

9. Туристичний довідник Карпат. URL: <https://turizm-karpaty.com.ua/> (дата звернення: 30.04.2026).
10. Туристичні локації Карпат. URL: <https://karpatytur.info> (дата звернення: 30.04.2026).

Гльюшонок Ірина,

здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності «Туризм» ДВНЗ «Ужгородський національний університет», м. Ужгород

Кривенкова Руслана Юріївна,

кандидат наук з державного управління, доцент, доцент кафедри туризму ДВНЗ «Ужгородський національний університет», м. Ужгород

ОСОБЛИВОСТІ ТУРИСТИЧНОГО СУПРОВОДУ ГІРСЬКОЛИЖНОГО ТУРИЗМУ

Гірськолижний туризм є одним із найпопулярніших видів активного відпочинку в гірських регіонах багатьох країн світу. Він поєднує фізичні навантаження, адреналін, емоційне задоволення та водночас належить до категорії видів спорту з підвищеним ризиком травматизму [1]. Саме під час гірськолижних подорожей туристи стикаються з різними умовами, включаючи складні схили, швидкісні спуски та непередбачувані погодні зміни.

Варто зазначити, що планування маршруту є ключовим завданням туристичного супроводу. Перед початком поїздки супроводжуючий повинен оцінити технічну складність трас, їхню протяжність та стан схилів [2]. Це дозволяє підібрати траси відповідно до рівня підготовки учасників та забезпечити безпечне пересування групи. Особливу увагу приділяють новачкам, для яких важливим є правильне чергування спусків та перерв, а також контроль темпу катання.

Потрібно констатувати, що безпека туристів включає перевірку спорядження та знання правил його використання. Туристи повинні пройти короткий інструктаж, особливо якщо група складається з новачків. Інструктор демонструє, як правильно падати, користуватися кріпленнями, зберігати баланс та уникати небезпечних ситуацій на схилі. Регулярні нагадування про дотримання дистанції та швидкості дозволяють знизити ризик травматизму навіть серед досвідчених лижників.

Слід акцентувати увагу на тому аспекті, що фізичний стан туристів під час гірськолижного туризму потребує постійного контролю. Гірськолижний спорт передбачає значні фізичні навантаження, які можуть викликати втому, м'язові перевантаження або переохолодження [1]. Супроводжуючий організовує регулярні перерви, стежить за рівнем гідратації та наявністю необхідного харчування, а також оцінює самопочуття учасників після кожного спуску. Особливо важливо враховувати індивідуальні фізичні особливості кожного туриста, щоб уникнути перевтоми та ризику падінь. Крім того, психологічна підтримка є важливою складовою супроводу. Група, яка відчуває моральну підтримку від супроводжуючого, легше засвоює техніку катання та зменшує рівень стресу [1]. Страх перед складними трасами або швидкими спусками може значно впливати на якість катання, тому супроводжуючий мотивує туристів та підтримує їхню впевненість. Також психологічна підтримка допомагає налагодити командну взаємодію, що особливо важливо для групових турів та навчальних заходів.

Важливо зазначити, що організаційні аспекти включають трансфер, бронювання підйомників та організацію місць відпочинку. Досвідчений супровід враховує індивідуальні потреби групи: наприклад, харчування, відпочинок та медичне забезпечення [4]. Крім того, правильне планування часу дозволяє уникнути черг на підйомниках і оптимально розподілити навантаження протягом дня, що підвищує загальний комфорт туристів.

Слід наголосити, що професійний супровід передбачає готовність до надзвичайних ситуацій. У випадку травм,

переохолодження або погіршення погодних умов супроводжуючий повинен швидко приймати рішення та координувати дії всієї групи [3]. Саме тому наявність знань з надання першої медичної допомоги та умінь орієнтуватися в гірській місцевості є обов'язковою умовою безпеки під час зимових турів.

Потрібно відзначити, що сучасний супровід активно використовує технології. GPS-навігація, рації та мобільні додатки дозволяють супроводжуючому відслідковувати пересування групи та оперативно реагувати на непередбачувані ситуації [4]. Використання таких засобів підвищує ефективність організації турів, особливо на великих територіях або у випадках несприятливих погодних умов. Погодні умови та сезонні особливості впливають на безпеку та планування маршрутів. Високогірні райони характеризуються швидкою зміною погоди та ризиком лавин, що потребує постійного моніторингу та адаптації плану маршруту. Туристи повинні бути готові до різких змін температури та вітру, мати відповідне екіпірування та розуміти, як діяти у випадку погіршення умов.

Особливості гірськолижного супроводу також включають оцінку підготовки туристів до екстремальних ситуацій. Супровід дозволяє навчити групу безпечним методам падіння, правильної поведінки на схилі та використанню спорядження для запобігання травмам [1]. Важливо не тільки передавати знання, а й контролювати, щоб вони застосовувалися на практиці під час спусків.

Таким чином, можна зробити висновки, що туристичний супровід у гірськолижному туризмі поєднує безпекові, організаційні, психологічні та логістичні аспекти. Він забезпечує ефективне освоєння навичок катання, комфортний та безпечний відпочинок, а також формує позитивний туристичний досвід. Професійний супровід сприяє розвитку впевненості, самостійності та задоволенню від активного відпочинку, роблячи гірськолижний туризм доступним для широкого кола туристів.

Література

1. Вербицький О. О., Зігунова І. С. Різновиди та напрями гірськолижного туризму. С. 150-154. URL: <https://repository.sspu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/8db7d3da-4f6b-4545-a931-ba370683ee00/content> (дата звернення: 09.05.2026)
2. Менеджмент туристичної індустрії / за ред. Руденко В.П., Вацеба В.Я., Підгірна В.Н., Цепенда М.В. та ін. Чернівці: Чернівецький національний університет, 2019. 504 с. URL: <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi80/0059794.pdf> (дата звернення: 08.05.2026)
3. Цесьців Д., Ковцун В. Розвиток скітурингу та використання туристичних ресурсів як перспективного напрямку активного туризму в Україні. *Економіка та суспільство*. 2025. Вип. 79. URL: <file:///C:/Users/User/Downloads/6806-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-6712-1-10-20251125.pdf> (дата звернення: 06.05.2026)
4. Roik O. Innovations in tourism: theoretical and practical aspects. Monograph. Boston, USA, 2022. 107 p. URL: <https://isg-konf.com/wp-content/uploads/2022/09/Monograph/979-8-88796-807-0.pdf> (дата звернення: 07.05.2026)