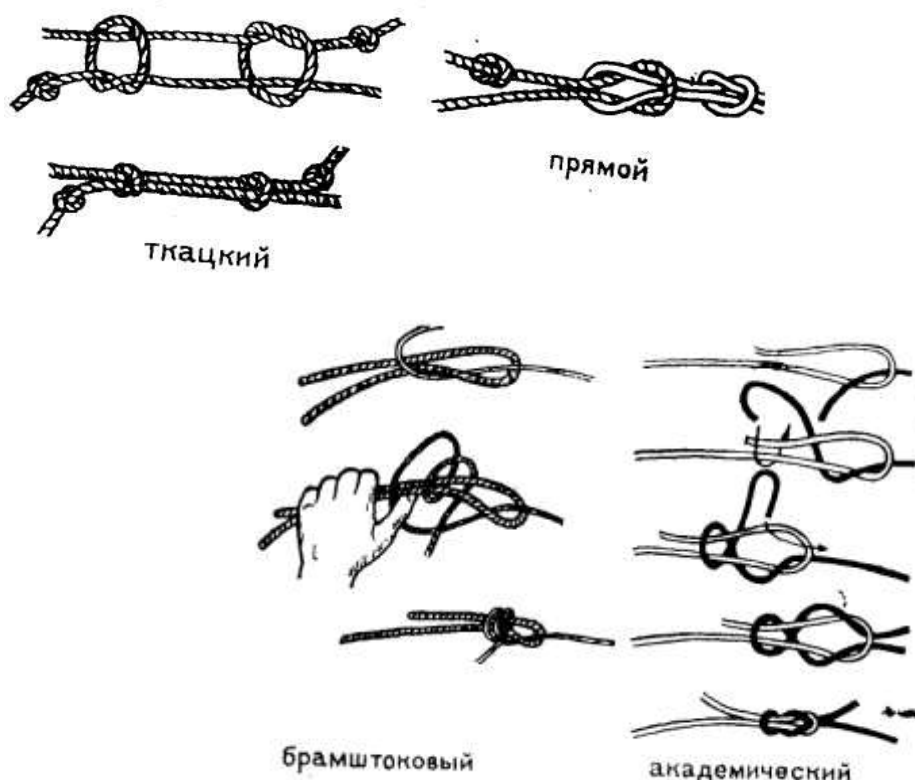
Тапсырылатын толық есепті жекелеген туристердің күнделік жазбаларын пайдалана отырып, тәжірбиелі, маршрутты толық білетін туристке есеп толтырады.

Есеп көпшілікке түсінікті болуы керек. Бұл үшін туристік кештер ұйымдастырылады. Кеште жорықтан фотосуреттер, слайд және кинофильмдер қойылады. Кештің мазмұндылығы және мағыналылығы қатысушылардың өздерінің кешті өткізудегі әзірліктері және тақырыптылығына байланысты.

## **§9.Туристік саяхаттар кезінде жеке бас қауіпсіздігін қамтамасыз ету**

Жорыққа қатысушылар ауыр салмаққа төзімді және қозғалыс кезінде оңай байланып, тез шешілетін мықты мата жіпті пайдаланады.

Диаметрі біркелкі жіпті байлауда “тік түйіндер” пайдаланса, әр түрлі диаметрлі жіптерді байлауға “брамшток” түйіндер қолданады. Саяхатшыға жіпті байлау үшін оның ортасы өткізгіш түйіншек, ал жіптің ұшы ілгекше тәрізді болып келуі керек. Тауға көтерілгенде немесе түскен кезде жіп бойындағы түйіншек немесе ілгекше арқылы қозғалуға болады. Түйіншек немесе ілгекше су және мұз күйінде оңай шешілетіндей байлануы керек.



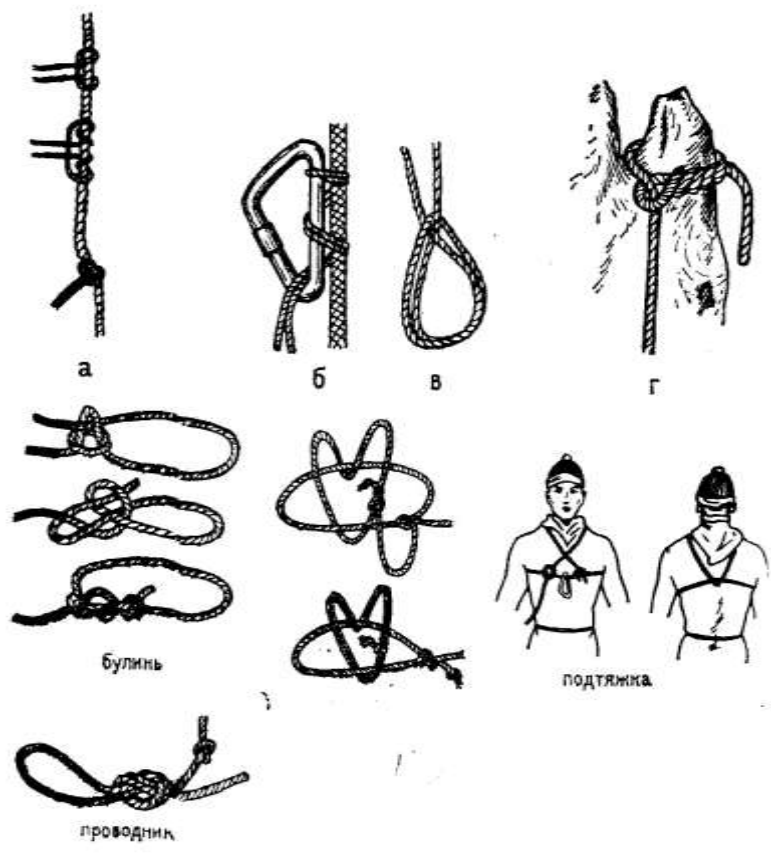
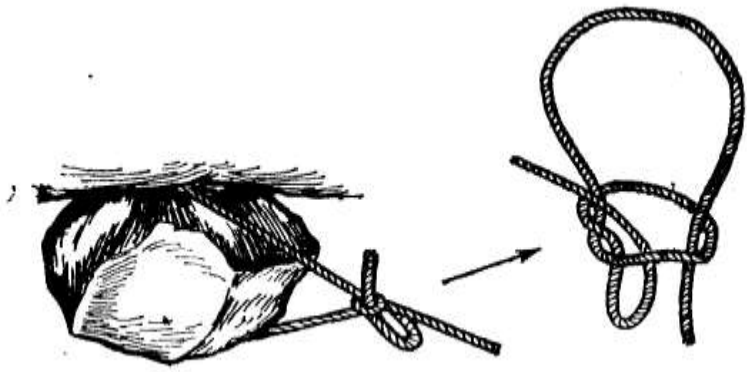
### 3 сурет. Жіп байлау түрлері (ткацкий, тік,брамшкоты, академиялық)

Жіппен көтерілген кезде “үштік” түйіншек қолданылады.

“Жыланбас” түйіншегі жіптің ұшын бекіту үшін қолданылады. Қиын әрі қауіпті жерлерден өткен кезде қауіпсіздікті сақтау үшін екі жағынан жіп тартылады, ол мықтап бекітілуі тиіс.

Қанатша (перила) арқылы қозғалғанда сақталуы тиіс ережелерге мыналар жатады:

1. Қолғап киіп қозғалу
2. Жіпті белге байлау
3. Қозғалыс кезінде өте сақ болу, тас лақтырмау
4. Бірінші жүретін адам жіптің мықты тартылғандығына көзін жеткізуі
5. Қауіпті жерлерден өткен соң, қолайлы алаңшыққа барып жіпті шешу керек.



**4 сурет. Туристке жіпті байлау түрлері (булинь, тартып байлау, жол сілтеуші)**

Жолсерігін сақтандыру 2 түрге бөлінеді: Бір уақытта (бур уақытта барлық қатысушылар тобының қозғалысы) және үзілістік (біреуі қозғалыста болғанда, екіншісі оны сақтандырады).

Сақтандыруды қабылдау оның талаптарымен, әр түрлілігіне байланысты. Сақтандырудың қолайлы түрі - жоғарыдан сақтандыру, оны қолданған кезде қозғалыс байқалмайды. Ол мынандай тәсілдермен ұйымдастырылуы мүмкін:

арқасымен тік тұру, бел арқылы отыру, аяқты тіреу және ілмекті пайдалану тәсілдері қолданылады.



### 5 сурет. Сақтандыру түрлері

Мұнда мұзжарғыш арқылы жарылған жердегі шығыңқы жерге немесе мұздық ілмек арқылы жақсы ұстануға болады.

Ал қарда шығыңқы жердің орнына, қарға орнатылған мұзжарғышты пайдалануға болады. Ашық мұздықтың ортасынан өту тегіс алаңда ыңғайлы әрі жылдам. Жабық мұздықтан өту кезінде есте сақтайтын негізгі шарттары мұздық жарылыстарының қалыптасуы мен формаларын естен шығармау. Қар жамылғысының жарылу шекараларын анықтауда мұзжарғышпен белгіленеді, ал күмәнді жағдайларда сақтандыру тәсілдерін қолдану керек.

Сақтандыруды ұйымдастыру және іске асыру кезінде, А.Снесаревтың ұсыныстарын негізге алу керек.

1. Сақтандыру әрқашан тиімді болу керек. Символикалық сақтандыру кезінде, бір адам құлайтын болса, онда қалған жіп бойындағы адамдардың да құлауы мүмкін. Сондықтан жолдастарыңа сақтандырудың қолайсыз екендігін ескерту қажет.

2. Сақтандыру кезінде кенеттен болатын қолайсыз жағдайларға дайын болып, арқандағы адамды әр кезде сезіну қажет (ол көрінбеседе). Арқанды жібермей, тіпті аз уақытқа да жібермей мықтап ұстап тұру керек. Жақсы сақтандыру әрқашан мықты арқанды, жүйелі тербеліссіз әрекетті қажет етеді.

3. Сақтандыруды қолдану алдында ең алдымен шығыңқы жерді қолмен басу, аяқпен тебу, тау балғасымен ұру арқылы мықтылығын тексеру қажет.



4. Сақтанушы адам құлаушы адаммен бірге құламауға және жіпті жібермеуге тиісті. Сақтану үшін дұрыс орын таңдалу керек, ол жерге екі қатысушы арқақаптарымен сиятындай ыңғайлы әрі қауіпсіз болуы керек.

5. Егер өзіңнен төмендегі адамды сақтандыратын

болсаңыз, ол адам маятник болмаса да арқанда ілініп қалады. Қардан немесе мұздықтан құлаған, сондай-ақ сырғанап кетуден өзіңізді қорғап қалу үшін кеудеңізбен алға қарай бұрылып, қатты соққы арқылы денеңізбен мұзжарғышты мұзға қадауға тырысу керек.

Саяқтандыру кезінде яқтардың арасын кеңірек ашып,

табаныңызбен жарға тірелмеу қажет, әсіресе аяқ киіміңіздің табанында тікенектері көп болса, бұл жағдайда сырғанау күйінен аунап кетуге әкелуі мүмкін. Бұл әдістерді дұрыс қолданған жағдайда, егер сіз тоқтай алмасаңыз да жылдамдығыңыз едәуір төмендейді.

Туристер қолайсыз табиғи жағдайға (тұман, қараңғылық, жаңбыр, найзағай) қалғанда қауіпсіз, жабық орындар тауып, сол жерде күту қажет. Әсіресе осындай уақытта көшкін болған жерлермен, шалғынды жарлармен жүру қауіпті.

## **§10. Алау және оны жағу әдістері**

Алау (костер) үшін орын таңдау маңызды болып келеді. Ол ағаштан және шатырдан 5-8 метр қашықтықта желден қорғанған орында орналасуы қажет. Егер ескі костер орыны болса, соны пайдаланған тиімді. Алау орны қазылып айналасы шым тастармен қоршалыады. Алауды жаққанға дейін өрт қауіпсіздігі ережесін есте ұстау керек. Отын жинау кезінде, жақсы жанатын отындарды, кепкен қайың түбірі және шырша, қурап қалған ағаштар, үсіген ағаштың сабағы, кепкен бұталарды таңдау жөн. Құлап жатқан ағаштар, шыршалар әрқашанда сулы болып келеді, себебі құлаған ағаш сабағында қар жатады, оларды күн кептіріп жел соқпайды, яғни мұндай ағаш сабақтары нашар жанады. Алау жарақтары: бағаналар, тамақ пісіретін ыдыстар, ілетін көлденең таяқшалар және олар үшін ілмешектерді туристердің өзі жеңіл металдан жасайды. Олардың конструкциясын туристер өздері ойлап табады. Туристер жылдың әр мезгілінде және түрлі жағдайда костердың әр түрлі түрлерін қолданады. Алау жақсы жанып үлкен ыстық беру үшін костердың «шалаш» немесе «құдық» үлгі түрлері қолданылады. «Шалаш» - ағаш шалаш түрінде салынады. Мұндай алау ұзақ жанады, жылыту үшін көп жылу бөлінеді. Құдықтың әртүрлі түрлері қолданылады. «Құдық» - ағаш құдық түрінде салынады. Ұзақ жанады және тамақ пісіру үшін көп жылу береді.

Туристер қолданатын костердың тағы бір түрі «жұлдыз». Туристер алаудың «жұлдыз» түрін «әмбебап» деп айтады. Оған тамақ пісіруге және төңірегінде кешкі әңгімемен отыруға болады.

5-тен 10-ға дейінгі бөренешіктер жұлдыздар түрінде, ішке ығыстырылады. Сондай-ақ, көп көмір және үлкен ыстық жалында «таежные» түріндегі костер жағылады, оған бірнеше ыдыс қойып тамақ әзірлеуге және киім кептіруге болады.

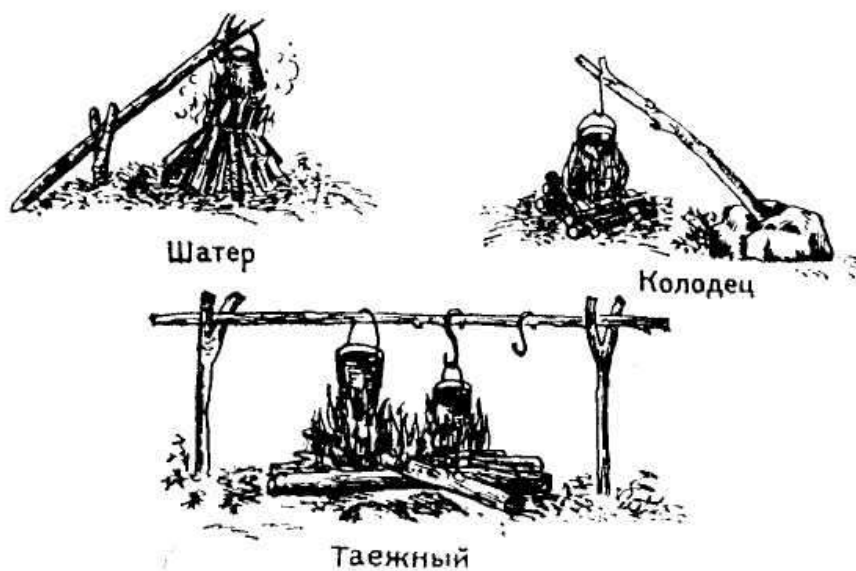
Алаудың келесі түрі «Нодья». Бір жуан бөренеге жел жақтан жұлдызша ретінде 2-3 бөренешіктер салып, жанған сайын ығыстырады. 2-3 шырша қабығын жуандығы 30-40 см. ұзындығы 2-3 метрлік бірінің-үстіне бірі салынып, екі жақ шетінен қазықпен бекітіледі. Тамызықты төменгі бөренелердің арасына салады, үшіншісі жоғарыдағы түтін тартуды реттейді.

Ұйымдастыру және дабыл беру үшін алаудың «түтіндету» түрі немесе «дабыл беру» түрі қолданылады.

Әдеттегі алау үстіне смолалы бұта салады – қара түтін шығады да немесе көк шөп салса түтін ақ болады.

Ізін қалдыратын жағымсыз зардаптардан аулақ болу үшін, алауды аспанға көтеруге болмайды. Сөнген алауды де қараусыз қалдыруға болмайды.

Туристік жиындардадың өту орнында кең көлемде алау орыны дайындалады. Алау орынының шеті 60-80 см ендікте қазылады. Алаңды ағаштардан 50 м қашықтықта орналастырады. Олай болмаған жағдайда орман өрті қаупі тууы мүмкін. Алау маңында отырғандарды өрттен сақтандыру шараларын жасап және оның маңына 3-4 тәжірбиесі мол туристі кезекшілікке қою қажет.



4 сурет. Алау түрлері (шатыр, құдық, тайгалық)

### §11. Бивуак орындарын белгілеу

Жорықтар кезінде түскі үлкен үзіліс және түнгі түнеу үшін бивуак ұйымдастырылады. Бивуак дегеніміз – жорықтар кезіндегі туристердің тамақтануы мен демалысын қамтамасыз етуге қажетті орындар мен жұмыстар. Туристік топ мүшелері, әдетте, бивуакта тәулігіне 10-14 сағаттай болады. Олар лагерь құрып, оны жабдықтайды, тамақ әзірлейді, киімдер мен құрал-жабдықтарды жөндеуден өткізеді, келесі күнге дайындалады, демалады.

Бивуакты тегістеу, құрғақ алаңдар мен алаңқайларда, тастар құламайтын, сел, су тасқындары, қар көшкіні болмайтын, найзағайға тікелей түспейтін жерлерге құрады. Тұрақ орны желден жақсы қорғалған және жабдықтауға жеңіл болуы тиіс. Бивуак орнына жақынырақ жерде ауыз-су көзі болуы керек.

Таулы жерлерде бивуакты талдар мен жар тастардың шығыңқы жерлеріне, төбелі жерлер мен тік беткейлердің астына науашықтар (кулуары) мен олардың шығатын жайылма жерлеріне, жылжымалы немесе мұз беткейлерде жатқан қорымдар үстіне, мұздардың активті қозғалысы белдеуіндегі мұздықтар жарықшақтарына ұйымдастыруға болмайды. Бивуак ауа-райының кенеттен бұзылуына есептелініп құрылуы керек. Күн күркіреуі пайда бола бастаған кезде барлық металл заттары біріктіріліп, тұрақтан 15-30 метр жерге апарылып қойылады. Бивуакты жоғары биіктіктерде, төменгі температурада, ауа-райының бұзылу кезінде, қатты жел соққан кезде және бір жерде 2 рет, оданда көп түнеулер ұйымдастырған кезде қолайлы, жайлы түнеуді қамтамасыз ету үшін және құрал-жабдықтардың сақталуы үшін қар үйшігін жасау немесе үңгір ою қажет. Қар үйшігі 4-6 адамға арналады. Адамдар көбірек болса бір-біріне жақын етіп 2-3 үйшіктер не үңгірлер жасайды да оларды бір-бірімен қуыстар арқылы жалғайды.

Бивуак үшін орынды ертерек, жарық кезде таңдап алу керек, қараңғы немесе тұман кезінде амалсыз тоқтағанда таңдап алған орынның қауіпсіздігін тексеру үшін төңіректі 200-300 мертлік радиуста қарап шығу керек. Ұйқы алдында шатырлардың дұрыс бекітілгенін, заттардың желден, жауыннан сақталу үшін жабылғанын тексеріп, бивукатан кетер алдында заттардың қалып қоймағанына, тұрақ орнының жиналғанына, оттың сөндірілгеніне бақылау жасау қажет.

Спелео жорықтарда бивуакты немесе жер асты лагерлерін, әдетте күрделі көп күндік үңгір маршруттарынан өту кезінде ұйымдастырылады. Жерасты жағдайларының ерекшеліктері (жоғары ылғалдылық, төменгі температура, табиғи жарықтың болмауы және кеңістіктің тарлығы) жер үсті бивуагымен салыстырғанда лагерді жабдықтауға жоғарғы талаптардың қойылуын негіздейді. Жерасты бивуагын құру кезінде қалдықтар мен қоқыстар салатын орынды дайындап, олар лагерь жиналып алынған соң жоғарыға шығарылады. Бивуак тасқын сулардың мүмкін болатын деңгейінен жоғары, тас құлайтын бөліктерден алыс орнатылады. Мүмкіндігінше жылу сақтайтын төсеніш (кілемше) және капронмен қапталынған көп орынды жататын қаптар болғаны дұрыс. Шатыр (платака) үстінен су өткізбейтін заттан бүркеме тартылады. Жер жағдайында және тұрақ орынының сулану деңгейіне қарай шатырды жерге болмаса ілінбелі қондырғыға орнатады. Сонымен қатар түнеуді жылу сақтайтын бүркемелер көмегімен ұйымдастыруға болады. Жерасты бивуагы кезінде керекті тіршілікті қамтамасыз ететін заттар тобына жарық беретін заттар, азық-түлік қоры, дәрі-дәрмек, телефон (рация) және т.б. қоладанады.

Шатыр (платка) – шатырлы қалашықты құру үшін құрғақ, тегіс, шұңқырсыз төмпешіксіз, дөңессіз тас пен ағаш түбірінсіз, құмырсқаның илеуінен және салбырап тұрған шіріген құрғақ ағаштар сабағынан алыстағы алаңды таңдау керек. Шатыр бірнеше адамға немесе екі, төрт адамға арналған

болып келеді. Аузын (есігін) алауға қаратып, ал желді жауын-шашынды ауа-райында, жел соғатын жаққа қаратып орналастырады. Жаңбыр болған жағдайда оған су құйылмас үшін шатыр айналасы орлап қазылады. Шатырға су өткізбеу үшін жоғары полиэтилен жабынды керіп, бүйірден және бұрыштан түйреуішпен немесе жәй кір қысқышпен бекітуге болады. Шатыр қыртыссыз және қатпарсыз жақсы тартылуы қажет. Сонда су өту қауіп-қатері аз болады. Жорық аяқталғаннан соң шатырды кептіріп мұқият бүктейді.

## §12. Су туризмінің әдіс-тәсілдері

Өзеннің жоғарғы бөлігіндегі мұз тосқауылдары топырақ бөгеттерінің бұзылуы жағдайында тасқын қас қағым сәтте болуы мүмкін. Қалған жағдайларда су басу қаупіне дер кезінде назар аударуға мүмкіндік беретін азды-көпті уақыт бар. Алайда қардың көктемгі еруі, құбылмалы ауа-райының созылуы, мұз жүрген кезде өзен жағалауына тоқтамаған дұрыс. Қар еріген және қолайсыз ауа райы кезінде батпақтардың үстімен жүру өте қауіпті. Судың қосымша көлемі батпақтардың өткізгіштігін азайтады, сондықтан тіпті тексерілген учаскенің өзі кедергіге толы және өте қауіпті болуы мүмкін.

Апатты су тасқыны кезінде мүмкіндігінше төменгі жерден жылдам кетіп, ең болмағанда, жер бедерінің ең биік нүктесіне дейін жету қажет.

Тау өзені арқылы өтудің негізгі ережесі:

- өткелдерді ұйымдастыру алдында жағалауды мұқият барлап, тасқынның күші мен жылдамдығын, арнаның тереңдігін және рельефін тірек қолдану мүмкіндіктерін ескере отырып, өткелді ұйымдастыру үшін мәліметтер мен жарақтарды іріктеу қажет;

- топтардың мүмкіндіктерін ескере отырып өткелден өтудің тәсілін анықтау;

- өткел үшін орны және уақыт таңдау;

- өткелді түгел қарауға және оны басқаруға болатын бақылау орнын таңдау;

- ағыстан төмен, мүмкіндігінше қолайлы жерге ұстап қалу пунктін құрып, екі-үш ең тәжірбиелі дене күші жағынан дайындалған және батыл, кез келген жағдайда сенімді жорықшыны іріктеп алу керек;

- өткелден өту үшін ең бірінші дұрыс тәсіл көрсете алатын ең тәжірбиелі туристі жүргізген жөн;

- өткелге бір уақытта екі және одан да көп адамды жібермеген дұрыс;

- өткелден құрал-жабдықтар жеке тасмалданылады;

- өткелден өту кезінде тәртіп және ретті сақтау қажет.

Су жорықтарына бивуак орнына қосымша талаптар қойылады. Ең алдымен өзен жағасы жүзу құралының тоқтауы мен шығарылуына қолайлы болуы керек. Жағада оларды орналастыратын алаңқайлардың (биіктігі су деңгейінен 3-4 метрден кем емес), шатырларды тұрғызу және от жағу үшін орындардың болуы (су деңгейінен 5-6 метрден төмен емес) қажет етіледі. Бұдан басқа тұрақ орны жақсы желденіп тұруы қажет, бұл су маңдарында көп болатын қан соратын насекомдардың санын азайтады. Ал таулы аудандарда тұрақ орны таңертең күн сәулелері түсетін жерде болуы тиіс. Су туристері, әдетте бивуакты саланың негізгі өзенге құятын жерлеріне құрады. Бұл жерлерде балық жақсы ауланады.

Бивуак орналастыру жергілікті жерге шолу жасау жағаны қараудан басталады. Оған көбінесе бұрынғы тұрақ орындары мен от жаққан жерлері пайдаланған дұрыс. Бивуакты аралдарда құруға болмайды, түнде су деңгейі көтерілуі мүмкін. Түнеуге тоқтаған соң туристер жүзу құралын босатып, оны (селдерден басқасын) жағаға шығарады. Жағада тұрақтау кезінде барлық жүзу құралдары (оның ішінде жағада жатқандары да) байланып бекітілуі керек. Егер жауын жауатын болса бивуак ұйымдастыруды шатыр мен лагерлік бүркемені орнатудан, заттарды жауыннан сақтаудан бастайды.

Тасқындар – қысқа мерзімді өзен деңгейінің тез көтеріліп тұрақсыз пайда болуы. Құрғақ ауа райында аз белгілі жылғалар мен құрғақ жыраларда тасқындар аз күтіледі. Туристер әдетте мұндай жағдайда қауіптілік мүмкіндігін ұмытып суға жүгіреді.

Тасқынның пайда болуы жөнінде күндіз көруге болады, кенет сулар ылайланып және тасқынның қуаты өседі.

Тік баурайдағы жырада қонуға, тоқтауға болсайды, мұндай орында күшті су толқыны ең үлкен биіктік пен шапшаңдықты иеленеді.

Тасқында туристерге сәтсіз жағдайлар көбіне өзен арқылы өтуде кездеседі. Егер тасқын кезінде су көп болса өзен арқылы өту жүзеге аспайды, су эзір төмен түскенше күту керек.

Өткел қажет жағдайда ең кішкентай тереңдік және жылдамдықтағы өзен немесе учаске орнын іздеу ұсынылады.

Өзендерден аяқ өткел арқылы өту қажет оның белгілері: соқпақтар суға баратын жолдардың су бетінің шұбарлануы.

Қайраң әдетте өзеннің кең учаскесінде, суы мөлдірлеу жерде болады. Тік жағалауда өзен – тереңірек, ал жайпақта – тайыз болады.

Қауіпсіз аяқ өткелді міндетті түрде барлап, өтудің ең сенімді тәсілін сәйкесті қауіпсіздендіруді таңдау қажет. Өзен түбін, оның тереңдігі бақылағанда жорықтың тәжірибелі қатысушының бірі белін жіппен орап байлап, оның шетін ағашқа бекітіп немесе бірнеше кісі ұстап су түбіне түседі. Арқанды тартылған күйде ұстау керек. Барлаушының міндеті – екі жағалауда өткел шекарасын белгілеу.

Аяқ өткелден жоғарғы ағысқа бұрыштап жүру арқылы өту керек. Бірнеше адамнан тұратын өткелден өткенде бір-бірінің иығынан ұстап, ең тәжірбиелісін алдыға қояды.

Өзен сарқырап қатты ағып жатқанда өзен тармағынан өткен дұрыс. Таңғы 5-7 сағат аралықтары өзеннен өтудің ең қолайлы уақыты болып табылады. Өзен суының көтерілуі 16-17 сағат аралықтарында болады, яғни күннің екінші жартысында максимум көрсеткішті байқатады. Егерде судың деңгейі тізеден жоғары болса онда міндетті түрде сақтандыру шаралары жасалынуы керек.

Алып жатқан ендігіне тереңдігіне және жылдамдығы, жағалауына байланысты су асты және су үстінен бұрылып өтуге болады.

### **§13. Жаяу және шаңғы туризмінің әдіс-тәсілдері**

Жорық кезіндегі жылдамдық жаяу туризм бойынша орташа есеппен бір тәулікте (оның 8 сағаттық жарық бөлігінде) 30 км. Тау туризмі бойынша 20 км. Сағатына шаққанда бұл жаяу туризм бойынша шамамен 4 сағатқа, тау туризмі бойынша 2,5 сағатқа дәл келеді. Алайда бұл көрсеткіш қысқа және түскі демалыстардың болатыны себепті ұдайы сақталынбайды. Туризмнің басқа түрлері бойынша тәуліктік жылдамдық олардың жеке ерекшеліктеріне байланысты жүзеге асады.

Жаяу және тау туризмі бойынша жүру мен қысқа демалыстардың арақатынасы 40 минутқа 10-12 минут, күрделі, тік беткейлі, кедергілі жерлерде 15-20 минут, үлкен түскі демалыстар жорық мақсатында, адамдардың жас ерекшеліктеріне, жер жағдайында, қалыптасқан жағдайға, календарлық графиктің орындалу барысына байланысты 30 минуттан 3 сағатқа дейін созылады. 3 сағаттық демалыс кезінде міндетті түрде ыстық тамақ дайындалып, адамдар демалады. 30 минуттық қысқа түскі демалыстар жоғарыда көрсетілген жағдайлардан басқа ыстық тамақ жасауға мүмкін болмай қалған кездерде, мысалы, отын жоқ жерлерде болады

Тау шаңғышыларының жаттығулары мен жарыстары қарашаның аяғына – желтоқсанның басына белгіленеді және сәуірдің ортасына дейін сақталады, бұл үшін 2000 – 3000 мм аймағындағы қар жамылғысы жеткілікті.

#### **Лабораториялық сабақтардың тапсырмалары.**

1. Туризмнің белсенді түрлерінде кездесетін табиғи кедергілер.
2. Туризмнің белсенді түрлерінде тамақтануды ұйымдастыру.
3. Тау шыңына өрлеушінің жеке құрал-жабдықтары.
4. Тау өткелдерінің қиындық дәрежесін бағалау шкаласы.
5. Туризмнің белсенді түрлеріне физикалық дайындық
6. Маршруттың негізгі физикалық – географиялық пункттарымен табиғи кедергілері көрсетілген сызбасы (нитка).
7. Күнделікті өтілетін бастапқы және соңғы нүктелері, ұзындығы және саяхат түрі көрсетілген маршрут графигі.

#### **Студенттің өзіндік жұмысы**

1. Ұғымның басып түсініктемелері, «туристік саяхат тәсілі» және «туристік саяхат әдістемесі» анықтамалары.
2. Туристік мекемелерде қызмет жасайтын мамандарын даярлаудың негізгі әдіс-тәсілдері.
3. Негізгі тәсілдік ұғымдардың анықтамасы: мақсаты, күші, құралы, уақыты, жолдың қосымша және апаттық есіктері, туристік саяхаттың қауіпсіздігі.
4. Желіні ұйымдастырудың тәсілдік жүйесі.
5. «Туристік саяхаттың жүйеленуі» деген ұғымның анықтамасы.
6. Туристік саяхат жүйесі туралы ұғымның туристік жүйе ұйымдастыру кезіндегі тигізер көмегі.
7. Отандық белсенді саяхат түрінің дамуы мен қалыптасуы.

8.Туристік маршрут категорияларының анықтамасы. Туристік маршруттағы кездесетін қиындық категориясының ұғымы.

9.Таулы, суда және жаяу саяхат жасаудың айырмашылықтары.

10.Шетелдік белсенді саяхат түрінің ерекшелігі.

11.Белсенді саяхат түрлерінде желіні тәсілдік өңдеудің жалпы анықтамасы. Тәсілдік өңдеудің белсенді саяхат түрлерінің коммерциялық түрінде алатын ролі.

12. Белсенді туристік саяхат маршрутының таңдаудың ерекшеліктері.

13.Физикалық-географиялық және табиғи кедергі жағдайларындағы желі.

14.Маршрут кестесі және қозғалыс графигі.

15.Желінің қосымша және апаттық варианттарының картографиялық материалы.

16. Белсенді туристік саяхаттың туристік топтары мен материалдық техникалық қамтамасыз ету (аяқ-киім, киім, құрал-жабдықтар, дәрі-дәрмек) бригадасы.

17.Саяхатты жүргізу мен оны дайындаудың жалпы анықтамасы.

18.Адамның дұрыс тамақтануы туралы ғылыми негіздер мен олардың мағынасы.

19.Дене-күш жүктемесі кезіндегі адам ағзасының қалыпты энергиялық шығыны. Белсенді туристік саяхат кезінде дұрыс тамақтануды ұйымдастыру негіздері.

20. Азық-түлікті таңдау және оның калориясы. Тәуліктік тамақтану құрамы. Дайындалған азық-түлікті дұрыс қолдана білу. Типтік меню.

21.Туристердің негізгі асының құрамына енетін азық-түліктің калориясы мен химиялық құрамы.

22.Маршрутта тамақтану ережесі. Тұзды су режимі. Таңертең және кешке ыстық тамақпен азықтануды ұйымдастыру. Күндіз қоректенуді ұйымдастыру. Үлкен биіктіктерде туристердің тамақтану ерекшелігі.

23.Саяхат кезіндегі азық-түлікті орау, сақтау, тасымалдау және азықты өлшеу ерекшелігі. Ормансыз жерлерде азық дайындау. Тамақтануды ұйымдастырудың жалпы анықтамалары.

24.Ерекше қозғалу мүмкіндікті туристерді саяхатқа дайындаудың маңызы. Туристерді физикалық тұрғыда әзірлеудің энциклопедиялық ұғымның басты ерекшелігі. Жалпы және арнайы физикалық дайындық анықтамасы.

25.Туристердің басты физикалық қасиеттерінің анықтамасы: күш, ептілік, тепе-теңдік туристерді физикалық даярлаудың негізгі әдіс-тәсілдері, принциптері, басты мақсаты.

26.Белсенді туристік саяхат кезінде қатысушылар мен қызмет көрсететін адмадарға қойылатын басты талаптар. Қызмет көрсететіндердің жалпы және арнайы физикалық дайындығына қойылатын басты талаптар.

27.Туристік жүйе менеджерлерінің кәсіби физикалық дайындығының негізгі мазмұны. Денсаулықты сақтау және жеке бас гигиенасының ережелері.

28.«Туристік құрал-жабдық» анықтамасының басты белгілері және оларға қойылатын басты талаптар. Жеке құрал-жабдық және оның түрлері. Таулы саяхатқа арналған жеке құрал-жабдықтар. Жаяу және сулы саяхатқа арналған жеке құрал-жабдықтардың ерекшелігі.

29.Топтық құрал-жабдықтар және оның жалпы саны. Топтық құрал-жабдықтың жаяу және тауда саяхат жасауда қолданылуы. Суда және шаңғымен саяхат жасауда топтық құрал-жабдықтардың қолданылуы.

30.Саяхат қажетті құрал-жабдықтарды әзірлеу, оларды тасымалдау, жөндеу, күту және сақтау.

31.Саяхатпен шұғылдану кезіндегі қауіпсіздік туралы жалпы ұғым. Маршруттың қиындығына байланысты және туризмнің түрлеріне орай қайғылы жағдайлардың орын алу себептері.

32.Белсенді туристік саяхат қауіпсіздігін қамтамасыз ету жүйесі. Тренингтік жүйедегі құтқару және бақылау тобының басты міндеттері: профилактикалық қызмет, материалдық техникалық қамтамасыз ету, іздеу және құтқару жұмыстары.

33.Құтқару және бақылау тобының мемлекеттік апаттық құтқару қызметімен ара қатынасы.

Саяхат басталмас бұрын туристер мен қызмет көрсету персоналдарының дәрігерлік тексеруден өтілуінің қажеттілігі. Белсенді туризм саяхатына тән аурулар мен жарақат түрлері. Аурудың алдын алудың негізгі жүйелері.

34.Белсенді саяхат кезіндегі жұмыс жасау мен дем алудың негізгі ережелері. Аяқ-киімге, киімге және саяхат құрал-жабдықтарына қойылатын талаптар. Саяхат кезіндегі туристердің жеке бас гигиенасы.

35. Белгілі бір маршрут ерекшелігіне орай дәрігерлік қоршапшаны дайындау ерекшелігі. Арнайы дәрігерлік құралдарды пайдалану. Белсенді туристік саяхат кезінде дәрігерлік қамтамасыз етілу ерекшелігі.

36.Белсенді саяхат кезінде дәрігерге дейін жасалатын алғашқы жедел көмек. Саяхат кезінде алғашқы көмекті уақытында жасаудың маңызы. Жарақат алған спортшы-туристердің емделу ерекшелігі.

37.«Таулы саяхат» ұғымының жалпы анықтамасы. Қазақстан аумағында таулы туристік саяхат аудандарына қысқаша анықтама беру. 1-2 дәрежедегі қиындықтағы эталонды тау саяхаты.

38.Таулы аймақтарда кездесетін табиғи бөгеттер анықтамасы. Тау саяхатының негізгі тәсілі: мұздан, қардан, құмды жерлерден және тауда кездесетін сулы жерлерден өте білу.

39. Қазақстанның таулы аймақтарына саяхат жасаудың негізгі тәсілдік жүйесі.

40.«Суда белсенді саяхат жасау» ұғымының жалпы негіздері. Қазақстан аумағындағы суда саяхат жүргізілетін аудандарына қысқаша анықтама беру. 1-2 қиындық дәрежесіндегі эталонды су саяхаты.

41. Суда саяхат жасау барысында кездесетін табиғи бөгеттер, олардың элементтері мен пайда болуы. Қозғалу мен басқарудың негізгі тәсілдері. Суда саяхат жасауды ұйымдастыру және судағы жорықтың негізгі айла-тәсілдері.

42.«Жаяу саяхат», «шаңғымен саяхат», «веложорық» ұғымдарының жалпы анықтамасы. Қазақстандағы 1-2 қиындық дәрежесіндегі жаяу, шаңғымен және туризм саяхаты дамыған аудандарына жалпылама шолу жасау. Саяхаттың эталондық маршруттары.



43. Жаяу саяхат жасаудың тәсілінің элементтері мен әдісінің ерекшеліктері. Шаңғымен саяхат жасау барысында кездесетін табиғи бөгеттер және олардан өтудің әдіс-тәсілдері. 1-2 қиындық дәрежесіндегі шаңғы саяхатының әдіс-тәсілі.

44. Веложорығында кездесетін табиғи бөгеттер. Олардан өту айла-тәсілі. Веложорығының әдіс-тәсілі.

45. Белсенді туристік саяхат кезінде отандық және шет елдік клиенттерді алып жүру топтарын құру анықтамасы. Аталған топтардың мүшелеріне 1-2 қиындық дәрежесіндегі саяхатта қойылатын талаптар. Саяхатта міндеттерді бөліп алу.

46. Тәсілдік және жалпы физикалық жаттығу түрлері, алып жүру топтардың мүшелерін дұрыс іріктей білу. Маршрутта кездесетін апаттық жағдайлардың алдын алу. Құрал-жабдықтарға, азық-түлікке, және дәрі-дәрмекке қойылатын басты талаптар. Маршруттық құжаттарды әзірлеу.

47. Белсенді туристік саяхаттың 3-6 қиындық дәрежесінің 1-2 дәрежедегі саяхат қиындығынан айырмашылығы.

48. Қиын туристік жорықтарды ұйымдастыру жетістіктері мен проблемалары, олардың әлеуметтік қажеттіліктері.

49. Қазақстан Республикасының таулы аймақтары мен шет елдің таулы аймақтарына жай және биіктікке көтерілу кезінде қызметкерлерді дұрыс іріктеу ерекшелігі.

50. Алыс шет елдердің таулы аймақтарына белсенді туристік жорықтар жасауды ұйымдастыру проблемалары.

### **Аралық бақылау сұрақтары**

#### **№1. Аралық бақылау(8 – аптада)**

1. Ұғымның басып түсініктемелері, «туристік саяхат тәсілі» және «туристік саяхат әдістемесі» анықтамалары.
2. Негізгі тәсілдік ұғымдардың анықтамасы: мақсаты, күші, құралы, уақыты, жолдың қосымша және апаттық есіктері, туристік саяхаттың қауіпсіздігі.
3. «Туристік саяхаттың жүйеленуі» деген ұғымның анықтамасы.
4. Туристік саяхат жүйесі туралы ұғымның туристік жүйе ұйымдастыру кезіндегі тигізер көмегі.
5. Отандық белсенді саяхат түрінің дамуы мен қалыптасуы.
6. Туристік маршрут категорияларының анықтамасы.
7. Туристік маршруттағы кездесетін қиындық категориясының ұғымы.
8. Таулы, суда және жаяу саяхат жасаудың айырмашылықтары.
9. Шетелдік белсенді саяхат түрінің ерекшелігі.
10. Белсенді саяхат түрлерінде желіні тәсілдік өңдеудің жалпы анықтамасы.
11. Белсенді туристік саяхат маршрутының таңдаудың ерекшеліктері. Желінің қосымша және апаттық варианттарының картографиялық материалы.

12. Белсенді туристтік саяхаттың туристік топтары мен материалдық техникалық қамтамасыз ету (аяқ-киім, киім, құрал-жабдықтар, дәрі-дәрмек) бригадасы. Саяхатты жүргізу мен оны дайындаудың жалпы анықтамасы.
13. Адамның дұрыс тамақтануы туралы ғылыми негіздер мен олардың мағынасы. Дене-күш жүктемесі кезіндегі адам ағзасының қалыпты энергиялық шығыны. Белсенді туристік саяхат кезінде дұрыс тамақтануды ұйымдастыру негіздері.
14. Азық-түлікті таңдау және оның калориясы. Тәуліктік тамақтану құрамы. Дайындалған азық-түлікті дұрыс қолдана білу. Типтік меню. Туристердің негізгі асының құрамына енетін азық-түліктің калориясы мен химиялық құрамы.
15. Маршрутта тамақтану ережесі. Тұзды су режимі. Таңертең және кешке ыстық тамақпен азықтануды ұйымдастыру. Күндіз қоректенуді ұйымдастыру. Үлкен биіктіктерде туристердің тамақтану ерекшелігі.
16. Саяхат кезіндегі азық-түлікті орау, сақтау, тасымалдау және азықты өлшеу ерекшелігі. Ормансыз жерлерде азық дайындау. Тамақтануды ұйымдастырудың жалпы анықтамалары.
17. Туристерді физикалық тұрғыда әзірлеудің энциклопедиялық ұғымның басты ерекшелігі.
18. Туристердің басты физикалық қасиеттерінің анықтамасы: күш, ептілік, тепе-теңдік туристерді физикалық даярлаудың негізгі әдіс-тәсілдері, принциптері, басты мақсаты.
18. Белсенді туристік саяхат кезінде қатысушылар мен қызмет көрсететін адамдарға қойылатын басты талаптар. Қызмет көрсететіндердің жалпы және арнайы физикалық дайындығына қойылатын басты талаптар.
19. Туристік жүйе менеджерлерінің кәсіби физикалық дайындығының негізгі мазмұны. Денсаулықты сақтау және жеке бас гигиенасының ережелері.
20. «Туристік құрал-жабдық» анықтамасының басты белгілері және оларға қойылатын басты талаптар. Жеке құрал-жабдық және оның түрлері. Таулы саяхатқа арналған жеке құрал-жабдықтар.
21. Топтық құрал-жабдықтар және оның жалпы саны. Топтық құрал-жабдықтың жаяу және тауда саяхат жасауда қолданылуы. Суда және шаңғымен саяхат жасауда топтық құрал-жабдықтардың қолданылуы.
22. Саяхат қажетті құрал-жабдықтарды әзірлеу, оларды тасымалдау, жөндеу, күту және сақтау.

## **№ 2 Аралық бақылау (15-аптада)**

1. Белсенді туристік саяхат қауіпсіздігін қамтамасыз ету жүйесі.
2. Туристік жүйедегі құтқару және бақылау тобының басты міндеттері: профилактикалық қызмет, материалдық техникалық қамтамасыз ету, іздеу және құтқару жұмыстары.
3. Құтқару және бақылау тобының мемлекеттік апаттық құтқару қызметімен ара қатынасы.

4. Саяхат басталмас бұрын туристер мен қызмет көрсету персоналдарының дәрігерлік тексеруден өтілуінің қажеттілігі. Белсенді туризм саяхатына тән аурулар мен жарақат түрлері. Аурудың алдын алудың негізгі жүйелері.

5. Белсенді саяхат кезіндегі жұмыс жасау мен дем алудың негізгі ережелері. Аяқ-киімге, киімге және саяхат құрал-жабдықтарына қойылатын талаптар. Саяхат кезіндегі туристердің жеке бас гигиенасы.

6. Белгілі бір маршрут ерекшелігіне орай дәрігерлік қорапшаны дайындау ерекшелігі. Арнайы дәрігерлік құралдарды пайдалану. Белсенді туристік саяхат кезінде дәрігерлік қамтамасыз етілу ерекшелігі.

7. Белсенді саяхат кезінде дәрігерге дейін жасалатын алғашқы жедел көмек. Саяхат кезінде алғашқы көмекті уақытында жасаудың маңызы. Жарақат алған спортшы-туристердің емделу ерекшелігі.

8. «Таулы саяхат» ұғымының жалпы анықтамасы. Қазақстан аумағында таулы туристік саяхат аудандарына қысқаша анықтама беру. 1-2 дәрежедегі қиындықтағы эталонды тау саяхаты.

9. Таулы аймақтарда кездесетін табиғи бөгеттер анықтамасы. Тау саяхатының негізгі тәсілі: мұздан, қардан, құмды жерлерден және тауда кездесетін сулы жерлерден өте білу.

10. Қазақстанның таулы аймақтарына саяхат жасаудың негізгі тәсілдік жүйесі.

11. «Суда белсенді саяхат жасау» ұғымының жалпы негіздері. Қазақстан аумағындағы суда саяхат жүргізілетін аудандарына қысқаша анықтама беру. 1-2 қиындық дәрежесіндегі эталонды су саяхаты.

12. Суда саяхат жасау барысында кездесетін табиғи бөгеттер, олардың элементтері мен пайда болуы. Қозғалу мен басқарудың негізгі тәсілдері. Суда саяхат жасауды ұйымдастыру және судағы жорықтың негізгі айла-тәсілдері.

13. «Жаяу саяхат», «шаңғымен саяхат», «веложорық» ұғымдарының жалпы анықтамасы. Қазақстандағы 1-2 қиындық дәрежесіндегі жаяу, шаңғымен және туризм саяхаты дамыған аудандарына жалпылама шолу жасау. Саяхаттың эталондық маршруттары.

14. Жаяу саяхат жасаудың тәсілінің элементтері мен әдісінің ерекшеліктері. Шаңғымен саяхат жасау барысында кездесетін табиғи бөгеттер және олардан өтудің әдіс-тәсілдері. 1-2 қиындық дәрежесіндегі шаңғы саяхатының әдіс-тәсілі.

15. Веложорығында кездесетін табиғи бөгеттер. Олардан өту айла-тәсілі. Веложорығының әдіс-тәсілі.

16. Белсенді туристік саяхат кезінде отандық және клиенттерді алып жүру топтарын құру анықтамасы. Аталған топтардың мүшелеріне 1-2 қиындық дәрежесіндегі саяхатта қойылатын талаптар. Саяхатта міндеттерді бөліп алу.

17. Тәсілдік және жалпы физикалық жаттығу түрлері, алып жүру топтардың мүшелерін дұрыс іріктей білу.

18. Белсенді туристік саяхаттың 3-6 қиындық дәрежесінің 1-2 дәрежедегі саяхат қиындығынан айырмашылығы.

19. Қиын туристік жорықтарды ұйымдастыру жетістіктері мен проблемалары, олардың әлеуметтік қажеттіліктері.

20. Қазақстан Республикасының таулы аймақтары мен шет елдің таулы аймақтарына жай және биіктікке көтерілу кезінде қызметкерлерді дұрыс іріктеу ерекшелігі.

21. Алыс шет елдердің таулы аймақтарына белсенді туристік жорықтар жасауды ұйымдастыру проблемалары.

## ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ

1. Абулхаиров А. Чтоб не иссякли родники // Вестник гор. — 2000. — №1.
2. Азар В. И. Введение в экономику иностранного туризма: Вопросы методологии. М.: Экономика, 1975.
3. Александр Македонский // Большая советская энциклопедия. Т. 1. 3-е изд., — М.: 1969, С. 407-408.
4. Александрова Ю. А. Экономика и территориальная организация международного туризма. Учебное пособие. — М.:1996.
5. Ананьев М. А. Международный туризм. — М., 1968.
6. Ананьев М.А. Международный туризм и его развитие после второй мировой юйны. — М., 1966.
7. Ананьев А. А. Экономика и география международного туризма. — М.: МГУ, 1975.
8. Андреев А. И. Путешествия и географические открытия в XV-XIX вв. — М., 1965.
9. Антошко Я. Ф. История географического изучения земли. — М, 1966.
10. Байпаков К. М. Средневековые города Казахстана на Великом Шелковом пути. — Алматы: Гылым, 1998.
11. Банников А. Г. Первые русские путешествия в Монголию и Северный Китай. — М., 1954.
12. Барыбаев К. Туризм — категория экономическая // Каз. правда. — 1999, 7 ноября.
13. Берг Л. С. Великие русские путешественники. — М.-Л.,1950.
14. Бейкер Дж. История географических открытий и исследований. — М., 1959.
15. Бейклесс Дж. Америка глазами первооткрывателей. — М., 1969.
16. Биржаков М. Б. Введение в туризм. — М.-СПБ., 1999. —310 с.
17. Бор М. З. История мировой экономики. — М.: ДИС, 2000.
18. Борисов А. М. Справочник велосипедиста. — М., 1931.
19. Борисов К. Г. Международный туризм и право. — М.:Издательство НИМП, 1999. — 352с.
20. Верн Ж. История великих путешествий: Открытие земли. — Л.: 1958.
21. Виноградов П. А., Гуськов С. И. Рекреация по-американски // Физкультура и спорт, — 1990. — №2, С. 81-190.
22. Власов Л. Пешком вокруг света // Вокруг света. — 1976. —№10.
23. Вододохов А.А., Терещенко Г.М. Проведение учебно-тренировочных занятий по туризму.

24. Учебное пособие. —Алма-Ата: КазИФК, 1985.
25. Воскресенский В. П. Тургом на велосипеде.—М.-Л., 1930.
26. Вуколов В. Н. Активным видам туризма — зеленую улицу // Вестник гор. — 2000, №1.
27. Вуколов В. Н. История и практика туризма: Программа учебного курса для учащихся 11 класса. — Алматы, 1996.
28. Вуколов В. Н. История и теория международного туризма: Программа учебного курса. Ч. 1,2. — Алматы, 2000.
29. Вуколов В.Н. Основы техники и тактики активных видов туризма. — Алматы, 1996. — 242 с.
30. Вуколов В. Н. По Северному Тянь-Шаню — М.: Профиздат, 1991. —240 с.
31. Вуколов В. Н. Современная практика коммерческого туризма в Республике Казахстан. — Алматы, 1997. — 42 с.
32. Вуколов В. Н. Теория и практика подготовки специалистов туристской индустрии в высших учебных заведениях. —Алматы, 1999. — 266 с.
33. Вуколов В. Н. Туризм. Альпинизм // Казахстанская книга рекордов-1999. КИНЭС, — Алматы, 1999. С. 43^6.
34. Вуколов В.Н., Никитинский Е.С. Экологический туризм: научные понятия и реальная действительность // Теория и методика физической культуры. — 2001. — №1. С. 28-30.
35. Арсенин В., Вуколов В., Деянов Р. и др. Высокогорные перевалы: перечень высокогорных перевалов Алтая, Джунгарского Алатау, Кавказа, Памира, Памиро-Алая, Тянь-Шаня. —М., 2001. —406 с.
36. Географические проблемы охраны природы при организации отдыха и туризма. — М., 1998.
37. Герд В. А. Экскурсионное дело. —М.-Л., 1928.
38. Глобализация мирового туризма и особенности его развития в странах Западной Европы. — М.: ИНИОН, 1991.
39. Годится ли Казахстан для туризма? // Время. — 2000. —31 августа.
40. Григорьев К. Иностранцы туристы в СССР // На суше и на море. — 1931. — №12.
41. Гуриков Д. Е. Заилийский Алатау. — Алма-Ата, Кайнар,1981.
42. Гумилевская М. Как открывали мир. — М., 1971.
43. Степанова В. И., Лезговко, Тертус Л. П. Двенадцать месяцев путешествий. Туристские маршруты. — Алма-Ата: Казахстан, 1977.
44. Дворниченко В.В. Развитие туризма в СССР. — М.,1985.
45. Дильмухамедов О.Е. Историко-краеведческая работа с учащимися по месту жительства. — Алма-Ата, 1987.
46. Днепровой А. На высоком уровне // Туринфо. — 2000. — № 24, 24.06-4.07.
47. Дуйсенгалиев Т. Тернистый путь отечественного туризма // Каз. правда. — 2000. — 16 ноября.
48. Дьякова Р А. История экскурсионного дела в СССР. —М., 1985.
49. Единая спортивная классификация Республики Казахстан на 1997-2000 гг. — Алматы: Альфараби, 1997.

50. Ердаuletов С. Р. География туризма: История, теория, методы, практика. — Алматы, 2000. — 333 с.
51. Ердаuletов С. Р. Казахстан туристский. — Алма-Ата, 1989.
52. Ердаuletов С. Р. География туризма Казахстана. — Алма-Ата, 1992.
53. Жиздыбаев Т. К. Школьный туризм и краеведение Республики Казахстан. — Алматы, 2001. — 165 с.
54. Жиздыбаев Т. К. Круговая туристская работа. Сборник методических рекомендаций по программе «Инструктор школьного туризма». — Алма-Ата, 1987.
55. Жолдак В.И. Олимпийский туризм: перспективы развития // Теория и практика физической культуры, — 1999. — №11.
56. Зачиняев П. Н., Фалькович Н. С. География международного туризма. — М.: Мысль, 1972.
57. Замятин С.И. Курорт Алма-Арасан. — Алма-Ата, 1933.
58. Коган М. А. Отечественные путешественники XIX-XX вв. — Л., 1970.
59. Коганов В.С. Туристские маршруты: Сборник маршрутов Центрального и местных советов по туризму и экскурсиям. — М.: Профиздат, 1987.
60. Концепция развития туризма в Республике Казахстан. Одобрено пост. Правительства РК от 6 марта. — 2001 г. — №333.
61. Краткий словарь международной туристской терминологии. — М., 1980.
62. Краткий словарь современных понятий и терминов. — М.: Республика, 1993.
63. Краткий справочник туриста. Изд. 3 / Сост. Ю.А. Штюрмер. — М., 1985.
64. Кривошеев В.М. Туризм как отрасль экономики. — БСЗ, Т. 26. — М, 1977.
65. Кудинов Б. Ф. Из истории развития туризма. — М., 1986.
66. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. — М.: Радуга, 1982.
67. Логинов Л. М., Рухлов Ю. В. История развития экскурсионного дела. — М.: 1989
68. Материалы МСОТО (Международного союза официальных туристских организаций) за 1947-1971 гг.
69. Международные спортивные объединения и туристские организации. — М.: Ф и С, 1973.
70. Международный туризм: миф или стратегия будущего? // Реферат. — М., 1991. — 25 с.
71. Монтанер Х. Монтехано. Структура туристического рынка / Пер. с исп. Под ред. М. С. Мироненко. — Смоленск: СГУ, 1997.
72. Мурзаев Э. М. Рассказы об ученых и путешественниках. — М., 1979.
73. Накатков Ю. С. История туризма в Казахстане. — Алматы, 2001.
74. Немоляева М. Э., Ходерков Л. Ф. Международный туризм: вчера, сегодня, завтра. — М.: Междунар. отношения, 1985.
75. Никитин С. Международные туристские связи СССР // «Внешняя торговля». — 1980. — №7.
76. Обезвоживание планеты // Мегалолис. — 2002. — 28 марта.
77. Об опыте работы Республиканского Совета по туризму и экскурсиям. От съезда к съезду. — Алма-Ага, 1982.

78. Ордаев А. Памятники архитектуры Казахстана. — Алматы: Двдар, 1998.
79. Орлов А. С. Социология рекреации. — М.: Наука, 1994.
80. Папирян Г. А. Международный туризм и политика// Туризм: практика, проблемы, перспективы. — 1999. — №4.
81. Полная хронология XX века. Автор-составитель Нэвил Уильямс. — М: ВечеАСТ, 1999.
82. Положение о туристско-краеведческой экспедиции «Атамекен». — Алматы, 1993.
83. Погребецкий М. Н. Практика туризма и путешествий. — М.-Л., Ф и Т, 1930.
84. Семеновский В. Л. Горный туризм. —М.: Мол. гвардия,1930.
85. Смирнов В.И. География туризма в СССР. —М., 1975.
86. Столбов В. В. История физической культуры. — М., 1975.
87. 100 великих путешественников. Автор-составитель И.А. Муромов. — М.: Вече, 1999. — 656 с.
88. Схема развития и размещения туристских баз на территории Казахской ССР до 2000 г. ГПИ «Казгипроград». —Алма-Ата, 1983.
89. Триста путешественников и исследователей: Биографический словарь. — М., 1966.
90. Уваров В. Д., Борисов К. Г. Международные туристские организации: Справочник. — М.: Международные отношения, 1990. — 286 с.
91. Урубко Д. Альпинизм в Казахстане сегодня — глазами оптимиста // Деловой мир Казахстана. — 1999, — №3 (12).
92. Усыскин Г. С. Очерки истории российского туризма.— СПб.: ИТД Терла, 2000.
93. Фоше Жан. Современный туризм и стратегия крупного капитала // Всемирное профсоюзное движение. — 1987. — №1.
94. Фрадкин И. Г. Географические открытия и научное познание Земли. — М., 1972.
95. Хамнюк В. Ф. Природные лечебные богатства Казахстана и перспективы их использования. — Алма-Ата, 1967.
96. Ходорков Л. Ф. Мировое гостиничное хозяйство. — М.,1991.
97. Хождение за три моря Афанасия Никитина. — Л.: Наука, 1986.
98. Шальков Ю. Л. Здоровье туриста. — М.: Ф и С, 1987. —144 с.
99. Шаповал Г. Ф. История международного туризма. —Минск: Экоперспектива, 1998.
100. Шаповал Г. Ф. История туризма. — Минск: Экоперспектива, 1999.
101. Шокальский Ю. Из истории географии. — М-Л., 1926.
102. Щурова А., Кантарбаева Ж., Саурамбаев О. Рынок туристических услуг в Казахстане // Аль-Пари. — 1997. — май-июнь.
103. Экономическая эффективность различных видов дополнительных платных услуг и их роль в повышении рентабельности туристских предприятий. — М.: ЦРИБ «Турист», 1989. — 135 с.
104. Эжншян Р. А. Путеводитель по памятным и достопримечательным местам Алматинской области. — Иссык, 1992.