

43.Третьякова Т.Н., Локтева М.С. ООТ Челябинской области как объекты экологического туризма: Учебное пособие для студентов специальности 230500 «Социально-культурный сервис и туризм». – Челябинск: УралГАФК, 2003.

44.Третьякова Т.Н., Локтева М.С. Пещеры как объекты спелеологического и познавательного туризма: Учебное пособие для студентов специальности 230500 «Социально-культурный сервис и туризм». – Челябинск: УралГАФК, 2003.

45.Третьякова Т.Н., Орехов Е.Ф., Локтева М.С. Горнолыжные центры Юж. Урала как объекты регионального туризма: Учебное пособие для студентов специальности 230500 «Социально-культурный сервис и туризм». – Челябинск: УралГАФК, 2003.

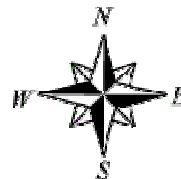
46.Туризм в России: Стат. сборник/Госкомстат России. – М., 2000. – 164 с.

47.Учреждения культурно-досугового типа в РФ в цифрах за 2000 г. – М.,2001. – 47 с.

48.Чебакова И.В. Национальные парки России. Справочник. – М.: Изд-во «Мысль», 1996.

49.Шувалов Н.И. От Парижа до Берлина по карте Челябинской области: Топонимический словарь. – Челябинск, ЮУКИ, 1989.

50.Энциклопедия туриста./ Редкол.: Е.И. Тамм (гл.ред.), А.Х. Абуков, Ю.Н. Александров и др. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993. – 607 с.



**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**
**ФГОУ ВПО УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**
ИНСТИТУТ ТУРИЗМА И СКС

КОТЛЯРОВА О.В.

ГЕОГРАФИЯ ТУРИЗМА И ОТДЫХА

КУРС ЛЕКЦИЙ

ДЛЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОСТИ
100103 «СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНЫЙ СЕРВИС И ТУРИЗМ» И 100201 «ТУРИЗМ»

**Челябинск
2008**

ББК 65.433
УДК 338.46
К 53

Котлярова О.В. География туризма и отдыха. Часть 1. Курс лекций для студентов специальности 100103 «Социально-культурный сервис и туризм» и 100201 «Туризм» / О.В. Котлярова. — Челябинск: ФГОУ ВПО УралГУФК, 2008. — 228 с.

Методическая разработка предназначена для студентов туристских специальностей, а также для преподавателей, осуществляющих образовательную деятельность в области социально-культурного сервиса и туризма.

Список литературы — 50 назв.

Одобрено учебно-методической комиссией ФГОУ ВПО УралГУФК

Рецензенты:

Тарханова Н.П., к.г.н., доцент ЮУрГУ

Максимова Т.В., к.э.н., зав. каф. Туризма и сервиса

© Котлярова О.В., 2008

© ФГОУ ВПО УралГУФК, 2008

29.Матвеев А.С. Особо охраняемые природные территории Челябинской области. — Челябинск: АТОКСО, 1993.

30.Моисеева А.Г. Туристические ресурсы Южного Урала. — Челябинск: ЮУКИ, 2003.

31.Народные художественные промыслы /Под общ. ред. О.С. Поповой. — М.: Легх. и пищ. пром-сть, 1984.

32.Памятники архитектуры Москвы: Кремль, Китай-город, Центр. площади / Ю.И. Аренкова, М.И. Домшляк, В.Я. Либсон.— М.: Искусство, 1983.

33.Памятники русской народной культуры XVIII - XIX веков /Отв. ред. С.Г. Жижина. - М.: ГИМ, 1990.

34.По родной стране: Книга для чтения по физической географии СССР. М.: Просвещение, 1986.

35.Познай свой край. Челябинская область. Краткий справочник. — Челябинск: АБРИС, 2000.

36.Познай свой край. Челябинская область. Туристические ресурсы. Справочник — каталог/сост. В.Б. Беседин, О.И. Воробьева, М.С. Гитис и др. — Челябинск: АБРИС, 2000.

37.Природа Челябинской области. — Челябинск: ЧГПУ, 2001.

38.Советский Союз. Географическое описание в 22-х томах. Европейский Юго-восток: Поволжье, Северный Кавказ / Отв. ред. К.В. Долгополов, С.А. Водовозов; М: Мысль, 1968.

39.Советский Союз. Географическое описание в 22-х томах. Дальний Восток. — М.: Мысль, 1969.

40.Советский Союз. Географическое описание в 22-х томах. Западная Сибирь. — М.: Мысль, 1969.

41.Суздаль: Путеводитель / Авт.-сост. А.Д. Варганов, А.А. Варганов. — М.: Сов. Россия, 1985.

42.Таганай. Справочник — путеводитель по национальному парку./Ред. — сост. А.В. Козлов. — Златоуст, 2002.

15. Девяткова А.И. Оценка природно-географических условий отдыха.- Пермь, 1986.- 45с.

16. Жогова М.Л. Изучение природных достопримечательностей России. // География в школе, 1999, № 1.

17. Забелина Н.М., Исаева – Петрова П.С., Кулешова П.В. Заповедники и национальные парки России. – М.: Изд-во «Мысль», 1998.

18. Заплатин М.А. Вдоль Каменного пояса. – Пермь: Сред.-Урал. кн тизд-во, 1963. – 102 с.

19. Заповедники европейской части РСФСР / Под общей ред. В.Е. Соколова, Б.В. Сыроечковского. - М.: Мысль, 1988.

20. Заповедники СССР. Заповедники Кавказа /Под общ. ред. В.Б. Соколова, Р.Б. Сыроечковского.– М.: Мысль, 1988.

21. Зорин К.П. География туризма и экскурсий в СССР. – М., 1985. – 230 с.

22. Каптиков А.Ю. Каменное зодчество Русского Севера, Вятки и Урала XVIII в.: проблемы региональных школ. - Свердловск: Изд-во Урал. ун-та, 1991 – 184с.

23. Котляров Е.А. География отдыха и туризма. – М., 1978. – 184 с.

24. Крачило Н.П. География туризма. – М., 1987. – 246 с.

25. Кулакова Л.В., Оранский П.В. Лечебные воды и грязи Урала и Западной Сибири. – Свердловск, 1983. – 120 с.

26. Культура народов России. Под ред. Е.Н.Томилова. – Новосибирск, 1995. – 302 с.

27. Курорты. Энциклопедический словарь. / Под ред. Чазова Е.И. – М.: Сов. энциклопедия, 1983.

28. Кусый И.А. Черноморское побережье Кавказа: путеводитель. – М.: Симон-пресс. – 2000.

Содержание

| | |
|---|-----|
| Введение..... | 4 |
| Тема 1. Туристские ресурсы — важнейшая часть туристского потенциала территории..... | 7 |
| Тема 2. Туристское и рекреационное районирование территории..... | 23 |
| Тема 3. Характеристика Европейской туристской зоны России..... | 29 |
| Северо-запад и Север Европейской части..... | 29 |
| Центральная Россия..... | 60 |
| Поволжский туристический район..... | 80 |
| Тема 4. Характеристика Причерноморско-Кавказской туристской зоны..... | 98 |
| Тема 5. Характеристика туристской зоны Сибири и Дальнего Востока..... | 137 |
| Заключение..... | 223 |
| Библиографический список..... | 225 |

Введение

За последние 25 – 30 лет понятия «туризм» и «отдых» существенно изменились. В советское время туризм считался как один из эффективных видов активного отдыха. В настоящее время этот термин используется и как экономическое явление, и как деятельность лиц, путешествующих в местах, находящихся за пределами их обычной среды, и как форма умственного и физического воспитания, и как форма организации отдыха.

В настоящее время у зарубежных и российских географов существуют разные подходы к концепциям развития географии туризма. Это и экономическая концепция, и региональные, и эволюционные.

Термин «география туризма» зародился в США в 20-х гг XX столетия, позже он стал развиваться во Франции и других Европейских государствах. В последние годы улучшение в экономике подхлестывало ученых развитых стран проводить исследования по географическим аспектам туристской деятельности.

В России основы географии туризма начали формироваться в середине 60-х гг. В то время происходили значительные изменения в социально-экономической жизни: быстрый рост потребностей населения в рекреационной деятельности способствовал осознанию того, что удовлетворение этих потребностей станет важнейшим фактором развития общества. Поэтому индустрия отдыха бурно развивалась.

Отличительная особенность советской географии в том, что до конца 80-х гг, она изучала территориально-рекреационные системы (ТРС). После распада Советского Союза многие из ТРС, расположенные за пределами России, попали в зоны этнических и рекреационных конфликтов.

Библиографический список

1. Баранов С.М. Колумбы шестого океана (о спелеотуризме на Южном Урале). Челябинск, 1987 – 98 с.
2. Бубнов Е.Н. Русское деревянное зодчество Урала. – М.: Стройиздат, 1988. – 183 с.
3. Вопросы истории и культуры Удмуртии: Сборник статей/Сост. Т.И. Останина. – Устинов: Удмуртия, 1986 – 136 с.
4. Выголов В.П., Удралова Н.З. В край белых ночей: Путеводитель. – М.: Профиздат, 1986.
5. Географический энциклопедический словарь: Понятия и термины /А.Ф. Трешников (гл. ред.), Э.Б. Алиев, П.М. Алампиев, А.Г. Воронов и др. – М.: Сов. Энциклопедия, 1988.
6. География России: Энциклопедический словарь/ Гл.ред. А.П. Горкин. – М.: Научное издательство «Большая Российская энциклопедия», 1998. – 800 с.
7. Гладкий Ю.Н., Чистобаев А.И. Регионоведение: Учебник. – М.: Гардарики, 2000 – 384с.
8. Горное сердце края. Заповедные уголки Южноуралья. – Челябинск: «Рифей», 1994.
9. Горное сердце края. Исторические, культурные, природные достопримечательности Саткинского района. – Челябинск: Изд-во «Рифей», 1994.
10. Города России: Научно-информац. Справочник. – М.: ЦЭНИИ, 1993, т.1 – 134 с., т.2 – 256 с.
11. Города России: Энциклопедия/Гл. ред. Г.М. Лаппо. – М.: Большая Российская Энциклопедия, 1994.
12. Григорьев А.А. Природные святыни России. // География в школе. 1996. №1.
13. Григорьева Е.В. Природа Южного Урала. – Челябинск: ЮУКИ, 1999.
14. Даринский А.В. Туристические районы РФ и Ближнего Зарубежья. – СПб., 1994.

оздоровительного туризма тесно связано с комплексами отдыха, лечебными профилакториями. Всеми этими факторами Российская Федерация располагает в полной мере.

Целью культурно-познавательного вида туризма в Российской Федерации является ознакомление с историко-культурными, археологическими и архитектурными достопримечательностями туристских районов, посещение музеев, театров, фестивалей, спортивных соревнований и других развлекательных мероприятий. В культурно-познавательном отношении на территории РФ могут быть интересны более двухсот туристских центров, в которых сосредоточено поистине великое множество объектов туристического показа.

В настоящее время география туризма ориентируется не на ТРС, а предметом ее исследования является изучение пространственных закономерностей поведения людей в процессе рекреационной деятельности.

Географию туризма в меньшей степени интересуют комплексные физико-географические исследования природы, экономики, населения. В большей части она изучает и описывает те особенности природы (ландшафт, воды, растительность, животный мир и т.д.), которые являются притягивающей силой для туриста и экскурсанта. Кроме того, в сферу деятельности дисциплины входят памятники археологии, истории и культуры, объекты и события, которые привлекают людей с самыми разными потребностями.

Цели, виды и формы путешествий, планирование тура тесно связаны с определенными географическими районами и объектами. Поэтому географический фактор в туризме играет ключевую роль.

Географические факторы подразделяются на физико-географические, экономико-географические, этнические, культурно-исторические и геополитические.

К физико-географическим факторам относятся характер рельефа (равнинный, предгорный, горный, пустынный), особенности географического положения, климатические и ландшафтные особенности местности, богатство и уникальность растительного и животного мира, наличие экзотических и уникальных природных объектов, морские и океанские ресурсы, минеральные воды и лечебные грязи.

Экономико-географические факторы влияют на развитие туризма двояко. С одной стороны они выступают как объекты, привлекающие туристов в конкретное место, с другой стороны являются важным средством развития рекреации и туризма. В первом случае из-за различий в

уровне развития регионов и стран у представителей деловых и промышленных кругов проявляется интерес. В программу путешествий таких людей включают посещение научных центров и промышленных предприятий с целью изучения опыта, ознакомления с результатами в научно-технической сфере, технологий, повышения профессионального уровня.

Во втором случае экономико-географические факторы способствуют развитию материальной сферы туризма, модернизации и реконструкции объектов, внедрению новейших технических достижений и информационных технологий.

К экономико-географическим факторам, прежде всего, относятся: выгодность экономико-географического положения (относительно туристских рынков, транзитные возможности), уровень социально-экономического развития принимающей страны, наличие квалифицированных кадров для организации приема туристов, уровень цен на ресурсы, услуги средств размещения, общественного питания, транспорта, экскурсионные услуги и т.д., уровень развития внешних и внутренних транспортных связей данного района.

К этническим факторам относят стремление познакомиться с жизнью различных народов и наций, населяющих нашу планету, их быт, традиции, обычаи и культура.

С этническими факторами тесно связаны культурно-исторические. Наличие музеев, выставок, архитектурных памятников и исторических мест — мощный рычаг для развития туризма в стране.

Геополитический фактор рассматривается относительно наличия военно-политических блоков в стране, наличия очагов войны и других вооруженных конфликтов, а также государств с нестабильной экономикой и политической ситуацией.

Заключение

В последние годы прослеживается устойчивая тенденция к многообразию видов туризма, становится разнообразнее идеология путешественников, оформляется наука и система образования в туризме, к традиционным районам отдыха добавляются всё новые притягательные туристские территории.

В России имеются широкие возможности для развития различных видов туризма. В настоящее время туризм в России представлен всеми видами туризма, выделяемыми по цели туристского путешествия: экологическим, лечебно-оздоровительным, культурно-познавательным и спортивным.

Экологический туризм представляет собой целевые поездки в места относительно нетронутой природы и хорошо сохранившимся культурно-историческим наследием. Основным мотивом участия в экологических турах является желание насладиться первозданной природой. Природа России предоставляет большие потенциальные возможности для развития экотуризма. Разнообразие, уникальность, привлекательность и обширность ландшафтов, ещё не охваченных антропогенными процессами, весьма способствуют процветанию этого вида туризма. Национальные и природные парки, заповедники и заказники созданы в уникальных ландшафтах и живописных уголках природы, по примеру американских национальных парков и предназначены для обеспечения потребностей общества в отдыхе, экологическом туризме и экологическом просвещении.

Лечебно-оздоровительный туризм — это туризм с целью отдыха и лечения. Для организации данного вида туризма первостепенное значение имеет наличие целебного климата, лечебных источников и грязей, а также наличие живописных ландшафтов. Кроме того, развитие лечебно-

В 20 км к северо-западу от Южно-Сахалинска находятся уникальные Синегорские минеральные источники углекислой гидрокарбонатной – хлоридной натриевой воды, отличающейся высоким содержанием мышьяка (до 60 – 70 мл на литр и выше). Ее применяют (главным образом для ванн и питьевого лечения при заболеваниях органов пищеварения, кровообращения, периферичной нервной системы и др) во многих лечебных учреждениях области, в том числе в санаториях «Чайка» (курортная местность Пионеры), «Горняк», «Сахалин» и «Синегорские минеральные воды», расположенных в Южно-Сахалинске и его окрестностях. На Курильских островах выявлены месторождения термальных (80 С) хлоридно-сульфидных натриево-кальциевых железисто-алюминиевых вод (Кислый ключ); азотных хлоридных натриевых (Горячий пляж, остров Кунашир); гидрокарбонатных натриевых вод (на острове Итуруп, источник Дачный). Среди месторождений сульфидных илов на Сахалине известны Стародубское, Пугачевское, Изменчивое; для грязелечения в различных лечебных учреждениях Сахалинской обл. преимущественно применяются грязи озера Изменчивое.

Тема 1. Туристские ресурсы –

важнейшая часть туристского потенциала территории

Федеральный закон Российской Федерации «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации», трактует туристские ресурсы как «памятники истории и культуры, народные художественные промыслы, природные, социально-культурные объекты туристского показа, а также иные объекты, способные удовлетворить духовные потребности туристов, содействовать восстановлению и развитию их физических сил».

В рекомендательном акте государств-участников СНГ, под туристскими ресурсами понимается «совокупность природных, оздоровительных, культурных и иных ресурсов данной территории, способных удовлетворять запросы и потребности туриста в компании и порознь».

В рекомендательном акте отражен такой важный аспект туристских ресурсов, как их жесткая связь с конкретной территорией, т.е. территорией отдельного региона.

Каждый регион России имеет специфические туристские ресурсы. Регионы различаются количеством и структурой турресурсов. Это объясняется особенностями их географического положения и социально-экономического развития.

В англоязычной литературе базовым понятием является «tourist destinations» - «места назначения туристов». Всемирная туристская организация (ВТО) относит к ним природные, культурные и специальные объекты, созданные в целях туризма.

В начале 1980-х гг. XX века ВТО были выделены туристские ресурсы, характеризующие предложение туристского продукта (природные и энергетические богатства; институциональные, политические, юридические и административные аспекты; различные блага и услуги, транспорт и оборудование, составляющие специфику инфра-

структуры туризма) и его спрос (человеческий фактор, экономическая и финансовая деятельность, социальные аспекты).

Н.С. Мироненко, И.Т. Твердохлебов полагают, что содержание категории «рекреационные ресурсы» равнозначно понятию «туристские ресурсы», так как «по своему содержанию длительная рекреация совпадает с таким емким понятием, как туризм».

В статье «Энциклопедии туризма» И.В. Зорин, В.А. Квартальнов выделяют следующие ресурсы: рекреационные, природные лечебные, туристские информационные и трудовые ресурсы.

К рекреационным ресурсам относится «часть ресурсов туристских, которая представляет природные и антропогенные геосистемы, тела и явления природы, артефакты, обладающие комфортными свойствами и потребительской стоимостью для организации отдыха и оздоровления определенного контингента людей в фиксированное время с помощью существующей технологии и имеющихся материальных возможностей».

В.А. Квартальнов, И.В. Зорин в определении термина «рекреационные ресурсы» отражают социально-экономическую значимость туризма.

В.А. Квартальнов и И.В. Зорин трактуют природные лечебные ресурсы как «рекреационные ресурсы, предназначенные для лечения и отдыха населения, относящиеся к особо охраняемым природным объектам и территориям, имеющим свои особенности в использовании и защите».

Ресурсы трудовые — население в трудоспособном возрасте, за исключением неработающих инвалидов труда и войны I и II группы и лиц, получающих пенсию по возрасту или на льготных условиях, а также лица в нетрудоспособном возрасте, занятые в экономике. В Российской Федерации трудоспособный возраст определен для мужчин от 16 до 60, а для женщин — от 16 до 55 лет.

другие. В музейном собрании имеются коллекции японского губернаторства Карафуто (1910-1945 гг.), коллекция Александровского музея (1920-1940 гг.), современные поступления. К редким относятся старинные предметы традиционной культуры сахалинских айнов и нивхов. Вниманию посетителей предлагаются уникальные подлинные документы и материалы времен сахалинской каторги (1868-1905), материалы по природе Сахалина и Курил, истории российско-японских отношений XV-XX веков, культуры исчезнувших аборигенов.

Сахалинский областной художественный музей. Расположен в здании бывшего японского банка «Хоккайдо Такусёку», которое было построено в начале 1930-х годов, а в 1980-х годах реконструировано и передано музею. Здание является оригинальным историко-архитектурным памятником. Большой зал первого этажа предназначен для выставочной работы, залы второго этажа заняты постоянными экспозициями: «Древнерусское искусство», «Искусство Японии», «Искусство Кореи». В музее традиционно проводятся музыкальные и поэтические вечера, рождественские и благотворительные концерты, праздники, посвященные торжественным датам и презентациям вновь приобретенных произведений искусства.

Музей Чехова в Александровск-Сахалинском. Первый музей на Сахалине был открыт в 1896 году силами каторжных и администрацией каторги. Нынешний продолжает его традиции. Большой интерес вызывает посещение Сахалина летом 1890 года А.П. Чеховым, его работа здесь, перепись всего сахалинского населения и написание книги «Остров Сахалин». В 1990г. к столетию поездки писателя, открыт Музей книги А. П. Чехова.

В районе города Оха сохраняется нефтяная вышка, установленная в конце XIX века, на первой скважине, положившей начало нефтяным промыслам Сахалина, которая является памятником истории.

Биоклимат Сахалина умеренный, муссонный, близок к приморскому, но имеет ряд особенностей: в нем проявляются черты морского климата. Зима продолжительная и снежная. На юге Сахалина зима более мягкая, чем на тех же широтах в Приморье (температура января - 15°). Это благоприятствует лыжному туризму: турбаза «Горный воздух» зимой действует как горнолыжный курорт.

Благоприятный летний период более продолжительный (с середины мая до конца октября на юге, на севере июнь - сентябрь). Лето теплое (+ 19°). Однако купальный сезон на море ограничен всего 30 днями. Холодные воды Охотского моря только в августе прогреваются до + 17°.

На Курилах климат преимущественно морской. Сахалин и Курилы больше, чем Приморье страдают от тайфунов: через Сахалин ежегодно проходит до семи тайфунов, большая часть их приходится на конец лета - начало осени, они обладают здесь очень большой разрушительной силой. К неблагоприятным явлениям, свойственным этой территории, относятся цунами, лавины, сели, наводнения и частые туманы и дожди. Эти опасные явления снижают ценность биоклиматических условий района.

Большой интерес для туристов представляют возможности морских круизов вдоль сахалинского побережья и вблизи многочисленных Курильских островов. Повсеместно известен природный парк о. Монерон (Японское море), многие считают его одним из самых привлекательных мест на всем Дальнем Востоке России.

Сахалинский краеведческий музей, основан в 1896 году. С 1947 года музей располагается в Южно-Сахалинске, в здании музея бывшего японского губернаторства Карафутто, построенном в 1937 году. Коллекции музея охватывают период с древнейшей истории до наших дней: археологические, этнографические, исторические, палеонтологические, геологические, ботанические, зоологические и

К туристским информационным ресурсам В.А. Квартальнов и И.В. Зорин относят «информацию о территории, ее истории, культуре, природе и людях, полученную туристами непосредственно во время путешествия, в ходе подготовки к нему или по прошествии некоторого времени». Авторы детально рассматривают носители информационных туристских ресурсов: «...материальные объекты, расположенные вдоль трассы туристского маршрута...; топонимика городов, сел, деревень, пригородных урочищ, связанные с ними легенды и мифы, а также посвященные им литературные произведения, научные труды, путеводители, карты, художественные альбомы, фотографии, аудио- или видеопродукты; люди, владеющие необходимой информацией и умеющие передать эту информацию в интересной для туристов форме».

В действующем Федеральном законе «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» отсутствует четко зафиксированное положение о том, какие субъекты рынка должны обеспечивать право туристов на объективную и достоверную информацию, а также о том, что к полномочиям органов государственной власти в области туризма относится обеспечение прав граждан на информацию.

В перечне принципов государственного регулирования в данном Федеральном законе установлено, что «государство...содействует туристской деятельности и создает благоприятные условия для ее развития». Среди условий, касающихся информации в сфере туризма, выделено только одно направление — обеспечение картографической продукцией.

Вопрос информационного обеспечения в туризме более подробно представлен в проекте Федерального закона «О туризме и туристской индустрии в Российской Федерации». Статья 20 посвящена информационному обеспечению

нию туризма, статья 17 - статистическому наблюдению в области туризма. В проекте зафиксировано определение термина «туристская информация».

«Под туристской информацией понимаются сведения о туристских ресурсах, федеральных (региональных, местных) туристских маршрутах, юридических лицах и индивидуальных предпринимателях, внесенных в реестр субъектов туристской индустрии, сведения о сертифицированных средствах размещения, картографическая информация, сведения о размещении объектов туристской индустрии и туристских ресурсах, информация о нормативно-правовых актах о туризме и туристской индустрии, сведения о деятельности органов государственной власти, осуществляющих государственное управление туризмом, обязательные для размещения в системах общего пользования, а также иная информация, определяемая Правительством Российской Федерации».

Значение рассматриваемого вопроса подтверждается тем, что Всемирная туристская организация относит службы туристской информации к турресурсам.

Итак, мы будем придерживаться следующего понятия туристские ресурсы, которое приведено в действующем ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации»:

Туристские ресурсы — это (от франц. *resource* - вспомогательное средство) — природные, исторические, социально-культурные объекты, включающие объекты туристского показа, а также иные объекты, способные удовлетворить духовные потребности туристов, содействовать восстановлению и развитию их физических сил.

Для более полного анализа турресурсов остановимся на их свойствах.

Сахалинский подрайон включает остров Сахалин и Курильские острова. Природные условия определяются на Сахалине двумя хребтами (Срединный и Восточный) и разделяющей их Тымь-Норонайской низменностью. Реки Сахалина преимущественно горные; наиболее крупные — Тымь и Поронай.

Для Сахалинского подрайона характерны экзотичность ландшафтов, широкое распространение эндемичных видов растительного покрова. Уникальные объекты Сахалинской области — одиночные острова: остров Монерон (предложен под охрану как уникальный природный комплекс) и остров Тюлений (лежбища тюленей и огромные птичьи базары).

Чистота и наличие дикой нетронутой природы, красивый ландшафт и животный мир делают регион одним из наиболее интересных мест с точки зрения развития туризма.

Курильские острова — вулканический архипелаг, включающий свыше 30 крупных множество мелких остров и скал; большая часть островов гориста (гора Алаит, высота 2339 метров); имеется около 40 действующих вулканов; характерна высокая сейсмичность. Состоят из двух параллельных гряд островов — Большой Курильский и Малый Курильский. Крупные острова изрезаны многочисленными реками и ручьями (некоторые из них минерализованы). Много озер в том числе кратерных, подпруженных лавами, и лагунных.

Интересны в природном отношении территории Южно-Курильских островов. Они включены в состав Курильского заповедника (на острове Кунашир и вокруг небольших островков). На острове Кунашир много термальных источников. Здесь же находятся памятники военной истории периода войны с Японией в 1945 году.

— углекислая (2,7 г/л углекислоты) гидрокарбонатная кальциевая вода (минерализация 2,3 г/л) содержит железо и кремневую кислоту; температура воды источников +7,2°. Источники были открыты местными охотниками в 1902 году. В настоящий момент они применяются для ванн и питьевого лечения при заболеваниях сердечно-сосудистой системы и органов пищеварения, так как относятся к наиболее распространенному типу – Нарзанов.

Игнашино — бальнеологическая курортная местность в Амурской области в 70 км от железнодорожной станции Ерофей Павлович. Расположено в верховьях реки Амур. Основной природный лечебный фактор — углекислая железистая гидрокарбонатная магниевая-кремневая вода (минерализация 1,3 г/л).

Курорт «Анненские минеральные воды» расположен в долине низовья реки Амур, на правом берегу, в 120 км от Николаевска-на-Амуре и 80 км от г. Хабаровска. По преданию, источники обнаружил нивх Аннушка, именем которого они названы; первое их описание относится к 1856 году. Основным лечебным фактором — гидрокарбонатно-сульфатная натриевая вода с высоким содержанием кремниевой кислоты – 0,106 г/л, щелочная (рН=9,3), с температурой +51° и дебитом 314000 литров в сутки. Термальные источники выходят в живописной местности на левом берегу реки Амурчик. Показания для направления больных на курорт: заболевания органов движения, нервной системы, кожные и гинекологические.

Основные проблемы развития туризма связаны с удаленностью района и плохо развитой транспортной сетью, особенно в северной части. С другими регионами России район связан в основном воздушным и железнодорожным сообщением.

Н.С. Мироненко, И.Т. Твердохлебов отмечают следующие свойства турресурсов: уникальность, историческая или художественная ценность, оригинальность, эстетическую привлекательность и целебно-оздоровительная значимость.

Согласно В.Г. Гуляеву туристские ресурсы характеризуются следующими основными свойствами: аттрактивностью (привлекательность), климатическими условиями; доступностью; степенью изученности; экскурсионной значимостью; пейзажными и эстетическими свойствами.

Туристские ресурсы количественно ограничены и качественно дифференцированы, следовательно, выступают как экономическое благо, как товар, требующий значительных затрат на воспроизводство.

По степени вовлечения туристских ресурсов в сферу экономической деятельности, они делятся:

- по степени вовлеченности в процесс рекреационной деятельности (способность восприниматься только зрительно, использоваться без прямого расходования, непосредственно расходоваться в процессе рекреационной деятельности);
- по степени рекреационного использования (восстановление не требуется, требуется частичное восстановление, необходимо полное воспроизводство);
- по скорости истощения (быстро истощаемые, медленно истощаемые, неисчерпаемые);
- по возможности экономического восполнения (восполнимые, невозполнимые, возможность замены одних ресурсов другими).

В экономическом плане ресурсы туристские выступают как факторы производства туристского продукта, т.к. их дифференциация порождает различия в результатах хозяйственного использования.

Туристские ресурсы фиксируются в кадастре. Кадастр туристских ресурсов — обобщенная (экономическая или экологическая) потребительная (стоимостная или балльная) оценка туристских ресурсов. Кадастр должен быть представлен в региональной либо тематической форме.

Достояние национальное — совокупность природных и антропогенных объектов и порождаемых ими факторов вакационного, оздоровительного, культурного и иного свойства, способных вызвать туристский интерес (Рекомендательный Законодательный акт «Об основных принципах сотрудничества государств — участников СНГ в области туризма», 1994).

Города и местности исторические — города и местности с высоким рекреационным потенциалом, создающие наряду с природными объектами и национальными (природными) парками «жаркас» рекреационной системы страны, региона. Они выступают важным ресурсом туризма (например, Москва, Санкт-Петербург, Суздаль, Псков, Великий Новгород, Волгоград, Ульяновск, Тверь и т.д.).

Туристские ресурсы можно разделить на природные и социально-экономические (культурные). С точки зрения географии туристские ресурсы можно рассматривать исходя из принадлежности к конкретным компонентам природной среды — лесным, водным, климатическим; по функциональному назначению — познавательным, оздоровительным, спортивным.

К социально-экономическим туристским ресурсам относятся историко-культурные объекты (памятники, музеи, сооружения), а также явления (этнографические, производственные, политические).

ный фактор — сульфидная иловая грязь бухты Угловая (запасы грязи 11 миллионов тонн), отличающаяся значительным (60 — 80 мл на литр) содержанием брома. Минерализация грязевого раствора колеблется от 21 до 34 грамм на литр. Применяется для ванн, аппликации и др. Грязевой раствор используют в лечебных целях во многих санаторно — курортных учреждениях Дальнего Востока.

Амгу — бальнеологическая курортная местность (Тернейский район). Расположена в окрестностях поселка и бухты Амгу. Основной лечебный фактор — сульфатно-гидрокарбонатная натриевая вода, содержащая кремниевую кислоту; применяется для ванн и питьевого лечения при заболеваниях органов пищеварения, движения и опоры, периферической нервной системы, кожных и гинекологических болезнях.

Курорт Шмаковка — бальнеологический курорт, в 340 км к северо-западу от Владивостока. Расположен в долине Уссури (бассейн Амура), на склоне горы Курортная. На территории курорта и в его окрестностях преобладают широколиственные леса.

Основной природный лечебный фактор — углекислые гидрокарбонатные магниевые — кальциевые воды с содержанием углекислоты до 3,86 грамм на литр и минерализации до 1,5 грамм на литр. Минеральная вода применяется для ванн, ушей, орошение и тд, а также для питьевого лечения. Курорт основан в 1933 году; профилирован для лечения больных заболеваниями сердечно — сосудистой системы, органов пищеварения, с глаукомой. Все основные зоны курорта объединяет общекурортный парк.

Горноводное — бальнеологическая курортная местность в Приморском крае (Ольгинский район) в 60 км к западу от поселка Ольга (сообщение воздушное и водное). Расположено в южных отрогах Сихотэ-Алиня, в долине реки Солонцовая. Основной природный лечебный фактор

В Благовещенске был административный центр Амурского казачьего войска. Казаки – амурцы участвовали практически во всех крупных сражениях на Маньчжурском театре. Вся свою историю Благовещенск был и остается одним из крупнейших промышленно-культурных центров Дальнего Востока. Это современный город с промышленными предприятиями, высшими учебными заведениями, с театрами, музеями, благоустроенными улицами и площадями, скверами и парками.

Тында — город в Амурской области, столица Байкало-Амурской магистрали (административный центр строительства и эксплуатации БАМ), основан в 1926 году как рабочий поселок для обслуживания Амуро-Якутской автодороги.

Рекреационная сеть среднеразвитая и представлена, в основном, лечебно-оздоровительными учреждениями.

Приморская курортная зона расположена в Приморском крае, в пригороде Владивостока; включает курорт Садгород и ряд климатических курортных местностей. Протяжённость Владивостокской курортной зоны около 16 км. Расположена на побережье Амурского залива Японского моря.

Курорт Садгород — грязевой и приморский климатический курорт расположен на юго-восточном берегу бухты Угловая Японского моря, в живописной местности с богатой и разнообразной растительностью лиственных лесов маньчжурского типа. На территории курорта – обширный парк. Курорт основан в 1922; профилирован для лечения больных с заболеваниями периферической нервной системы, органов движения и опоры, гинекологическими болезнями.

Близость моря, высокая инсоляция, чистый и ионизированный воздух благоприятны для проведения климатотерапии. На ряду с климатом основной природный лечеб-

Природные туристские ресурсы

Одним из определяющих факторов формирования потребности в туризме являются те природные и созданные человеком объекты, условия и явления, которые становятся сферой туристских устремлений, то есть создают возможность для реализации туристских целей.

Стадия потребления в туризме связана с использованием специфических туристско-рекреационных ресурсов, отличающихся от других видов ресурсов. С одной стороны, туристские ресурсы обладают максимально возможным разнообразием, поскольку к ним можно отнести чрезвычайно широкий спектр как природных, так и созданных человеком объектов, явлений и условий, от благоприятного климата до условий, обладающих специфической способностью – вызывать туристский интерес. С другой стороны, в процессе социально-экономической деятельности человека туристские ресурсы обладают уникальной способностью расходовать и наращивать свой потенциал.

По происхождению туристские ресурсы имеют природную и антропогенную составляющие.

Природными ресурсами являются элементы и силы природы, которые могут быть использованы в производственной и непроизводственной сферах для удовлетворения потребности людей в туристской деятельности.

В ряду многочисленных функций природных ресурсов все большую актуальность приобретает использование природных ресурсов в качестве средства восстановления духовных и физических сил, т.е. в целях рекреации, то есть в качестве рекреационных ресурсов.

К природным лечебным ресурсам относятся ландшафты (рельеф, наличие водных объектов, растительность), биоклимат и гидроминеральные ресурсы (минеральные воды и лечебные грязи).

Первые два фактора присутствуют на любых курортах: климатических, бальнеологических и грязевых. Они являются основополагающими при выборе лечебной местности под курортное строительство, при планировании и функциональном зонировании территории, как отдельных здравниц, так и курортных зон.

Курортологическая ландшафтная оценка лечебной местности производится с учетом ее функциональных и эстетических качеств.

Рельеф местности

Для лечебно-оздоровительного отдыха как функционально, так и эстетически наиболее благоприятна пересеченная местность, так как она дает возможность отдыхающим при прогулках на сравнительно небольшом расстоянии получать необходимые энергетические нагрузки для тренировки сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата.

Наиболее благоприятен крупнохолмистый или грядовой рельеф на равнинах, возвышенностях или в предгорьях. Его используют при прокладке терренкуров (маршрутов дозированной ходьбы) различной категории сложности в зависимости от энергетических нагрузок на организм человека.

Водные объекты

Водные объекты функционально используются для организации пляжно-купального отдыха на курортах. Купальный период исчисляется числом дней с температурой в водоеме выше 17°C.

При выборе водоема для купания оцениваются следующие параметры:

- характер берега (пологий, крутой, заболоченный);
- удобство подходов к воде;
- размер пляжной полосы и ее состав (песок, мелкая или крупная галька, травяной покров, глина, торф и пр.);
- наличие отмели, ее размеры и характер дна (песчаный, галечный, заиленные пески, ил, глина).

Амурская область

В Амурской области туристов привлекают теплоходные экскурсии по Амуру (от Благовещенска до Хабаровска, Комсомольска-на-Амуре, Николаевска-на Амуре). Любители походов на байдарках и катамаранах совершают походы по рекам Бурее и Олекме.

На территории области много археологических памятников. Среди них: стоянки нижнего и верхнего палеолита у села Кумары — один из древнейших памятников археологии Дальнего Востока; Гродековское городище (старый Айгун) в селе Гродекове, основанное в конце первого тысячелетия нашей эры племенами мохэ; городище «Гора Шапка», входило в систему оборонительных сооружений китайской империи Цинь на Амуре; стоянки в Усть-Ульме эпох палеолита, мезолита, бронзы.

Благовещенск — столица Амурской области с 1858 г. и наиболее интересный город этой территории. Еще в XVII в. Е.П. Хабаров основал здесь острог, но только в середине XIX в., когда генерал-губернатором Восточной Сибири Н.Н. Муравьевым были предприняты энергичные усилия для возвращения амурской территории России, в 1856 г. на левом берегу Амура, недалеко от устья р. Зеи, был основан Усть-Зейский пост. В начале мая 1858 г. в Усть-Зейской станице был заложен храм Благовещения, а станица была переименована в Благовещенскую.

Украшением города являются величественные храмы: СвятоТроицкая церковь (Шадринский собор), Вознесенский и Никольский собор. Благовещенский кафедральный собор, Михайло-Архангельская, Пророко-Ильинская церкви и др. В 1980 году город посетил проездом на Сахалин А.П. Чехов. Сохранились в Благовещенске кварталы деревянных домов с приусадебными участками (конец XIX века), интересные кирпичные здания начала XX века.

Изучение этих загадочных рисунков на берегах Амура еще продолжается, и будет продолжаться поколениями ученых-археологов, искусствоведов, историков.

Группа археологических памятников на о. Сучу датирована периодом от неолита до этнографической современности. Расположена на о. Щучьем, в 2 км от пос. Мариинское. Была известна еще при освоении Амура в середине XIX в. как место древнего поселения.

На территории Хабаровского края есть интересные памятники древности, расположенные на берегах рек Кии и Сукпай. Один из них относится к 3-1 тысячелетию до нашей эры и находится в 10 км от с. Переяславка на высоком правом берегу реки Кии в местечке Чертов Плес. У заболоченной кромки правого берега на вертикальной базальтовой скале острым предметом выбиты различные изображения — двенадцать рисунков, которые изображают представителей уссурийской фауны и антропоморфных стилизованных лиц, называемых личинами.

Другая достопримечательность, датируемая первым тысячелетием до нашей эры, находится в 13 км от устья реки Сукпай. На правом берегу в нижней точке излучины привлекает внимание трехъярусная композиция, состоящая из нескольких красноватых рисунков, выполненных охрой.

Тырские храмы — комплекс памятников. Датирован XV в. Расположен на правом берегу Амура, за южной окраиной с. Тыр, на вершине Тырского утеса. Включал остатки 2 буддийских храмов, а также каменную стелу с надписями на 4 языках. Создавался в период неудачных военных экспедиций на Нижний Амур Минской династии Китая.

Для рек важна скорость течения реки, которая считается благоприятной при величине менее 0,3 м/сек и допустимой при 0,3 — 0,5 м/сек. При скоростях выше 0,5 м/сек реки для купания не используются. Для морей и крупных континентальных водоемов учитывается также вероятность штормов в купальный период.

Особое значение для оздоровления имеет температурный режим водоема: комфортные условия купания при температуре воды 18-24°C, прохладные условия купания (16-17°C) и теплые (25-26°C). При температуре ниже 16°C купания в естественных водоемах на курортах не проводятся. Оздоровительного эффекта не оказывает и купание в слишком теплой воде (выше 26°C). В России такие индифферентные условия купания в отдельные дни отмечаются только в теплых морях (Черном, Каспийском, Азовском и Японском), в то время как на большинстве курортов Средиземноморья, в Египте, на Красном море, они преобладают весь летний период.

Определяющим фактором является санитарно-гигиеническое состояние водоемов. С ростом урбанизации все меньше остается водоемов, пригодных для купания. Загрязнению подвергаются не только внутренние малые водоемы, но и прибрежные территории морей. Их загрязняют как промышленные предприятия приморских городов, так и сами курорты.

Растительный покров

Значение третьей составляющей ландшафта — растительного покрова — очень велико, так как с ним связано непосредственное оздоровительное влияние ландшафта благодаря ионизационным и фитонцидным свойствам растений. Особенно важна роль лесных угодий, способствующих повышению содержания кислорода в воздухе и его ионизации, оказывающей очищающее воздействие на организм человека.

Оптимальной ионизацией характеризуются смешанные леса и сосновые боры, а из древесных пород высокой ионизационной способностью, помимо сосны, обладают береза, липа, дуб, рябина, лиственница, ель и пихта.

Фитонциды — это выделяемые растениями летучие вещества, которые стерилизующе действуют на определенные микроорганизмы. Так, фитонциды, выделяемые пихтой и сосной, убивают коклюшную палочку и палочку Коха, возбудителей брюшного тифа и дизентерии; береза и тополь поражают микроб золотистого стафилококка.

Но, фитонциды, благотворно действуя на одни виды заболеваний, будут неблагоприятны для других. В первую очередь это касается фитонцидов сосны, раздражающе действующих на больных с сердечно-сосудистыми заболеваниями, а во время цветения часто вызывающих приступы у больных бронхиальной астмой.

Более оптимальными оказываются смешанные и широколиственные леса, пригодные для широкого контингента отдыхающих. При организации курортных парков и выборе мест под санаторное освоение видовому составу насаждений уделяется большое внимание.

Помимо функциональных особенностей ландшафта, очень важны его эстетические свойства. Красота пейзажа оказывает сильное эмоциональное воздействие на отдыхающих, поднимая их жизненный тонус. Эстетическая оценка лечебной местности производится в соответствии с основными критериями, принятыми в ландшафтной архитектуре, в которых учитываются сочетание всех составляющих ландшафта, соотношение открытых и закрытых пространств, наличие видовых панорам и уютных уголков пейзажа, колористическое разнообразие. По этим законам проектируются и курортные рукотворные парки. Однако психологическая комфортность пейзажа у каждого человека проявляется индивидуально.

Дальневосточный художественный музей — одно из красивейших зданий в Хабаровске. Памятник архитектуры конца XIX века, бывшее Офицерское собрание. Более 1000 экспонатов из лучших музеев страны — Государственного Эрмитажа, Государственной Третьяковской галереи, Государственного Русского музея и других собраний составили основу дальневосточной художественной коллекции. Дальневосточный художественный музей — это региональный центр научно-исследовательской, экспозиционной, методической, выставочной и кураторской работы в области изобразительного искусства. Коллекция музея состоит из 12 тыс. экспонатов. Фонды музея располагают произведениями древне-русской живописи, западноевропейских мастеров 15-19 столетия, русских мастеров 15-20 века, мастеров народов Приамурья.

Краеведческий музей в селе Троицком. Фонды музея насчитывают более трех тысяч экспонатов, характеризующих древнюю самобытную культуру нанайцев. При музее работает сувенирный киоск, где можно приобрести изделия местных мастеров (берестяные короба, вышитые панно, коврики, амулеты, плетеные блюда и прочее).

В числе археологических памятников, поразивших воображение первых исследователей Дальнего Востока, были древние рисунки вблизи национального нанайского села Сикачи-Алян, что расположено в 75 км от г.Хабаровска ниже по течению Амура. Первые сведения о сикачи-альянских наскальных рисунках появились в 70-х годах XIX века. В древних изображениях на валунах и скалах Сикачи-Альяна способом глубокой желобочной выбивки с помощью каменных инструментов выполнены рисунки масок, зверей, антропоморфных изображений, птиц (всего около 300 изображений). Наиболее древние рисунки датированы эпохой раннего неолита (7-6 тысячелетия до н.э.).

Хабаровск протянулся вдоль Амура на 50 километров. Крупнейший экономический, финансовый и транспортный центр Дальнего Востока с населением более 600 тысяч человек, Хабаровск постоянно обновляет и модернизирует свой облик.

Рядом с городом расположен и Большехехцирский заповедник, предлагающий свои тропы любителям туризма.

Музеи

Военно-исторический музей Краснознаменного Дальневосточного военного округа располагает более чем 12 тысячами экспонатов, рассказывающих об истории округа с момента его создания и до настоящего времени. Он находится в старинном здании на берегу реки Амур в историческом центре города. Здание является памятником архитектуры федерального значения.

Государственный музей Дальнего Востока основан 19 апреля 1894 года по инициативе Приамурского отдела Русского географического общества. В год 100-летнего юбилея музею было присвоено имя Н.И. Гродекова — генерал-губернатора, принимавшего участие в создании музея, почетного гражданина г.Хабаровска. В 1975 году к музею пристроено новое здание, в котором развернута экспозиция отдела истории советского общества и панорама «Волочаевский бой». Сегодня фонды музея насчитывают свыше 200 тыс. уникальных экспонатов, знакомящих с природными особенностями и богатствами Хабаровского края, жизнью и обычаями коренных народов, историей края от древнейших времен до наших дней. В музее проводятся обзорные и тематические экскурсии, школьные уроки и занятия студентов, встречи с деятелями науки и культуры, лекции и беседы, занятия краеведческих кружков. Работает детский музейный центр. В 2000г. музей стал победителем всероссийского конкурса «Окно в Россию» в номинации «Музей года».

Биоклимат — фактор, определяющий влияние климата на организм человека. Это влияние может быть как положительным, и тогда его используют в климатотерапии, так и отрицательным, вызывающим негативные последствия в организме человека, которые надо учитывать при выборе места отдыха и во время лечебного курса на курортах.

Биоклиматические параметры, в отличие от метеорологических, обычно представляют комплексное воздействие на организм человека различных характеристик воздушных масс (температуры, влажности воздуха, скорости ветра, атмосферного давления и др.).

Уровень комфортности для людей, постоянно живущих в различных природных зонах, разный. При перемещении с севера на юг или обратно люди меняют привычные климатические условия, и их организм испытывает значительное напряжение.

Привыкание человека к новым климатическим условиям происходит постепенно в течение определенного периода, называемого климатической адаптацией, который у разных людей может длиться от нескольких дней до месяца. При выборе южных курортов необходимо помнить, что в этот период лечение и активный отдых противопоказаны.

Помимо климатических различий при перемещении с запада на восток или обратно, отдыхающие ломают свои биологические циклы, при разном и частом изменении которых может развиваться десинхроз, который пагубно отражается на всех системах человеческого организма. Временная адаптация может проходить достаточно болезненно. Особенно опасно, если одновременно меняются и климатические зоны и часовые пояса, и период привыкания должен включить как климатическую, так и временную

адаптацию. Это требует довольно значительного отрезка времени, которым обычно приехавшие издалека на курорт отдыхающие не располагают.

По возвращении с курорта наступает период реадаптации, сопровождающийся анемичным состоянием, а нередко и обострением заболевания.

При выборе сезона для лечения необходимо учитывать дискомфортные проявления биоклимата, представляющие реальную опасность для организма человека. К ним относятся:

- избыток ультрафиолета, который характерен для центральных месяцев лета на территориях, расположенных южнее 42°с.ш. (Средиземноморье, Красное море, Закавказье). На российских морских побережьях Кавказа и курортах Северного Кавказа опасность представляют околополуденные часы. В это время избыток ультрафиолета, сопровождающийся чрезмерной биологической активностью солнца, может привести к развитию онкологических заболеваний, солнечной аллергии, обострению сердечно-сосудистых заболеваний, диабета, заболевания печени и почек.

- термический дискомфорт перегрева летом или переохлаждения зимой. Для жителей средней полосы России перегрев по теплоощущению наступает, когда ЭЭТ (эквивалентно-эффективные температуры, учитывающие совместное воздействие температуры, ветра и влажности воздуха) превышают 23°С. Дискомфорт охлаждения наступает зимой, когда теплоощущение снижается до -25°С.

- духота — высокое влагосодержание воздуха, при котором плотность водяного пара превышает 18 мб. Духота активно развивается в летние месяцы на Кавказе. В Средней полосе России и на юге Сибири возможно лишь умеренное проявление ее в июле. Особенно опасно, когда духота сопровождается перегревом, и проявляется гидротермический дискомфорт, характерный для Кавказского лета.

Музеи Дальневосточного государственного технического университета

Зоологический музей Дальневосточного государственного университета

Океанариум ТИНРО-центра

Детская картинная галерея

Музей боевой славы Тихоокеанского пограничного округа

Музей Владивостокской крепости

Всероссийское значение имеет санаторно-курортная зона города. Здесь расположены лучшие здравницы Сибири и Дальнего Востока. Круглогодично действуют детский центр «Океан», множество домов отдыха и туристических баз.

Хабаровский край

Перспективным направлением развития туризма в охото-морском районе являются морские круизы вдоль побережья Татарского пролива и Охотского моря. В настоящее время потенциальными туристскими ресурсами края являются природные объекты, такие как: Шантарские острова, Мальминские острова, бухта Федора, остров Ионы.

Несмотря на наличие большого числа природных туристских объектов и локальных мест с лечебными факторами, сеть рекреационных объектов (санатории курорты, дома отдыха, и др.) на морском побережье Хабаровского края развита слабо. Сдерживающими факторами в развитии рекреационного туризма являются:

— суровость климата на большей территории побережья;

— труднодоступность мест благоприятных для отдыха;

— слаборазвитая транспортная инфраструктура (отсутствие круизных судов, технически оснащенных портовых сооружений, автомобильных дорог и др.);

— несовершенство законодательной и нормативной базы регулирующей отношения в области организации морского круизного туризма.

Дальнего Востока Дальневосточного отделения Российской академии наук. Музей создан для хранения и показа разнообразных материалов, добытых специалистами Института в археологических и этнографических экспедициях на территории Дальнего Востока. В фондах и экспозиции Музея находятся около 200 тысяч предметов, из которых 8 тысяч относятся к уникальным и представляют особую научную ценность. Экспозиция Музея состоит из трех разделов, охватывающих историю Дальнего Востока России с древнейших времен до настоящих дней — «Первобытное общество на территории Дальнего Востока», «Средневековые государства Дальнего Востока», «Культура и быт коренных народов Дальнего Востока».

Геолого-минералогический музей Дальневосточного геологического института РАН — первый научный геологический музей на Дальнем Востоке России. Основу коллекционного фонда музея составляют каменные материалы многочисленных экспедиций, ценные дары научных сотрудников и коллекционеров-любителей. Небольшая часть коллекций приобретена в «Союзкварцсамоцветах». В настоящее время на хранении находится около десяти тысяч образцов, из них 1500 - в постоянных экспозициях.

Музей Института биологии моря ДВО РАН основан в 1994 г. как региональный центр концентрации коллекций морских организмов, преимущественно из российских дальневосточных морей — научного фондового собрания, не уступающего по степени музейной обработанности коллекциям музеев европейской части России, и для создания экспозиции, посвященной морской биоте различных географических зон Мирового океана. В Музей была передана общеинститутская коллекция беспозвоночных животных, накапливавшаяся более 20 лет за счет экспедиционных сборов сотрудников ИБМ, включающая более 40 тысяч каталогизированных единиц хранения, и ставшая основой фондов.

- сильный ветер со скоростью выше 7 м/с неблагоприятен для людей, страдающих сердечно-сосудистой патологией, бронхиальной астмой. Он преобладает на открытых пространствах степной и пустынной зоны на юге России.

- контрастная изменчивость погодного режима, сопровождающаяся резким изменением температуры воздуха, атмосферного давления и ветрового режима, проявляется на большей части нашей территории в зимний период, а в Прибалтике практически круглый год.

Дискомфортные явления биоклимата относятся к области риска для отдыхающих, их надо учитывать при направлении больных на тот или иной курорт, а в случае самостоятельной покупки клиентом путевки предупреждать его через туристическую фирму об опасности.

К положительным факторам биоклимата, которые используются в климатолечении, относятся:

- продолжительный инсоляционный режим;
- благоприятные термический, ветровой режимы и режим влажности, позволяющие организовывать общие и специальные виды аэротерапии;
- устойчивый погодный режим;
- продолжительный купальный период.

Лечебные грязи — это осадки различных водоемов, торфяные отложения болот, извержения грязевых вулканов и другие природные образования, состоящие из воды, минеральных и органических веществ, и представляющие собой пластичную, однородную, тонкодисперсную массу, применяемую в нагретом состоянии для грязелечения.

Для обозначения всего многообразия лечебных грязей Комитетом Международного общества медицинской гидрологии предложен термин «пелоид» (от греческого слова «пелос» — ил или глина).

Происхождение лечебных грязей всегда связано с жизнедеятельностью микроорганизмов, в результате чего накапливаются биологически активные вещества (ферменты, гормоны), коллоиды и образуются газы (CH_4 , H_2S , H_2 , CO_2 , N_2).

По происхождению лечебные грязи подразделяются на шесть генетических типов:

1. Торфяные грязи (торфа лечебные)

2. Сапропель — это иловые отложения преимущественно органического состава, являющиеся продуктами разложения животных и растительных остатков на дне пресных водоемов (рек, озер).

3. Иловые сульфидные грязи — это иловые тонкодисперсные отложения преимущественно соленых минеральных озер, в которые поступает большое количество растворенных минеральных веществ и твердых частиц.

4. Сопочные грязи являются продуктом разрушения грязевых вулканов, т.е. результатом разрушения горных пород, выбрасываемых в газонефтеносных областях по тектоническим трещинам и земной коре газами и напорными водами. Они образуются в районах с месторождениями нефти и газа, где имеются толщи глинистых пород.

5. Глинистые илы — минеральные тонкодисперсные осадки современных или древних (исчезнувших и погребенных) водоемов с небольшим содержанием органических веществ и отсутствием сульфидов железа.

6. Гидротермальные грязи характерны для районов с активной вулканической деятельностью (Камчатка, Курильские острова). Проявляются на участках выхода на поверхность горячих газопаровых струй с углекислым газом и сероводородом.

Минеральные воды — это подземные (реже поверхностные) воды, характеризующиеся повышенным содержанием биологически активных минеральных (реже органи-

ческая краевая картинная галерея. Она обладает уникальным собранием русской, советской и зарубежной живописи XVIII - XX вв.

Здание Универсального магазина «Торгового дома Кунст и Альберс» — одно из красивых и оригинальных зданий города.

Здания старинной архитектуры сохранились и на Корабельной набережной, и по улицам Суханова, прапорщика Комарова, Океанскому проспекту и многим другим.

Владивосток сохранил и такой редкий памятник как комплекс фортификационных сооружений Владивостокской крепости. Она уникальна как памятник военно-оборонительного зодчества. Владивостокская крепость является одной из двух морских крепостей России, построенных в конце XIX - начале XX вв. в соответствии с новыми для тех лет концепциями фортификации, сложившимися после франко-прусской войны 1870 г. Строилась она для защиты Владивостокского порта, как главной базы Сибирской флотилии. Структура Владивостокской крепости уникальна тем, что стоит из двух независимых комплексов оборонительных сооружений. Фортификационные сооружения представлены береговыми и горными батареями, защищавшими город и с суши, и с моря.

Музеи города Владивостока

Приморский государственный объединенный музей им. В.К.Арсеньева. Сейчас на трех этажах здания музея развернута экспозиция: археологии, этнографии коренных малочисленных народов дальневосточного региона, освоения и заселения края, «Старый Владивосток», советского периода истории края, природы и экологии и ряд передвижных временных выставок.

Музей Института истории, археологии и этнографии ДВО РАН является отдельным научным подразделением Института истории, археологии и этнографии народов

тами. Здесь действуют 9 высших учебных заведений, крупнейшие из которых — Дальневосточный государственный университет, Дальневосточный технический университет, Морская академия им. Г.И.Невельского, Академия экономики и управления и другие.

В культурной жизни города огромную роль играют его театры: Камерный, Драматический театр им.Максима Горького, действуют Приморская филармония, цирк, картинные галереи. Во Владивостоке находится старейшее краеведческое учреждение края — Приморский филиал Географического общества России.

Владивосток является самым крупным историческим центром Приморья. В нем имеется более двухсот памятников. В архитектурном облике города смешалось старое и новое. Здания конца XIX - начала XX вв. соседствуют со зданиями, построенными в конце XX в. Сохранились и жилые дома - памятники русского деревянного зодчества конца XIX века. Несмотря на массивованное градостроительство последних десятилетий, город по-прежнему сохраняет и отдельные исторические здания и целые улицы.

Основные экскурсионные объекты:

Здание железнодорожного вокзала, его архитектурный и художественный образ оформлен в стиле старого русского зодчества и напоминает дворцы-терема русских царей XVII в. Здание было построено в 1894 г.

Одна из старинных улиц города — Алеутская. Свое название она получила в честь шхуны «Алеут». В начале истории города, когда здесь еще шумел первозданный лес, матросы шхуны прорубили первую просеку, которая стала активно застраиваться. К настоящему времени на ней сохранилось здание бывшего Гранд-отеля, в свое время самой фешенебельной гостиницы города, а также здание бывшей гостиницы «Версаль» и Русско-Азиатского банка. В настоящее время в банке располагается Примор-

ческих) компонентов и обладающие специфическими физико-химическими свойствами, на чем основано их действие на организм человека и лечебное применение.

Минеральные воды содержат те же вещества, которые присутствуют в человеческом организме и их лечебное действие заключается в восстановлении нарушенного равновесия.

Практически все природные ресурсы обладают туристским и рекреационным потенциалом, но степень использования его различна и зависит от рекреационного спроса и специализации региона. Важным условием реализации потенциала природных туристско-рекреационных ресурсов является востребованность этих ресурсов, то есть возникновение потребности в ресурсах со стороны туристов, а также их доступность, что отчасти определяется их географическим положением, транспортной и социальной инфраструктурой территории, располагающей туристско-рекреационными ресурсами.

Каждый из природных ресурсов наиболее эффективен только в комплексе с другими природными ресурсами и если какой-либо из природных ресурсов, который потенциально может использоваться для восстановления духовных и физических сил человека, находится в сочетании с природными ресурсами, не обладающими этим свойством, то этот потенциально рекреационный ресурс так и останется невостребованным и, следовательно, не будет служить рекреационным. Например, гидроминеральные источники, расположенные на побережье Ледовитого океана. Мировой опыт развития туризма показал, что при росте популярности экстремальных видов туризма возникают программы туристского обслуживания в составе туристско-рекреационного продукта, предполагающие путешествия туристов по Северному морскому пути на ледокольных судах, в перспективе — туристские путешествия в космос.

Таким образом, глобальная перспектива научно-технического прогресса, обуславливающего рост качества жизни, является предпосылкой возникновения новых видов туристских потребностей, то есть вовлечения в хозяйственный оборот новых, нетрадиционных видов туристско- рекреационных ресурсов.

Вовлечение в рекреационное использование ранее не тронутых туристско-рекреационных ресурсов может стать решающим фактором реструктуризации промышленных депрессивных территорий. Туристско-рекреационные ресурсы выступают как экономические общественные блага, использование которых приводит к положительным внешним социальным эффектам.

Необходима система государственного регулирования охраны и использования туристско-рекреационных ресурсов на основе, государственной собственности на них. При выполнении этого условия общество в лице государства сможет получать рентный доход (туристскую ренту) в форме платы за пользование территориями, обладающими наиболее привлекательными для туристов туристско-рекреационными ресурсами, а также за счет этого источника в результате аккумуляции финансовых ресурсов и их перераспределения иметь возможность, во-первых, поддерживать и восстанавливать туристско-рекреационные ресурсы регионов с избыточной антропогенной нагрузкой на них; а также, оказывать государственную поддержку инновационным проектам вовлечения в туристский оборот туристско-рекреационного потенциала менее освоенных в отношении развития туризма регионов.

Культурно-исторические и экономические ресурсы туризма

Классификация туристско-рекреационных ресурсов, принятая в отечественной теории и практике туризма, предполагает деление видов туристско-рекреационных

На территории края насчитывается, около 100 проявлений и месторождений углекислых холодных, азотных термальных, азотметановых, метановых и других минеральных вод.

На территории Приморского края известно более двух тысяч археологических и исторических памятников, имеющих большое культурное значение. Их них 875 относятся к эпохе первобытнообщинного строя (поселения палеолита, мезолита и неолита) и к средневековью (первые государственные образования - государство Бохай, государство Чжурчженей и др.).

При анализе распределения памятников истории и древней культуры по краю определены территории с наивысшей их концентрацией, которые выделены в качестве культурно-исторических зон. К таким территориям относятся бассейн залива Посыета (около 120 памятников), окрестности пос. Черниговки (около 180 памятников), а также долина р. Раздольной, верховья Уссури, бассейн р. Илистой, отдельные участки побережья Японского моря, ряд других участков.

Город Владивосток — самый крупный в Приморском крае и в целом на Дальнем Востоке России. Это промышленный, транспортный, научный и культурный центр, самый крупный порт на Тихоокеанском побережье России.

г. Владивосток образован в 1860 г. Морской порт является «сердцем» города. Он имеет 16 причалов протяженностью 4190 м., пассажирский район и специализируется на переработке контейнеров и навалочных грузов, идущих на Сахалин, Камчатку, в Магаданскую область, в северные районы Республики Саха. Суда Дальневосточного морского пароходства обслуживают морские зарубежные линии.

Выделяется Владивосток своим научным и культурным потенциалом. Здесь размещается Дальневосточное отделение Академии Наук России с 14 академическими институ-

Из этих ландшафтов для рекреации на первом месте находятся морские побережья, находящиеся в районе Посъета – Славянки, отдельные участки берега Уссурийского залива. Это единственные на Дальнем Востоке пляжи у теплого моря, а продолжительность купального сезона составляет колеблется от 70 до 106 дней и более. Для берегов характерны их сильная изрезанность, наличие прекрасных широких песчаных пляжей и лесных участков на прилегающих террасах и склонах. Эти уникальные участки побережья являются единственными на азиатской части России, где имеются возможности для развития различных видов морской рекреации.

На территории края насчитывается несколько десятков гор и сопков, представляющих интерес для массового туризма. Из них наиболее посещаемыми являются: Пидан, Ольховая, Облачная, Высокая. Неизменный интерес у самодельных туристов и ученых краеведов вызывают древние потухшие вулканы. Наиболее известен у местных туристов вулканы Барановский (р. Раздольная), вулканы, расположенные на мысе Поворотный и на мысе Олимпиады.

В Приморском крае имеется ряд специфических ограничений освоения рекреационных территорий. К ним относятся: муссонный характер климата, связанный с частыми тайфунами; высокая относительная влажность воздуха, большое число дней с сильными ветрами, туманами; небольшая мощность и непродолжительность залегания устойчивого снежного покрова в южных и предгорных районах. В Приморье широко распространены кровососущие насекомые, а также переносчики ряда опасных природно-очаговых заболеваний. В заливах и бухтах Японского моря в период купального сезона часто появляется в большом количестве ядовитая медуза (крестовик).

ресурсов на три группы по признаку происхождения: природные (физические и биологические), антропогенные (культурно-исторические, техногенные) и комплексные (уникальные, энерго-информационные, природно-антропогенные).

Туристско-рекреационные ресурсы имеют сложную функционально-генетическую структуру, которая в значительной степени затрудняет их классификацию и определение от других дефиниций теоретических исследований экономики туризма.

Традиционный, далеко не исчерпывающий, перечень объектов туристского показа, используемый преимущественно в зарубежных исследованиях в сфере туризма, представляется десятью основными типами туристского показа, включая: древние памятники, исторические строения, разработанные парки, сады и т.д.; тематические парки, заповедники, музеи, галереи искусств, промышленные строения, тематические объекты розничной торговли, парки отдыха и развлечений (табл. 1).

Тема 2. Туристское и рекреационное районирование

Основной составляющей любого исследования территориального развития туристско-рекреационного комплекса является туристское районирование.

Туристическое районирование — выделение районов с целью систематизации географической информации о туризме и выявлении территориальных закономерностей его развития. В основу туристского районирования заложена преобладающая туристская функция района или сочетание функций.

Ведущим показателем выделения туристского района служит уровень специализации территории в общем территориальном разделении труда. Отечественная таксономическая система туристских районов выделяет следующие

Таблица 1

Десять основных типов туристского показа

| | |
|--|---|
| 1. Древние памятники | Охраняемые укрепления – форты, могильные холмы, все строения времен Римской империи. |
| 2. Исторические строения | Замки, дома, дворцы, церкви, городские центры, деревни и т.п. |
| 3. Разработанные парки, сады и т.п. | Национальные парки, сады (исключая городские рекреационные зоны), места особой живописности. |
| 4. Тематические парки | Специально спроектированные парки, типа Disney World, может быть сочетание с историческими местами, например, Colonial Williamsburg в США, или с парками, например, Alton Towers в Британии |
| 5. Заповедники | Зоопарки, аквариумы, птичники, охотничьи угодья, парки для игр и сафари |
| 6. Музеи | Неограниченное количество: специализированные музеи, например, научные, транспортный, кораблестроения и др., музеи, основанные на какой-либо местности, например, Colonial Williamsburg (США) или Ironbrige Gorge (Британия), музеи национальных, региональных и местных коллекционеров |
| 7. Галереи искусств | Традиционные галереи с коллекциями, собранными в течение десятилетий |
| 8. Промышленные строения | Архитектурные строения, связанные с угольной, текстильной промышленностью, железной дорогой, доками, начиная с 1750г. |
| 9. Тематические объекты розничной торговли | Бывшие коммерческие строения, например, закрытый рынок, товарная биржа или склад, используемые для розничной торговли, часто тематической |
| 10. Парки отдыха и развлекательный | Специально построенные парки с роликовыми дорожками, машинами и другими аттракционами |

Гидроминеральные ресурсы. Известны углекислые, сульфатные и железистые минеральные воды, кремнистые термы. Лечебные грязи представлены иловыми глинами бухты Угловой Амурского залива и торфянистыми илами Татарского пролива. Гидроминеральные ресурсы применяются в местных здравницах: на курортах «Шмаковке», «Кульдуре», «Садгороде», санаториях («Ласточка», «Гонжа» и «Анненские воды»).

Природный ресурсный потенциал района позволяет широко развивать лечебно-оздоровительный и спортивный туризм.

Основной туристский потенциал сосредоточен в Приморском и Хабаровском краях, а также в Амурской области.

Приморский край

Туристская отрасль сравнительно молодая, но быстро развивающаяся отрасль экономики Приморья. По объемам показателям край занимает 4-ое место в России. Край располагает значительными экзотичными природными комплексами, на базе которых возможно развитие маршрутного туризма. В силу геологических и исторических предпосылок на его территории и прилегающих акваториях Японского моря сложилась своеобразная система природных комплексов, в мире нигде более не встречающихся.

Наиболее благоприятные ландшафты для рекреации находятся на южном побережье Приморья и на островах залива Петра Великого. Данная территория обладает оптимальными природными характеристиками, многоплановостью пейзажей, высокой эстетической ценностью.

К территориям с благоприятными ландшафтами для рекреации также относятся юго-западные отроги Сихотэ-Алиня, ландшафты природных комплексов предгорных участков правобережных притоков Уссури.

ятный инсоляционный режим зимой, отсутствие периода с УФ голоданием и несколько сниженная обеспеченность солнечной радиацией летом.

Зима под влиянием Сибирского антициклона солнечная, умеренно-холодная на юге (-14° во Владивостоке) и холодная ($-22-24^{\circ}$) в Приамурье. Устойчивый снежный покров характерен для Приамурья (3-4 месяца), на юге Приморья он кратковременен (1,5 месяца) и недостаточен для занятий лыжным туризмом. Летний период длится от 120 дней на севере до 150 на юге. Лето теплое ($+24^{\circ}$ во Владивостоке), дождливое. Повышенный режим влажности летом свойствен Приморью и менее выражен в Приамурье.

Продолжительность купального сезона резко варьирует по территории от 30 дней на севере Хабаровского края до 60 дней в Амурской области. Моря, омывающие район, характеризуются невысокими летними температурами воды и сокращенным периодом купания. В Охотском море и Татарском проливе вода прогревается до 17° только к августу. На побережье Японского моря купальный сезон продолжается 2 месяца. На самом крайнем юге в мелководных заливах (вблизи Владивостока) купальный сезон более 90 дней с температурой воды в июле-августе до $26-28^{\circ}$, в сентябре до 24° . Второй очаг с продолжительным периодом купального сезона (90 дней) находится в центральной части района (по Амуру от Хабаровска до Комсомольска) и в Приханкайской низменности.

Переходные сезоны теплее, чем в других районах Сибири. Ограничительным фактором является прохождение тайфунов, сопровождающееся резкими перепадами атмосферного давления, штормовыми ветрами и обильными осадками.

В целом климат района признан достаточно благоприятным для отдыха и лечения.

щие таксономические единицы: туристский пункт (объект, центр, предприятие), туристский микрорайон, туристский мезорайон, туристский макрорайон и туристская зона.

Районообразующими факторами являются территориальные сочетания конкретных элементов подсистемы между собой, в сочетании с элементами окружающей природной, социально-экономической и культурной среды, благодаря чему на определяемой территории возникает туристская специализация в отношении «внешнего мира».

Туристский район — категория социально-экономическая, его понятие как территориальной системы обслуживания рекреантов базируется на теории территориального разделения общественного труда.

Характерные черты туристского района:

1. Туристский район — социальное по своему характеру и конечному продукту образование. Его продукция — туристские услуги, обеспечивающие расширенное воспроизводство физических и духовных сил населения.

2. Ярко выраженная ориентировка на ресурсы и сочетание туристско-рекреационных ресурсов.

3. Сезонность функционирования, обусловленная как природной ритмикой, и рядом аспектов организации общественной жизни.

Районирование и оценка территории для туристских целей требует учета разнообразных факторов — природных, экономических, социальных, физиолого-экологических, архитектурно-художественных и многих других.

Методы туристского районирования зависят от масштаба и целей районирования:

1. определение туристского потенциала;
2. выяснения возможностей организации отдыха населения;
3. размещения конкретных туристских объектов.

Среди основных пространственных черт туризма, проецируемых на специфику туристских регионов, необходимо в первую очередь выделить следующие:

- туристское пространство охватывающее 3 основных элемента: территорию формирования спроса и предложения туристов, территорию предложения услуг («туристская дестинация», «туристский регион», «туристская личность») и связующую территорию между ними, так как отдаленность территорий спроса и предложения приводит к необходимости использования средств транспорта;

- туризм как сектор экономики, который производит в основном услуги, осуществляющиеся только в отношении «клиент-продавец услуг» и только в момент реализации соглашения. Это имеет огромное пространственное значение, так как турист должен оказаться в месте где туристские ценности предлагаются в форме туристско-рекреационных услуг;

- отмечается сильное изменение пространственно-временных и структурных потоков путешествующих.

Наличие одновременно значительного общего, культурного, развлекательного, оздоровительного, релаксационного потенциала может привести к разнообразным позитивным и негативным изменениям экономических условий, хозяйственной и социальной структуры, технического оснащения привлекательных дестинаций.

В целом, в настоящее время отсутствует комплексный подход и четкая методика проведения туристского районирования.

Туристско-рекреационное районирование России и Ближнего зарубежья проводилось на основе изучения туристской освоенности территории и субъективной оценки степени аттрактивности выделяемых регионов, рекреационных зон на основе благоприятных природных условий, транспортной доступности.

Амурско-Приморский туристский подрайон

Ландшафты представляют чередование низко- и среднегорных хребтов (хр. Джугджур, Становой хребет, Буринский хребет, хребет Турана, Сихотэ-Алинь) с низменностями, прилегающими к долинам рек Амура, Зеи, Уссури и оз. Ханка. Вдоль берегов Японского моря и Татарского пролива протянулась узкая прибрежная равнинная полоса, обладающая песчаными пляжами.

Территория обводнена холодным Охотским и теплым Японским морями и реками бассейна Амур. Амур — речная артерия, судоходная, формирующая основные зоны расселения в северной части района. Его притоки (Зея, Бурей, Амгунь, Урми, Биги, Уссури и др.) пригодны для сплава на лодках и плотках. Озера распространены по долине Амура (Чукчагирское, Эворон, Болонь, Орель, Удыль, Бол. Кизи).

На юге находится самое крупное озеро этого района Ханка. Территория сильно залесена (до 70%). Тайга отличается сочетанием сибирской флоры (кедр и лиственница) с теплолюбивыми растениями Маньчжурии (даурская лиственница, амурский бархат, маньчжурский орех). Много экзотических растений (лимонник, дикий виноград).

На территории находятся несколько государственных заповедников: «Комсомольский», «Зейский», «Хинганский», «Сихоте-Алинский», заповедник «Кедровая Падь», «Дальневосточный морской» и «Уссурийский им. акад. В.Л. Комарова», организованный на южных склонах гор Пржевальского с обширной плантацией женьшеня.

Биоклимат муссонный с устойчивым погодным режимом зимы и лета и резкой контрастной изменчивостью погоды в переходные сезоны при смене зимнего и летнего муссонов. Для него характерны исключительно благоприятные условия.

узел Забайкалья. Находится при впадении реки Чита в реку Ингода. Известен с 1653 как поселок Ингодинское зимовье. В 19 в. место политической ссылки; здесь отбывали каторгу декабристы братья М. А. и Н. А. Бестужевы, И. И. Горбачевский, М. С. Лунин, К. П. Торсон, С. П. Трубецкой и др., жил на поселении Д. И. Завалишин. В городе 12 музеев, 2 профессиональных театра: краеведческий, истории Читы, истории войск Забайкальского военного округа и др.. Сохранилась деревянная Старочитинская Михаило-Архангельская церковь (1778), известная как «церковь декабристов».

В верхней части бассейна Амура, объединяющего Россию, Китай и Монголию, находится один из уникальнейших в мире экологических регионов — Даурский.

Для организации комплексной международной охраны и сохранения уникальной природы Даурского экорегиона здесь в 1994 г. был создан международный заповедник «Даурия». В России это единственный трехсторонний резерват. В его состав вошли государственные природные заповедники: «Даурский» (Россия), «Монголдагуур» (Монголия) и «Далайнор» (Китай). Общая площадь международного резервата (с учетом всех территорий с различными охраняемыми режимами) составила более 17 тысяч квадратных километров. Заповедник включает хорошо сохранившиеся участки степей, водно-болотных угодий, островных лесов и скальных массивов

Дальневосточный район

Дальневосточный район включает Хабаровский и Приморский края, Амурскую и Сахалинскую области, а также Еврейский автономный округ.

Район лежит в муссонной климатической зоне. По природным условиям его целесообразно подразделить на 2 подрайона: Амурско-Приморский (континентальный) и Сахалинский (островной).

Таблица 2

Туристические районы Российской Федерации [50] (по Ю.С.Путрику, В.В.Свешникову)

| № | Туристический район | Состав (политико-административные единицы России) | подзона |
|--|-----------------------|--|--------------------------------|
| 1. ПРИЧЕРНОМОРСКО-КАВКАЗСКАЯ ЗОНА | | | |
| 1 | Кавказско-Ченоморский | Краснодарский край | |
| 2 | Северо-Кавказский | Педкавказье в пределах Ставропольского и Краснодарского краев, республики Северная Осетия-Алания, Кабардино-Балкарская, Карачаево-Черкесская республики. | |
| 3 | Южно-Кавказский | Краснодарский и Ставропольский края; республики: Дагестан, Карачаево-Черкесская, Кабардино-Балкарская, Северная Осетия-Алания в пределах Главного Кавказского хребта и его островов. | |
| 4 | Прикаспийский | Республика Дагестан (узкая полоска вдоль побережья Каспийского моря). | |
| 2. ЕВРОПЕЙСКАЯ ЗОНА | | | |
| 5 | Карельско-Кольский | Республика Карелия, Мурманская область | Северо-Запад и |
| 6 | Северо-Российский | Области: Архангельская (северная часть), восток Ленинградской, Вологодская, Республика Коми (юго-запад). | север Евро-пейской чвсти |
| 7 | Новгородско-Псковский | Области: Новгородская, Псковская. | |
| 8 | Прибалтийский | Области: Калининградская, запад Ленинградской и город Санкт-Петербург. | |
| 9 | Московский | Области: Московская и город Москва, прилегающие территории Тульской и Калужской. | Центр России |
| 10 | Верхневолжский | Области: Тверская, Ивановская, Костромская, Владимирская, Нижегородская, Кировская, Ярославская. | |

Продолжение таблицы 2

| № | Туристический район | Состав (политико-административные единицы России) | подзона |
|---|-------------------------------------|--|--------------|
| 11 | Южно-Российский | Области: Смоленская, Брянская, Орловская, Рязанская. Липецкая, Курская, Тамбовская, Воронежская, Белгородская, Пензенская, Ростовская, части Калужской, Тульской, Саратовской, Волгоградской, Краснодарского и Ставропольского краев, республика Мордовия. | Центр России |
| 12 | Поволжский | Чувашская Республика, Республика Марий Эл, Республика Татарстан, области: Ульяновская, Самарская, Саратовская, Волгоградская, Астраханская, приволжская часть Республики Калмыкия. | |
| 13 | Уральский | Республика Башкортостан и Удмуртская республика, области: Пермская, Свердловская, Челябинская, Оренбургская. | |
| 3. СИБИРСКО-ДАЛЬНЕВОСТОЧНАЯ ЗОНА | | | |
| 14 | Западно-Сибирский (Обско-Алтайский) | Области: Курганская, южная часть Тюменской; Омская, Новосибирская, Томская, Кемеровская, и Алтайский край. | |
| 15 | Горно-Алтайский | Республика Алтай и горная часть Алтайского края. | |
| 16 | Саянский (Енисейский) | Южная часть Красноярского края, Республики Тыва и Хакасия, западная часть Иркутской области | |
| 17 | Байкальский (Прибайкальский) | Южная часть Иркутской области, Республика Бурятия (окружающие озеро Байкал территории за исключением северных частей), Усть-ордынский автономный округ, Агинско-Бурятский АО, Читинская область. | |
| 18 | Приморский | Приморский край, Амурская область, Еврейская автономная область | |
| 19 | Сахалинский | Сахалинская область (остров Сахалин, Курильские острова). | |

бирательством. Большая часть тофов - приверженцы шаманизма. Основные маршруты по Тофаларии проходят через горные вершины Восточного Саяна высотой от 2000 до 3000 м, самые крупные озёра региона — Агульские и Медвежьи, а также через пещеры Зимняя сказка, Светлая и Спирина.

Город Байкальск расположен в 150 км от Иркутска на юго-западном побережье озера Байкал. В 1961 году здесь началось строительство Байкальского целлюлозно-бумажного комбината, во время которого и образовался рабочий посёлок. Завод запустили в 1966 году, в этом же году посёлку Байкальск присвоили статус города. В наши дни Байкальский комбинат считается основным загрязнителем воды озера Байкал, поэтому многие общества по защите окружающей среды борются за его закрытие.

Байкальск стоит у подножий хребта Хамар-Дабан. В его окрестностях расположен самый популярный горнолыжный курорт Байкала. В начале 90-х годов 20 века у горы Соболиная построили горнолыжную базу «Гора Соболиная». Со временем она превратилась в целый горнолыжный комплекс. В непосредственной близости от курорта расположены озеро Байкал, и множество горных цепей с природоохранными зонами, где можно заняться экотуризмом. Горнолыжный сезон на горе Соболиной продолжается с ноября по май. Курорт имеет 10 трасс, общей протяжённостью 15 км. Максимальный перепад высот в пределах курорта составляет 490 м. К трассам туристов доставляют 6 буксировочно-канатных дорог бугельного типа и 2 подъёмника для начинающих. Недалеко от Соболиной горы проложены трассы для беговых лыж протяжённостью 5 и 10 км, есть биатлонное стрельбище.

Город Чита (с 1851 года) — административный центр Читинской области с 1937 года, крупный промышленный и культурный центр, транспортно-коммуникационный

На окраине Иркутска находится санаторий «Ангара». Он расположился в лесопарковой зоне Кайской рощи, где растут древние реликтовые сосновые леса с редкими породами деревьев и кустарников. Санаторий был создан на основе открытых здесь источников минеральных вод. Эти воды хлоридно-натриевые с содержанием сероводорода. Расположенное неподалёку пресное озеро Длинное также является источником лечебных сапропелевых грязей. Санаторий предлагает разнообразные виды процедур — хвойные, йодо-бромные, вихревые и сухие углекислые ванны, гидромассаж, лечебные души, орошение кишечника, ингаляции, галотерапию (соляная шахта), грязевые аппликации и тампоны. Здесь лечат заболевания нервной системы, органов дыхания, костно-мышечной системы, женских половых органов, слухового аппарата, соединительной ткани, подкожной клетчатки, глазные и кожные заболевания.

Нижнеудинск расположен в 506 км северо-западнее Иркутска у подножия отрогов Восточного Саяна на берегах реки Уда. В Нижнеудинск туристов привлекает окружающая его природа. В 18 км от города расположен Уковский водопад. Река Ук высекла в горах живописное ущелье, куда с 20-метровой высоты обрушиваются воды водопада. В 75 км от Нижнеудинска вверх по реке Уде находятся Нижнеудинские пещеры. Они состоят из Большой и Малой пещер, вход в которые расположен на высоте 460 м от русла реки Уда. Внутри пещер можно увидеть многочисленные залы и туннели.

Нижнеудинск — отправная точка для путешествия по природной области центральной части Восточного Саяна — Тофаларии. Находится она в 200 км от города. Это край нетронутых таёжных лесов и высокогорных тундр. Название Тофаларии дал живущий здесь издревле народ — тофы. Тофы занимаются оленеводством, охотой и со-

Окончание таблицы 2

| № | Туристический район | Состав (политико-административные единицы России) | подзона |
|-------------------------|---------------------|--|-----------------------|
| 4. СЕВЕРНАЯ ЗОНА | | | |
| 20 | Полярно-Уральский | Ямало-Ненецкий автономный округ (западная часть), Ненецкий автономный округ (восточная часть), республика Коми (северо-восток), ХМАО (Западная часть). | |
| 21 | Путоранский | Красноярский край (Таймырский автономный округ), Эвенкийский АО. | |
| 22 | Якутский | Республика Саха (от побережья морей Северно-Ледовитого океана) до Станового хребта, Северная часть Иркутской области | Могут быть объединены |
| 23 | Верхоянско-Черский | Республика Саха (Якутия) (северо-восточная часть) | |
| 24 | Южно-камчатский | Камчатская область, Корякский АО. | |

Тема 3. Характеристика Европейской туристской зоны России

В составе Европейской зоны России выделяют четыре туристских макрорайона:

- Северо-запад и север Европейской части России;
- Центральная Россия (Московский, Верхневолжский и Южно-Российский районы);
- Поволжский;
- Уральский.

Северо-запад и север Европейской части России, располагаясь у берегов Балтийского, Белого и Баренцева морей, занимают около 1 млн. км² территории на Восточно-Европейской равнине. В пределах этой территории находятся Карело-Кольский, Северо-Российский, Новгородско-Псковский, Прибалтийский (Калининградская область, запад Ленинградской области и г. Санкт-Петербург) туристские районы.

Регион занимает удобное транспортно-географическое положение, обусловленное расположением на древних торговых путях, связывающих Северную Европу с «Московским государством» и странами Востока, также после потери пяти крупных портов в Прибалтике регион превратился практически в единственное «окно в Европу» на Балтике. 200-летнее столичное положение района предопределило здесь концентрацию производства разнообразных товаров народного потребления, квалифицированных кадров, концентрацию научных учреждений. Все эти факторы географического положения благоприятно сказываются на развитии туризма в данном регионе.

Северо-запад и север Европейской части России занимают второе место в стране после Центральной России по размерам туристского спроса, так как здесь более суровые, чем в других частях Европейской России, природные условия, короткое лето, заметно дороже овощи и фрукты. Эти факторы обуславливают высокую сезонную миграцию населения и большой туристский спрос, особенно у горожан и некоренных жителей севера.

Вместе с тем туристские ресурсы региона создают большие возможности для развития познавательного, конгрессного, делового, развлекательного, а также спортивного и рыболовно-охотничьего туризма, как отечественного, так и иностранного.

Карело-Кольский и Северо-российский туристские районы.

В совокупности данные районы получили название — Европейский север России.

Природные рекреационные ресурсы этого региона относительно благоприятны для рекреационного освоения, кроме северных тундровых территорий.

полкома о создании на судне музея, но лишь в 1988 г. начались работы по реставрации. В 1991 г. на ледоколе была открыта экспозиция Иркутского областного краеведческого музея «История судоходства на озере Байкал». В экспозиции представлены макеты байкальских судов, исторические фотографии и документы об истории ледокола «Ангара» и о судоходстве в Приангарье.

Главной культурной достопримечательностью окрестностей Иркутска является *посёлок Тальцы*, который расположен в 50 км юго-восточнее Иркутска. В посёлке размещается Иркутский архитектурно-этнографический музей «Тальцы». Здесь под открытым небом на территории в 67 га собраны 78 памятников деревянного зодчества 17-20 веков. Основу музея составляют деревянные постройки малых городов и сёл Иркутской области, попавших в зону затопления при постройке каскада ГЭС на Ангаре. Среди них особое место занимают Казанская церковь 17 века и древняя Спасская башня Илимского острога. В Тальцах также представлена большая этнографическая коллекция, повествующая о быте разных народов — русских, бурят, эвенков и тофалар.

В Иркутске есть возможности для занятий горными лыжами. Здесь расположено несколько горнолыжных комплексов.

Парк Ангара предлагает три трассы общей протяжённостью 1500 м с перепадом высот до 200 м. Это бурно развивающийся горнолыжный комплекс, где строятся подъёмники и система искусственного снегообразования.

В 30 км от Иркутска в поселке Шелехов находится горнолыжный комплекс Олха. Его полуторакилометровый склон с перепадом высот около 300 м является самым популярным в окрестностях Иркутска. Здесь работают 2 бугельных подъёмника, есть прокат инвентаря, раздевалки, кафе, платная парковка и каток.

ведений искусства. В музейном собрании представлена богатая коллекция древних русских и сибирских икон, культовая деревянная скульптура XVIII в.

Иркутский областной краеведческий музей — один из старейших музеев России, основан в 1782 г. Пожар 1879 г. уничтожил музей, в огне пожара сгорело 22830 различных предметов. В настоящее время в музее более 300 тыс. экспонатов. Музей имеет крупнейшее собрание предметов православного культа, шаманства, ламаизма, коллекции украшений, оружия. Среди уникальных памятников материальной культуры собрание нефритовых изделий новокаменного века. Собрание монет является крупнейшим в Сибири. Музей хранит редкие письменные документы XVII в. об освоении Сибири. В музее работает выставка-продажа сибирских сувениров, ювелирных изделий из сибирских самоцветов.

Музей истории города Иркутска — в музее представлены диорамы развития города Иркутска в XVII, XVIII, XIX вв., макеты Иркутского острога и Вознесенского мужского монастыря. Действуют выставки «Иркутск. Три века», «Почетные жители Иркутска», «Деревянное кружево Сибири».

Иркутский государственный минералогический музей им. А.В.Сидорова Иркутского государственного технического университета. Коллекция минералогического музея им. А.В.Сидорова формируется с 1930 г. благодаря энтузиазму студентов, преподавателей и выпускников ИГТУ (ранее иркутского политехнического института). Ныне музей входит в пятерку лучших минералогических музеев России. В коллекции музея представлены полезные ископаемые Иркутской области и минералы из различных стран мира (1500 видов).

Ледокол «Ангара» единственное судно из первых судов ледокольного типа, сохранившееся в России до наших дней. В 1977 г. было принято решение Иркутского горис-

Территория Европейского Севера России характеризуется разнообразным рельефом, в котором обширные низменности, лежащие вдоль побережий Белого и Баренцева морей и по долинам крупных рек, чередуются с горными массивами.

Западная часть занята выходящим на поверхность Балтийским кристаллическим щитом, формирующим горный рельеф Карелии и Кольского полуострова. В пределах Карелии он выражен невысокими (400-500 м над уровнем моря) кряжами (сельгами), проходящими вдоль западных границ республики. Большая северо-западная половина Кольского полуострова занята сравнительно невысокими горными массивами (300-400 м), называемыми «тундрами», которые в Хибинах поднимаются до 1000-1240 м.

В центральной части низменности расчленены меридиональным Тиманским кряжем (320-460 м) и проходящими по югу невысокими (250-290 м над у. м.) возвышенностями (Северными Увалами и Тихвинской грядой).

Регион достаточно обводнен реками и озерами: здесь протекают такие крупные судоходные реки, как Северная Двина, Сухона, Мезень, Печора, Пинега, Нева, и их многочисленные притоки.

Западная часть изобилует озерами, которых только на Кольском полуострове более 110 тыс., в Карелии — около 60 тыс. Самые крупные озера Ладожское, Онежское, Имандра, Псковско-Чудское, Белое. По количеству озер регион занимает одно из первых мест в России.

Белое море глубоко вдается в сушу, отличается изрезанностью береговой линии, множеством островов. На побережье Белого моря и по берегам большинства крупных рек и озер хорошо развиты обширные песчаные пляжи. Белое море соединено с Балтикой судоходным Беломоро-Балтийским каналом.

Реки пригодны для занятия водным туризмом. Особенно активно осваиваются реки Карело-Кольского района. На реках, отличающихся протяженностью и характером препятствий, можно приобрести опыт прохождения сложных порожистых участков, подъема против течения, преодоления галечников, перекатов, извилистых лесных ручьев.

Теплоходные маршруты проходят преимущественно по Ладожскому и Онежскому озерам и Белому морю. Туристские возможности рек Сухоны, Северной Двины пока не используются.

В Карелии и на Кольском полуострове много водопадов. Самый знаменитый из них Кивач — вблизи Петрозаводска.

Большая часть территории покрыта лесами. В Карело-Кольском районе преобладают сосновые леса с примесью березы и осины. На остальной территории господствуют еловые, сосновые и пихтовые леса с примесью лиственницы и мелколиственных пород. Территория значительно заболочена, особенно ее северная половина.

Существенным недостатком является широкое распространение кровососущих насекомых (комаров, мошки гнуса).

Лесные угодья изобилуют пушным зверем и птицей, реки — рыбой, что создает условия для развития охоты и рыбной ловли. Одна из природных достопримечательностей края — лесные и болотные ягоды: морошка и черника (конец июля), смородина, малина и голубика (середина августа) и клюква (сентябрь). При малом снеге и удачном маршруте можно полакомиться брусникой и зимой: отгresti лыжей снег около пня и рвать с веточек мороженые ягоды.

Синагога (1878-1882) была построена на пожертвования прихожан еврейской общины. С 1924 по 1981 г. религиозная служба не велась.

Мусульманская мечеть. Каменное здание мечети было построено в 1897 г. на средства верующих мусульман. Мечеть имеет традиционную для сооружений мусульманского культа трехмерную планировку: сунут, фарес и михраб.

Рождественская церковь. 6 декабря 1997 г. произошла страшная трагедия, самолет "Руслан" упал на жилой массив по улице Гражданской. Погибло 72 человека, из них 14 детей. В память о погибших на месте падения самолета было решено построить Рождественскую церковь.

Музеи города Иркутска.

Некоторые постройки Иркутска сыграли важную роль в развитии культуры города, да и всей страны в целом. Их объединили в одну мемориальную зону. Сюда входят усадьбы декабристов С.П. Трубецкого и С.Г. Волконского, особняки М.М. Сперанского и Е.А. Кузнецова и Преображенская церковь. В особняках декабристов в наши дни работает музей. Его экспозиции рассказывают о жизни декабристов в ссылке, здесь представлены предметы домашнего обихода и их личные вещи.

Иркутский областной художественный музей им. В.П.Сукачева старейший и самый богатый художественный музей в Сибири. В основу музея было положено собрание произведений искусства видного иркутского общественного деятеля Владимира Платоновича Сукачёва (1849-1920). В музее хранилось 250 картин русских и западноевропейских художников прошлого столетия. К этому собранию произведений живописи были присоединены коллекции китайских картин и скульптур, собранные Восточно-Сибирским отделом Географического общества. Сейчас в коллекции музея хранится более 14 тыс. произ-

города сохранился трёхэтажный дом купца Сибирякова начала 19 века, который построен в стиле классицизма, напротив дома Сибирякова стоит памятник императору Александру III, который положил начало строительству Транссибирской магистрали.

В Иркутске сохранилось множество религиозных сооружений.

Спасская церковь является самой старинной и самой величественной религиозной постройкой. Она была возведена в 1710 году. В Спасской церкви работает музей, экспозиция которого посвящена истории Иркутской епархии. В музее очень интересна выставка «Колокола России».

Богоявленский собор находится рядом со Спасской церковью. Его возвели в 1746 году. У собора возвышаются две колокольни. Здание его украшено разноцветными изразцами, а внутри находится барочный иконостас.

Знаменский женский монастырь. До наших дней от монастырского комплекса сохранились Знаменская церковь (1760 год), построенная в стиле иркутского барокко, настоятельские кельи, старые кельи и Святые ворота. По сей день в монастыре хранится Евангелие 1698 г. в серебряном окладе, пожалованное в девичий монастырь в 1708 г. Петром I с дарственной надписью. В Сибири в прошлом действовало 15 женских монастырей: Иркутский и Енисейский были самыми большими. В монастыре находятся мощи первого иркутского архиепископа — Иннокентия Иркутского. Здесь же были похоронены Григорий Шелихов, присоединивший к России Алеутские острова, знаменитые декабристы и жена одного из них — Екатерина Трубецкая. Сейчас в монастыре располагается резиденция иркутского архиепископа.

Казанская церковь (1885-1892) является одной из немногих сохранившихся построек стилевой архитектуры конца XIX в.

Особенности климата в регионе обусловлены в первую очередь положением территории в умеренном и холодном поясах на северо-западе России и большим протяжением района с севера на юг, а также с востока на запад по обе стороны полярного круга.

Хотя Европейский Север и отличается более мягкими климатическими условиями по сравнению с Азиатской частью, однако, и здесь имеется целый ряд ограничений.

Основным неблагоприятным фактором этой территории является недостаточная обеспеченность солнечной радиацией, выражающаяся в сокращенном инсоляционном режиме (малая продолжительность солнечного сияния) и существенном дефиците ультрафиолетовой радиации. Период с ультрафиолетовым голоданием здесь продолжается от 6 до 8 месяцев.

Погодный режим изменчивый в течение всего года, кроме летнего периода, что сопровождается круглогодичными перепадами атмосферного давления, вызывающими метеопатические реакции у отдыхающих.

Благоприятный период для летней рекреации продолжается 2,5-3 месяца. Он характеризуется прохладными условиями в Карелии, на Кольском полуострове, севере Архангельской области и республики Коми и более комфортными условиями на территории северо-запада с дневными температурами от 20 до 25 градусов. Купальный сезон непродолжителен (30-50 дней), на Кольском полуострове и севере Архангельской области купание, как правило, невозможно.

Зимний период характеризуется устойчивым снежным покровом (в течение 6 месяцев) и умеренно холодной погодой, благоприятными для лыжного спорта. Но возможности лыжного туризма здесь сдерживаются полярной зимой ночью в северной части и слишком коротким световым днем на юге. Практически лыжами можно заниматься лишь с конца февраля до апреля — начала мая.

Переходные сезоны малоблагоприятны для рекреационной деятельности: осенью и в предзимье преобладает пасмурная погода с дождем и снегом, а весной таяние снега сопровождается половодьем и распутицей. Дожди и снегопады бывают часто до 200 дней в году. Дожди преобладают обложные, морозящие, летние ливни редки.

Биоклиматические условия Русского Севера малоблагоприятны для лечебно-оздоровительного и спортивного отдыха за исключением летнего периода и короткого отрезка конца зимы.

Гидроминеральные ресурсы достаточны для развития лечебного отдыха. На территории распространены различные типы минеральных вод: хлоридные натриевые, сульфатные, йодобромные, сульфидные, радоновые и железистые. Наиболее широко используются сульфатно-хлоридно-натриево-железистые и кальциево-натриевые воды. Ограниченно используются хлоридно-натриевые рассолы с повышенным содержанием брома. Сероводородные воды применяются на курортах Сольвычегодск и Серегово. Радоновые воды, распространенные в Карелии и на Кольском полуострове, в лечебной практике не используются.

Лечебные грязи представлены в основном лечебными сапропелями, пресноводными и низкоминерализованными (оз. Онега, Габозеро и др.), лечебными торфами и иловыми минеральными глинами из заливов Белого моря (Кандалакшского, Палкиной губы и Большого и Малого Хрусламена), а также озера Кубенского и руслового месторождения р. Сестры. Хотя иловые сульфидные грязи для данного региона являются азональными и встречаются реже, чем сапропелевые и торфяные, но в лечебной практике здравниц они стали самыми распространенными. Именно на них базировались старейшие курорты Сольвычегодска и Сестрорецка.

Аршан («целебная вода») был открыт местными охотниками более 100 лет назад. Есть несколько источников с углекислыми гидрокарбонатно-сульфатно-кальциево-магниевыми водами с невысокой минерализацией и повышенным содержанием кремниевой кислоты. Воды применяются для ванн и питьевого лечения. На базе источников работает завод по розливу минеральной воды. Показания: заболевания органов пищеварения, кровообращения.

Курорт Горячинск находится в 180 км от г. Улан-Удэ. Расположен курорт на восточном берегу озера Байкал. От озера курорт отделен полосой леса шириной около 800 м. Окружен сибирской тайгой и горными хребтами. На территории курорта имеется небольшой пруд. Непосредственно к курорту примыкает село Горячинск.

Основное лечебное средство — азотные термальные, слабоминерализованные кремнистые щелочные воды сульфатного и натриевого составов. Источник открыт в 1751 г. Показания: заболевания органов движения, нервной системы и гинекологические.

Иркутская область

Иркутск расположен в Восточной Сибири на берегах реки Ангары в 66 км от озера Байкал. В 1661 году на месте, где река Иркут впадает в Ангару, был заложен казачий острог. Острог назвали по имени реки — Иркутский. Иркутск стоял на торговом пути, по которому из Китая и Монголии везли товары в Европу. В Иркутске скапливалось огромное количество капитала, которое частично тратилось и на его застройку. В городе появились многочисленные каменные здания, среди которых выделялись особняки городской знати. В это же время город стал известным местом ссылки политических заключённых, сюда были сосланы декабристы Волконский и Трубецкой.

В начале 20 века Иркутск считался самым красивым городом Сибири, да и в наши дни здесь можно увидеть множество архитектурных достопримечательностей. В центре

Традиционная материальная и духовная культура народа представлена не только в культовых сооружениях, но и в музейных экспозициях. В долине работают очень интересные музеи:

- историко-этнографический музей в селе Хойтогол,
- музей истории буддизма в селе Жемчуг,
- краеведческий музей в поселке Кырен.

В долине есть несколько месторождений горячих и холодных минеральных вод, на которых издавна возникли и успешно развиваются курорты. Среди них наиболее популярен курорт Аршан. Постепенно возрождается курорт Нилова Пустынь, хорошие перспективы развития имеют лечебно-оздоровительные местности Вышка (возле с. Жемчуг) и Хонгор-Уула.

С 1991 года вся долина, а также часть горных районов, входящих в границы Тункинского района стали территорией Государственного национального природного парка «Тункинский». Это ограничило развитие хозяйственной деятельности, поэтому одним из основных направлений развития экономики района стал туризм. Тункинская долина обладает особым географическим ресурсом, она связывает озеро Байкал и озеро Хубсугул (Монголия). Поэтому она постепенно становится одним из очень интересных туристских направлений. В непосредственной близости от долины находятся два уникальных природных комплекса, которые территориально относятся к Окинскому району. Это долина реки Шумак в Восточных Саянах и наивысшая точка Восточной Сибири – гора Мунку-Сардык.

Аршан — курорт федерального значения. Находится в 500 км от г. Улан-Удэ, в 220 км от г. Иркутска. Расположен на высоте 893 м над уровнем моря, в живописной высокогорной местности у подножия южного склона Тункинских Альп, в хвойно-лиственном лесу на левом берегу реки Кынгорги (левый приток Тунки).

Экологические условия природной среды региона неодинаковы. Большая часть территории в пределах Архангельской, Вологодской областей и частично республик Карелии и Коми характеризуется достаточно спокойной экологической обстановкой; отдельные загрязненные части имеют локальное значение. Наиболее сложная экологическая ситуация в регионе складывается в районе г. Череповца (на юге) и на Кольском полуострове. Значительные участки вокруг городов Мончегорска и Печенги, где расположены филиалы комбината «Северо-Никель», превращены в техногенные пустоши.

В последние годы существенной экологической проблемой становится хищническое потребление лесов в Карелии, на Кольском полуострове и в западных частях Архангельской и Вологодской областей. Существует опасность радиационного заражения местности, связанная с проводимыми ранее на Севере (Новая земля) ядерными испытаниями и базированием здесь атомного подводного флота.

Европейский Север знаменит своими промыслами: резьба по кости и дереву, плетение из бересты, художественная обработка металла («мороз по жести», «пропильное железо», «северная чернь») (г. Великий Устюг), резьба по кости (с. Холмогоры), глиняная игрушка (г. Кагополь), ткачество, вышивка, кружевоплетение (г. Вологда) и др. Специализированные предприятия по декоративно-прикладному искусству сосредоточены в Архангельске и Вологде.

Уникальные этнографические деревни встречаются во многих районах Архангельской и Вологодской областей. Всемирно известные образцы северного деревянного зодчества представлены в Кижях и Малых Карелах.

В Карело-Кольском районе богатое историко-культурное наследие сочетается с нетронутой природой, чистым воздухом сосновых лесов, где расположены курорты и санатории данного района.

Остров Киж расположен на Онежском озере. В 1960г. Киж превращены в историко-культурный и природный музей-заповедник народного деревянного зодчества и этнографии республики Карелия. Главной достопримечательностью деревянных церквей и изб является отсутствие металлических скрепляющих элементов – гвоздей.

Архитектурный комплекс музея-заповедника включает 70 памятников народного деревянного зодчества XV - XX вв. Жемчужины комплекса – старейшая из церквей - 22-главая Преображенская церковь (1714г.), Лазаревская церковь Муромского монастыря (конец XIV в.), часовни из деревень Леликозеро, Вигово и Кавгора (2-я пол. XVIII в.), крестьянские дома Ошевнева, Елизарова, Сергеева, мельницы, амбары, рига (все XIX – XX вв.). В музей входят архитектурно-ландшафтные композиции, такие как «Русские Заонежья», «Южные карелы», «Русские Пудожья», а также деревня-резерват Ямка (Ольхово) и Васильев.

Валаамские острова состоят из острова Валаам и пятидесяти небольших островов. Расположен в северо-западной части Ладожского озера. В 1980г. здесь создан государственный историко-архитектурный и природный музей-заповедник. Валаам является традиционным местом православного паломничества в России. Здесь расположены здания большого Валаамского мужского Спасо-Преображенского монастыря (XIV в.), Спасо-Преображенский собор (XIX в.), надвратная церковь Петра и Павла (XIX в.), Успенская церковь с трапезной (XIX в.), кельи (19в.), церковь в псевдорусском стиле в Белом

бурятских мифах, так и в древних тибетских текстах. Согласно тибетским текстам, в Бурятии и Монголии имеется 5 главных сабдаков — мест, где живут главные духи. Самое северное из них (гора Бархан-Уула) охраняет буддийское учение с севера. Считается, что человек, поднявшийся на эту гору, на год устанавливает связь с таинственной силой этого места и становится единым с Богом. Только люди, ведущие праведный образ жизни, могут увидеть на скалах этой горы огромное изображение Будды.

На территории долины функционируют особо охраняемые природные территории: Джергинский заповедник и Улюнский заказник, государственный национальный парк «Забайкальский».

Тункинская долина считается одной из природных жемчужин Бурятии. Она является продолжением байкальской впадины, протянувшись почти на 200 км.

История Тункинской долины тесно связана с историей монгольского мира. Некогда все население долины было подвластно Великой монгольской империи. Монгольские войска и знать часто бывали здесь, поэтому многие названия местностей долины имеют происхождение от монгольского языка. Уже тогда монголы использовали долину для отдыха. Некоторые из местных достопримечательностей связывают с именем самого Чингис-хана, одно из таких мест – «Престол Чингис-хана». Это живописный валун большого размера (3 на 2 м) у подножия горы Арюун Мундарга.

В предгорьях Восточных Саян расположена одна из главных святынь — тотемов бурятского народа — гора-бык Буха-Нойон. В разное время это место было священным и у шаманистов и у буддистов и у православных христиан. Ныне оно почитается всеми, вне зависимости от вероисповедания.

правлений Байкальского региона. Долина расположена в межгорной впадине, по которой течет река Баргузин. Через нее идет путь от озера Байкал к Баргузинскому хребту, источникам и курортам Курумканского района.

В долине множество культовых (священных) мест, принадлежащих разным племенам и народам.

Здесь расположена одна из главных святынь северного буддийского мира — гора Барагхан (здесь строились буддийские дацаны и православные храмы). До Октябрьской революции Баргузин был местом, куда царское правительство России ссылало своих политических противников, в числе которых были и декабристы. С Баргузинской долиной связана история золотодобычи в Забайкалье.

В 15 км от пос. Суво находится ландшафтный памятник природы Ининский сад камней: на ровной местности возвышаются над землей крупные каменные глыбы, занимаемая ими площадь составляет 10 кв. км.

Сувинский саксонский замок — памятник природы находится за Алгинским озером возле поселка Суво. Скалы компактно расположены на площади 0,5 кв. км. на степных склонах сопки у подножия Икатского хребта. На вершине горы они образуют живописную группу, напоминающую развалины замка, с громадными каменными башнями и узким скальным ущельем между ними, длиной около 400 м и высотой до 50 м. Среди местных жителей бытует мнение о том, что скалы служили последним форпостом баргутов — древних жителей долины. Но пока научных подтверждений тому, что это была крепость баргутов, нет. Хорошо известно, что скалы служили шаманским культовым местом эвенков, местом, где якобы обитали духи-хозяева ветров, а именно хозяин легендарного ветра Байкала — «Баргузина».

Гора Бархан-Уула (Барагхан) — одна из главных святынь Баргузинской долины и Баргузинского хребта. Название этой горы одинаково упоминается как в древних

ските (1850г.), постройки Красного скита (кон. XIX-нач. XX вв.). На каменных площадках и уступах скал острова разведены сады, роши, аллеи, представляющие выдающееся творение рук человека.

Петрозаводск — столица Карельской АССР (основан в 1703 г. История возникновения города связана с именем Петра I) — важнейший центр современной индустрии, науки, культуры. Город и порт на берегу Онежского озера.

Основные достопримечательности: Музей изобразительных искусств, находящийся в здании бывшей мужской гимназии, располагающий одним из лучших собраний северной древнерусской иконописи XV – XVIII веков, в котором более 2000 икон (представлены произведения русских и карельских художников); здания Русского драматического театра и Музыкального театра Карельской АССР; Финский драматический театр; Карельский краеведческий музей. Сохранился ансамбль Круглой площади, состоявший первоначально из восьми отдельных зданий в стиле классицизма (1775г.), после перестроек (1787-1789гг. и 1839г.) образовались два больших полукруглых здания с флигелями; Сретенская церковь (1780г.); Петропавловская церковь (1798г.); памятники: Петру I, В.И. Ленину, С.М. Кирову, мемориальный комплекс Братской могилы и могилы Неизвестного солдата с Вечным огнем славы.

Железистые источники, обнаруженные близ Петрозаводска в 18 в., послужили базой для создания первого в России курорта – Марциальные воды.

Курорт Марциальные воды находится в 54 км от г. Петрозаводска в курортном поселке. В 1714 г. рабочий Кончезерского медеплавильно-чугунного завода Иван Ребоев в одной версте от Габозера случайно обнаружил источник. Выпив воды, рабочий выздоровел (Ребоев страдал

«сердечной болезнью»). Об этом узнал комендант завода Г.В.Генин и о находке немедленно сообщил Петру Первому, по указанию которого открытый источник был исследован и испытан на больных с различными заболеваниями. Были получены хорошие результаты. В 1718 г. Петр Первый решил испытать действие вод на себе, и лечение оказалось эффективным.

Основные лечебные средства курорта – слабоминерализованные железистые воды и лечебные иловые грязи.

Из многочисленных построек, включающих два царских дворца, питьевую галерею и гостиницу для приезжих, до нашего времени сохранилась одна церковь. В 1964 г. на курорте вступил в строй санаторий «Марциальные воды», который функционирует в течение всего года. При санатории имеются водолечебница с минеральными, солено-хвойными и жемчужными ваннами, грязелечебное отделение, лечебно-диагностические кабинеты. Имеются оборудованные маршруты терренкура.

На территории курорта имеется филиал историко-краеведческого музея, где сосредоточены экспозиции по истории первого российского курорта и южных районов Карелии. Для отдыхающих организуются экскурсии на водопад и в заповедник Кивач, расположенный в 30 км от санатория, на остров Кижы в Онежском озере.

Мурманск — главный незамерзающий порт на Кольском заливе Баренцева моря (город основан в 1916г.): Краеведческий и Военно-морской музей Северного Флота, Областной драматический театр.

На Кольском полуострове находится самый северный в мире **Полярно-альпийский ботанический сад** (1931г., в его коллекции 2,5 тысяч растений со всех континентов) в городе Кировске (до 1934г. Хибиногорск, в 1931г. переименован в честь С.М. Кирова).

Кабанский район специализируется на следующих видах туризма: стационарный летний отдых на турбазах, базах отдыха и в палаточных кемпингах на побережье озера Байкал, рыбная ловля, активный туризм в горах Хамар-Дабана (пешеходный, лыжный туризм, рафтинг), экологический и научный туризм (Байкальский биосферный заповедник), культурно-познавательные экскурсии. Здесь есть хорошие перспективы для развития горнолыжного спорта. Здесь функционирует несколько особо охраняемых природных территорий, среди которых наиболее крупной территорией является Байкальский биосферный заповедник.

Информационный центр туризма Кабанского района функционирует в поселке Кабанск. Центр разрабатывает туристские маршруты, организует туристские поездки и экскурсии, оказывает помощь в размещении на туристских базах и в гостевых домах. В поселке находится Кабанский краеведческий музей. Среди достопримечательностей района много памятников истории и культуры: Посольский Спасо-Преображенский монастырь основан в 1681 г. (рядом с монастырем возникло село Посольское).

Подлеморье — край непуганых зверей и птиц, оно славится ценнейшим баргузинским соболем. Издревле эти места были заселены племенами курумчинской культуры. С приходом сюда русских на побережье возникают рыбацкие деревни. На территории Подлеморья расположено достаточно большое количество природных достопримечательностей, памятников природы, археологии и истории. Здесь функционируют две особо охраняемые природные территории: Баргузинский государственный биосферный заповедник и Государственный национальный парк «Забайкальский», в границах которого находятся наиболее привлекательные и удобные для туризма места.

Баргузинская долина, неповторимая по красоте пейзажей, богатству природных комплексов, истории, культуры, считается одним из самых перспективных туристских на-

«Хоринский историко-краеведческий музей». В экспозиции музея несколько интереснейших коллекций. Здесь представлены предметы культуры и быта хори-бурят, одежда, муляжи жилища, старинные танка и иконы, единственная в своем роде коллекция орудий сельскохозяйственного труда. Украшением музея являются подлинные работы художника Ц.Очирова.

Кабанский район — это относительно самостоятельный туристский район Бурятии. Он расположен вдоль юго-восточного побережья оз. Байкал от мыса Облом на севере до р. Снежная на юге и граничит с Иркутской областью. Территория района изрезана многочисленными руслами рек, впадающих в Байкал: Абрамиха, Култушная, Мантуриха, Мысовка, Большая, Переемная, Танхой, Снежная, Выдриная и другие реки. Свое название район получит от названия реки Кабаньей, в долине которой раньше водились во множестве дикие кабаны.

Кабанский район уже более трех столетий является воротами в Забайкалье. Здесь пролегают все наиболее удобные пути из центра России в глубь Забайкалья, на Амур, в Монголию и Китай. С 1895 года началось строительство Кругобайкальского участка Транссибирской железнодорожной магистрали. Здесь пролегал «кандалный путь», по которому вели и везли государственных преступников в глубину каторжного Забайкалья. Кабанский район имеет ряд благоприятных для развития туризма условий.

На территории района функционирует 4 основные рекреационные зоны: «Култушная», «Байкальский прибор», «Лемасово», расположенные на левобережье реки Селенги, а также «Энхалук-Сухая» на правом берегу. В качестве зоны туризма, специализирующейся на развитии орнитологического, рыболовного и охотничьего туризма, большие перспективы имеет дельта реки Селенги.

По инициативе Ферсмана между отрогами Хибин, у озера Малый Вудъявр, была построена первая за полярным кругом научная станция «Тиэтта» — в переводе с саамского «наука». В 1931 г. при станции был заложен ботанический сад. Здесь можно увидеть мхи, лишайники и другие характерные для Заполярья растения. В годы Великой Отечественной войны ботанический сад не был эвакуирован и продолжал свою научную работу; он поставлял в тыл и на фронт витамины и лекарственные растения. Первая Красная книга России, собравшая в себе перечень редких и исчезающих видов растений, была создана по инициативе сотрудников ботанического сада и во многом их усилиями. Пройдя по «тропе географов» — специальному маршруту, проложенному на склоне горы Вудъяврчорр, можно познакомиться с растительностью Арктики и Субарктики, начиная с тайги — у подножия и кончая арктическими пустынями — на вершине.

Основные памятники культуры в русских поселениях находятся на побережье полуострова. Из памятников деревянного зодчества наиболее известна церковь Успения в селе Варзугу — деревянный шатровый храм, характерный для русского северного зодчества.

Особый интерес представляют предметы саамского быта, собранные в краеведческом музее села Ловозеро: тупа, или пырт,- изба, где жили саами в зимнее время; вежа — жилище на местах летнего рыболовного промысла; куваксы (кувасы) — переносной чум из корья, который еще можно встретить летом на тундровых оленьих пастбищах.

В Мончегорске — дом-музей С.М. Кирова; музей цветного стекла.

На побережье полуострова близ Кандалакши (город основан в 1938г.) имеется несколько древних лабиринтов — вавилонов (2-ое тыс. до н.э.) — спирально расположенных цепочек камней.

Водлозерский национальный парк создан в 1991г. для сохранения уникального природного комплекса в водосборном бассейне Водлозера и реки Илексы. Самый крупный в Европе национальный парк, относится к числу крупнейших лесных резерватов мира (занимает площадь почти 0,5 миллионов гектаров). Нетронутые леса и болота — главное богатство парка. Одним из феноменов парка является высокая степень его заболоченности — более 40% его территории. В парке большие возможности для развития водного, пешего, научно-познавательного, приключенческого туризма. На островах Водлозера проводятся всероссийские робинзонады.

Национальный парк «Паанаярви» создан в 1989г. Отличается практически ненарушенными природными комплексами, богатством и разнообразием флоры и фауны, прекрасными ландшафтами. Расположен на северо-западе Карелии. Жемчужиной парка является озеро Паанаярви, характеризующееся при небольших размерах (1,5 на 24 км) исключительной глубиной (128м). На реках множество порогов, есть значительные водопады. Карело-Кольский район известен своими заповедниками.

Заповедник **«Кивач»** организован в 1931г., расположен на реке Суне в центральной части Карелии. Одна из его достопримечательностей — равнинный водопад Кивач. На территории заповедника есть Сопохский бор, где сохранились деревья возраста до 3,5 веков.

Костомукшский заповедник организован в 1982 г., находится в северо-восточной части Карельской АССР, на самой границе с Финляндией. Ядро заповедника — озеро Каменное.

Лапландский заповедник организован в 1930 г., находится на Кольском полуострове, в Мурманской области, в окрестностях города Мончегорска. На территории заповедника представлены в различных сочетаниях первобыт-

«Музей природы Бурятии». В экспозиции музея образцы флоры и фауны Бурятии. Здесь представлена геологическая история Прибайкалья. Большой интерес вызывают залы, посвященные озеру Байкал и его окрестностям, диорамы Восточных Саян и глубинного разреза Байкала. В музее регулярно организуются тематические выставки.

«Музей истории Бурятии им. Хангалова». Один из старейших музеев Сибири (основан в 1923 г.) Здесь собраны интереснейшие материалы по археологии и религиозным культурам. В коллекции музея редкие книги и монеты, богатая коллекция буддийской храмовой скульптуры и танки (иконы). Действует выставка современной живописи и произведений декоративно-прикладного искусства, представлено собрание произведений буддийского искусства Индии, Непала, Таиланда, Китая, Японии, Тибета, Монголии и Бурятии, в том числе редкие ранние изображения Будд. В музее хранятся копия Атласа тибетской медицины, канонические трактаты — «Ганджур» и «Данджур».

«Этнографический музей народов Забайкалья». В музее под открытым небом расположено несколько исторических объектов, связанных с бытом и культурой народов Забайкалья. Действуют археологический, эвенкийский, Предбайкальский и Забайкальский бурятские комплексы, русский старожильческий, старообрядческий, казачий, городской комплексы. В живом уголке музея содержатся представители животного мира — медведь, волк, олень, косуля, сарлык, верблюд, кот-манул, тигр.

«Кяхтинский краеведческий музей имени академика В.А.Обручева». Является старейшим музеем Забайкалья. В экспозиционных залах и фондах музея содержится богатая коллекция предметов, содержится ряд уникальных образцов материальной культуры Центральной Азии, а также крупная библиотека. Специалисты называют музей «Эрмитажем в миниатюре».

«Мурочинский Дацан» был возведен в 1741 году и является первым буддийским храмом в Забайкалье. Имел уникальное собрание трудов буддийских философов, работала школа хувараков. Недалеко от него находится сакральная местность, где на скале проявляется «Знак Будды» - молитвенная надпись, открытая более 200 лет назад. Это одно из двух уникальных мест-святынь буддизма в мире, второе находится в Непале.

«Ацагатский дацан». Основан в 1825 году. В 1891 году его посетил цесаревич Николай. В дацане в начале 20 века была основана Школа тибетской медицины. В 1926 году в дацане находился Атлас тибетской медицины. В храме хранится 1000 маленьких скульптур Будды, библиотека, восковая фигура Далай-ламы XIV. В музее представлены предметы культа и восковые фигуры основателей храма.

«Буха-Нойон» — сакральное место, связанное с одним из тотемов бурятского народа – быком. В переводе с бурятского языка означает «Бык-хозяин, начальник, вождь». Бык – символ могущества природы, объект шаманистского и буддийского культа. Объект представляет собой живописную скалу из белого мрамора на высоте 1050 метра, на вершине которого стоит буддийская кумирня.

«Меркитская крепость Тайхан» — горный узел, превращенный в XXI веке в крепость племенем меркитов. Здесь произошли решающие сражения между войсками Чингисхана и меркитами, положившие начало созданию Великой монгольской империи. Сохранились остатки крепостной стены, углубления для сигнальных костров, пещера, которая по одной из версий была хранилищем драгоценностей.

«Художественный музей им. Сампилова» г. Улан-Уде. Здесь представлена бурятская живопись, буддийская иконопись, традиционные изделия народных мастеров из дерева, конского волоса, кости. Музей располагает самым полным собранием работ бурятских мастеров.

ные северные леса, горные тундры, болота и озера. Дикий северный олень — главный объект заповедника. С ним связана значительная часть зоологических исследований, так как он представляет генофонд европейского северного оленя.

Кандалакшский заповедник организован в 1932 г., расположен на Кольском полуострове, близ города Кандалакша. Создан для охраны гнездовой колонии морской птицы островов Белого и Баренцева морей — гаги.

Туристско-рекреационные ресурсы Карело-Кольского района представляют собой исключительную ценность. Кижы, Валаам и Соловецкие острова – это кладезь народного искусства: лучших образцов деревянного и каменного зодчества, древней живописи (иконы). Национальные парки и заповедники сохранили естественную, нетронутую цивилизацией природу, а города Карело-Кольской земли – это культурные и исторические центры севера России.

Своеобразие природных условий и богатство культурно-историческими памятниками создают в республике Коми, Архангельской области и Вологодской области необходимые условия для путешествий и экскурсий.

Туристские возможности края выигрывают от концентрации интересных объектов осмотра в определенных местах. Так, архитектурные памятники находятся в значительной мере в Архангельске, Каргополе, по Онеге, Двине, Пинеге, памятники петровской и ломоносовской эпох — в Архангельске, в районе Холмогор, Ломоносовки, Вавчуги; ссыльнопоселенческие места — по Пинеге

Сыктывкар — столица республики Коми, здесь сосредоточена экономическая и культурная жизнь.

Самым примечательным историко-культурным памятником является Стефановский собор, названный в честь одного из первых священников, которые обращали мест-

ное население в православие, монаха из Великого Устюга Стефана Храпа. Позже Стефан Храп стал епископом Пермским, выдающимся просветителем и политическим деятелем. В историю края он вошел и как составитель первого алфавита коми, открывшим школу для обучения их грамоте.

Курорт Серегово находится в 100 км от республиканского центра г. Сыктывкар. Курорт расположен на высоком берегу реки Выми, неподалеку от ее впадения в Вычегду и окружен большими лесными массивами. В районе курорта раскинулся прекрасный песчаный пляж. Минеральная вода, открытая в с. Серегово в конце 16 столетия, длительное время использовалась для соляных промыслов. Лечебной местностью с. Серегово было признано лишь в 1929 г., с этого же времени здесь и существует курорт. Основное его лечебное средство – бромно-хлоридный натриевый минерализованный рассол, используемый для ванн.

Архангельск для туристов интересен архитектурными памятниками: Новодвинская крепость (заложена Петром I), церковь Троицы, памятники Ломоносову и Петру Первому.

Своими экспозициями привлекают музеи: краеведческий, основанный в 1859 г., изобразительных искусств (коллекция северо-русских икон), музей-заповедник деревянного зодчества. На набережной находится старейшее сооружение города — бывшие Гостиные дворы, самое крупное каменное здание подобного рода в Московском государстве, искусственно намытый пляж.

В Архангельске находится один из центров художественных промыслов — объединение «Беломорские узоры».

В окрестностях города — многочисленные памятники деревянной архитектуры: старое поморское поселение «Конец-дворье», Сретенская церковь и церковь Михаила Архангела.

Дацан «Хамбын-Хурэ». Основан в 1994 году. Главный храм посвящен Калачакре. При храме действует факультет Дуйнхор, где студенты обучаются искусству создания Мандалы. В храме находятся уникальные буддийские реликвии: канонические тексты Будды и его учеников, позолоченная скульптура Будды Шакьямуни, резной трон из кедра, посвященный Далай Ламе XIV, буддийские иконы (танка), посвященные 25-ти Владыкам Шамбалы.

Женский дацан «Зунгон Даржалинг». Построен в 2000 году по совету Далай-ламы XIV. На территории дацана построена ступа, в которой заложены святые мощи Будды. В дацане установлена большая статуя Будды Шакьямуни, доставленная из Санкт-Петербурга. Статуя была привезена в Россию в 1913 году из Тибета известным деятелем буддизма Агваном Доржиевым.

Посольский Спасо-Преображенский монастырь основан в 1681 году. Является первой православной церковью на Байкале. Архитектура монастыря является выдающимся памятником архитектуры «сибирского барокко». Монастырь восстанавливается при участии Министерства иностранных дел России.

«Иволгинский дацан» построен в 1946 году. Был единственным действующим в СССР буддийским храмом Бурятии до 90-х годов прошлого века. В 1991 году здесь создан буддийский институт «Даши Чойнхорлин». В дацане хранится саркофаг с телом хамбо-ламы Итигэлова.

«Гамчинский дацан» был главным буддийским монастырем Бурятии, центром искусств, книгопечатания, медицины. Здесь издавалось около 100 наименований книг на монгольском и тибетском языках, действовала школа хуvaraков, проводились философские диспуты, мистерии «Цам». Во дворе дацана установлен памятник истории 9-8 веков до нашей эры – «Алтан-Сэргэ» (Золотая коновязь).

- детско-юношеский туризм, включающий походы и от-дых в оздоровительных лагерях.

Основным направлением развития туристско-рекреационного комплекса республики Бурятия является реализация проекта создания туристско-рекреационной особой экономической зоны «Байкал» в Прибайкальском районе в соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 03.02.2007 г. N 68

Достопримечательности республики Бурятия

Город Улан-Удэ (прежнее название Верхнеудинск) – столица Республики Бурятия расположен на слиянии двух рек: Селенги и Уды. Город развивался как один из крупных центров оптовой торговли на Великом чайном пути. В нем ежегодно устраивались Верхнеудинские оптовые ярмарки.

Улица Ленина — бывшая Большая Николаевская. На ней находится большое количество старинных зданий купеческой застройки, 90 % которых являются памятниками архитектуры. Часть улицы превращена в пешеходную.

Одигитриевский кафедральный Собор основан в начале 1700-х годов во имя иконы Божией Матери Одигитрия. Главным художественно-декоративным элементом интерьера собора являлись золоченые резные иконостасы. В 1929 году собор был закрыт, в нем разместился антирелигиозный музей, позже фонды исторического музея. В 1995 году собор был возвращен Русской Православной Церкви. В соборе находится центр благочиния бурятского округа.

Свято-Троицкий храм — находится на возвышении в городском саду.

Буддийский Центр «Ринпоче-багша» построен в 2002 году по благословению Далай-ламы XIV. Центр осуществляет обучение всех желающих основам буддизма по специально разработанной для российских граждан программе. В главном здании установлена статуя Будды высотой 5 метров, покрытая золотом.

В 25 км от Архангельска в селе **Большие и Малые Карелы** создан Архангельский музей деревянного зодчества, где собраны многочисленные памятники XVI – XIX века из различных районов Русского Севера.

На территории Архангельской области находятся Кенозерский национальный парк и Пинежский заповедник.

Образцы старинного русского зодчества есть в **Сольвычегодске, Холмогорах** Архангельской области.

В **Каргополе** сохранились Христорождественский собор, построенный в 1562 г., церкви Благовещения, Владимирская, Рождества Богородицы, Иоанна Предтечи, Троицкая, построенные в XVI – XVIII вв.

В с. **Ломоносово** Холмогорского района находится музей М.В.Ломоносова, который здесь родился и провел свою юность.

Курорт Сольвычегодск находится в юго-восточной части Архангельской области, в 18 км от г. Котлас. С наступлением навигации курорт связан водным путем с городами Архангельск и Великий Устюг. Курорт расположен на правом берегу многоводной реки Вычегды, в 18 км от ее впадения в Северную Двину. Курорт окружен живописными сосновыми лесами.

В лечебных целях используются хлоридно-сульфатно-натриевые и сероводородные минеральные воды, иловая лечебная грязь, для питьевого лечения – вода другого источника с небольшой минерализацией. Санаторий хорошо оснащен медицинским оборудованием. Наряду с минеральными ваннами и грязелечением применяются электросветолечение, лечебная физкультура, массаж, лечебное питание.

В 50 км от г. Котлас находится **курорт Солониха**. Летом туда можно приехать на комфортабельных теплоходах по Северной Двине. Курорт расположен в долине речки Евды, притока Северной Двины, и окружен хвойным

лесом. Курорт получил свое название от минерального соляного источника Солониха, широко известного с давних времен. Еще в 16 в. при царе Иване Грозном купцы Строгановы использовали этот источник для солеварения. Местные жители издавна пользовались водой источника для лечения, но как курорт был открыт только в 1922 г.

Вода минерального источника относится к хлоридно-сульфатно-натриевым водам, которые применяются как для ванн, так и для питьевого лечения.

В 36 км от г. Архангельска, находится **курорт Беломорье**. Основные лечебные факторы курорта — благоприятный климат, хлоридно-сульфатно-натриевые воды, используемые для ванн и питья, и лечебные сапропелевые грязи.

В 15 км от г. Онеги, на живописном острове в Онежской губе Белого моря, расположен **дом отдыха «Кийский»**. Сообщение водное, от пристани морского порта г. Онеги рейсовым пассажирским катером до острова Кий. Дом отдыха находится в хвойном лесопарке. Дом отдыха функционирует летом, с июня по сентябрь, на 165 мест.

Соловецкий архипелаг находится в Онежском заливе Белого моря на территории Архангельской области, недалеко от Полярного круга. Он состоит из 6 крупных и множества мелких островов. Самый крупный архипелаг Белого моря. В XV в. здесь был основан Соловецкий православный монастырь, ставший одним из крупнейших духовных и культурных центров России. В его ансамбль входят археологические комплексы дохристианского периода, грандиозный Кремль — мощнейшая крепость из диких валунов, белокаменные храмы, сеть рукотворных каналов между островными озерами, древний ботанический сад и другие памятники археологии, истории и архитектуры. В 1967г. здесь создан музей – заповедник.

XVIII-XIX веков. Этот район был основным местом ссылки декабристов. В Иркутске есть музеи-усадьбы С. Волконского и С. Трубецкого. Иркутск, Чита и Улан-Удэ располагают ценнейшими музейными коллекциями западноевропейского, русского искусства, геологическими, этнографическими экспозициями. Основным природным познавательным объектом является озеро Байкал, вдоль берегов которого организованы эколого-экскурсионные маршруты.

В районе культивируется несколько направлений и видов туризма, в том числе:

- экологический туризм, включающий сельский, фермерский туризм, путешествия по экологическим тропам, посещение особо охраняемых природных территорий, экскурсии в природу, проведение экологических работ в зонах туризма;

- культурно-познавательный туризм, включающий туры с посещением памятников культуры, истории и архитектуры, музеев, центров национальных культур, сакральных мест и религиозных объектов;

- спортивно-оздоровительный туризм, включающий пешеходные, пеше-горные, велосипедные, лыжные, конные походы, сплавы по рекам, водные походы на парусных судах, зимние походы на снегоходах, занятия горнолыжным спортом, дайвингом, альпинизмом, скалолазанием, экстремальными видами спорта;

- лечебно-оздоровительный, включающий отдых и лечение на курортах;

- летний отдых на турбазах и в пансионатах на озере Байкал, включающий пляжный туризм, занятия водными видами спорта;

- самодетельный туризм, включающий путешествия на автомобилях и дальние экспедиционные поездки, отдых в палаточных кемпингах;

Биоклимат устойчивый, благоприятный в теплую половину года: весна очень сухая, солнечная, лето теплое (+18-20°) с малооблачной погодой, редким развитием духоты, осень сухая и теплая. Зима холодная (-22-24°). Снежный покров в межгорных котловинах лежит 145 дней, в горах - до 250 дней. Наиболее комфортные условия для лыжного туризма во второй половине зимы. В целом биоклимат района из-за обилия солнечных дней, чистоты и сухости воздуха весьма благоприятен для оздоровления.

Гидроминеральные ресурсы многочисленны и разнообразны. На территории района выявлено более 360 источников (их называют «аршанами», что в переводе с бурятского языка означает «целебная вода»), представляющих почти все известные типы минеральных лечебных вод, в том числе такие, как трускавецкие «Нафтуси», содержащие органические компоненты (Мунокские источники на р. Киренге); углекислые с содержанием железа (курорт «Дарасун»); радоновые хлоридные натриевые рассолы с содержанием брома (курорт «Усть-Кут»); сульфатно-хлоридные натриевые воды (санаторий «Братское взморье»); гидрокарбонатно-сульфатно-магниевые (курорт «Аршан»); азотные кремнистые термальные (курорт «Горячинск»).

Иловые лечебные грязи преимущественно озерно-ключевого происхождения обнаружены в озерах Иркутской и Читинской областей (Мальтийское, Усть-Кут, Угдан).

Природные ресурсы благоприятны для организации оздоровительного и спортивного отдыха (рыболовный, охотничий, пешеходный, водный).

Ресурсы познавательного туризма сосредоточены в основном в старинных сибирских городах: Иркутске, Чите, Усть-Куте, Усолье-Сибирское, Улан-Удэ. Эти города были основаны в XVII в. и сохранили образцы застройки

Вологодская область богата памятниками старины. В Вологде, основанной в XII веке, под охраной государства находится 32 памятника архитектуры. На территории старого центра города — Архиерейского двора, расположены Софийский собор, комплекс Архиерейского подворья (колокольня, палаты Казенного приказа, палаты Иосифа Золотого и Воскресенский собор — ныне картинная галерея, церковь Рождества Христова, XVI – XVIII вв). Сохранились также многочисленные церкви, в том числе Константино-Еленинская, церковь Николая «Золотые кресты», Иоанна Златоуста, Сретения на набережной, церковь Иоанна Предтечи в Рошенье. На окраине Вологды имеется архитектурный памятник XVI – XVII вв. — Спасо-Прилуцкий монастырь со Спасским собором и Введенской церковью.

Вологда — известный центр кружевоплетения.

Интересны краеведческий музей, картинная галерея, дом-музей Петра Первого.

Великий Устюг — древнейший город русского севера, родина выдающихся мореходов и землепроходцев (С.И. Дежнева, Е. Хабарова, Ф.А. Попова). Среди памятников церковного зодчества центральное место занимает ансамбль Соборного Сохранились церкви постройки XVI – XVIII вв.: Вознесения, Спасо-Преображенская, Сергия Радонежского, Георгиевская, соборы Успенский и Прокопьевский, ансамбли Михаило-Архангельского и Троице-Гледенского монастырей.

В Кириллове находится Кирилло-Белозерский монастырь, основанный в конце XIV в. и превращенный в 1924 г. в историко-архитектурный и художественный музей-заповедник. В комплекс монастыря входят ансамбли Успенского и Ивановского монастырей, церкви Введения, надвратная со «Святыми воротами», Архангела Гавриила. На территорию монастыря привезены памятники деревян-

ной архитектуры из окрестностей, в том числе церковь Ризположения из с. Бородавы, которая была построена в XV веке.

В с. **Ферапонтово** Кирилловского района находится филиал музея-заповедника — Ферапонтов монастырь, основанный в конце XIV века. В составе его ансамбля — собор Рождества Богородицы, в котором имеются фрески, выполненные Дионисием с сыновьями, — выдающееся произведение древнерусской монументальной живописи.

Вологда, Великий Устюг и Кириллов составляют так называемое туристское «Серебряное кольцо России».

Новгородско-Псковский туристский район и Прибалтийский туристский район

В совокупности получили название — Северо-запад России.

Природно-рекреационные ресурсы района разнообразны в приморской и континентальной части.

В Калининградской области рекреационные территории занимают в основном побережье Балтийского моря. Ландшафты представляют собой морскую низменную равнину, покрытую широколиственными и сосновыми лесами с обширными песчаными пляжами по берегу моря.

Климатические условия здесь самые благоприятные на Балтийском побережье России. В отличие от Ленинградского побережья здесь достаточный инсоляционный режим солнечной радиации, продолжительный безморозный период (170 – 200 дней) и комфортный период купания (80 дней). Снежный покров непродолжителен (70 дней) и неустойчив.

Новгородско-псковская часть района представлена таежными равнинами на западе и Валдайской возвышенностью на востоке. Район характеризуется высокой степенью заболоченности (более 30 %). Наиболее благоприят-

следия» ЮНЕСКО, которое в Сибири часто называют морем. Здесь наблюдаются типично морские явления, приливы и отливы, морские ветры и штормы. Байкал является самым древним и глубоким озером планеты. Недра под озером сильно разогреты, в ряде мест на дне озера и на суше выходят наружу горячие воды. В Байкале сосредоточено 20 % мировых запасов поверхностных пресных вод и более 80% запасов вод России. Уникальна фауна Байкала. 2/3 ее видов являются эндемиками. В Байкале обитает 53 вида рыб, в том числе уникальная живородящая рыба голомянка, а также знаменитая рыба – омуль. Живым символом Байкала является нерпа – пресноводный тюлень, загадка появления которого в озере пока не разгадана. Вода озера содержит очень мало минеральных веществ, прозрачна, чиста и очень вкусна. Байкал с древних времен является сакральным центром Восточной Сибири и Южной Азии, поэтому его поныне называют «Священный Байкал». Вокруг озера сформировалась особая духовная культура, носителем которой является, прежде всего, бурятский народ. На побережье озера находится большое количество удобных для строительства туристских объектов мест, много песчаных и галечных пляжей. Байкал — наилучший водоем для теплоходных путешествий и отдыха на его берегах. Широкое купание в Байкале невозможно из-за холодной воды. Для купания в течение всего 30 дней пригодны в основном водохранилища Братское и Иркутское. Реки, текущие с Байкальских хребтов, в верховьях быстры, порожисты и холодны, в нижнем и среднем течении полноводны, по ним хорошо осуществлять сплавы на плотках, плавание на моторных лодках. В республике Бурятия более 9000 рек. Самая крупная из них – Селенга, берущая начало в Монголии и впадающая в озеро Байкал. Густая речная сеть позволяет варьировать с выбором водных маршрутов различной степени сложности. Реки Ангара и Лена судоходны.

гор у озера Чедыр, в безлесной степи. Курорт функционирует с 1932 г. Основные лечебные средства — рапа и иловая грязь озера Чедыр. Иловая грязь содержит небольшое количество сероводорода и много углекислого кальция. Рапа озера относится к рассольным сульфатно-хлоридно-натриевым с общей минерализацией от 56 до 110—116 г/л и применяется для ванн. Показания: заболевания органов движения, нервной системы и гинекологические.

Прибайкальский район (Байкальский)

Этот район охватывает республику Бурятию, Читинскую область и южную часть Иркутской области, а также автономные округа: Усть-Ордынский Бурятский и Агинский Бурятский.

Район менее заселен и промышленно освоен по сравнению с предыдущими. В рекреационном отношении развивался преимущественно лечебно-оздоровительный отдых местного населения. Нахождение в этом районе самого глубоководного в мире озера Байкал обусловило интерес к нему зарубежных туристов.

Прибайкальский район представляет собой обширную горную страну, состоящую из системы хребтов (Приморского, Байкальского, Хамар-Дабана («Сибирские джунгли»), Баргузинского, Яблоневого и др.), Витимского плоскогорья, Станового нагорья. Рельеф преимущественно низко-и среднегорный. Наибольшие высоты имеет Баргузинский хребет (до 2840 м). Он имеет свое второе, образное название: «Страна тысячи озер». В верховьях здесь находится множество озер ледникового происхождения и альпийских полян. Район расположен преимущественно в таежной зоне (кедр, лиственница, сосна) за исключением крайней южной части (верховья Ангары и долины р. Селенги), где доминируют степные ландшафты.

Главный водный объект — озеро Байкал, площадь которого занимает 31,5 тыс. км². Байкал — уникальное пресноводное озеро, имеющее статус «Участка Всемирного На-

ные ландшафты расположены в западной и юго-восточной частях. На востоке основан Валдайский национальный парк.

На Валдае насчитывается несколько сотен больших и малых озер. Достаточно крупные и освоенные туристами: Псковское озеро, Ильмень, Чудское озеро. Особое место занимает Валдайское озеро, которое входит в десятку самых чистых озер мира (в переводе с древнего «Валда» означает светлый, чистый). Данные бурения показали, что под этим озером находится огромное озеро в несколько раз больше верхнего, связанного с нижними расщелинами.

Также по территории района протекает множество рек: Волхов, Мста, Шелонь, Ловать и др.

Территория Ленинградской области омывается Финским заливом Балтийского моря, Ладожским и Онежским озерами. Наиболее крупные реки: Нева, Волхов, Свирь, Вуонса, Нарва, Луга.

Историко-культурный потенциал района значительный, но распределен неравномерно. Большая часть культурного наследия находится в областных центрах.

Огромнейшим историко-культурным потенциалом располагает Санкт-Петербург, отнесенный ЮНЕСКО к центрам культуры мирового значения. Познавательную ценность для туризма представляют как архитектурные ансамбли города и его окрестностей (Петергофа, Павловска, Царского Села, Ломоносова, Гатчины и др.), так и большое количество музеев (в том числе мирового уровня — Эрмитаж, Русский музей), театров, концертных залов.

По ранговой оценке экскурсионных центров, Ленинградская область занимает второе место в России после Московской.

Все районы в пределах Северо-запада России севера уникальны, и каждый по-своему выделяется особыми ресурсами для развития различных видов туризма, поэтому целесообразно рассмотреть их отдельно.

Новгород — один из древнейших русских городов — расположен на берегах реки Волхов, у ее истока из озера Ильмень, в 170 км от г. Санкт-Петербург. В городе множество памятников истории и архитектуры, которые являются объектами привлечения туристов.

Главнейший среди них — Детинец (кремль), расположенный на берегу р. Волхов (построен в XIV веке и до сих пор сохранил облик тех времен). Самым древним сооружением Новгорода является Софийский собор (находится в стенах Детинца), построенный в XI веке, из него уходил со своей ратью Александр Невский. На территории Детинца находится ряд гражданских сооружений и церквей, среди них — Грановитая палата, в ней и в соседних зданиях размещаются экспозиции историко-художественного музея-заповедника, одного из богатейших в стране (200 тыс. единиц хранения). В центре площади, внутри Детинца, стоит широко известный памятник «Тысячелетие России», сооруженные по проекту И. Микешина.

За пределами Детинца в разных частях города находятся многочисленные церкви XII — XVI веков (Петра и Павла на Синичьей горе, Благовещенья, Федора Стратилата и др.), а также Юрьев монастырь с Георгиевским собором, Ярославово дворище с Никольским собором, Антониев монастырь с собором Рождества Богородицы.

В Новгороде создан музей народного деревянного зодчества «Витославицы», куда перевезено из разных районов Новгородской области 25 старинных деревянных построек (избы, церкви, часовни, ряд хозяйственных строений). В них воссоздан не только внешний вид, но и интерьер.

1886 г. Озеро имеет в длину свыше 8 км и в ширину более 5 км. Дно его большими уступами поднимается к пологим берегам, покрытых слоем песка. Здесь раскинулся прекрасный пляж. На юго-восточной стороне озера в него впадает река Сон.

Вода озера относится к сульфатно-хлоридно-гидрокарбонатно-натриево-магниевому типу с минерализацией 17—21 г/л, применяется для ванн и питья. Для питьевого лечения используется также вода скважины № 4, имеющая химический состав, близкий к составу озерной воды, но со значительно меньшей (в 4—5 раз) минерализацией.

Показания: заболевания органов пищеварения, движения, глаукома.

Курорт Озеро Учум находится в 160 км к югу от г. Ачинска.

Расположен в южной части Ачинской степи, на южном берегу озера Учум, окруженного горами. Основные лечебные средства курорта — иловая грязь и рапа озера Учум, минеральный источник «Учум № 2».

Вода озера сульфатно-хлоридно-натриевая, применяется для ванн. На курорте есть несколько буровых скважин с водой минерализации от 3 до 6 г/л. Вода источников относится к типу сульфатно-гидрокарбонатно-натриево-магниевое-кальциевой и используется для питьевого лечения.

Показания: заболевания органов движения, пищеварения, нервной системы, гинекологические, кожи.

В горах Западных Саян много порожистых бурных рек и десятки озер, удобных для водного туризма на байдарках. Есть также конные и лыжные маршруты.

Курорт Чедыр находится в 45 км к юго-востоку от областного центра республики Тывы — г. Кызыла. Расположен на высоте 565 м над уровнем моря, среди невысоких

Недалеко от города находится широко известный природный заповедник «Красноярские столбы», основанный в 1925 году для охраны и изучения природного комплекса горной тайги Восточной Сибири. Часть заповедника, прилегающая к городу и являющаяся природным национальным парком, выделена в особую экскурсионно-туристическую зону. Здесь находятся так называемые столбы — выходы изверженных пород – сиенитовые скалы причудливой формы (ок. 80 групп скал, выс. до 100 м), пользующиеся большой популярностью у скалолазов; многим скалам даны названия: Дед, Крепость, Беркут, Баба и др. Имеется живой уголок природы, где в вольерах содержатся звери и птицы горной тайги (рысь, медведь, россомаха, марал, козуля, летяга).

В районе Шушенского находится музей-заповедник «В. И. Ленин в сибирской ссылке», в Минусинске – краеведческий музей, созданный в 1877 г. Н. М. Мартыновым, где отражена история освоения южной Сибири и есть археологический отдел.

Основная курортная зона Красноярского края находится в Ачинской степи. Здесь теплое и сухое лето и есть несколько минеральных и грязевых озер, на базе которых работают санатории. Самые крупные из них — курорт на озере Шира и курорт на озере Учум.

Курорт Озера Шира — находится в 180 км от областного центра Хакасии — г. Абакана.

Расположен в Качинской степи, в северной части Минусинской котловины, на южном берегу большого озера Шира.

Основные лечебные средства курорта — минеральная вода озера Шира и иловая грязь озера Утичьё-3, находящегося в 22 км от курорта. Залежи лечебной грязи есть и в озере Шира, но на сравнительно большой глубине. Первое описание озера Шира и его лечебных свойств относится к

На автомагистрали между Новгородом и Москвой находится **город Валдай**. Город расположен на самой высокой части Валдайской возвышенности, среди хвойных лесов, на берегу Валдайского озера.

До 1654 г. Валдай являлся дворцовым селом, которое вскоре было переименовано в Богородецкое и передано Иверскому монастырю, владевшему им до 1764г. В 18 - нач.19 вв. Валдай, находившийся на важнейшем российском тракте Москва – Санкт-Петербург, становится значительным торгово-ремесленным центром. В городе сохранилась «Екатериненская церковь», каменная церковь Петра и Павла была построена в 1853г. Здание церкви «Введения Пресвятой Богородицы в храм Господень»(1762г.) входит в список памятников находящихся под охраной государства. Также сохранилось здание городского магистрата (1776г.), в сквере Героев – захоронения героев Великой Отечественной войны.

На Рябиновом острове находится архитектурный ансамбль Иверского монастыря, основанный патриархом Никоном в 17в..

В Новгородской области находится курорт республиканского значения **Старая Русса** (в 100 км от г. Новгорода). Курорт расположен на окраине г. Старая Русса, в большом парке, на правом берегу реки Полисть. Старая Русса — один из старейших курортов в Советском Союзе. Он был основан в 1828 г.

В годы Отечественной войны город и курорт до основания разрушили гитлеровские оккупанты. Все санатории были сожжены и превращены в груды развалин, парк почти весь вырублен, сооружения минеральных источников разбиты. Потребовалось много усилий и средств, чтобы восстановить работу курорта, и уже в 1946 г. были введены в эксплуатацию первые 50 коек. Основные лечебные средства курорта — хлоридно-натриево-кальциевые воды

источников и сероводородная лечебная грязь соленых водоемов, находящихся на территории курорта и в черте города.

Вода минеральных источников с минерализацией 19—20 г/л («Муравьевский» и др.) используется для ванн и питания грязевых водоемов, а вода трех источников с меньшей минерализацией — от 2,8 до 10 г/л (источники № 10, 11, 12) — для питьевого лечения. Всего на курорте 11 источников с общим дебитом около 30 тыс. куб. м в сутки. Некоторые из них фонтанируют на высоту 8 м. Достопримечательность курорта — парк площадью свыше 50 га. В южной его части расположены основные минеральные источники и грязевые озера (Верхнее, Среднее, Нижнее).

Показания: заболевания органов движения, нервной системы, органов пищеварения и гинекологические.

Псков — город, расположенный на берегах реки Великой, при впадении в нее р. Псковы. Как и в Новгороде, в Пскове большое количество памятников истории и архитектуры. Самый главный — Детинец (кремль XV века), в центре которого находится величественный действующий Троицкий собор. В разных частях Пскова сохранились остатки старинных стен и башен крепостных колец, окружавших город.

Большая часть памятников Пскова — церкви. Древнейшим памятником церковного зодчества является Спасо-Мирожский монастырь на берегу реки Великой, построенный в XII веке (главное здание монастыря — Собор Спасо-Преображения). Также на берегу реки Великой расположен Ивановский монастырь с церковью Иоанна Предтечи. Всего в Пскове под охраной государства находится 34 церкви и 3 часовни.

ставлен байдарочным по горным рекам, парусным на озерах и водохранилищах, теплоходным по Енисею. Высокогорья благоприятны для альпинизма и скалолазания. Широкое развитие карста особенно в Восточных Саянах (более 200 пещер) позволяет развивать спелеотуризм. Многочисленные тракты пригодны для вело- и автотуризма.

Культурный потенциал также состоит из памятников археологии вокруг Канска (Махаушка) и наскальных рисунков по берегу р. Улуг-Хема, а также исторической застройки в Ачинске, Канске и Красноярске (церкви, старинные особняки), мемориальных мест, связанных с декабристами, известными художниками, писателями, географом исследователем Азии Потаниным. В городе Кызыле находится географический центр Азии. Интерес представляют гидротехнические сооружения.

Красноярск возник в 1628 г. на месте крепости, построенной при впадении в Енисей его левого притока Качи. До 1917 г. Красноярск был местом политической ссылки и перевалочным пунктом на пути следования ссыльных. С 1934 г. город стал центром Красноярского края. Здесь размещается ряд научных институтов Сибирского отделения Академии наук, связанных, в частности, с изучением лесных и ископаемых ресурсов Сибири, университет, политехнический институт и другие вузы.

Музеи: краеведческий музей (архитектурный памятник построен по подобию древнеегипетского храма), литературный музей, Красноярский культурно-исторический и музейный комплекс на Стрелке, музей – пароход «Св. Николай», музей геологии Центральной Сибири, Красноярский художественный музей им. Сурикова, а также дом-музей художника В. И. Сурикова (великого русского художника) – местного уроженца.

кедровой, лиственничной и елово-пихтовой тайгой, вершины гор скалистые с небольшими ледниками. Котловины заняты степью и лесостепью. Много рек, относящихся к бассейнам Енисея и Оби. Реки в горах быстрые и порожистые осваиваются туристами-водниками. Енисей ниже Саяно-Шушенской ГЭС судоходен. По нему действуют теплоходные маршруты. Долины рек очень живописны, внимание туристов привлекает заповедник «Енисейские столбы» вблизи Красноярска.

На всей территории встречается множество озер, большинство из них прогревается летом до комфортных температур и пригодно для купания в течение 90 дней. По югу распространены соленые озера. Хорошие возможности для купания на Красноярском и Саяно-Шушенском водохранилищах.

Биоклиматические условия близки к Алтайским, но характеризуются более суровыми условиями зимы в Тувинской котловине со среднемесячными температурами до -30° . На остальной территории зима холодная ($-18, -20^{\circ}$), сухая снежная с обилием солнечных дней, достаточно комфортная для зимнего туризма, особенно в низко- и средне-горных районах. Лето теплое ($17-20^{\circ}$).

Гидроминеральные ресурсы района изучены хуже, чем в Западной Сибири. Тем не менее, разведанные месторождения, выявленные в различных частях района, указывают на разнообразие типов минеральных вод: углекислые, сульфатно-натриевые и азотные кремниевые термальные, радоновые. Наибольшее распространение минеральные воды имеют в Тыве. Лечебные иловые грязи приурочены к соляным озерам Тувинской и Минусинской котловин (оз. Учум, оз. Шира, оз. Тагарское).

Разнообразие живописных и труднодоступных ландшафтов создает возможности для широкого круга занятий спортивным туризмом. Водный туризм может быть пред-

Псковский историко-художественный архитектурный музей-заповедник состоит из головного музея и 14 филиалов, разместился в нескольких старинных городских зданиях (Поганкины палаты, картинная галерея).

В окрестностях Пскова находятся:

- гродище Камно (8 км от города) — археологический памятник. На основании раскопок было установлено, что поселение здесь существовало свыше тысячи лет с начала нашей эры;

- Снетогорский монастырь (3,5 км от центра Пскова) основан в XIII веке. Является традиционным местом пострижения Псковских князей. На территории монастыря находится каменный собор Рождества Богородицы, Никольская церковь и Вознесенская церковь. В настоящее время является действующим женским монастырем;

- Крыпецкий монастырь (22 км от Пскова) основан в 1487 году, очень сильно пострадал во время ВОВ. На территории находится собор во имя Иоанна Богослова;

- Спасо-Елизаровский монастырь (27 км от города на дороге в Гдов). В монастыре сохранился храм во имя трех святителей: Василия Великого, Григория Богослова и Иоанна Златоуста. В начале XVI века в монастыре жил старец Филофей — мудрец, которому принадлежит формула «Москва — третий Рим».

Церковь Николы Чудотворца с Устья — один из лучших памятников псковской архитектуры XV века.

Музей – заповедник А.С. Пушкина расположен в 120 км от Пскова. В него входят бывшие усадьбы Михайловское, Тригорское, Петровское, могила А.С. Пушкина, древнее городище Воронич, Савкина гора, Святогорский монастырь и прилегающие к ним окрестности — старый сосновый бор, река Сороть, и озера Кучане и Маленец.

Михайловское — место паломничества любителей поэзии. Подлинный здесь только ландшафт, все остальное воссоздано сотрудниками музея. В 1911 году здесь с целью

увековечить память Пушкина, была создана колония для престарелых литераторов и учителей. В 1918 году все постройки усадеб Михайловское, Тригорское и Петровское были сожжены, и только в 1922 году здесь был основан музей – заповедник. Сейчас Государственный мемориальный историко-литературный и природно-ландшафтный музей – заповедник А.С. Пушкина «Михайловское» включен в Государственный свод особо ценных объектов культурного наследия народов РФ.

Изборск — один из древнейших русских городов в Псковской области. Сохранились архитектурные и культовые памятники: Никольский собор, церкви Сергия Радонежского, Рождества Богородицы, Николая Чудотворца. В 4 км от города расположен Бывший Мальский мужской монастырь (сохранились храм Рождества Христова, колокольня, трапезная). Мальская долина — природно-биологический заповедник.

Курорт Хилово находится в 75 км от г. Пскова, расположен на левом берегу реки Узы, на холмистой равнине. Курорт окружен лесом.

Основные лечебные средства курорта — сероводородные гидро-карбонатно-сульфатные кальциево-натриевые воды и минеральная грязь. Минеральные источники были открыты в 1865 г. и использовались для ванн. В 1959 г. на поверхность выведены дополнительно сульфатные кальциевые и сульфатно-хлоридные магниевые-кальциево-натриевые воды, которые используются для питьевого лечения.

В годы Великой Отечественной войны были разрушены почти все здания, вырублен парк. Сейчас курорт полностью восстановлен, ведутся работы по дальнейшему его расширению и благоустройству. На курорте круглогодично функционирует санаторий «Хилово» на 900 мест. Наряду с минеральными ваннами и грязелечением больные

курсовод считает своим долгом рассказать известную алтайскую легенду о том, что жил тут когда-то то ли пастух, то ли охотник (в разных путеводителях и у разных экскурсоводов — разные версии) по имени, вроде бы, Чокул, и был у него золотой самородок размером с четырнадцатидюймовый монитор. И в один очень голодный год он долго пытался сменить его на еду, но ничего у него так и не получилось, поскольку голодали все поголовно. Ну, и бросил он тогда этот самородок в озеро, вот оно с тех пор и называется Золотым. Кстати, в последнее время на Телецком озере развивается такое направление активного отдыха как дайвинг (подводные погружения). Правда, там, на глубине темно и холодно, но говорят, что можно встретить довольно крупных и совершенно непуганных рыб и посмотреть на древние огромные окаменевшие деревья, лежащие на дне.

Енисейский район (Саянский)

Этот район занимает центральное положение в Сибири. Он охватывает южную часть Красноярского края, республики Хакасия и Тыву. По своим характеристикам во многом близок к Обско-Алтайскому району.

Район активного промышленного освоения, на его территории размещено несколько территориальных промышленных комплексов: Среднеенисейский, Канско-Ачинский, Саянский. Располагает развитой сетью железных и автодорог.

Природные рекреационные ресурсы по многим параметрам благоприятны для развития туризма.

Большая часть района занята низкими и средневысокими горами Западного и Восточного Саяна, межгорными котловинами (Тувинской и Минусинской низменности). Высокогорья здесь выражены менее четко, чем на Алтае и достигают меньших высот — до 3500 м. Горы покрыты

район, в последние годы заметно возросло. Особой популярностью пользуются Шавлинские озера, Голубое озеро в окрестностях Ак-Тру, ледники Маашей, Малый и Большой Актру, Мажойский каскад на реке Чуе. Большой популярностью пользуются маршруты со сплавом по рекам Чуя, Аргут различных категорий сложности.

В селе Кокоря работает краеведческий музей, в 2001 году открыт Музей казахской культуры в селе Жана-Аул.

Телецкое озеро по праву считается одной из главных достопримечательностей Горного Алтая. Это один из крупнейших водоемов Южной Сибири — четвертое по глубине озеро на территории бывшего СССР, а в России Телецкое озеро уступает по глубине только Байкалу и одному из малоизвестных Хантайских озер на Таймыре.

В озеро впадает более семидесяти больших и малых рек, не считая временных водотоков, но основной объем воды (более 2/3) дает впадающая в озеро с юга многоводная река Чулышман, которая берет начало из крупного высокогорного озера Джулукуль, расположенного на высоте более 2000 метров. Около поселка Артыбаш в северной части озера из него вытекает река Бия.

Берега озера — это горы, сплошь покрытые лесом, на больших участках береговой линии обрывающиеся в воду отвесными скалами.

На берегах Телецкого озера расположено много турбаз, баз отдыха и просто мест где можно встать палаточным лагерем. Стоянка вне отведенных мест запрещена. Большая часть восточного берега озера входит в территорию Алтайского государственного заповедника, одного из крупнейших заповедников России.

Само название «Телецкое» происходит от названия племени алтайцев — телесов (или телеутов), проживавших в этих местах. Сами алтайцы называют его «Алтын-Кель» — «Золотое озеро», и по этому поводу каждый экс-

получают электросветолечение, гидромассаж, лечебные души, ингаляции, массаж, лечебную физкультуру и другие виды лечения, обеспечиваются лечебным питанием. Все кабинеты и лаборатории оснащены современным медицинским оборудованием.

В 120 км от курорта находится Пушкинский заповедник (села Ми-хайловское, Петровское и Тригорское, Святогорский монастырь, где находится могила великого русского поэта А. С. Пушкина), куда организуются экскурсии.

Показания: заболевания органов движения, нервной системы, органов пищеварения, кожные и гинекологические.

В Калининградской области рекреационные территории занимают в основном побережье Балтийского моря. Наибольшую известность здесь имеет Янтарный комбинат.

Калининград (бывший г. Кенигсберг), основанный крестоносцами в XIII в., входил в состав Королевства Пруссии (с XVI в.). Был сильно разрушен в Великую Отечественную войну. Среди уцелевших архитектурных памятников — Кафедральный собор (XIV в.), могила Канта.

Вблизи города находятся климатические приморские курорты Светлогорск, Отрадное, Зеленоград, Пионерский.

Курорт Зеленоград относится к курортам республиканского значения. Находится в 32 км от г. Калининграда на северном побережье Земландского полуострова Балтийского моря. К курорту примыкает большой парк, постепенно переходящий в сосновый лес. Основные лечебные средства курорта — приморский климат, торфяная грязь и морские купания. Есть прекрасный песчаный пляж, который протянулся почти на 2 км.

Курорт Отрадное находится в 40 км от г. Калининграда на высоком берегу Балтийского моря, в большом, хорошо распланированном парке площадью 34 га со смешанной растительностью. Парк переходит в обширный, преимущественно хвойный лес. Климатические условия такие же, как на курортах Зеленоградск и Светлогорск.

Основные лечебные средства курорта — приморский климат, торфяная грязь и морские купания.

Показания: заболевания органов кровообращения и нервной системы.

Санкт-Петербург. В начале Северной войны Петру I удалось отвоевать некогда принадлежавшие России Ижорские земли в устье Невы. Здесь на Заячьем острове в 1703 году Петр I основал крепость Санкт — Петербург (позже Петропавловская крепость). С 1712 Петербург — столица России, где разместились царский двор, коллегии, сенат, и оставался ей до 1918.

В настоящее время — важнейший промышленный, научный, туристский и культурный центр. Старейшими архитектурными памятниками Санкт-Петербурга являются построенные еще при Петре здание Адмиралтейства и Петропавловская крепость с Петропавловским собором, где похоронены все Российские императоры.

Единую композицию на берегу Невы образуют три центральные площади. Это дворцовая площадь со зданием Зимнего дворца (ныне Эрмитаж), Главного штаба, штаба Гвардейского корпуса и Александровской колонной в центре. Сенатская площадь (Ныне Декабристов) со зданиями Сената и Синода (ныне центральный исторический архив России) и памятник Петру I — «Медный всадник». Исаакиевская площадь с собором — памятник позднего русского классицизма, один из важнейших градостроительных доминант Санкт-Петербурга (ныне музей).

Один из крупнейших ансамблей города — Марсово поле, включает сооружение трех веков, в том числе мраморный дворец (1768 — 85, ныне музей В. И. Ленина), казармы Павловского полка (1917 — 20), памятник А. В. Суворову, памятник Борцам Революции. К Марсову полю примыкает Летний сад (разбит в 1704), служил местом придворных празднеств и Инженерский замок (1797 — 1800) с конной статуей Петра I перед ним.

другими районами Республики Алтай. Основная территория района — это полупустынная равнина, расположенная на высоте около 2000 м над уровнем моря, окруженная горными хребтами. Это самое холодное место в республике. Малоснежная зима длится здесь более 7 месяцев. Местами здесь сохранилась вечная мерзлота.

В Кош-Агачском районе есть много интересных природных и культурно-исторических объектов. На территории района имеется два заказника: Сайлюгемский и Шавлинский, зона покоя «Плато Укок», вошедшая в число объектов Всемирного Природного наследия ЮНЕСКО, а также множество археологических и исторических памятников разных эпох и различных этносов, которые получили всемирную известность. В районе известно два проявления минеральных источников — Бугузунский и Теплый ключ (Джумалинский) в верховье реки Джумалы.

В Кош-Агачском районе сделано очень много археологических находок. Сенсационные открытия 90-х годов на плато Укок потрясли научную общественность. Захоронения, прекрасно сохранившиеся в мерзлоте, представляют собой большую научную ценность. В 1993 году при раскопках кургана «Ак-Алаха» было найдено бальзамированное тело молодой пазырыкской женщины, названной принцессой Укока, жившей здесь около 25 веков тому назад. Эта находка была признана мировым открытием XX века. Благодаря этим находкам, удалось восстановить многие черты материальной и духовной культуры людей, населявших Горный Алтай в древности. Плато Укок еще не открыло всех своих тайн. В вечной мерзлоте высокогорной тундры ждут своей очереди новые открытия.

Кош-Агачский район имеет большой потенциал для развития различных видов туризма. Несмотря на почти полное отсутствие туристической инфраструктуры, количество российских и иностранных туристов, посещающих

тых здесь в 1949-1950 годах. В настоящее время здесь создается археолого-этнографический музейный комплекса «Пазырык».

На территории района расположена большая часть Алтайского заповедника, находящегося под особым контролем природоохранных органов республики. В настоящее время для регламентированного туризма в заповеднике открыты только несколько объектов, в том числе водопад Корбу, где ненадолго останавливаются почти все катера с экскурсантами. До водопада проложен деревянный настил, в конце которого оборудована смотровая площадка. В последние годы функционирует конный маршрут по Телецкому хребту от устья реки Чири до кордона Челюш, организуется экскурсионные пешие туры по экотропам. Многие старые плановые пешие маршруты и стоянки туристов на заповедном берегу Телецкого озера (Карагай, Аткичу, Летник) сейчас ликвидированы.

На притоках реки Чулышман много водопадов, среди которых самый большой в Горном Алтае каскадный водопад Учар (Большой Чульчинский водопад) на реке Чульча в 11 км от ее устья. Здесь река падает на 160 м среди гигантских обломков скал.

Ниже впадения реки Чульчи на правом берегу Чулышмана расположено урочище Аккурум, куда часто организуют экскурсии для туристов. Здесь на склоне горы находится одна из известных природных достопримечательностей — «каменные грибы» в ущелье Карасу — необычные формы рельефа, образовавшиеся в результате вымывания неоднородных горных пород.

На склоне горы Туалок, со стороны Чулышмана, есть целебный источник Як-Паш, считающийся местными жителями священным.

Кош-Агачский район отличается своеобразными экзотическими ландшафтами, многие из которых имеют больше сходства с соседними территориями Монголии, чем с

В начале XIX века сложились парадные ансамбли Невского проспекта, большой участок которого занимает Казанский собор (ныне Музей истории религии), ансамбль площади Искусств с торжественным зданием Михайловского дворца (ныне Русский музей).

Объектами посещения являются загородные ансамбли (ныне в черте города) — Александро-Невская лавра (XVIII в.), куда по приказу Петра I был перенесен прах Александра Невского. Ансамбль Смольного и бывший Институт благородных девиц, церковь Спаса на Крови (кон. XIX в.), построена на месте, где народовольцами был убит император Александр II.

Первый в России музей — Кунсткамера создан по инициативе Петра I в 1714 году. Значительная часть его экспонатов были приобретены Петром I во время поездок в западную Европу. Создание одной из лучших картинных галерей Европы — Эрмитажа началось с приобретения Екатериной II в западной Европе крупных коллекций Гоцковского (1764), Брюля (1769), Кроза (1772), Уолпола (1779).

Юбилейная выставка, посвященная 100-летию со дня рождения А. С. Пушкина, положила начало организации Литературного музея — Пушкинского дома, открытого в 1905.

В 1930-е гг. получили статус музеев: Домик Петра I (1703), Исаакиевский собор (1818 г.) с филиалами — храм Воскресения Христова и Сампсониевский собор.

Облик города дополняют многочисленные каналы и мосты, красивейшим среди которых считается Охтинский.

Туристические объекты Ленинградской области
Петродворец — пристань на Южном берегу Финского залива. Основан Петром I в начале XVIII в. как пристань для переправы на О. Котлин. С 1762 город, с 1848 центр уезда Санкт-петербургской губернии, до 1944 Петергоф.

Самый популярный среди туристов пригород, здесь находятся один из крупнейших русских дворцово-парковых ансамблей XVIII века, получивший всемирную известность как «столица фонтанов»: Большой дворец, Верхний сад с 5 фонтанами и Нижний парк с комплексом фонтанов, дворец Петра I «Монплеизир», дворец «Марли», павильон «Эрмитаж».

Пушкин, основан в 1708, после 1725 загородная резиденция царей. До 1918 Царское Село, до 1937 Детское Село. Главной достопримечательностью города является дворцово-парковый ансамбль (сер. XVIII – нач. XIX вв.): Екатерининский дворец, Александровский дворец, Екатерининский и Александровский парки. В 1949 открыт музей «Лицей», в 1959 — музей «Дача Пушкина». Здесь находилась известная янтарная комната, исчезнувшая в годы войны.

Гатчина — известен с 1499 как село Хотчино. В начале XVIII века владение сестры Петра I, основан как город в 1796. В годы ВОВ сильно разрушен.

В Гатчине известен дворцово-парковый ансамбль XVIII в — дворец в стиле раннего классицизма, парки (Дворцовый, «Зверинец», «Сильвия») с системой прудов и каналов, многочисленными павильонами («Орла», «Ферма», «Птичник»), мостами («Каменный», «Львиный»).

Кронштадт — заложен в 1703 для защиты подступов к Петербургу. С 1720 года главная база Балтийского флота. Здесь находится музей «Кронштадтская крепость», сохранился так называемый Итальянский дворец, комплекс губернских домов, ансамбли Адмиралтейства, Морской собор.

Выборг — основан как Шведский замок в 1293 на Волковом острове. Сохранились: замок (XIII в.), Комплекс усадьбы и парка «Монрепо» (XVIII в., ныне гор. Пари).

В южной части района на границе с Казахстаном к природному парку «Белуха» прилегает Катунский заповедник площадью в 150 тыс. га. Это самая высокая часть территории Республики Алтай (от 1300 до 3300 м над уровнем моря). Заповедник был создан в 1991 году, в 2000 году вошел в систему биосферных резерватов ЮНЕСКО. На территории заповедника насчитывается более 130 живописных озер ледникового происхождения. Здесь протекает множество горных рек — притоков верхней Катунь, берущей начало из ледников Белухи за пределами заповедника. Посещение территории заповедника возможно только с разрешения служб заповедника с обязательным оформлением пропуска.

В Усть-Коксинском районе есть перспективы для развития познавательного туризма, охотничьего и рыболовного туризма, альпинизма, туризма связанного со сбором лекарственных трав и просто экскурсионного туризма. Культурный туризм в этом районе включает маршрут по старообрядческим селам Уймонской долины: Мульта, Тихонькая, Верхний Уймон, Гагарка. Здесь есть действующие церкви русских-старообрядцев, переселившихся на эти земли в конце XVIII века. В селе Верхний Уймон находится небольшой музей старообрядчества, в котором представлены предметы быта, посуда, старые книги и другие интересные экспонаты, собранные энтузиастами

В **Улаганском районе** недалеко от села Балыктуюль находятся широко известные Пазырыкские курганы. Здесь были найдены мумифицированные тела древних вождей, их жен, лошадей, а также разнообразные аксессуары из дерева, кожи, войлока и ткани, сопровождавшие умерших в мир иной. В Санкт-Петербургском Эрмитаже есть целый зал, посвященный культуре и искусству кочевых племен Алтая VI-IV вв. до н.э, в котором представлен уникальный комплекс археологических находок, откры-

ске, в Бийском краеведческом музее и в школьных музеях в Солонешном и Черном Ануе. К наиболее интересным находкам относятся клад железных вещей, датируемый XIV–XV вв., яма для хранения зерна содержащая большое количество пшеницы, относящаяся к этому же периоду, бронзовый нож карасукского типа, а также зубы, фрагменты ключицы и лучевой кости древнего человека, возраст которых, определенный с помощью радиоуглеродного метода, составляет 42 тысячи лет. Это останки наиболее древнего человека в Северной Азии из найденных до настоящего момента.

Кроме этнографических находок, здесь была собрана крупнейшая на Алтае коллекция остатков крупных и мелких видов млекопитающих. На основе совокупности этих данных получена бесценная информация о климате, растительном и животном мире Горного Алтая, имеющая высокую степень достоверности.

Денисова пещера находится на берегу реки Ануй, уже на территории Алтайского края, почти на границе с Республикой Алтай, в 4 км от деревни Черный Ануй и в 40 км от районного центра Солонешное.

В 200 м от пещеры, на берегу реки расположен Международный научно-туристический комплекс «Денисова пещера».

В селе Мендур-Соккон есть краеведческий музей алтайской истории и культуры, который является филиалом Горно-Алтайского Республиканского музея.

На территории *Усть-Коксинского района* находится самая высокая гора Сибири — Белуха (4506 м), в окрестностях которой в 1997 году создан природный парк «Белуха», являющийся частью природно-заповедного фонда Республики Алтай. Находящиеся на его территории озера Кучерлинское и Верхнее Аккемское, а также сам горный массив Белуха, считаются природными памятниками.

Кингисепп, основан новгородцами, в 1384 как крепость Ям. С 1783 уездный город Санкт-петербургской губернии, до 1922 Ямбург.

Сохранились: Екатерининский собор (1762), комплекс казарм Царицынского пехотного полка (сер. XVIII – нач. XIX вв).

Ломоносов — пристань на южном берегу Финского залива. В конце XVII века шведская мыза Теирис, которую в начале XVIII в. Петр I подарил А. Д. Меньшикову. В 1743 – 61 летняя резиденция Петра Федоровича (будущего императора Петра III). В 1831 – 1917 летняя резиденция членов императорской фамилии, до 1948 Ораниенбаум (здесь были устроены оранжереи, в которых росли цитрусовые, изображенные на гербе города), переименован в честь М.В. Ломоносова.

В Ломоносове – дворцово-парковый ансамбль XVIII в: Большой дворец в стиле барокко с Нижним парком, дворец Петра III, Китайский дворец, павильон «Катальная горка».

Разлив — поселок в 32 км к Северо-западу от Санкт-Петербурга, на р. Сестра. Здесь в 1927г. открыт мемориальный музей, включающий памятники музеи Ленина «Сарай» и «Шалаш» и павильон-музей (1964).

Тихвин известен в конце XIV века как Предчетенский погост, с XV в. посад Тихвинского монастыря.

Сохранились: ансамбли двух монастырей — Большого Тихвинского (Успенский собор) и Введенского.

Павловск, основан в 1777 как усадьба — резиденции великого князя Павла Петровича. В Павловске находится выдающийся памятник зодчества и садово-паркового искусства в стиле классицизма — дворцово-парковый ансамбль: дворец, один из самых больших в мире пейзажный парк с прудами и скульптурами. В 1918 дворец превращен в музей.

Шлиссельбург. Основан новгородцами в 1323 году как крепость. С начала XVIII века использовалась как «государственная тюрьма». С 1928 Крепость — филиал Ленинградского Музея Великой Октябрьской революции. На территории крепости братская могила русских воинов, павших при штурме крепости в 1702, мемориал советским войнам — защитникам крепости в 1941 – 43 г.г.

Самая развитая рекреационная сеть Ленинградской области, находится в Сестрорецкой курортной зоны и рекреационных учреждений, сконцентрированных в окрестностях Санкт-Петербурга, Луги, Гатчины.

Сестрорецкая курортная зона относится к числу курортов общесоюзного значения и представляет собой приморскую полосу Карельского перешейка от г. Сестрорецка до пос. Смолячково. Приморская полоса проходит по северо-восточному и северному побережью Финского залива.

Здесь живописная местность и благоприятные климатические условия. Еще при Петре I в этих местах царские сановники строили дачи. Впоследствии на всем побережье от г. Сестрорецка до Красноостровского рабочего поселка образовались дачные местности. Некоторые местности курортной зоны имеют историческое значение.

Около Сестрорецка, на ст. Разлив, в 1917 г. скрывался Владимир Ильич Ленин. В Репине находятся знаменитые «Пенаты» и могила художника И. Е. Репина.

На всем протяжении курортной зоны вдоль берега моря тянется гряда холмов, поднимающихся местами до 40 м над уровнем моря.

Природный ландшафт побережья разнообразен. Богатые хвойные массивы, лиственные лесонасаждения, живописные устья и долины рек и ручьев, лесные озера, пруды и холмистые местности дополняются спокойной береговой линией Финского залива. Такие озера, как Щучье (в

Территория района обладает большим количеством природных, культурно-исторических объектов, которые могли бы привлечь интерес туристов. Здесь есть более 100 озер, множество рек с живописными водопадами, родниковые и минеральные источники, некоторые из них обладают целебными свойствами, большое количество археологических памятников в виде курганов, каменных изваяний, древних искусственных оросительных сооружений, галерей наскальных рисунков-петроглифов.

Район имеет большой потенциал для развития водного туризма. Ежегодно в начале мая здесь на реке Чуя проходят соревнования по водно-туристическому многоборью «Чуя-ралли», на которых спортсмены-водники сплавляются наперегонки командами и в одиночку на рафтах, катамаранах и одноместных каяках. Эти соревнования проводятся уже более 25 лет, но всплеск популярности они получили в 1989 году, когда здесь проходили первые международные соревнования по водному слалому, собравшие спортсменов более, чем из 10 стран мира.

Усть-Канский район известен охотничьими угодьями. Третью часть территории района занимают хвойно-лиственные леса.

В Усть-Канском районе находится много уникальных археологических памятников, и их количество продолжает увеличиваться. В районе есть много пещер, некоторые из которых в разное время также служили жильем для человека.

Денисова пещера — уникальный археологический памятник Горного Алтая, место обитания древнего человека. Археологи обнаружили здесь более 20 культурных слоев, которые представляют разные эпохи развития человечества. Люди жили в этой пещере еще 300 тысяч лет назад. При раскопках здесь было найдено около 50 тысяч предметов, которые хранятся в запасниках в Новосибир-

названием «Чистые болота» находятся пещеры Экологическая (Кек-Таш), Опасная, Дуэт и др. Все эти пещеры не являются экскурсионными объектами, хотя и таят в своих глубинах множество красот. Сюда активно ходят любители спортивного спелеотуризма со специальным снаряжением и подготовкой.

В селе Черга находится экспериментальное хозяйство Сибирского отделения РАН, созданное в 1980 году. Здесь собраны уникальные коллекции растений, являющихся носителями генов адаптации к экстремальным условиям высокогорья, проводятся эксперименты по селекции, создан и пополняется генофонд диких и домашних животных, как характерных представителей фауны Горного Алтая, так и видов, завезенных из других мест. Недалеко от Черги расположен единственный за Уралом зубровый питомник Стадо питомника «Черга» уникально тем, что оно беловежское, то есть, по-видимому, единственное стадо чистокровных беловежских зубров в России.

Шебалинский район богат археологическими и историческими памятниками. Здесь было найдено множество могильников, курганных захоронений, древних стоянок и наскальных изображений. Район также известен поставками мрамора для оформления московского метрополитена.

По территории *Онгудайского района* проходит Чуйский тракт — автотрасса федерального значения, соединяющая регионы Западной Сибири с Монголией. Здесь находится самая высокая точка Чуйского тракта — Семинский перевал (1894 м), являющийся границей Северного и Центрального Алтая. Семинский перевал также представляет из себя своеобразный рубеж «культурного» туризма и спортивно-экзотического. Далее вдоль Чуйского тракта встречается гораздо меньше туристических комплексов и организованных мест отдыха. На самом перевале расположены учебно-тренировочный центр «Семинский Перевал» — спортивная база олимпийского резерва России.

2,5 км от Комарова), Красавица (в 12 км от Зеленогорска), с живописными берегами, песчаными пляжами, удобными для купания и рыбной ловли, — любимые места отдыха трудящихся. Курортная зона Ка-рельского перешейка — наиболее лесистый район в пригородах г. Ленинграда, свыше двух третей ее площади занято лесами.

Купальный сезон продолжается около двух месяцев — с конца июня до второй половины августа; температура воды в этот период колеблется от +18 до +19° С. Большинство пляжей защищено лесом и береговыми валами. Дно моря песчаное, полого уходящее в глубину. Лучшими считаются Золотой пляж в Зеленогорске, широкие пляжи в Репине и Солнечном протяженностью 1,5—2 км.

На территории курортной зоны на побережье Финского залива функционируют курорт Сестрорецк, три санатория («Репино», «Северная Ривьера» и «Черная речка»), шесть домов отдыха и пять пансионатов.

Курорт Сестрорецк, где лечилась и празднично проводила время петербургская знать, возник в 1898 г., но развитие он получил только в годы Советской власти. На курорте используются слабоминерализованные (кембрийские) воды хлоридного натриевого типа и лечебная грязь, добываемая в районе реки Сестры. Минеральная вода используется для ванн, а также для питьевого лечения при заболеваниях органов пищеварения.

Пляж курорта считается одним из лучших на Карельском перешейке. Его протяженность около 2 км, ширина 80 м, он удобен для купания и аэрогелиотерапии. В парке есть аэрозолярий, проложены маршруты терренкура. На курорте имеется поликлиническое отделение, где амбулаторно лечатся больные, проживающие в пансионате.

Показания: заболевания органов кровообращения, пищеварения, движения и нервной системы. Организовано лечение больных вибрационной болезнью и с заболеваниями периферических сосудов конечностей.

Центральная Россия занимает центральную часть Восточно-Европейской равнины, охватывая районы верхних течений Волги, Дона и их притоков. На этой обширной территории живет около 36 млн. человек (свыше 1/5 части всего населения РФ). Центральная Россия — один из наиболее урбанизированных районов России, где доля городского населения достигает 75%. Здесь сосредоточена значительная часть экономического и политического потенциала, большинство высших учебных учреждений, банки, биржи, промышленные и торговые предприятия. Это определяет высокую потребность в организации отдыха населения и ориентацию рекреационного хозяйства на обслуживание местного населения.

Московский туристический район. Московская область и территории прилегающих областей занимают первое место почти по всем видам туризма — познавательному, оздоровительному, деловому и т.д.

Природно-рекреационные ресурсы достаточно благоприятны для оздоровительного и спортивного отдыха.

Ландшафты определяются чередованием холмисто-рядового и увалистого рельефов Смоленско-Московской и Среднерусской возвышенностей со средневысотными плосковолнистыми равнинами Верхневолжской и Мещерской низменностей.

Район лежит в лесной зоне, степень залесенности варьирует от 20-30 % — на юге до 40-50 % — на севере. Преобладают еловые, березовые и сосново-еловые леса, на юге — широколиственные дубово-липовые.

Территория обводнена преимущественно средними и малыми реками (Ока, Клязьма, Днепр, Западная Двина), их притоками (Москва, Руза, Яуза, Истра, Нара и др.) и озерами. Основная рекреационная деятельность развита по водохранилищам (Можайскому, Рузскому, Озернинскому, Истринскому и Учинскому) и каналу имени Моск-

Южнее Чемала вдоль Катунь, на участке дороги от Еланды до Куюса находится множество археологических объектов разных эпох: стоянок древних людей, курганов и могильников, наскальных рисунков.

Каракольские озера — это группа из семи живописных высокогорных озер, расположенных на западном склоне хребта Иолго, который является водоразделом рек Бия и Катунь. Каракольские озера имеют ледниково-тектоническое происхождение. Котловины озер расположены на ступенях гигантской каровой лестницы. Самое нижнее озеро находится на высоте около 1800 метров над уровнем моря, самое верхнее — почти 2100 м. Размер озер уменьшается с увеличением высоты, также как и температура воды в них. Озера соединены друг с другом ручьями и находятся друг от друга на расстояниях 300-800 метров. Совершить пешее восхождение от нижнего озера до верхнего можно за пару часов. Вода в озерах холодная и прозрачная, водной растительности практически нет, также как и рыбы, так что с рыбалкой там глухо. В районе Каракольских озер протекает много ручьев и речушек с красивыми водопадами. С 1996 года комплекс Каракольских озер имеет статус Памятника Природы Горного Алтая с заповедно-рекреационным режимом посещения.

В **Шебалинском районе** находится один из археологических памятников района — Усть-Семинская стоянка.

На территории от устья Семы до села Камлак расположен созданный в 1996 году памятник природы «Шишкулар-Катаил — Чистый Луг», который включает в себя ботанический сад, где произрастает более 500 видов растений, многие из которых относятся к исчезающим и реликтовым видам. Сюда организуются экскурсии с турбаз.

От села Камлак начинается один из путей к пещерам Алтайская и Геофизическая в верховьях реки Устюба, а также путь к Камышлинскому плато, где в местечке под

Турочакский район расположен в северо-восточной низкогорной части Республики Алтай. На территории района расположена северная часть Телецкого озера, основного объекта паломничества туристов, вокруг которого и сосредоточена основная часть туристической инфраструктуры района.

Здесь можно остановиться на отдых как на многочисленных турбазах, предлагающих разный уровень сервиса, так и в частных домах местных жителей. Во многих подворьях в туристический сезон сдаются комнаты или построены приличные домики специально для гостей. Экскурсионными услугами можно воспользоваться на турбазах, а также и у местных жителей, некоторые из которых обладают необходимыми знаниями и опытом и даже имеют в своем хозяйстве моторные лодки и лошадей. Здесь даже практикуется такая услуга, как прокат лошадей с минутной тарификацией.

В районе села Удаловка — скала Иконостас с выбитым на ней профилем Ленина. На территории Турочакского района располагается северная часть одного из самых больших и старых в России «Алтайского государственного природного заповедника».

Чемальский район является одним из наиболее освоенных в туристском плане, благодаря своей доступности, благоприятными климатическими условиями, уникальному живописному ландшафту и культурно-историческим объектам. Здесь есть широкие возможности для развития экологического и этнографического туризма, массового и лечебно-оздоровительного отдыха. В районе активно развивается спортивный, экскурсионный, профессионально-деловой, фестиваль туризм, а также сельский или туризм, когда отдыхающие размещаются в частных домах местных жителей.

вы. По рекам Под-московья совершаются байдарочные сплавы, канал имени Москвы и реки Ока и Москва благоприятны для теплоход-ных прогулок, озера и реки используются для купания (купальный сезон около 90 дней).

Природные ландшафты обладают большими функциональными возможностями и высокими эстетическими качествами. Доминируют полуоткрытые пространства, пейзаж мягкий, лиричный типичен для средней полосы России.

Биоклимат характеризуется относительно комфортными условиями, достаточно благоприятными для отдыха и лечения: оптимальный УФ режим, достаточная инсоляция (1700-1800 часов в год), умеренно теплое лето (ср. температура июля 17-18°), средняя степень развития духоты, умеренно мягкая зима (ср. температура января минус 9-10°), устойчивый снежный покров в течение 130-140 дней при высоте до 50 см. Климатические условия позволяют активно заниматься рекреационной деятельностью как в летний, так и в зимний период.

Культурно-исторический потенциал Московского района чрезвычайно велик.

Можно выделить несколько самостоятельных направлений развития культурно-познавательного туризма в данном регионе:

1. Православные святыни, такие, как Троице-Сергиева Лавра, Оптина пустынь, Данилов монастырь, Донской монастырь (филиал музея архитектуры), Андроников монастырь (Музей древнерусского искусства им. Андрея Рублева), Иосифо-Волоцкий и Новоиерусалимский монастыри и др.

2. Большой интерес представляют дворцово-парковые ансамбли и подмосковные усадьбы, ныне входящие уже в черту города:

- Кусково (XVIII в.), некогда принадлежавшее Шереметьевым, сейчас там музей керамики,
- Кузьминки (бывшая усадьба Голицыных) состоит из нескольких самостоятельных архитектурных ансамблей,
- архитектурно-парковый ансамбль Измайлово,
- Коломенское — государственный историко-архитектурный и природно-ландшафтный музей – заповедник,
- Лефортово — исторический район Москвы: Лефортовский дворец (Дворец Петра I на Яузе),
- Дворцово-парковый ансамбль Нескучное — бывшая императорская резиденция,
- комплекс архитектурного ансамбля Останкино с церковью Троицы и Останкинским парком,
- усадьба Петровско-Разумовское,
- архитектурно-парковый ансамбль Царицыно (здесь расположен Музей декоративно-прикладного и народного искусства),
- музей-дача Пастернака в Переделкино,
- бывшая усадьба Аксакова «Абрамцево», где жили и работали художники Репин, Васнецов, Левитан,
- усадьба «Архангельское», принадлежавшая вначале Голицыным, затем Юсуповым,
- дом-музей П.И. Чайковского и т.д.

3. В Москве и Подмосковье много мемориальных мест, связанных с войной 1812 года и Великой Отечественной войной: музей-панорама «Бородинская битва», Куликовское поле (южная часть Тульской области), музей-заповедник «Бородино» в районе г. Можайска.

4. Район богат народными промыслами и центрами декоративно-прикладного искусства: художественная обработка дерева (резьба, выжигание) и кости (Хотьково, Сергиев Посад), керамика и фарфор (Гжель, Скопин, Вербилки, Дулево), хрусталь и художественное стекло (Гусь Хру-

прокат водных велосипедов. Сюда организуются экскурсии со многих турбаз, расположенных вдоль Чуйского тракта.

Талдинские пещеры являются экскурсионным объектом, достопримечательностью Горного Алтая. Талдинские пещеры известны тем, что в разные времена они служили жильем для человека. При раскопках в них были обнаружены предметы гончарного производства и другие археологические находки, датируемые ранним железным и бронзовым веками. В начале 19 века здесь жили староверы-«скрытники». С пещерами связаны легенды о кладах, рассказы о спрятанном колчаковском золоте.

Весь пещерный комплекс в Талдинском карстовом массиве насчитывает несколько десятков пещер, многие из которых имеют по несколько входов и соединяются друг с другом, образуя большую взаимосвязанную систему, в которой нетрудно заблудиться. Наиболее посещаемой является пещера Большая Талдинская, вход в которую находится в нескольких десятках метров от дороги. Протяженность ходов пещеры составляет более 200 метров. В пещеру проведено электрическое освещение, в труднодоступных местах установлены лестницы.

Чойский район расположен в низкогорной зоне северной части Республики Алтай. Туристическая инфраструктура района пока практически не развита, но, несмотря на это, здесь активно развивается сельский туризм. Многие местные жители оказывают отдыхающим не только услуги по проживанию и питанию, но и экскурсионные услуги, а также отдых с рыбалкой и охотой. На территории района протекают реки Уймень и Саракочша. В их низовьях планируется создание охранной природной зоны — республиканского этно-природного парка «Тубаларский».

Майминский район — самый маленький по площади район Горного Алтая, но, в то же время, он наиболее популярен среди туристов, благодаря своей близости к Алтайскому Краю и более высокому уровню развития инфраструктуры и транспортной сети по сравнению с другими районами.

Город Горно-Алтайск, административный, культурный и промышленный центр Республики Алтай, расположен в северо-западной части республики на берегах реки Маймы, недалеко от ее впадения в Катунь. С 1920 года в городе работает Республиканский краеведческий музей, расположенный в трехэтажном здании в центре города.

Недалеко от центра города с северной стороны возвышается гора Тугая, на которой проложена горнолыжная трасса, длиной около километра, с перепадом высот 350 м. Имеется прокат снаряжения. Сезон катания длится с декабря по март.

Озеро Манжерокское находится в двух километрах от Чуйского тракта на правом берегу Катунь у подножия гор Синюха и Малая Синюха. В 1996 году Манжерокскому озеру официально присвоен статус Памятника Природы. Можно сказать, что вокруг озера сформировался своеобразный оазис с уникальными мягкими природными условиями. Вокруг озера гнездится множество видов птиц, некоторые из которых занесены в Красную Книгу. В озере много рыбы, в основном — караси, линь и окунь, но есть также карпы и щуки. Местные жители говорят, что рыбалка здесь — круглый год. Озеро сильно выделяется среди всех водоемов Горного Алтая своим разнообразием водной растительности, которой тут встречается больше 20 видов. В июле большие участки поверхности озера покрыты цветущими белыми лилиями. Манжерокское озеро является популярным объектом туризма и отдыха. В районе озера расположено несколько туристических баз, есть

стальной, Костино), лаковая миниатюра (Федоскино, Мстера), лаковые подносы (Жостово), художественная роспись тканей (Павловский Посад, Мытищи, Троицк), художественная вышивка (Мстера, Таруса, Михайлове) и ткачество (Ряжск, Сапожок), ювелирное дело (Мстера, Бронницы, Смоленск, Москва). Центры народного искусства привлекают туристов как объекты экскурсионного показа и сувенирной продукции.

5. Центры туризма, которые в комплексе представляют практически все виды культурно-исторических ресурсов

Москва — крупнейший в стране культурный, научный и туристский центр, это определяет специализацию туризма в столице.

Основные виды туризма: познавательный, деловой и конгрессный.

Из историко-культурных памятников, самым главным туристским объектом в Москве является Кремль, расположенный на берегу р. Москвы на Боровицком холме. За его стенами находятся памятники архитектуры XV — XVII веков:

- соборы: Успенский, Благовещенский, Архангельский, в которых проходило венчание на царство и коронование императоров;

- колокольня «Иван великий» со звонницей (высота 81 метр), перед которой стоит Царь-колокол и Царь-пушка;

- Грановитая палата, построенная на Соборной площади в 1491г.;

- Большой Кремлевский дворец — комплекс помещений гражданского и культурного назначения (покои императорской фамилии, Георгиевский зал, парадные комнаты и т.д.);

- Государственная Оружейная палата (как музей действует с 1913 года);

- Дворец съездов.

К Кремлю примыкает Красная площадь, на которой находятся Покровский Собор (Храм Василия Блаженного), воздвигнутый в 1550-60 г.г., памятник Минину и Пожарскому, мавзолей В.И. Ленина.

Кроме Кремля в Москве имеется огромное количество памятников истории, архитектуры и культуры.

В Москве находится около 70 государственных музеев. Самые крупные из них: Третьяковская галерея — крупнейший в стране музей русского искусства, музей изобразительных искусств им. А.С. Пушкина, Исторический музей, Центральный музей Революции СССР, Останкинский дворец-музей творчества крепостных, ряд литературных музеев, посвященных писателям России (А.С. Пушкину, Л.Н. Толстому, А.М. Горькому, В.В. Маяковскому и т.д.).

Объектами посещения также являются многочисленные театры, концертные залы, консерватории, стадионы, выставки и т.д.

Звенигород — центр туризма в Подмосковье, расположенный в 60 км к западу от Москвы, на берегу р. Москвы. Памятники архитектуры: «Городок» — древний Кремль Звенигорода (XII — XIII в.в.), Успенский собор, Саввино-Сторожевский монастырь с Рождественским собором и Преображенской церковью. Также город является крупным курортным центром (свыше 30 санаториев и пансионатов), чему способствует живописность природы и благоприятный микроклимат (чистый воздух, обилие солнечных дней).

Сергиев Посад — здесь находится центр русской православной церкви — Троице-Сергиева Лавра, основанная Сергием Радонежским в XIV веке. В Лавре размещаются: духовная академия, духовная семинария, иконописная мастерская, действующие церкви (Троицкий собор, Успенский собор, церковь Зосимы и Савватия).

Показаниями для лечения амбулаторных больных являются заболевания органов кровообращения, движения, нервной системы, нарушения обмена веществ, гинекологические.

Горная часть алтайского края и республика Алтай представляют собой отдельный туристский район, занимающий в природном отношении горную систему Алтай.

Уникальность непосредственных туристских ресурсов Алтая связана, в основном, с природно-климатическими условиями региона. Их разнообразие объясняет то, что это единственный в стране туристский район, где возможны походы любой категории сложности по всем видам туризма, от равнинных до горно-тундровых. Горный Алтай остался за пределами урбанистского подхода к освоению рекреационных ресурсов. Благодаря этому он сохранил свои красивейшие природные ландшафты.

Алтай занимает центр Азии и в транспортном отношении хорошо доступен для туристов Запада и Востока.

Название «Алтай», различные авторы толковали по-разному — как «Алтын-тау» (золотые горы) или как «Ала-тау» (пёстрые горы). В.В. Радлов (востоковед-тюрколог), объясняет его слиянием двух слов Ал-тайга, что в переводе означает – высокие каменистые горы.

Первая по высоте вершина Сибири – Белуха (4506 м) и глубочайшая пещера России – Экологическая (-340 метров) находятся на Алтае, здесь разведано и классифицировано около 400 перевалов с категорией сложности от 1А до 3Б.

Климат в целом характеризуется как резко континентальный, так как Алтай располагается почти в самом центре континента, в большом отдалении от всех океанов. Но климатические условия очень разные в разных регионах Горного Алтая, они определяются высотой района и господствующими ветрами. Самое теплое место Западной Сибири, находятся на территории Республики Алтай.

В современном Барнауле: театры (музыкальной комедии, драматический, кукол, юного зрителя); музеи (краеведческий, изобразительного и прикладного искусства и др.). Сохранились бывшая заводская аптека (1794), каменная гауптвахта (1821 – 24), канцелярия Колывано-Воскресенских заводов, инструментальный магазин (1-я половина 19 века), ансамбль Петропавловской улицы (кон. 18 – 1-я половина 19 вв.) и Пионерской (бывшей Демидовской) площади (1-я пол. 19 в.), несколько деревянных домов (конец 19 – начало 20 вв.) с изящной резьбой.

Белокуриха — курорт федерального значения. Он находится в 250 км от краевого центра — г. Барнаула. Непосредственно у курорта расположен поселок Белокуриха.

Расположен курорт в предгорьях Алтайских гор, на высоте 250—300 м над уровнем моря, в долине горной реки Белокуриха. В верховьях реки множество небольших живописных водопадов. Курорт окружен богатым лесопарком. С юго-запада подступают покрытые лесом горы Церковка (794 м), Круглая (803 м) и Шиши (980 м над уровнем моря). На их склонах — могучие сосны, лиственницы, светлые березовые рощи. Горные кряжи почти всегда окутаны голубой дымкой. Название «Белокуриха», очевидно, связано с тем, что в холодное время года в месте выхода на поверхность горячих радиоактивных источников постоянно «курятся» белые клубы пара. Источники были известны местному населению еще в XVIII веке, однако курорт начал свое существование с 1867 г., когда были открыты лечебные свойства источников и сделаны первые попытки использовать их в лечебных целях.

Основными лечебными средствами в Белокурихе служат азотные слабоминерализованные радиоактивные кремнистые щелочные термы сульфатно-гидрокарбонатно-натриевого состава. Вода источников используется для лечебных ванн и питья, ингаляций, радоновых аппликаций.

Калуга — город находится в районе верхней Оки, является центром туризма в Калужской области. Историко-культурные объекты: памятники русского зодчества (Троицкий собор, гостиные ряды) и музей космонавтики (в городе жил и работал Циолковский).

Малоярославец — расположен между Калугой и Москвой. Здесь произошло сражение русской армии под командованием Кутузова с войсками Наполеона — открыт военно-исторический музей войны 1812 года.

Козельск — интересен военной историей: оборона против войск Батыя в XIII веке и против литовского нашествия в XVII веке. В 2 км от города расположен монастырь Оптина пустынь.

Таруса — город, где жила Марина Цветаева, где жили и похоронены К. Паустовский и художник Борисов-Мусатов. В городе есть картинная галерея и музей-усадьба художника В.Д. Поленова.

Серпухов — центр туризма в Тульской области. В городе: памятники архитектуры XIV — XVII в.в. (кремль, церкви), историко-художественный музей. Ниже города по Оке находится Приокско-Террасный заповедник (где обитают зубры и бобры) и национальный парк «Русский лес».

Тула — уникальный музей оружия. В южной части Тульской области находится Куликово поле, где в память победы русского войска (Д. Донской) сооружены памятник и храм, открыт музей.

Белев — является центром народно-художественных промыслов Тульской области (плетение на коклюшках). Объектами посещения являются художественно-краеведческий музей, среди памятников архитектуры — ансамбль Спасо-Преображенского монастыря (XVII — XIX).

Венец — турцентр в Тульской области. С 1572 года был дворцовым имением Ивана Грозного (назывался Городецк). Сохранились Покровская церковь (1737 г.), каменные палаты XVIII в. (сейчас Краеведческий музей), Богоявленская и Казанская церкви (XVII–XVIII вв.), Воскресенский собор.

Инфраструктура Московского туристического района одна из самых развитых в РФ. Район имеет развитую транспортную сеть, ядром которой является Московский узел: 11 радиальных железнодорожных линий, 15 автомагистралей, 4 крупнейших аэродрома, 2 речных порта.

Центральный район специализировался на познавательном туризме общероссийского значения. Во всех областных городах имеются гостиницы и туркомплексы, ориентированные на прием туристов.

Верхневолжский туристический район.

Этот район охватывает территорию Верхневолжских и Волго-Вятских областей: Тверской, Ярославской, Ивановской, Костромской, Нижегородской, Кировской области и северные части республик Удмуртии, Чувашии, Мари Эл.

Природные рекреационные ресурсы:

- Ландшафты представляют в основном таежные равнины, местами возвышенные. Центральная часть занята Верхневолжской низменностью и средневысотной Галичско-Чухломской равниной с глубоко врезанными долинами рек. На западе она окаймлена Валдайской возвышенностью, а на востоке Вятскими Увалами и Верхнекамской возвышенностью.

Валдайская возвышенность находится на северо-западе Восточно-европейской равнины. С Валдайской возвышенности берут свое начало реки: Волга, Западная Двина, Ловать, Мста, Сясь, Молога.

В 1990г. в окрестностях Валдая создан Валдайский национальный парк для охраны озерно – лесного природного комплекса Валдайской возвышенности и создания условий

тока. Покататься на горных лыжах или побродить по лыжне, любуясь красотами окружающей природы, можно в Таштагольском, Гурьевском, Крапивинском районах, городах Междуреченск, Новокузнецк, Кемерово.

Горная Шория — географический район в сибирской глуши, малая и великая родина шорцев — древнего тюркоязычного народа. Родина многих поколений русских первопроходцев, что начали селиться здесь с конца XVI века.

Сегодня — это популярнейший горнолыжный центр известный не только в Сибири, России, но и за рубежом. Зона отдыха, способная принимать до 50 тысяч человек в год. Здесь созданы все необходимые условия для развития горнолыжного спорта и туризма — подготовленные горнолыжные трассы, протяженностью от 1350 до 2500 м.

Для занятий горнолыжным туризмом имеется современная материально-техническая база и развивающаяся система сервисного обслуживания.

Алтайский Край.

Центр — город Барнаул. Достопримечательности края связаны с развитием промышленности на Алтае в 18 в. (Барнаул, Змеиногорск, Колывань, Павловск), с Гражданской войной, освоением целины, жизнью космонавтов Г. С. Титова (музей космонавтики в с. Полковниково), В. Г. Лазарева (с. Порошино) и др.

Барнаул — центр Алтайского края, пристань на реке Обь. Возник в 1730 г. как поселок, построенный промышленником А. Демидовым. К середине 19 в. крупный промышленный и торговый центр. С Барнаулом связаны имена изобретателей И. И. Ползунова, К. Д. и П. К. Фроловых, археолога и этнографа Н. М. Ядринцева, путешественников и исследователей Алтая – П. А. Чихачева, П. П. Семенова-Тян-Шанского и др.

га лесопарковой зоны на правом берегу реки Томи в Яшкинском районе Кемеровской области (55-й километр). Экспозиционные зоны: Древнее святилище «Томская писаница» - 280 наскальных рисунков; «Археодром» - реконструкция археологических жилищ и павильон археологических погребений; Архитектурно-этнографический комплекс «Шорский улус Кезек» - усадьба зажиточного шорца, «Мифология, эпос народов Сибири» (культовые изваяния, поминальники, жертвенники, священное дерево); «Музей наскального искусства Азии» - наиболее характерные комплексы наскального искусства Сибири, Средней Азии, Монголии, Китая, Индии, Пакистана; Музей естественной истории. Открытый показ материалов по исторической геологии, минералогии, палеонтологии.

Музей «Археология, этнография и экология Сибири» Кемеровского государственного университета. Фонды музея насчитывают более 130 000 единиц хранения. Помимо подлинных материалов по археологии и этнографии Южной Сибири, здесь хранятся остеологические, палеонтологические, зоологические, орнитологические и энтомологические коллекции, а также копии древних петроглифов Алтая, Хакасии, Тувы, Казахстана и Киргизии.

Заповедник «Кузнецкий Алатау», располагающийся на площади 4 районов и занимающий площадь 455,5 тыс. га, на территории которого выявлено более 40 видов исчезающих растений, 42 вида редких и исчезающих позвоночных (п. Белогорск).

«Шорский государственный природный национальный парк», на его территории образован этнографический музей под открытым небом — «Газгол».

Заповедник «Кузедеевский липовый остров», в котором сохранена уникальная реликтовая роща сибирской липы.

Кемеровская область по общей протяженности горнолыжных трасс и количеству подъемников занимает одно из первых место среди регионов Сибири и Дальнего Вос-

для развития организованного отдыха в этой зоне. На Валдае насчитывается несколько сотен больших и малых озер. Особое место занимает Валдайское озеро, которое входит в десятку самых чистых озер мира (в переводе с древнего «Валда» означает светлый, чистый).

Растительный покров представлен елово-пихтовыми лесами, сосновыми борами, березовыми и осиновыми рощами. Залесенность более 50 %. Леса богаты грибами, ягодами, пушным зверем и боровой птицей.

Биоклимат переходный от умеренно-континентального на западе к континентальному на востоке. Обеспеченность световой солнечной радиацией возрастает с севера на юг от недостаточной (1650 часов) до умеренной (1850 часов), режим УФ радиации оптимальный.

Благоприятный летний период длится с мая по октябрь; лето умеренно теплое на большей части территории, и теплое на юго-востоке (температура июля 17-18°). Зима умеренно холодная (ср. температура января минус 11-12° на западе и минус 12-15° на востоке). Продолжительность залегания снежного покрова 150-180 дней с высотой 40-80 см. Биоклиматические условия благоприятны для оздоровительного и спортивного отдыха летом и зимой.

Богатые природные рекреационные ресурсы этого района в целом освоены недостаточно. Преобладает оздоровительный отдых, развиты охота и рыбная ловля.

Территория хорошо обводнена. Главная речная артерия — Волга — определяет рекреационное развитие этого региона. Волга принимает множество притоков, самыми крупными из которых являются Тверца, Молога, Кострома, Унжа, Ветлуга, Вятка, Ока и Сура. Большинство рек пригодны для водного туризма. По Волге, Оке и Вятке проходят теплоходные маршруты.

На Волге построено несколько крупных водохранилищ Ивановское, Конаковское, Рыбинское, Горьковское. Реки и озера богаты рыбой. По берегам встречаются хорошие участки песчаных пляжей. Купальный сезон варьируется от 100 дней на западе до 50 на северо-востоке.

Западная половина района богата озерами, самое крупное из которых Селигер.

Озеро Селигер находится на Валдайской возвышенности, на высоте 205 м над уровнем моря, в Тверской и Новгородской областях. Площадь озера составляет 212 кв. м. Наибольшая глубина до 24 м, средняя – 5,8 м. На Селигере – 169 островов, в том числе самый крупный о. Хачин (31 кв. км.), о-ва Городомля, Журавка, Кошелев, Скребель, Старицкий. На некоторых островах (Хачин, Городомля) имеются внутренние озера, соединенные с Селигером и между собой. Селигер принимает 110 притоков, а сток в речку Селижаровка (левый приток Волги).

Температура воды в июне – 20С, в июле – начале августа достигает 25С. для летнего отдыха наиболее благоприятный период – с середины мая до середины сентября. Берега Селигера заняты сосновыми борами, еловыми и березовыми лесами с зарослями ивы, ольхи, черемухи. Много моховых болот. В Селигере водится около 30 видов рыб: лещ, щука, судак, окунь, плотва, густера и др.

Здесь находится исток великой русской реки – Волги, ставшей для всех символом России. В деревне Волго-Верховье посреди небольшого болотца стоит деревянный теремок, внутри которого небольшой бассейн с чистой пресной родниковой водой — здесь зарождается великая русская река Волга.

Осташков — центр туризма на северо-западе центральной России, находится на Валдайской возвышенности. Это край озер, лесов и болот. Осташков — центр озерного края, где сосредоточено свыше 200 озер, одно из

Кемерово (в 1925 – 32 Щегловск), расположен на реке Томь, при впадении в нее реки Искитим; пристань на реке Томь.

Несомненный интерес представляют памятники архитектуры, наиболее известные из которых:

- Мариинская тюрьма, являвшаяся составной частью «Мариинского централа», из которой за всю ее историю не было совершено ни одного побега;

- остатки Кузнецкой крепости, построенной в 1780-1790 г.г. в г. Новокузнецк;

- здания культовой архитектуры в городах Салаире (построенные до 1831 г.), Тайге (1905 г.), в селах Ильинское (1768 г.), Ишимское (начало 18 века);

- ансамбли застройки улиц в г. Мариинске (каменные и деревянные здания, построенные в конце 19 - начале 20 в. в стиле «Сибирского барокко» с элементами модерна);

- в селах Алаево, Варюхино, Ишимское и Поломощное (деревянные жилые постройки сер. 19 - нач. 20 веков, обильно украшенные высокохудожественной резьбой);

- промышленные, общественные и жилые здания постройки послереволюционного периода в городах Кемерово, Новокузнецке, Белово, Анжеро-Судженске и др.

В Кемеровской области насчитывается около 40 музейных учреждений системы Министерства культуры РФ.

По количеству музеев Кузбасс входит в первую десятку регионов Российской Федерации. В том числе имеются крупнейшие музеи заповедники, самый уникальный среди которых музей заповедник под открытым небом «Томская писаница», внесенный в перечень особо охраняемых объектов ЮНЕСКО. Это место народных праздников и конференций международного характера, расположенное в д. Писаная.

Музей-заповедник «Томская писаница» — историко-культурный и природный комплексный музей открытого типа, создан в феврале 1988 г., расположен на площади 140

Богашева. Томский завод керамических изделий. Бывший завод художественной керамики «Майолика». Работает на уникальной беложгущейся глине Вороновского месторождения. Глины этого месторождения отличаются теплым, кремовым оттенком черепка. При заводе действует музей богашевского завода.

Каргасокский музей искусств народов севера (филиал Томского областного художественного музея). Расположен на главной улице, в центре г. Каргаска. Представляет собой деревянное двухэтажное здание. Экспонируются предметы декоративно-прикладного искусства народов Севера: вышивка бисером, меховые и кожаные изделия; предметы быта местного русского населения, художественные изделия из бересты, вышивки, кружевное плетение.

Кемеровская область

Кемеровская область богата памятниками исторического прошлого. Археологи обнаружили на территории области 135 памятников археологии от палеолита до 15 века н.э. Это курганские группы, могильники, стоянки, городища, поселения, наскальные рисунки – «писаницы» эпохи неолита и бронзы с изображениями животных, сцен охоты далеких предков, населявших Кузнецкую землю.

На территории Кузбасса в разное время совершались палеонтологические открытия. Так в районе «Шестаковских болот» (Чебулинский район) найдено уникальное захоронение скелетов динозавров, так называемое «Кладбище динозавров».

В районе п. Тисуль находится восемь уникальных геологических образований, в том числе два потухших вулкана - сопки «Барабинский бухтай» и «Кондовый бухтай».

В целом на территории Кемеровской области насчитывается около 700 памятников истории.

самых главных — озеро Селигер, по которому туристы могут совершать теплоходные прогулки. В районе города много памятников XVI — XIX веков: монастырь Нилова пустынь на о. Столбном, на островах много старинных рыбацких деревень, а также находятся древние монастыри и храмы: Кравотынь, Рогожа, Верхние Котоцы, Николо – Рожок, Новинка, Сосница, Святое, Щучье, Заглавье, Мошенка, Красуха. Осташковский район привлекает и фольклористов. Здесь можно записать легенды, пословицы, поговорки, старые обрядовые песни, плачи. Памятники боевой славы находятся в основном в западной части Осташковского р-на и городе Осташкове.

Впервые Селигер упоминается в древних письменных источниках в 1199г., когда новгородское посольство едет Серегерским путем просить на княжение в Новгород одного из сыновей Всеволода Б. Гнездо. С Селигерским путем связан один из интереснейших памятников края – каменный крест 12в. на Стерженецком городище, поставленный новгородским посадником, задумавшим углубить русло Волги и соединить ее с притоками Полю.

О днях Великой Отечественной войны напоминают памятники былой славы – фигуры солдат, скорбно склонивших голову, обелиски на братских могилах – их 36; гаубица, установленная на берегу озера, многочисленные доты.

Мягкий целебный климат этого края, тишина, обилие озер и лесов давно привлекают сюда жителей больших городов. Еще в 1938г. специальная комиссия обследовала район Селигера и сделала вывод о необходимости создания здесь климатического курорта «Селигер». В последнее время все больше внимание специалистов привлекают минеральные источники вокруг Селигера – в районе деревень Гринино, Рогожа, Оковцы. Осташков является центром туризма и курорта «Селигер». В 10 км от Осташкова, в поселке Рогожа находится Музей природы Селигерского края (с 1986г).

Культурное наследие Верхневолжья отличается большим разнообразием, что определило приоритетное развитие в этом районе познавательного туризма.

Объектами познавательного туризма являются православные святыни: монастыри Нилова Пустынь (Осташков), Успенский (Старица), Борисо-Глебский (Торжок), Оршин (Тверь), Ипатьевский (Кострома), Унженский (Макарьев), Трифонов (Киров) и др.

народные промыслы: обработка каппы, плетение из корней хвойных деревьев, ивовой лозы и соломки, изделия из бересты, кружевоплетение, вышивка, глиняная дымковская игрушка (Кировская область), художественная обработка дерева — с. Хохлома (Нижегородская область), изделия из обожженной глины (Нижегородская область), нижегородские гипюры и белая гладь. Всемирно известна лаковая миниатюра Палеха и Холуя (Ивановская область), ростовская финифть, красносельская финифть, золотошвейное шитье Торжка, конаковский фаянс.

Именно в этом районе находится ряд городов, в которых имеется огромное количество памятников истории и архитектуры. Каждый из этих городов может быть самостоятельным туристским объектом, и вместе с тем популярны туристские маршруты, включающие несколько городов. Все эти маршруты можно считать маршрутами так называемого «Золотого кольца».

Район включает еще несколько туристских маршрутов не входящих в район «Золотого кольца».

К таким районам относятся Пушкинские места в Тверской области.

Тверь — начальный пункт маршрута по Пушкинским местам. Старая часть города, в основном, сохранила планировку, которая была при А.С. Пушкине, сохранились и некоторые здания (Путевой дворец Екатерины II (1763),

Музей Деревянного Зодчества. Филиал Томского областного художественного музея. Музей располагается в особняке сибирского архитектора Андрея Дмитриевича Крячкова.

Томский Областной Краеведческий Музей. Музей расположен на территории сохранившейся с середины XIX в. усадьбы И.Д. Асташева. Главное здание музея является памятником архитектуры федерального значения. Собрание Томского областного краеведческого музея, одно из самых больших в Сибири, насчитывает более 120 тыс. единиц хранения.

Мемориальный музей истории политических репрессий в Томской области «Следственная Тюрьма НКВД». Экспозиция музея представляет собой серию реконструкций тюремных интерьеров, а также тематические выставки, на которых представлены ранее секретные архивные документы, фотографии, другие материалы, хранящиеся в фондах ТОКМ, ГАТО, архивах УФСБ, УВД. Разделы экспозиции: «Коридор», «Кабинет следователя», «Камера», «Люди трагической судьбы», «Следы ГУЛАГа».

Санаторий «Ключи». Расположен в лесном массиве у одноименного поселка, в 7 км от Томска. Работает круглый год. Профиль: заболевания сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, опорно-двигательного аппарата, периферийной нервной системы.

с. Березовка. Этнографический музей Эстонской культуры. В экспозиции музея прослеживается ряд направлений: история основания села Березовка, освещается история колхоза «Искра», также представлены Евангелие на эстонском языке, сборники нот для игры на скрипке, принадлежавшие репрессированным учителям школы. Этнографическое направление работы музея представлено в двух помещениях.

ховное училище. Монастырь являлся не только средоточием монашеской жизни, но одновременно был центром духовного и культурного просвещения.

Собор во имя Святой и Живоначальной Троицы в Томске очень напоминает храм Христа Спасителя в Москве, т.к. их проектировал один архитектор — К.А.Тон. Троицкий кафедральный собор именовался «новым», в отличие от «старого» Благовещенского. Отсюда и пошли названия площади на которой он находится — «Новособорная» или просто «Соборная». Троицкий собор был закрыт в начале 1930 г.

Сибирский Ботанический сад при ТГУ. Первый ботанический сад в азиатской части России. Памятник природы федерального значения. В состав Ботанического сада входит городской участок (14 га), расположенный в южной части Университетской рощи, и опытный участок в районе поселка Степановка (110 га). На городском участке расположены заповедный парк, сохранившийся с 1880-х гг., мемориальный плодовый сад, дендропарки "Сибирь", "Европа", "Восточная Азия", а также оранжерейно-тепличный комплекс.

Музей Археологии и Этнографии Сибири. Расположен в главном корпусе ТГУ. Всего в музее около 300 тыс. экспонатов по археологии, этнографии, истории Сибири, сопредельных территорий Евразии и Северной Америки.

Томский Областной Художественный Музей. В фондах музея насчитывается более 6 тыс. экспонатов: графика, живопись, более 500 предметов декоративно-прикладного искусства, около 200 икон XVIII-XIX вв., церковное медное литье, скульптура, коллекция стекла. Здание, в котором ныне располагается художественный музей, первоначально принадлежало томской купчихе 2-й гильдии Н.И. Орловой.

церковь Вознесения (1833), бывшее Дворянское собрание (1841) с колонным залом, мужская гимназия (1844). В городе уцелел сильно перестроенный ансамбль Христорождественского монастыря (кон. 18 – нач. 19 вв.). Одним из самых древних зданий является церковь Белая Троица (1564 г.). С Тверью связана жизнь многих выдающихся людей: здесь жили баснописец И. А. Крылов, писатели М. Е. Салтыков – Щедрин, Ф. М. Достоевский, И. И. Лажечников, поэт Ф. Н. Глинка, авиаконструктор А. Н. Туполев, актер Царев.

Торжок — по данным археологов город существовал с X века. Торжок выделяется по количеству сохранившихся памятников архитектуры XVI — XIX веков (Борисоглебский и Воскресенский монастырь, Спасо-Преображенский собор).

Торжок — центр туристического маршрута «Пушкинское кольцо Верхневолжья». В городе сохранились здание гостиницы Пожарского, в которой поэт обычно останавливался, дом его друга Оленина, действует музей названный его именем. Недалеко от Торжка, на погосте д. Прутня находится могила А. Керн. В 14 км от города в селе Берново — музей, который помещается в бывшей усадьбе деда А. Керн. В селе Василево находится музей деревянного зодчества, в котором проходят традиционные фольклорно-туристские праздники «Троицкие гулянья». Торжок — центр золотошвейного промысла.

Вышний Волочек — город, который называют русской Венецией, так как весь город состоит из каналов, озер и водохранилищ. Вышневолоцкие каналы и шлюзы, построенные в XVIII веке, были частью первой в России искусственной водной системы, по которой почти два столетия переправлялись грузы с юга России в Петербург.

Бежецк — город в Тверской области, один из центров народной музыки в России. Объектами посещения являются: Введенская церковь (1682 г.), купеческие особняки прошлых веков, местный музей. В городе работает Центр ремесел и народного творчества.

Калязин — туристский центр в Тверской области, знаменит искусным ручным плетением — кружевом и колокольней Никольского собора (1800 г.), которая оказалась в зоне затопления Угличского водохранилища в 1940 году и до сих пор возвышается над водной гладью, став своеобразным символом города.

Город Ржев расположен на юго – восточной окраине Валдайской возвышенности, на высоких берегах реки Волга. В 12в. Ржев входил в состав Смоленского княжества как один из важнейших опорных пунктов на водном пути между Новгородом и Киевом. В годы Великой Отечественной войны в окрестностях Ржева, имевшего большое стратегическое значение на подступах к Москве, шли ожесточенные бои. Ржев был почти полностью разрушен, уцелело менее 10% застройки.

Рекреационная сеть в районе среднеразвитая. Характерно преобладание учреждений лечебно-оздоровительного отдыха и их близкое расположение от областных центров. Доминируют профилактории и базы отдыха вблизи промцентров. Наиболее крупные курорты: «Зеленый город» в Нижегородской области и «Нижнее Ивкино» в Кировской.

Инфраструктура района. Территория имеет развитую сеть автомобильных и железных дорог, связывающих областные центры между собой и со столицей. Осью транспортной сети выступает Волга, по которой проходят основные экскурсионные теплоходные маршруты.

Культовые объекты:

Богоявленский собор был построен в 1620 г. томским воеводой князем Иваном Шаховским. В стенах собора 6 августа 1804 г., в праздник Преображения Господня, был торжественно провозглашен указ Александра I о создании Томской губернии с центром в Томске. После выхода декрета Совнаркома 1918 г. об отделении церкви от государства Богоявленский собор был закрыт первым в Томске (1929) и использовался под клуб транспортников, курсы Сибжелстроя. В 1941 г. сюда эвакуировали завод «Красный богатырь» из Москвы, а в окружающих церковь помещениях заработал завод резиновой обуви. В 1994 г. здание было возвращено Томской православной епархии. Полностью восстановление собора завершено к 400-летию Томска в 2004 г.

Часовня Иверской иконы Божией матери. Она была поставлена в память о Крымской войне 1853-1856 гг., в которой принимал участие 39-й Томский гвардейский егерский полк.

Богородице-Алексиевский монастырь. Основан в 1605 г. на правом берегу реки Большая Киргизка при ее впадении в реку Томь (территория современного Северска). В 1658 г. по благословению настоятеля обители игумена Ефрема (Березовского) монастырь перенесен под стены Томского острога и в 1662-1663 гг. отстроен на Юрточной горе, при участии царя Алексея Михайловича, оказавшего монастырю денежную помощь и пославшего церковную утварь, богослужебные книги и иконы. Монастырь стал центром распространения православия по ближнему Притомью. В 1729-1730 гг. в монастыре содержался под стражей сосланный в Сибирь прадед А.С.Пушкина крестник Петра I Абрам Петрович Ганнибал (1697-1781). В 1746 г. в монастыре открылось первое на юге Сибири русское ду-

Деревянной архитектуре свойствен лишь один существенный недостаток — общий темный колорит стареющего дерева. Темно-коричневые и серые дома смотрятся в ясные дни, когда их детали выделены светотенью, но в облачную погоду они теряют свою четкость и выразительность.

Экскурсионные объекты: «Дом с Жарптицами» (Красноармейская, 67а) и «Дом с Драконами» (Красноармейская, 68).

Биржевой корпус — одно из первых каменных зданий в Томске. Построено здание в 1852, предназначался для складирования товаров; размещения лавок, в которых велась розничная торговля; был местом собраний купеческого общества. В настоящее время в биржевом корпусе располагаются Западносибирский филиал Академии правосудия, осуществляющей подготовку и переподготовку юристов (главным образом работников судебной системы) и ЗАГС. Постановлением Совета Министров РСФСР в 1974 г. биржевой корпус был включен в число памятников архитектуры федерального значения.

Губернаторский квартал — это условное наименование исторического центра города, в котором расположены важнейшие административные здания, памятники истории, культуры, образующие историко-культурный заповедный район. Это место можно назвать «воротами города» — отсюда началось освоение Томской земли.

Здание Городского магистрата — также одно из первых каменных зданий Томска, было построено в 1802 — 1812 гг. В настоящее время в здании городского магистрата располагался один из первых городских банков в России — Сибирский общественный банк в Томске (он стал 8-м городским банком в стране и 1-м в Западной Сибири).

Южно-Российский туристический район.

Природные рекреационные ресурсы. Территория простирается по Восточно-Европейской равнине от зоны смешанных лесов на севере до полупустыни и пустыни на юге. В рельефе выделяются возвышенности — Смоленско-Московская, Среднерусская, Приволжская, Калачская, и низменности — Мещерская низина.

Обводненность территории недостаточная. Густота речной сети уменьшается с севера на юг, озер очень мало. Многие из них засолены (Эльтон, Баскунчак, Горькосолёное и др.). Крупная река — Дон, связанная с Волгой Волго-Донским каналом Цимлянским водохранилищем. Дон — основная судоходная магистраль, интенсивно освоенная теплоходными туристскими маршрутами.

По северу протекают многочисленные реки бассейнов Волги, Днепра и Дона, наиболее крупные из которых Сура, Оскол, Сейм, Медведица, Хопер. Основные рекреационные занятия приурочены к водохранилищам (парусный спорт, купание).

Биоклимат этой обширной территории характеризуется резким увеличением континентальности с северо-запада на юго-восток. Летний благоприятный период — с конца апреля по сентябрь-октябрь. Лето теплое (+19⁰) на севере и очень теплое (+25⁰) на юге. В южных областях часто наблюдаются дискомфортные жаркие погоды. Купальный сезон длится 80-130 дней. Зима умеренно мягкая, на западе (-8-10⁰) и умеренно холодная (-13-15⁰) на востоке. Однако возможности для лыжного туризма существуют только на севере района (с декабря по март).

Культурно-исторический потенциал этой территории очень значительный. На ней располагается множество исторических русских городов: Смоленск, Орел, Курск, Липецк, Воронеж, Тамбов, Пенза, Ростов-на-Дону. В них находится множество памятников культовой и гражданской

ар-хитектуры, музеев, театров, мемориальных мест, связанных с деятелями русской культуры и событиями Великой Отечественной войны.

Имеются на этой территории и центры народных промыслов и ремесел: Елецкое кружевоплетение, художественная вышивка и вязание. Богатое культурное наследие является хорошей базой для познавательного туризма.

Смоленск — один из древнейших городов России, расположен к юго-западу от Москвы, центр Смоленского княжества, игравший важную роль в обороне западных рубежей России. Значение Смоленска как туристского центра определяется его историческими памятниками: ансамбль Соборной горы над Днепром с Успенским собором, окруженный мощными крепостными стенами с башнями, храмы Михаила Архангела (XII век), Петра и Павла, Иоанна Богослова.

В Смоленской области насчитывается около четырех тысяч памятников старины (древние курганы и городища, памятники архитектуры, крепостные стены, храмы и монастыри), на территории области находятся многочисленные усадьбы (родовое имение М.И. Глинки, А.С. Грибоедова, дом-музей Пржевальского). В окрестностях города много памятников посвященных войне 1812 года и ВОВ: Демидовский историко-краеведческий музей, Музей партизанской славы и т.д.

Создание национального парка «Смоленское Приозерье» послужило толчком для развития организованного экологического туризма.

На территории области находится достаточное количество сапропелевых озер, которые используются санаториями и пансионатами для грязелечения (санаторий им. Пржевальского — оз. Сапша).

Вязьма — старинный город в Смоленской области. Город сохранил исторически сложившуюся радиальную планировку (план утвержден Екатериной II). Художественный

Томская область.

Томск – старый сибирский город-порт, основанный в 1604 г. на правом берегу реки Томь, недалеко от ее впадения в Обь. Город географически находится в самом центре России, поэтому его называют Сибирской Москвой, поскольку он был торговой столицей края. Поэтому в городе много купеческих домов 19 – нач. 20 вв.

Томск - старейший за Уралом образовательный и научный центр России. На протяжении столетий здесь сформировался уникальный научно-образовательный и научно-технический комплекс, который по праву называют Сибирскими Афинами.

Сегодня в Томске 7 государственных вузов - Томский государственный университет, Томский политехнический университет, Томский государственный педагогический университет, Томский государственный архитектурно-строительный университет, Сибирский государственный медицинский университет, Томский государственный университет систем управления и радиоэлектроники, Томский военно-медицинский институт, а также более 10 образовательных учреждений, реализующих программы высшего образования.

Главная достопримечательность города — деревянная архитектура. Убранства домов объединяют традиции деревянного зодчества Русского Севера и классические детали барокко и классицизма. Постройки городского типа обладают срезанными углами, дополненными эркерами и балконами, завершающимися кровлями с силуэтной надстройкой. В Томске сложился особый тип венчания зданий, получивший широкое распространение в городской архитектуре, — классический карниз, ритмично прорезаемый несколькими небольшими острыми фронтонами, которые часто завершаются декоративными башенками и шпилями.

падно-Сибирской железной дороги, музей СО РАН, музей Олимпийской славы физической культуры и спорта Новосибирской области.

В южной части города находится плотина Новосибирской ГЭС, за которой образовалось водохранилище - «Обское море». На его берегу построен Академический городок с научными учреждениями и университетом. Новосибирск важнейший культурный центр Сибири. Здесь размещено Сибирское отделение РАН, институт органической химии, 13 вузов (в т. ч. 2 университета, консерватория). В городе 6 театров, среди них Театр оперы и балета, Театр юного зрителя, драматический театр «Красный факел».

Своеобразие и темпы развития города послужили основанием для Министерства культуры и Госстроя России, Центрального совета Всероссийского общества охраны памятников истории и культуры в 1990 г. присвоить Новосибирску (накануне его столетия) статус исторического города.

Курорт Озеро Карачи расположен в северной лесостепной части Барабинской степи, на узком перешейке между пресным озером Узункуль и южной частью лечебного озера Карачи.

Основные лечебные средства курорта — иловая грязь, рапа озера Карачи и питьевая минеральная вода. Рапа озера высококонцентрированная и относится к хлоридно сульфатно-натриево-магниевой. В различные годы концентрация солей колеблется от 95 до 214 г/л. Лечебная иловая грязь вязкая, пластичная, черного цвета, с большим содержанием сероводорода. По своим лечебным свойствам она относится к категории лучших лечебных грязей в России.

В 1957 г. здесь была выведена на поверхность минеральная вода, которая применяется для питьевого лечения при заболеваниях органов пищеварения.

облик города определяют культовые и гражданские постройки (XVII–XVIII вв.): Троицкий собор, Спасская церковь, Богородицкая церковь. Сохранился ансамбль Аркадьевского монастыря, комплекс Ивановского монастыря (Вознесенская и Одигитриевская церкви).

Демидов — райцентр в Смоленской области. Современный облик города определяет Духовская и Благовещенская церкви (XIX в.), а также много исторических и архитектурных памятников конца XVIII в. (Успенская церковь, Покровская церковь и т.д.).

Дорогобуж — город в Смоленской области, большинство памятников которого посвящено Отечественной войне. На холме на левом берегу Днепра находится округлое в плане Городище, на котором ранее возвышалась крепость с 14 башнями. В 1912 году на Городище установлена колонна с крестом (высота 12 м) — памятник Отечественной войны 1812 года. На западной окраине города уцелела кирпичная церковь Петра и Павла (1885 г.). В 19 км к востоку от города находится деревня Болдино — памятник ВОВ (здесь располагался штаб партизанских соединений Смоленщины). В 18 км на юго-запад находится бывшая усадьба купца Барышникова с обширными парками, искусственными прудами, усадебным домом, а также церковью Михаила Архангела.

Ельня — районный центр в Смоленской области, родина композитора М.И. Глинки, где проводятся ежегодные музыкальные фестивали в его честь. В 1982 году здесь открыт мемориальный музей-усадьба М.И. Глинки (село Новоспасское).

Белгород — областной центр Белгородской области, окруженный со всех сторон белокаменными зданиями, золотыми шпилями церквей, буйной зеленью садов и парков привлекает большое число туристов. Объекты посещения:

- музеи: Государственный историко-краеведческий музей, Художественный музей, Музей народной культуры;

- памятники истории и архитектуры: греческая церковь (XIII в.), Армянская церковь (XV в.), Свято-Вознесенский собор (1815 г.), Болгарская церковь (1840 г.), церковь Святого Николая (1867 г.), Синагога;

- древние развалины античного города Тира;

- надкурганый каменный склеп I века нашей эры и Сарматский склеп.

Рязань — центр Рязанской области, пристань на Оке. В городе находится историко-архитектурный музей – заповедник, художественный музей, дом – музей Павлова, Спасский монастырь, многочисленные церкви XV–XVIII веков (Христорождественский, Архангельский и Успенский соборы, церковь Святого Духа в Кремле), Архиепископские палаты (Дворец Олега) и т.д.

В пределах Рязанской области лежит Мещера — край необъятных лесов, рек, заливных лугов и непроходимых болот. В поселке Брыкин Бор находится музей Окского заповедника. От г. Спас-Клепики начинаются водные туристские маршруты по рекам Пре и Буже. Мещера привлекает огромное число охотников и рыболовов, сюда приезжают за грибами и ягодами, туристы могут путешествовать пешком или на байдарках.

Касимов — турцентр Рязанской области. Сохранились постройки времени Касимовского царства (мечеть, мавзолей — Белокаменный Шах-Али-хана (1505 г.), кирпичный Авган-Мухаммед-султана (1647 г.). Также в городе находится Богоявленская, Никольская, Благовещенская, Успенская и Троицкая церкви и Вознесенский собор.

Солотча — климатическая курортная местность, расположенная на юге Мещерской низины, в широкой долине р. Ока, на берегах р. Солотча, одно из живописнейших мест Рязанской области. Великолепные сосновые леса, чистый воздух, наполненный хвойным ароматом, золотистые песчаные пляжи привлекают туристов и отдыхаю-

гиональные структуры, обеспечивающие потребности многих сибирских субъектов федерации: выставочно-ярмарочные организации, туристические фирмы, обеспечивающие развитие международного туризма, центр традиционной культуры народов Сибири и др.

В городе 145 памятников архитектуры, истории, монументального искусства и археологии, взятых под государственную охрану. Особую ценность представляют 47 памятников деревянного зодчества, сохранившихся в городе с конца XIX — начала XX в. Кроме этого, органами государственной охраны взяты на учет, как вновь выявленные, 144 памятника истории и культуры и 86 объектов ценной историко-градостроительной среды. В 1970 г. из села Зашиверское Адыгейского района Якутии в Новосибирск перевезен уникальный памятник архитектуры, созданный в XVII в. — деревянная Спасо-Зашиверская церковь. Она установлена в историко-архитектурном музее под открытым небом.

В городе в 80-е гг. сибирский художник, ученый-энтомолог В. С. Гребенников создал уникальный объект — панораму «Целинная степь». Никто и нигде не строил до него подобных панорам природы. Она размещается в научном аграрном центре.

Новосибирск является третьим в России археографическим центром (по сбору и хранению редких книг). В городе более десятка различных музейных учреждений: краеведческий музей, крупнейший профессиональный Сибирский зоологический музей, насчитывающий свыше 3 млн. единиц хранения, Центральный Сибирский геологический музей, научно-мемориальный центр им. Ю. В. Кондратюка, историко-революционный музей «С. М. Киров в Сибири», музей Н. К. Рериха, музей А. И. Покрышкина, музей естественной истории, музей археологии и этнографии, музей Солнца, музей образования, музей книги, музей За-

рионовой (русская женщина, потерявшая семерых сыновей во время ВОВ), Мемориал «Сыновьям Омской земли, выполнившим свой воинский долг перед Отечеством» (2005).

Архитектурные достопримечательности: Бывшая пожарная каланча (1915), Городской Дворец торжественных обрядов (бывший дом купца Батюшкина, в 1918 г. – резиденция Колчака), Академический театр драмы, Омский кадетский корпус, Тарские ворота Омской крепости и Тобольские ворота Омской крепости (1792).

Музеи: Областной музей изобразительных искусств им. Врубеля — один из крупнейших музеев Сибири, Музей народного художника России Кондратия Белова, Государственный областной художественный музей «Либеров – Центр».

Располагаясь в центре степного района, Омск тем не менее ныне один из самых озелененных городов не только Сибири, но и всей России.

Новосибирск (в 1903-25 – Новониколаевск). Возник в 1893 г. как поселок строителей железной дороги и моста через Обь.

Выгодное экономико-географическое положение, размещение на пересечении важнейших транспортных коммуникаций (железнодорожных, водных, воздушных и автомобильных) способствовали превращению Новосибирска в крупнейший региональный центр России. Здесь разместились многие региональные управления и ведомства Сибири (железной дороги, речфлота, авиации, гидрометеослужбы, геологии, науки и культуры, епархиального управления и др.). Сегодня в городе находится резиденция межрегиональной ассоциации «Сибирское соглашение», объединяющей 19 субъектов азиатской России, а также расположена исполнительная дирекция Ассоциации сибирских и дальневосточных городов. Здесь созданы ре-

щих. Широко известен Солотчинский мужской монастырь, основанный в 1390 г. рязанским великим князем Олегом.

Пенза — центр туризма Пензенской области. Достопримечательности:

— здание бывшего дворянского института — мемориальная зона И.Н. Ульянова (музей-читальня Ульянова);

— музей народного творчества;

— дом-музей русского писателя А.Н. Радищева (25 км от Пензы в селе Радищево);

— Пензенская картинная галерея;

В городе имеются памятные места крестьянских восстаний (здесь побывал Е. Пугачев).

Воронеж — старейший город России. Возник как древняя крепость в 1586 году. Сохранились единичные памятники архитектуры 16–17 вв. (Акатов монастырь, Успенская и Никольская церкви, Воронежский дворец). Современный Воронеж — это значительный научный и культурный центр Центрально-Черноземного района. Музеи: краеведческий, художественный им. Крамского и дом-музей поэта И.С. Никитина.

Тамбов — старейший город России (возник как крепость в 1636 году на р. Цны). Основной достопримечательностью является Картинная галерея (более 4000 экспонатов), комната-музей А.Н. Лодыгина, усадьба-музей Чичериных. Сохранились Казанский монастырь (Покровская церковь с шатровой колокольней, Казанская церковь, Спасо-Преображенский собор).

Кирсанов — турцентр в Тамбовской области. Старинный уездный город, в котором сохранились собор Тихвинского Богородицкого монастыря и Козьмодемьянская церковь.

Моршанск — город на севере Тамбовской области. Расположен по обоим берегам реки Цны. Гордость Моршанска — краеведческий музей, созданный в 1918 году. Его

археологическая коллекция — лучшая в стране по истории мордвы. Одной из архитектурных достопримечательностей Моршанска является Троицкий собор. Близ Моршанска, в селе Новотомниково, сохранилась бывшая усадьба Воронцовых-Дашковых (XVIII–XIX вв.).

Мичуринск — город в Тамбовской области, названный в честь Мичурина (центральная генетическая лаборатория им. Мичурина, НИИ плодоводства им. Мичурина, дом-музей им. Мичурина).

Рассказово — город-спутник Тамбова, в котором сохранились архитектурные памятники XIX в.: церковь Иоанна Богослова, усадьба Полторацких, дворцово-парковый комплекс усадьбы фабрикантов Асеевых. В 4 км от города — островной участок леса «бездушный куст», на территории которого сохранилась часть старинного Астраханского соляного тракта.

Азов — туристский центр Ростовской области. В I в. на месте современного Азова существовали два скифских поселения, принадлежавших к Боспорскому царству — самому северному пункту античной цивилизации в Причерноморье. От крепости частично сохранились земляные валы и фундаменты Троицких ворот, на юго-западе города — Подазовское городище (античный город), которые являются объектами посещения туристов.

Курск — турцентр. Объекты туристского показа:

— палаты бояр Ромодановских (XVII в.);

— Нижняя и Верхняя Троицкие церкви;

— Сергиевский собор (XVIII в.);

— Постройки XIX в.: Знаменский собор, бывший Архирейский дом, Дворянское собрание (ныне музей Курской битвы).

В окрестностях города находится уникальный Центрально-Черноземный биосферный природный заповедник. Заповедник удостоен сертификата ЮНЕСКО, с 1979

Нижняя Тавда — поселок, возникший в первой четверти XVII века. В настоящее время он является административным центром сельскохозяйственного района, расположенного на юге Тюменской области. Нижнетавдинский краеведческий музей образован в 1991 году. Основу собрания музея составляют разделы, посвященные истории, быту, природному разнообразию края, а также раздел ремесел, где проходят регулярные выставки произведений декоративно-прикладного искусства Нижнетавдинского района. Музей ведет активную общественную и научно-просветительскую деятельность.

Омская область.

Омск. Основан в 1716 г. на правом берегу Иртыша в устье реки Омь в начале 18 века как административный центр Южной Сибири. В Омске сохранилось много старинных зданий, связанных с жизнью ряда известных русских деятелей культуры: Ф. М. Достоевского, художника М. А. Врубеля, путешественника В. М. Певцова.

Объекты посещения:

Культовые сооружения: Кафедральный Крестовоздвиженский собор, церковь во имя Святого Иоанна Крестителя, Часовня Ильи Пророка на площади им. Ленина, часовня во имя Георгия Победоносца, Александра Невского и Дмитрия Донского, Христорождественский собор, Серафимо-Алексеевская часовня, Свято-Никольская церковь, церковь во имя иконы Божией Матери «Всех скорбящих Радости».

Мемориальная скульптура: Мемориал воинам – сибирякам, героическим защитникам Родины в годы Великой Отечественной войны (открыт в честь 30-летия победы), Памятный знак «Держава» — на этом месте в 1716 г. высадился отряд первопроходцев, заложивших Омскую крепость, памятник жертвам политических репрессий в СССР, памятник Достоевскому, памятник Анастасии Ла-

гатско-савроматскую культуру. На могильнике Бузан учеными-археологами Института проблем освоения Севера Сибирского отделения РАН найдена лодка-долбленка, датируемая 3190-60 гг. до н.э.

Музей Григория Распутина в селе Покровском создан исследователями жизни и исторической роли Г. Распутина - супругами Смирновыми. В основу экспозиции музея легли личные вещи семьи Распутиных, подлинные фотографии Григория Ефимовича и его семьи с дарственными надписями, личные записки Распутина.

Ишимский историко-краеведческий музей обладает богатым собранием экспонатов, отражающих историю города и края. В экспозиции музея большое внимание уделено представлению купеческих традиций и быта провинциального сибирского города XIX в., а также одной из главных исторических достопримечательностей Ишима - Никольской ярмарке.

Успенка — село, расположенное на юго-западе Тюменской области. Время его основания относят к первой четверти XVII века. Успенский краеведческий музей основан в 1983 году Г.Я. Сотниковым (1921-1995). В настоящее время музей состоит из десяти залов, среди которых разделы, посвященные истории села Успенское, народному быту и ремеслам, природе края. Музей имеет специальные помещения для постоянных экспозиций: «Крестьянская изба» и «Музей хлеба».

Поселок Исетск возник на месте Исетского острога, основанного в 1650 году. В настоящее время он является административным центром сельскохозяйственного района, расположенного на юге Тюменской области. Исетский краеведческий музей основан в 1974 году А.Л. Емельяновым (1926-1997). В настоящее время музей состоит из отделов природы, истории Приисетья, истории Исетского района в XX веке, истории православия и старообрядчества, предметов быта и ремесел, а также выставочного зала.

года значится в международной системе биосферных заповедников, является центром изучения природы степных экосистем Европы и мира.

Брянск — турцентр Брянской области, основан в 985 году как славянское укрепление на берегу реки Десны. Брянск — родина героя Куликовской битвы А. Персета. Историческое ядро города Покровская гора, где находился древний кремль, который сейчас является экскурсионным объектом.

Жуковка — это город в Брянской области, где в селе Овстуг находится усадьба семьи Тютчевых — здесь ежегодно проводятся праздники поэзии. В селе Вщиж находился древнерусский город, который был центром княжества Святослава Владимировича. Здесь сохранились остатки построек (в том числе кирпичная церковь XII в.).

Орел — центр Орловской области. Основан в 1566 году как крепость для защиты южных границ Русского государства. Основные достопримечательности:

— музеи: Тургенева, Лескова, писателей-орловцев, краеведческий, Картинная галерея, музей-диорама «Орловская наступательная операция»;

— церкви: Никола-Песковская, Михаила Архангела (XVIII в.).

Мценск — самый древний из городов Орловской области (1146 г.), центр кружевоплетения. Сохранились: постройки Петропавловского монастыря (XVI в.), церковь Покрова и церковь Знамения (XVII–XVIII вв.). В 12 км от города в селе Спасское-Лутовиново — Государственный мемориальный и природный заповедник-усадьба И.С. Тургенева.

Липецк — центр Липецкой области. Объекты туристского показа:

— музеи: краеведческий, ковки и литья, дом-музей Плеханова;

— археологические памятники: поселение Липецкое Озеро, Сырское городище, Липецкое городище;

— от Петровского времени сохранились: Верхний пруд, Петровский спуск, Нижний и Верхний парки;

— собор Рождества Христова (XVIII в.).

В окрестностях города находятся грязевой и бальнеологический курорт. Липецкий курорт — старейший в России и самый крупный в ее центральной части. Основными лечебными факторами курорта являются торфяная грязь и минеральная слабощелочная вода.

Лебедянь — город в Липецкой области, где сохранились Троицкий монастырь (Троицкий собор, Ильинская и Успенская церкви). По приданию здесь в XVI–XVII вв. скрывался от преследования Бориса Годунова будущий патриарх Ф.Н. Романов. Объектами посещения являются памятники архитектуры: церковь Рождества Богородицы (XVII в.), Староказанский (1771 г.) и Новоказанский (1828 г.) соборы.

Основная специализация района — познавательный туризм. Спортивный туризм развит слабо, преимущественно охота, рыбная ловля и водный туризм.

Поволжский туристический район

Первопричина формирования района — река Волга, придающая ему своеобразную форму. Это длинный (1500 километров) и сравнительно узкий район. Волга объединяет в единый туристский район очень разнородные по природным условиям территории.

Следует особо остановить внимание на Волге, и не только потому, что Волга — великий туристический путь. Она стала таким путем оттого, что является осью коренной России, а ее бассейн — исконными землями, где происходило становление и развитие национального государства во главе с Москвой.

Ялutorовск также является одним из немногих реальных исторических городов на востоке страны. Основную типологическую группу памятников составляют образцы фоновой городской застройки, большая часть которой относится к концу XIX — началу XX веков.

Памятниками федерального значения являются мемориальные дома декабристов М.И. Муравьева-Апостола и И.Д. Якушкина (основа музейного комплекса), школа для девочек (первая в Сибири), открытая по инициативе декабристов. Под охраной государства находится могила декабриста А.В. Ентальцева с памятным надгробием на старом городском кладбище, которой тоже присвоен статус объекта федерального значения. Рядом установлен памятник другому декабристу, умершему в сибирской ссылке, — В.И. Враницкому.

Находится под охраной роща Декабристов. Это не только очень красивый природный комплекс на территории города (естественная березовая роща), но и место, где любили бывать декабристы, проводя свой досуг и научные наблюдения.

Ингальская долина (междуречье Тобола и Исети) — это археологический микрорайон площадью около 1500 кв. км находящийся в 75 км к югу от Тюмени, в Тоболо-Исетском междуречье. К настоящему времени на его территории открыто более 300 археологических памятников: поселений, городищ, курганных групп, относящихся к различным периодам — от неолита до средневековья. Это одно из наиболее перспективных мест в Тюменской области для археологических исследований. По мнению ведущих археологов региона на территории долины, являвшейся частью знаменитой «Страны городов», включавшей в себя сотни крупных и малых поселений от Аркаима до р. Тобол «отметились» и представители арийских племен, переселявшихся в Европу и племена представлявшие сар-

Кабинет Николая II

В Тобольске на улице Мира, 10 стоит дом, где нашла последний земной приют семья последнего Российского императора Николая II Романова и его семьи. Они находились в Тобольске с августа 1917 г. по апрель 1918 г. и жили в Губернаторском доме, который сохранился до настоящего времени. Этот дом в период с 1828 по 1917 годы был резиденцией Западно-Сибирских генерал-губернаторов и Тобольских гражданских губернаторов. Во время пребывания в нем царской семьи для Николая II был оборудован рабочий кабинет. Интерьер и многие личные вещи хозяина кабинета сохранены и воссозданы в наши дни.

Тобольский драматический театр — старейший театр в Сибири.

С Тобольском связаны имена многих замечательных людей России, уроженцев города: Д. И. Менделеева, композитора А. Алябьева, автора сказки «Конек-горбунок» П. Ершова, С. Ремезова, первого историка Сибири, художника В. Г. Перова. Их деятельность в городе отражена в экспозициях краеведческого музея, на ряде домов есть памятные доски, а некоторым из них стоят памятники: Д. И. Менделееву (1984) и П. Ершову (1973). В городе много церквей и открыта первая в Сибири духовная семинария. Также в Тобольске находится фабрика художественной резьбы (изделия из мамонтовой кости).

Абалакский Знаменский мужской монастырь

Монастырь расположен в живописном месте на высоком берегу Иртыша (30 км от г. Тобольска) с XVI вв. В ансамбле доминирует Знаменский собор и высокая колокольня, на её втором ярусе расположена церковь в честь Святой Марии Египетской. Монастырь всегда привлекал к себе внимание легендами о русских землепроходцах и особо чтимой чудотворной иконой Абалакской Божей Матери.

Как только ни называл русский народ Волгу: и «матушкой», и «кормилицей», и «главной улицей России», и «великой русской рекой», и «родной матерью». Туристское Поволжье совпадает с одним из крупнейших районов страны, тоже называемым Поволжьем. Район простирается от впадения Камы в Волгу до низовьев Волги, до Каспия. Волга всегда была в России важнейшим транспортно – экономическим центром Поволжья, а сейчас эта роль возросла еще больше благодаря мощной энергетической основе и кооперации важнейших поволжских производств.

В Поволжье (ниже Камы) лежат три больших водохранилища – Самарское, Саратовское и Волгоградское. Вид волжских берегов, их природы далеко не исчерпывает впечатлений от Поволжья. По берегам Волги расположены все крупные города района. Степные и лесостепные районы почти целиком распаханы, и дикой природы здесь почти не сохранилось. Слабо заселено лесное Заволжье в Марийской республике, а также полупустынные и пустынные районы.

Волга – транспортная ось района – пересекается несколькими железнодорожными магистралями. Автодорожная сеть следует за размещением населения. В рельефе выделяются Приволжская возвышенность и Прикаспийская низменность. Абсолютные отметки варьируют от 375 м в Жигулях до 13 м ниже уровня моря в Прикаспии.

Основная часть, занятая степью и лесостепью, в основном распахана и рекреационные уголья на ней единичны. Пустынные ландшафты Прикаспия неблагоприятны для рекреации. Исключение составляют Волго-Ахтубская пойма и дельта Волги, представляющие зеленый оазис среди пустынных пространств.

Наиболее эстетически значимы берега среднего течения Волги с знаменитыми Жигулями, где расположен национальный природный парк — Самарская Лука.

Биоклимат Поволжья умеренно континентальный, на юге — континентальный, но по сравнению с западными частями России, лето здесь значительно теплее, а зима суше. В Поволжье гораздо чаще случается устойчивая сухая погода, меньше выпадает осадков.

Поволжье вытянуто в меридиональном направлении, поэтому климатические характеристики меняются с севера на юг.

Летний благоприятный период — с конца апреля по сентябрь-октябрь. Лето теплое ($+19^{\circ}$) на севере и очень теплое ($+25^{\circ}$) на юге. В южных областях часто наблюдаются дискомфортные жаркие погоды. Купальный сезон длится 80-130 дней. Практически каждый год летом случаются периоды с очень жаркой сухой погодой, когда столбик термометра колеблется у отметки $+28$, $+33^{\circ}$ С. Дискомфорт такой погоды смягчается отдыхом у воды.

Зима умеренно мягкая, на западе ($-8-10^{\circ}$) и умеренно холодная ($-13-15^{\circ}$) на востоке. Зимой в любой части Поволжья может устанавливаться очень холодная погода, с морозами до -30 , -35° С. Однако возможности для лыжного туризма существуют только на севере района (с декабря по март). В Волгоградской, Астраханской областях и Калмыкии снежный покров неустойчив.

Количество осадков постепенно уменьшается с севера на юг от 500 – 600 мм до 200 – 300 мм. Большая часть влаги выпадает в теплый период. Важный для отдыха и лечения показатель — сумма часов солнечного сияния, в северной половине Поволжья невелика — 1500 – 1700 часов, но высока в средней и южной частях региона — 2000 – 2200 часов.

Гидроминеральные ресурсы достаточно разнообразны по составу, преобладают сероводородные сульфатные, хлоридно-натриевые, железистые хлоридно-натриевые воды. Имеются запасы озерно-ключевой иловой суль-

Термальный источник на базе отдыха «Верхний бор» - бромная хлоридно-натриевая вода с постоянной температурой 45° С.

Тобольск. Ровесник Тюмени, он был первой столицей Сибири. Основан в 1587 г. казаками на правом берегу Иртыша, с 1610 г. – на современном месте. В 17 -18 вв. город имел торговые связи с Бухарой и Китаем. В Тобольске основаны первые в Сибири учебное заведение (Славяно-русская школа) и типография. Тобольск был местом ссылки, в т. ч. декабристов А. П. Барятинского, братьев П. С. и Н. С. Бобрищевых-Пушкиных, В. К. Кюхельбекера, А. М. Муравьева, П. Н. Свистунова, М. А. Фонвизина и др.

Объекты посещения:

В нагорной части города расположен единственный в Сибири кремль, сооруженный в 18 веке. В кремле находится первое в Сибири каменное сооружение – Софийский Успенский собор (17 век), кроме собора в ансамбль Тобольского кремля входит колокольня, Архиерейский дом, комплекс здания бывшего дворца Наместника, Гостинный двор. Тюремный замок и подгорные стены Прямоугольного взвоза — сооружения XVIII. Все перечисленные выше здания и сооружения являются памятниками истории и культуры федерального значения и входят в комплекс Тобольского государственного историко-архитектурного музея-заповедника (ТГИАМЗ). На памятниках ведутся работы по реставрации, реконструкции и приспособлению под духовные культурные центры.

В нижнюю часть города из кремля ведет лестница (194 ступени), увенчанная аркой. На мысу в городском саду стоит обелиск из белого мрамора – памятник Ермаку (1839).

Художественный музей (Музей изобразительных искусств) – здесь представлена уникальная коллекция изделий из тобольской резной кости.

Тюменский музей изобразительных искусств – собрание музея включает в себя коллекцию русской живописи XVIII-нач. - XX вв., в которую входят работы таких выдающихся мастеров как А. Венецианов, И. Репин, И. Айвазовский, Б. Кустодиев и др., а также коллекции западноевропейской живописи, русской гравюры, иконописи, народно-прикладных промыслов Севера Тюменской области

Культовые объекты: Знаменская церковь, Крестовоздвиженская церковь, Всесвятская (во имя Всех Святых) церковь.

Тюменский Троицкий мужской монастырь (основан в 1616 г.). В 1929 г. был закрыт, здания использовались под общежития, храмы разграблены и порушены. Монастырь возрожден в 1995 г. Богослужения проходят в Крестовоздвиженском храме монастыря. Построено новое 2-этажное здание, в котором разместились Духовное училище с домовым храмом во имя прп. Сергия Радонежского и православная гимназия. Свято-Троицкий мужской монастырь является древнейшей святыней города Тюмени, в настоящее время в монастыре проводятся восстановительные работы.

Отель «Тюмень» - открыт в сентябре 1995 г. (Раннее название Кволити Отель Тюмень).

Археологический музей-заповедник на озере Андреевском расположен в 25 километрах от Тюмени, на живописном берегу озера Андреевского. В 1883 году на этом месте были произведены первые археологические раскопки, осуществленные основателем Тюменского краеведческого музея Иваном Слоцовым. Многочисленными экспедициями, работавшими впоследствии в этом районе, были обнаружены следы целого ряда древних поселений разных эпох, хорошо сохранившиеся фрагменты городищ, могильников и святилищ

фидной грязи. На местных водах еще в XIX веке были организованы курорты «Сергиевские Минеральные воды» в Самарской губернии. В Оренбургской области в Солилецке возможна организация галлотерапии на базе соляных шахт.

Культурно-исторический потенциал этой территории очень значительный. На ней располагается множество исторических русских городов: Ульяновск, Самара, Саратов, Волгоград, Астрахань, Оренбург. В них находится множество памятников культурной и гражданской архитектуры, музеев, театров, мемориальных мест, связанных с деятелями русской культуры и событиями Великой Отечественной войны.

В районе в большей степени развит речной круизный отдых. Теплоходные маршруты разнообразны и охватывают весь бассейн реки Волги и связанные с ним бассейны Ладожского и Онежского озер и реки Дон. По Волге за навигацию проплывает около 200 тыс. туристов. Маршруты теплоходных путешествий организуются различными агентствами по туризму и экскурсиям большинство областей европейской части страны. Из Москвы имеются теплоходные маршруты до Перми, Астрахани, Уфы, Ростова-на-Дону (через Волго-Донской канал), Санкт-Петербурга (через Волго-Балтийскую систему). Подобные и иные маршруты осуществляются из Санкт-Петербурга, Нижнего Новгорода и других расположенных на Волге городов.

Для больших расстояний используются, как правило, мощные современные комфортабельные теплоходы со значительной осадкой, они делают остановки главным образом на больших пристанях, в крупных городах.

Теплоходные маршруты, рассчитанные на 16-18 дней, делают чаще всего остановки в Чебоксарах, Казани, Ульяновске, Самаре, Саратове, Волгограде и Астрахани.

Столица Чувашии — **Чебоксары** (1469 г.) находится на высоком правом берегу реки. Из памятников архитектуры сохранились пятиглавый Введенский собор (XVII в.), церкви Воздвижения и Успения, Троицкий монастырь (XVII в.), бывшая соляная контора, дом воеводы.

Ниже устья левого притока Волги — реки Илеть — расположен город **Волжск**. От Волжска на левом берегу — крупный промышленный центр город **Зеленодольск**. Он оправдывает свое название: на каждого жителя приходится более 30 кв. м зеленых насаждений.

На крутом холме-острове стоит поселок **Свияжск** (1551 г.), в котором сохранились памятники: Троицкая церковь (XVI в.), Успенский собор (XVI в.), белокаменная Никольская церковь времен Бориса Годунова.

Казань была основана в конце XIII в.

Архитектурные памятники: Петропавловский собор (XVIII в.), площадь Свободы, КГУ (XIX в.), «Казанский Кремль» (мечети Кул-Шариф, Благовещенский собор, башня Сююмбике) (конец XVII – начало XVIII в.), мост «Миллениум», Раифский Богородицкий мужской монастырь, мечеть Марджани (XVIII в.).

Для туристов интересны остатки средневекового государства Булгарии (близ села Болгары), «Старотатарская слобода», озера Кабан, НКЦ «Казань», музей «Тысячелетия», комплекс «Родная деревня», пешеходная улица Баумана и Кремлевская, Государственный объединенный музей республики Татарстан и музей изобразительных искусств.

Елабуга — город основан в 16 в., с 1780 уездный город. Объекты посещения: Дом-музей художника И. И. Шишкина, Спасский собор с колокольной (1811); Дом-музей М. И. Цветаевой. На окраине Елабуги, на берегу реки Тайма, — так называемое Чертово городище: остатки укрепленного поселения второй половины первого ты-

Озеро Медвежье. Окружность озера - более 60 км. Концентрация соли составляет 360 г/л, что значительно превышает концентрацию соли Мертвого моря. Богатством санатория является иловая грязь озера, которая по своим лечебным свойствам ценнее всемирно известной иловой грязи Мертвого моря. Иловая грязь очень эффективна при лечении болезней нервной и костно-мышечной систем, гинекологических заболеваний.

Санаторий «Жемчужина Зауралья» расположен в сосновом бору, в 4 км от г. Шадринска. Основная природный лечебный фактор: минеральная вода «Шадринская-Вита». На базе санатория проводится лечение больных с заболеваниями: опорно-двигательного аппарата, эндокринной системы и обмена веществ, органов пищеварения, печени и желчевыводящих путей, урологии. База санатория оснащена современным оборудованием для лечения и приятного отдыха.

Тюменская область

Тюмень. Центр самой обширной в стране Тюменской области, порт на реке Тура. Первый российский город в Сибири, основан в 1586 г. на месте татарского города Чинги-Тура, взятого Ермаком в 1581 г. Центр российской колонизации Сибири.

Объекты посещения:

Тюменский областной краеведческий музей (филиалы: музей истории дома (деревянный особняк, построенный в 1804 году, первоначально принадлежал купеческой семье Иконниковых. Его архитектура представляет собой оригинальное смешение элементов барокко и классицизма с традициями тюменской объемной резьбы), дом Машарова (известный Тюменский промышленник) – памятник архитектуры, музей геологии нефти и газа, Археологический музей – заповедник на озере Андреевском).

В целях увековечения памяти известного ученого, хлебороба Терентия Семеновича Мальцева памятниками истории и культуры признаны его Дом-усадебка в селе **Мальцево** и комплекс зданий сельскохозяйственной опытной станции, в которой были выведены новые уникальные сорта пшеницы. В музее представлены документы, фотографии, вещи, рассказывающие о жизни Т.С. Мальцева.

Российский научный центр «Восстановительная травматология и ортопедия» им. академика Г.А. Илизарова (Курган, ул. М. Ульяновой, 6) является одним из крупнейших в России научных, лечебных и учебных медицинских заведений. Ежегодно познакомиться с методом Илизарова в Курган приезжают представители деловых и научных кругов России и стран мира. В Центре действует музей известного ученого.

Курганская область славится своими охотничьими угодьями. Значимую роль в структуре охотхозяйственного деления имеют особо охраняемые природные территории: 15 государственных природных заказников областного значения, один государственный природный заказник федерального значения и территории зеленых зон вокруг городов и районных центров области. Охотиться в Зауралье можно круглый год. В Курганских лесах охотятся на сибирскую косулю, лося европейского, кабана, барсука, лисицу красную, куницу лесную, зайца-беляка, енотовидную собаку, колонка, ондатру, глухаря, тетерева, уток и гусей.

На территории области насчитывается более 3000 озер, четверть из них имеют лечебные свойства. Некоторые по своим минералогическим свойствам воды не уступают лучшим природным здравницам России. Большой популярностью пользуются курорты «Озеро Медвежье», «Сосновая роща», «Лесники», детские санатории в Шумихинском и Щучанском районах.

сячелетия до н. э.; в его восстановленной части – каменная цитадель с четырьмя башнями, возведенная в 10 в. князем Болгарии Волжско-Камской. В 3 км от Елабуги – Ананьинский могильник (8 - 3 вв. до н. э.).

Ниже Казани в Волгу впадает ее главный приток — Кама.

По правому берегу тянутся живописные Ундорские горы. В одном из ущелий расположено село Ундоры, известное месторождением минеральных вод «Волжанка».

Бальнеологический курорт «Ижевские минеральные воды»

Старейший курорт Татарстана расположен на правом берегу р. Камы у пристани Ижевский источник.

Основным лечебным фактором является Ижевская минеральная вода, источник которой находится на правом берегу р. Иж. По своему составу все выявленные источники ижевских минеральных вод относятся к сульфатно-хлоридно-натриево-кальциево-магниевым. Общее количество минеральных веществ равно приблизительно 5 г в литре воды. Такие воды принято считать среднеминерализованными. Почти половину минерального состава Ижевской воды представляют соли, преимущественно хлористые, натрия и очень немного калия.

Показания к лечению: функциональные заболевания желудка с нарушением его секреторной и моторно-эвакуаторной функции; язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки в стадии ремиссии и затухающего обострения при отсутствии двигательной недостаточности желудка; хронические воспалительные заболевания толстых и тонких кишок различной этиологии; функциональные заболевания кишечника с нарушением его моторно-эвакуаторной функции; хронические болезни печени и желчных путей; последствия воспалительных процессов брюшной полости.

Город Ульяновск (1648 г.) известен как родина В.И. Ленина. С Ульяновском связаны имена Огарева, писателя Григоровича, Аксакова, Толстого, Гончарова, поэтов Минаева, Языкова, писателя и историка Карамзина.

В современном Ульяновске: три вуза, два театра, филармония. Музеи: краеведческий, художественный (филиал — художественная галерея «В. И. Ленин в образительном искусстве»), И. А. Гончарова, народного образования в Симбирской губернии, литературный музей, памятник знаменитому историку, писателю Н.М.Карамзину.

В ознаменование 100-летия со дня рождения Ленина в Ульяновске создана Ленинская мемориальная зона, ядро которой составляет Ленинский мемориальный центр: площадь имени Ленина (бывшая Соборная) с архитектурными памятниками в стиле классицизма (гимназия (ныне школа №1), где учился Ленин, присутственные места (ныне сельскохозяйственный институт), Дворянское собрание (ныне Дворец книги имени Ленина) и мемориальная Площадь имени 100-летия со дня рождения Ленина, на которой расположен Ленинский мемориал (1967—1970), в здании которого размещаются филиал Центрального музея Ленина, библиотека, кинозал, универсальный зал на 1400 мест, скульптурная композиция «Движущие силы Октября», бассейн, во дворе мемориала — дом, где родился Ленин, и дом, где жила семья Ульяновых в 1970—1971. В Ленинскую мемориальную зону входят также дома, в которых жила семья Ульяновых в 1871—1887 г.г, здания пансиона гимназии, драматического театра, марийской женской гимназии, чувашской школы, могила И. Н. Ульянова, отца Ленина.

10 декабря 1975 года в Кургане, в здании, где жил декабрист М.М. Нарышкин, открылся Дом-музей декабристов (г. Курган, ул. Климова, 80-а). Экспозиция музея, а это более двух тысяч экспонатов, рассказывающих о декабристском движении, о жизни декабристов в Кургане, расположена в восьми залах.

Дом-музей В.К. Кюхельбекера (г. Курган, ул. Куйбышева, 19), русского поэта-декабриста, друга А.С. Пушкина, открыт 13 декабря 2005 года к 180-ой годовщине восстания декабристов на Сенатской площади. По крупицам собирались факты истории пребывания В.К. Кюхельбекера в Кургане, комплектовалась коллекция документов, портретов, гравюр, предметов быта, отображающих атмосферу того времени. В мемориальном музее представлены материалы о жизни, с точностью воссозданы интерьеры комнат дома.

Курганский областной краеведческий музей (г. Курган, ул. Пушкина, 137) — самое крупное в области хранилище историко-культурных и естественнонаучных коллекций, его фонды насчитывают более 150 тысяч единиц хранения — коллекции, представляющих природу и историю края в разные геологические и исторические эпохи и периоды.

В качестве объектов археологического наследия, обладающих уникальным историко-культурным потенциалом, можно рассматривать святилище Савин — древнюю обсерваторию, с помощью которой древние люди могли измерять время и предсказывать сезонные изменения в природе. Этот объект имеет большое значение в изучении истории индоевропейцев, их контактов с другими этническими группами, зарождения мифологии, истоков зороастризма, древней астрономии и астрологии, становления производящего хозяйства, приручения лошади. В настоящее время Савин — объект научно-познавательного туризма.

Это - познавательные, экологические, приключенческие, историко-этнографические туры и экскурсии, конные и пешие маршруты, охотничьи туры. Курганская область – один из немногих регионов, где Россия имеет общую границу с республикой Казахстан. Это позволяет развивать туризм в рамках совместных международных проектов.

К основным памятникам культовой архитектуры Курганской области федерального значения относятся Спасо-Преображенский собор (1771-1774), Далматовский Свято-Успенский мужской монастырь (1644), Николаевская церковь (1754-1763), церковь Покрова (1816-1835, 1902), церковь Иоанна Предтечи (1846-1878), церковь Трех Святителей (1746), церковь Флора и Лавра (1769-1771), церковь Троицы (1752).

Особую ценность представляет комплекс Далматовского Свято-Успенского монастыря, который включает в себя Успенский собор, церковь Всех Скорбящих Радосте, Надвратную церковь Иоанна Богослова, часовню. Значительную роль Далматовский монастырь сыграл в истории архитектуры Урала. В процессе строительства монастыря в XVIII веке была создана местная школа мастеров, которые принимали участие в строительстве церквей в городах Челябинске, Тобольске, Ирбите, Верхотурье. В духовных монастырских училищах в разное время получили начальное образование будущий учитель Михаила Лермонтова А.Ф. Мерзляков, изобретатель радио А.С. Попов, полярный путешественник К.Д. Носилов, фольклорист А.Н. Зырянов. Примерно в 1671 г. здесь создается первое в Зауралье книгохранилище. При советской власти на территории монастыря размещалось промышленное предприятие. В начале девяностых годов XX в. монастырь возвращен Русской православной церкви. Началось его возрождение.

Бальнеотерапевтический климатический равнинный курорт «Белый Яр»

Курорт расположен на живописном берегу Волги в 85 км от Ульяновска в сосновом бору. Включает в себя несколько зон отдыха, в которых сконцентрировано большое число домов отдыха, турбаз и детских лагерей отдыха.

Курортный парк представляет собой часть бывшего лесного массива, освоенного под курортную застройку и облагороженного посадками декоративных кустарников, деревьев и цветов. Основные лечебные факторы — слабохолмистый рельеф, наличие хвойного лесного массива, песчаная почва, река Волга.

Санаторий имеет естественные минеральные воды. Рассолы хлоридно-сульфатно-натриевого-кальциевого-магниевого состава (содержащие 174,1 гр. на литр минеральных солей) в сочетании с йодом, бромом и сероводородом, по концентрации и лечебным свойствам близкие к Сочинской Мацесте, являются активным бальнеотерапевтическим фактором. Для питьевого лечения в санатории используется минеральная вода средней минерализации по своему химическому составу схожая с водами скважин «Нафтуся» и «Ижевская» хлоридно-сульфатная. Данная вода показана при лечении заболевания желудочно-кишечного тракта с повышенной и пониженной желудочной секрецией, заболевании желчевыводящих путей и печени, хронических колитов и энтероколитов, обмена веществ и заболевания поджелудочной железы.

Основные показания для лечения: сердечно-сосудистые заболевания, заболевания и последствия травм опорно-двигательного аппарата, периферической и центральной нервной системы, заболевания органов дыхания, желудочно-кишечного тракта, болезни органов мочевого выделения, хронические воспалительные заболевания женской и мужской половой сферы.

Белое озеро — бальнеогрязевой климатический курорт лесостепной зоны, расположенный на берегу реликтового самоочищающегося Белого озера в средней части Приволжской возвышенности в наиболее высокой точке Ульяновской области на высоте 300-360 метров над уровнем моря на вершине Белозерской горы, представляющей собой холм с сильно сглаженными склонами. Здесь берут начало несколько речек: Канадейка, Канчелейка, Гремучка. Курорт Белое озеро расположен в 260 км от областного центра на территории Николаевского района.

Растительность представлена большим массивом смешанного леса с преобладанием хвойных пород и вековых дубов. Леса являются одним из главных богатств окрестностей Белого озера в лечебно-оздоровительном аспекте. Им принадлежит основная роль в формировании благоприятного климата, оздоровлении природной среды (в регуляции тепла и влаги, повышении содержания кислорода и уровня ионизации воздуха, увеличении его фитонцидности). Современный подход к использованию природных лечебных ресурсов основывается на оценке экологического состояния курортной зоны. Территория курорта находится на достаточном удалении от автомобильных и железных дорог и других источников антропогенного загрязнения.

Основные лечебные факторы: уникальный микроклимат, обусловленный наличием хвойного лесного массива, великолепного реликтового самоочищающегося водоема, естественных ионизаторов воздуха в виде песчаных почв.

Минеральная вода местного источника «Гремячий ключ» - слабоминерализованная. Она имеет сухой остаток 110 мг/дм³ (по европейским стандартам этот показатель должен составлять не более 300 мг), что позволяет по оценке ВОЗ отнести её к питьевым лечебным водам очень высокого качества. По составу вода является сульфатно-

хлоридно-натриевые воды аналогичные «Ессентукам № 4» (курорт «Озеро Карачи»), сероводородные близкие к мацестинским, йодо-бромные (Чажемтовский источник), радоновые и сульфатные (курорт «Белокуриха»). В районе выявлено множество грязевых месторождений торфяных, иловых и сапропелевых (оз. Ахманка, Эбейты, Ульджай, Горькое, Курейное).

Практически каждая область обеспечена собственными месторождениями лечебных грязей и минеральных вод, которые применяются на курортах: «Тараскуль» (Тюменская область), «Озеро Карачи» (Новосибирская область), санаторий «Колос» (Омская область), «Медвежье озеро» и «Сосновая роща» (Курганская область), «Белокуриха» (Алтайский край).

Природные ресурсы используются для рекреационно-оздоровительных занятий (прогулки, катание на лыжах, сбор грибов и ягод) и спортивного туризма (альпинизм, скалолазание, горнолыжный спорт, велосипедный, конный, водный, охота и рыболовство).

Историко-Культурный потенциал представлен археологическими объектами (курганы и «каменные бабы» на Алтае) и старинными городами: Тюмень (1586 г.), Тобольск (1587 г.), Томск (1604 г.), Кузнецк (1617 г.) и др. В городах сохранились архитектурные, культовые и гражданские памятники. Тобольск славится единственным в Сибири кремлем и уникальным деревянным зодчеством. Объектами познавательного туризма являются многочисленные музеи, сосредоточенные в крупных городах и разбросанные по территории региона.

Основные центры туризма

Курганская область, в силу своего географического положения и особенностей исторического развития, располагает необходимыми ресурсами для развития туризма.

часто пересыхают летом. В районе много озер как в горной части (Телецкое, Айя, Манжерок), так и на равнине (Чаны, Кулундинское, Сартлан, Убинское, и др.). Среди озер много соленых.

Биоклимат этого района наиболее благоприятный для рекреации по сравнению с другими районами Сибири, особенно в среднегорном поясе. Климат большей частью суровый, резко континентальный. Климатические условия Западной Сибири, несмотря на суровость, отличаются обилием солнца и умеренным количеством осадков. Основное количество осадков выпадает летом. Продолжительность солнечного сияния там достигает 2600 часов в год, воздух отличается повышенной ионизацией, колебания атмосферного давления редки. Лето умеренно теплое и теплое (17-19°) с малой вероятностью перегрева и духоты. Купальный сезон в малых озерах и водохранилищах продолжается 60-90 дней. Горные реки холодные и быстрые не пригодны для купания. Зима длинная, снег лежит до 8-9 месяцев. Зимний период умеренно холодный (- 17°) с продолжительным залеганием снежного покрова (5,5 месяцев) и преобладанием тихих солнечных погод благоприятен для лыжного туризма и зимней аэротерапии. В Восточной Сибири климат всюду резко континентальный. Континентальность климата проявляется в большой амплитуде температур зимы и лета (она достигает 50°, а в Восточной Якутии - 100°), а также в резких колебаниях температуры в течение суток и в сравнительно небольшом количестве осадков.

По биоклиматическим показателям Горный Алтай был отнесен к климатическим курортным местностям. В долине р. Катунь работает один из старейших климатических туберкулезных курортов "Чемал".

Гидроминеральные ресурсы района очень богатые. Здесь много уникальных минеральных источников, отличающихся повышенной водообильностью. Распространены

гидрокарбонатной кальциево-магниевой, содержание железа 0,45 мг/л. По минеральному и ионному составу является аналогом природной столовой воды «Моршинка» на Украине.

В январе 2003 года введена в эксплуатацию грязелечебница, в основе которой лежит использование залежей местных сапропелевых грязей со дна Белого озера, относимых к лечебным пресноводным среднесольным водорослево-глинистым. Лечебная значимость сапропелевых грязей определяется прежде всего высокими тепловыми свойствами. Сапропели превосходят по своим лечебным факторам глину, торф, озокерит. Лечебные факторы сапропели в большей мере характеризуются наличием большого количества органических веществ.

Основные показания для лечения: заболевания органов дыхания, заболевания и последствия травм опорно-двигательного аппарата, заболевания и последствия травм центральной и периферической нервной системы, заболевания периферических сосудов, болезни кожи.

Самара — один из крупнейших промышленных, научных, культурных и туристских центров Поволжского района. Здесь до сих пор сохранились постройки старокупеческого города: коммерческие банки (крестьянский поземельный банк — ныне технический университет), торгово-промышленные конторы (торговый дом Белоусова и Плотникова, дом промышленности), ломбарды, больницы, окружной суд, Александровская публичная библиотека, множество церквей, частных особняков (дом Субботина-Шихобалова, дом купца Юдина — сейчас кинотеатр «Художественный», особняки Аржанова, Сурошникова, Наумова), загородные дачи.

Объектами посещения туристов являются:

- Иверский женский монастырь,
- Лютеранская Кирха
- костел Святого сердца Иисуса

- Жигулевский пивоваренный завод — памятник промышленной архитектуры

- литературно-мемориальный музей-усадьба А.Н. Толстого

- храмы: Покровский кафедральный собор, Петропавловский храм, Троицкий храм (с. Утевка)

- музеи: Художественный музей, музей археологии Поволжья, бункер И.В. Сталина, областной краеведческий музей им. П.И. Алабина, музей истории города Самары, военно-исторический музей, исторический музей Самарской Епархии и Церкви, Литературный музей.

Источники сульфидных минеральных вод и иловые грязи озера Молочка Сергиевского района используются в лечебных целях, в том числе на курорте Сергиевские Минеральные Воды.

Жигули (Жегули), горы на правом берегу Волги, в ее излучине в Самарской области Жигули – часть Приволжской возвышенности с глубокими оврагами и балками. Длина 75км, высота до 375 м. Выделяются живописные вершины – Лысая гора, утес Шелудяк, Бахилова гора, Верблюд и др., о которых издавна слагались легенды и предания. В районе Жигулей находится Волжская ГЭС имени В. И. Ленина, Жигулевский заповедник, Природный национальный парк Самарская Лука.

Самарская Лука — природный национальный парк на склонах Приволжской возвышенности, в районе Жигулей, в излучине Волги. Площадь 134 тыс. га. Основан в 1984 для организации туризма и кратковременного отдыха. Преобладает сильно пересечённый рельеф с крутыми склонами и каньоно-образными долинами. В парке имеется зона с заповедным режимом, где охраняются природные комплексы смешанных хвойно-широколиственных лесов, а также зона интенсивной рекреации, расположенная главным образом по побережью Волги. Имеются памятники археологии и культуры.

рекам Оби, Иртышу, Енисею, Ангаре, Лене, Амуру. Все крупные города связаны авиалиниями. Во многих административных центрах имеются туристские гостиницы, рестораны. Научное руководство развитием туризма в Сибири осуществляется Томским и Иркутским университетами и Томским институтом курортологии с филиалом во Влади-востоке,

На территории Южной Сибири выделено шесть туристско-рекреационных районов. Все они имеют преимущественно оздоровительно-лечебную и спортивную специализацию, местную и межрайонную ориентацию.

Остановимся кратко на некоторых особенностях каждого района.

Обско-Алтайский район (Западно-Сибирский) туристско-рекреационный район

Обско-Алтайский район включает южную часть Тюменской области (до ХМАО), Курганскую, Омскую, Новосибирскую, Кемеровскую области и Алтайский край. Самый рекреационно освоенный регион Сибири.

Природные рекреационные ресурсы позволяют проводить все основные функциональные типы рекреационной деятельности. По условиям рельефа район делится на равнинную северную часть, занятую Западно-Сибирской низменностью, и горную южную часть, состоящую из горной системы Алтая, Кузнецкого Алатау и Салаирского Кряжа.

Территория обводнена неравномерно: более всего рек в горах, менее всего в степной части, с гор берут начало такие крупные реки как Катунь и Бия, слияние которых образует величайшую реку Сибири Обь. Ее многочисленные притоки также в основном стекают с гор. Самый крупный из них Иртыш. Обь с Иртышом судоходны, по ним проложены теплоходные маршруты. Горные реки бурные, пригодны для водного туризма, степные реки маловодны и

Южная часть Сибири (южнее 55-57° с. ш.) характеризуется наибольшей освоенностью территории, в ней сосредоточено основное население Сибири, она обладает лучшими рекреационными ресурсами, поэтому в туристском отношении целесообразнее рассматривать именно эту часть Сибири.

По югу Сибири проходят цепи горных систем Алтая, Саян, Предбайкалья и Забайкалья, Сихоте-Алиня. С этих гор берут начало многочисленные реки Сибири. Здесь много соленых и пресных озер, в том числе самое глубокое озеро мира Байкал. Южная Сибирь расположена в таежной, лесостепной и степной зонах. Она отличается богатством растительного покрова и животного мира.

Территория обеспечена минеральными водами и лечебными грязями. Климат резко континентальный, однако, климатические условия Южной Сибири более мягкие, чем Северной, особенно зимнего периода.

Биоклимат характеризуется достаточной обеспеченностью солнечной радиацией с оптимальным режимом УФ радиации, устойчивым погодным режимом зимы и лета, комфортными условиями летнего периода (лето теплое (+18-19°), сухое) и относительно дискомфортными условиями зимы (зима холодная с температурой января - 17-24°), устойчивым снежным покровом, лежащим в течение 5-6 месяцев. Все это создает предпосылки для развития лечебного и оздоровительного отдыха и спортивного туризма.

Историко-культурный потенциал Сибири не столь значителен, как в Европейской части России, что обусловлено более поздним освоением территории. Большинство памятников культурного наследия находится в крупных городах.

Инфраструктура региона развита недостаточно. Транспортные связи обеспечиваются Транссибирской магистралью с отдельными отходящими ветками, БАМом и несколькими автомагистралями. Водные пути проходят по

«Жигулевская кругосветка» — поход на байдарках, который начинается в «Жигулевском море» — водохранилище, образованном плотиной Волжской ГЭС. Это многодневное путешествие вдоль побережья Самарской Луки (национальный парк). Привлекательность этого маршрута в его «закольцованности», т.е. не нужно дважды наблюдать одни и те же пейзажи и судно все время движется по течению реки.

Объекты посещения на маршруте: Винновские горы, села Ермаково и Кольцово (бывшие станицы казачьих атаманов), овраг Гранный, село Сосновый Солонец, село Винновка, пристань малая Рязань, скалы Жигулевской гряды, Муромский городок (огромное пепелище раскопки в котором продолжают до сих пор), Яблоневый овраг (остатки садов Волжской Болгарии), гора Лепешка, Девья гора и Молодецкий курган, Жигулевский заповедник им. И.И. Спрыгина, село Ширяево (здесь находится дом-музей И.Е. Репина).

Жигулевск — единственный город, находящийся в зоне национального парка «Самарская Лука». В городе имеется краеведческий музей. Туристов, прежде всего, привлекают окрестности Жигулевска: Жигулевский заповедник им. И.И. Спрыгина, Жигулевские горы, национальный парк «Самарская Лука». На склонах Жигулевских гор расположен самый комфортабельный санаторий области — Волжский Утёс — Медицинский центр Управления делами Президента России.

Тольятти — второй по величине город Самарской области. Основные достопримечательности: храм Казанской иконы Божией матери и Преображенский собор, музеи (краеведческий, картинная галерея, музей историко-художественного наследия).

Много достопримечательностей находится в окрестностях города: Воскресенский мужской монастырь (Портпоселок), храм в честь Благовещенья Пресвятой Бо-

городицы и Покровский собор (поселок Федоровка), храм Казанской иконы Божией матери (с. Верхнее Санчелеево), село Ташла, в котором находится целебный источник — один из самых почитаемых на территории Самарской области (в селе сохранились Троицкая церковь и купальня).

Сызрань — город в Самарской области, основан в 1683 году на месте древнего Сызраньского городища. В городе много культовых достопримечательностей: Спасская башня, церковь Рождества Христова, Вознесенский мужской монастырь, храм Вознесения, Ильинская церковь, Казанский собор; а также старинных особняков и зданий: земская управа, здание бывшей женской гимназии (филиал Самарского политехнического университета), особняки Ревякина и Стерлядкина.

Сергиевск — город в Самарской области, названный в честь Сергия Радонежского, на территории которого находится курорт федерального значения «Сергиевские минеральные воды».

Это один из старейших курортов России. Первые сведения о Сергиевских источниках относятся к началу XVIII века. В 1703 году Петр I "высочайшей грамотой" повелел воеводе Никите Кудрявцеву устроить завод по добыче серы. Известно, что с 1703 по 1720 годы здесь функционировал серный завод, и уже тогда местные жители широко пользовались источниками для лечения ряда заболеваний кожи, принимая воду, богатую серой, внутрь и купаясь в холодных ручьях-источниках.

И только через век внимание ученых вновь было обращено к этим источникам. В 1824 г. приехавшие отдохнуть и лечиться решили строить небольшие летние дома с террасами. Так родилось курортное поселение. Показания: лечение вибрационной болезни, кожных и гинекологических заболеваний, заболеваний органов движения, периферических сосудов, центральной нервной системы

Интересны и сохранившиеся в городе старинные бани. Одна из них — в центральной возвышенной части цитадели. Это подземное сооружение сводчато-купольной конструкции XVII века, с несколькими помещениями для холодного и горячего отделений и раздевания, с резервуарами для холодной и горячей воды.

С высоты цитадели открывается прекрасный вид на город. Среди плоских крыш, как будто прорезанных трещинами кривых улочек, возвышаются купола мечетей, которых в городе довольно много. Они напоминают о временах арабского владычества. Самая большая, красивая и древняя из мечетей — Джума (VIII в).

Из цитадели также хорошо видны обширные древние Дербентские кладбища с многочисленными каменными стелами и саркофагами V–IX вв., отмечающими места захоронения многих отважных защитников крепости, павших в разные времена.

Тема 5. Характеристика туристской зоны Сибири и Дальнего Востока

Туристская зона Сибири и Дальнего Востока характеризуется слабой степенью рекреационной освоенности и ориентирована в основном на отдых местного населения. Она включает южную часть Сибири и Дальнего Востока (Западно-сибирский (Обско-Алтайский), Горно-Алтайский, Саянский (Енисейский), Прибайкальский, Приморский и Сахалинский туристские районы.

Сибирь и Дальний Восток — территория стабильная, но удаленная, с ограниченными климатическими комфортными условиями, слабо развитой рекреационной сетью. Она охватывает огромную территорию, слабо заселенную и отличающуюся суровыми климатическими условиями зимнего периода, ограничивающими возможности рекреационного развития зоны.

сти Ахты, Рычалсу (бальнеологические), Буйнакск и живописнейший Гуниб (климатические); центр народного искусства горного Дагестана — Кубачи (ювелирные изделия, ковры).

Культурное наследие района очень разнообразное. Здесь расположен древнейший город Каспия Дербент, основанный в V веке иранским царем. Наиболее интересен, поистине уникален и не похож ни на одну известную из сохранившихся систем городских укреплений, безусловно, сам крепостной комплекс Дербента. Главная часть системы укреплений — цитадель Нарынкала (один из вариантов перевода этого названия на русский язык — «Солнечная крепость»), построена на высоком отроге Джалганского хребта в VI веке. Мощные трехметровой толщины стены сложены из двух рядов хорошо обработанных каменных блоков с заполнением из рваного камня и известкового раствора. Такую же конструкцию имеют и параллельные стены города, северная более ранней постройки, и южная, возведенная позже. Обе стены имеют многочисленные башни. Когда-то эти стены уходили далеко в море, препятствуя обходу города по мелководью и создавая удобную и хорошо защищенную гавань.

Важное место среди достопримечательностей города занимают сооружения для хранения и использования воды, которая для любого города-крепости имела едва ли не первоочередное значение. Вода, поступавшая из родников на склоне горы Джалган, по многочисленным обнаруженным при раскопках каменным и керамическим водоводам направлялась в несколько подземных водохранилищ, в том числе и в приспособленный для этой цели старейший христианский храм. В Дербенте сохранились также несколько старинных фонтанов, из которых жители берут воду и по сей день, в частности — Хаибулах (Ханский источник), Дгиарчи-булах (Источник вестника) и другие.

(травм, параличей, в том числе и детского церебрального паралича), используя уникальные природные лечебные факторы: минеральными сульфидными водами и иловыми сульфидными грязями. Именно наличием в воде и грязи солей, углекислого газа, азота, сероводорода, к которому особенно чувствительны центральные и периферические нервные структуры, и объясняется высокая эффективность лечения в санатории.

Саратов — тур. центр, расположенный на правом берегу Волги. Время основания города точно неизвестно. Саратов — один из наиболее значительных в России центров высшего образования и научно-исследовательской и проектной деятельности (Саратовский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского, технический университет, институты: с/х, педагогический, экономический, юридический, зооветеринарный и т.д., около 40 НИИ и проектно-конструкторских институтов).

Музеи: художественный музей им. А.Н. Радищева — первый общедоступный художественный музей в России (1885, один из наиболее значительных художественных музеев России), краеведческий, музей К. А. Федина (уроженец Самары), Дом-музей Н. Г. Чернышевского, мемориальная Квартира-музей семьи Ульяновых. Объектами посещения являются: старейший памятник архитектуры — Троицкий собор (XVII век), мемориальный комплекс «Журавли» в память 177 тыс. саратовцев, не вернувшихся с войны. В городе много дворянских и купеческих особняков: особняк Корнилова, губернатора Кожевникова, Дубовая роща (ныне центральная часть городского парка).

Волгоград — туристский центр, впервые упоминается в исторических материалах как Царицын в 1589 году. Город был полностью разрушен в 1942 – 43 г.г. и в послевоенные годы выстроен заново. Поэтому большинство памятников посвящено ВОВ: памятники «Героям обороны

Красного Царицына», «Жертвам белого террора», памятник-ансамбль «Героям Сталинградской битвы» на Мамаевом кургане, музей-панорама «Сталинградская битва». Из архитектурных сооружений сохранились Казанский собор (XIX век), театр им. Горького (восстановлен в 1952 году), пропилеи с лестницей, спускающейся к набережной. На набережной Волги расположена самая старая и самая первая церковь города Царицына и сегодняшнего Волгограда – церковь Иоанна Предтечи (1664 г.).

Озеро Эльтон — самый интересный природный объект на территории Волгоградской области. Иловая минеральная грязь и рапа озера Эльтон по своим лечебным свойствам не уступают Грязям Мертвого моря. Оздоровительные и лечебные процедуры в настоящее время осуществляются на базе многопрофильного курорта «Эльтон», расположенного на площади в 15 гектаров.

Озеро Эльтон, площадью 160 кв.м., раскинулось на 6 км от санаторного городка. На расстоянии 3 км от санатория имеется минеральный источник, вода которого по химическому составу аналогична широко известным "Ессентуки- 17" и Смирновской (Кавказские Минеральные Воды). Лечебными ресурсами являются соленая грязь, рапа, минеральные воды очень редкого хлоридно-натриево-магниевого типа, оказывающие омолаживающее действие, стимулирующие кровообращение, ускоряющие обновление кожи, улучшающие обмен веществ и укрепляющие нервную систему. лечебный климат по типу «египетского».

Курорт работает сезонно, с мая по сентябрь, рассчитан на 200 человек в 1 заезд.

В комплекс предлагаемого лечения в санатории Эльтон входят:

- общие и местные аппликации из сульфидной соленой грязи;

песчаные пляжи, протянувшиеся на многие десятки километров. Море мелкое, теплое, продолжительность купального сезона свыше 130 дней. Территорию пересекают многочисленные реки, сбегаящие со склонов хребтов Большого Кавказа: Сулак, Уллучай, Рубас и др. Летом они пересыхают. Характерна недостаточность источников пресной воды и засоленность грунтов.

К ограничивающим факторам следует отнести высокую сейсмичность района и колебание уровня Каспия. Горы, окружающие район, отличаются в основном скудной растительностью.

Биоклимат изменяется от полупустынного на крайнем северо-востоке до сухого субтропического на остальной прибрежной территории.

Он характеризуется наиболее благоприятным на Кавказе ингаляционным режимом, но с существенным избытком УФ радиации. Лето очень теплое (температура июля +240°С) с частым дневным дискомфортом перегрева. Режим влажности благоприятнее, чем на Черноморском побережье. Лето сухое. Однако комфортность летнего сезона снижает большая вероятность сильных северо-восточных и восточных ветров. Зима мягкая (температура января -3 градуса), возможны дневные оттепели до +15 градусов.

По побережью и в предгорьях выявлены сероводородные (Махачкала), углекислые воды типа «Боржоми», гидросульфатные сероводородные и гидрокарбонатно-натриевые термальные воды, а также хлоридно-натриевые рассолы с содержанием йода и брома.

Месторождения лечебных сульфидных приморских грязей обнаружены в озерах Большое и Малое Турали.

Основными объектами посещения являются курорты Каякент (бальнеогрязевой), Манас (приморский климатический), Талги (бальнеологический); курортные местно-

го большого города, который занимал в длину более двух километров, а в ширину половину километра. Раскопки, произведенные под северным храмом, позволили сделать заключение, что до аланской эпохи на этом месте существовало поселение кобанской культуры. Рядом с верхним храмом разместились строения бывшего Александро-Афонского монастыря.

Одним из замечательных мест является Домбайская поляна, расположенная у самого подножия Главного Кавказского хребта на высоте 1600 метров над уровнем моря.

Один из самых интересных маршрутов в Домбае — поход на вершину Софруджу. Это уже альпинистский маршрут, который требует определенной подготовки. В ущелье Аманауз имеется своя «Чертова мельница», большой водопад, красивые ледники. Софруджу очень похожа на Эльбрус — такие же две заснеженные вершины, только все это в миниатюре.

Развитие индустрии туризма в Южно-Кавказском регионе связано с рядом очень важных проблем. В Чеченской республике, Кабардино-Балкарии, Карачаево-Черкесии отсутствует статья государственной поддержки сферы туризма. Одной из самых главных проблем для этого региона остается нестабильная политическая обстановка, что является непреодолимым препятствием развития сферы туризма.

Каспийский туристский район охватывает Дагестанское побережье Каспийского моря от Сулака до южных границ республики.

Район отличается благоприятными климатическими условиями и значительным культурным потенциалом.

Район занимает узкую полосу вдоль побережья на отметках до 100 м над уровнем моря, ограниченную предгорьями Табаса-ранских гор Большого Кавказа. Наибольшую ценность представляют теплое море и обширные

- рапные ванны;
- прием лечебной минеральной воды очень редкого хлоридно-натриево-магниевого типа (по типу Эссентуки);
- физиотерапия, массажные процедуры, лечебная физкультура, медикаментозная терапия;
- кумысолечение;
- климатолечение (воздух, насыщен парами брома, запахами трав и солнца).

Показания к лечению: заболевания суставов, заболевания костей, мышц, сухожилий, заболевания центральной нервной системы на почве инфекций и после интоксикации, заболевания периферической нервной системы, заболевания уха, горла, носа, гинекологические заболевания, заболевания мужских половых органов, заболевания органов дыхания, заболевания почек, кожные заболевания, хирургические заболевания, заболевания обмена веществ, болезни, болезни печени, желчного пузыря и желчевыводящих путей.

Санаторий «Волгоград» — крупнейшая здравница Нижнего Поволжья и юга России.

В лечебных целях в санатории "Волгоград" используют водотеплогрязелечение, минеральные хлоридно-натриевые и бишофитовые ванны, аппликации из эльтонской грязи, радоновые ванны, радоновое гинекологическое орошение, электро-светолечение, электрофорез с лекарственными препаратами, СМТ-токи, магнитотерапия, лазеротерапия, ингаляция, микроволновая терапия, бассейн, ЛФК, массаж, стоматологические услуги.

Роза ветров, с учетом которой определялось строительство курортного комплекса, исключает попадание на эту территорию вредных выбросов промышленных предприятий. Комплекс состоит из нескольких зданий и сооружений, соединенных между собой переходами - галереями.

Профили лечения: лечение сердечно-сосудистых, неврологических заболеваний, сахарного диабета, кожных заболеваний.

Астрахань — туристский центр, находится в Прикаспийской низменности на островах в дельте Волги. Это обусловило в нем обилие мостов, перекинутых через реки и ерики. Центральная часть Астрахани представляет собой остров, омываемый водами Волги, Катума и Царева.

Достопримечательностями города являются Астраханский Кремль (1580 - 1620г.) (здесь находится Успенский собор, Троицкий собор, бывший Архиерейский дом с домовою церковью, Кирилловская часовня); картинная галерея им. Б.М. Кустодиева (основана в 1918г.), дом-музей В. Хлебникова, дом-музей Н.Г.Чернышевского, кинотеатр «Октябрь» с уникальным зимним садом-дендрарием, историко-архитектурный музей-заповедник (коллекция памятников истории хазар, Золотой Орды и освоения низовий Волги русскими), музей Уляновых.

В Белом городе (историческая часть города) сохранились: башня Спасо-Преображенского монастыря, Демидовское подворье, церковь Иоанна Златоуста. Центральная часть города застроена зданиями и особняками XIX века: торговое заведение (здание бывшего Донского банка), особняк Губина, Дом Астраханского казачьего войска, деревянные жилые дома в «русском» или «ропетровском» стиле, собор Св. Владимира.

Центр реабилитации ФСС РФ «Тинаки» относится к одной из старейших здравниц России, существование которой превышает 150 лет. Центр расположен на берегу р. Волга, в 16 км севернее г.Астрахани. Центр работает круглогодично и рассчитан на 300 мест.

Основными природными лечебными факторами курорта являются сухой степной климат, минеральная вода «Тинакская», лечебная грязь и рапа минерального озера (Второе Тинакское), на южном берегу которого располагается курорт.

встречается много археологических памятников: курганные могилы, кабардинские усыпальницы, легендарная скала «Лечинкай».

Кабардино-Балкарская республика является одним из самых крупных в России центров горного туризма и альпинизма.

В Кабардино-Балкарской республике, у подножия Эльбруса расположена курортная местность называемая Приэльбрусе (ущелье реки Баксан), здесь проходят туристские пути в Верхнюю Сванетию через перевалы Донгуз-Орун и Бечо. На этих путях находятся туристские базы и приюты: Чегем — у подножия горы Тихтинген, Северный приют Твиберского перевала в верховьях Чегемского ущелья, Башиль. (2080 м над уровнем моря). Этот район считается одним из лучших центров горнолыжного туризма.

Республика Карачаево-Черкессия занимает площадь в 14,2 квадратных километров. На северо-востоке к границам области почти вплотную примыкает район знаменитых Кавказских Минеральных Вод с городами Кисловодском, Пятигорском, Железноводском и Ессентуками.

В республике находится Государственный Тебердинский заповедник, в котором множество рек, красивейших водопадов, озер, ледников. Долина Теберды славится своими нарзанными источниками.

Из Карачаевска на север, по направлению к Черкесску расположена курортная местность Архыз, который славится своими храмами.

На берегу Большого Зеленчука на естественном возвышении в центре поляны, почти всегда залитой солнцем, стоит древний храм. Это один из знаменитых архызских храмов аланской эпохи IX–XI веков. Немного ниже по течению реки стоит еще один, так называемый северный храм. Зеленчукские храмы расположены на месте древне-

ет курорт «Нальчик». На территории курорта расположен большой парк и озеро с оборудованным пляжем. В городе есть дом-музей писательницы Марко Вовчок.

По соседству с курортом находятся: садово-оранжерейное хозяйство, ботанический сад, серные ванны, лесохозяйственное хозяйство, заповедник «Урванские дубки».

В Нальчике начинаются многочисленные туристские и альпинистские маршруты. Отсюда можно совершить интересное путешествие на северо-запад республики к Зольским и Нагорным пастбищам, расположенным по склонам Джинальского хребта. Посетив эти места, можно увидеть живописные панорамы горных пейзажей с величественным видом на Эльбрус. Замечательная Долина нарзанов на левом берегу реки Хасаут — одного из верховых притоков Малки. Здесь на расстоянии около 1 км имеется 20 источников минеральной воды типа «Нарзан» с температурой около 11°C. Долина нарзанов мало, в чем уступает Кисловодску по красоте местоположения и по климатическим особенностям.

Самое восточное и самое грандиозное в республике Балкарское ущелье. Отсюда теснина имеет вид узкой щели между необычайно высокими скалами. В полукилометрах перед входом в теснину встречаются голубые озера. Самое большое из них, шириной 200 м, имеет глубину 368 м.

Безенгийское ущелье тянется по Черему Безенгийскому. Как и Балкарское ущелье, оно пересекает хребты Скалистый и Боковой и упирается в Главный хребет. Здесь находится центр высокогорного Кавказа.

Соседнее с запада Чегемское ущелье расположено на одноименной реке. Туристы посещают эту территорию круглый год. По дороге из Нальчика в долине Чегема

Климат курорта аналогичен по температуре, влажности, количеству солнечных дней и уникальной природе Нижнего Поволжья такому широко известному курорту, как Байрам-Али (Туркменистан).

Минеральная йодобромная хлоридная натриевая вода «Тинакская» используется для наружного применения в виде ванн, а также для питьевых целей. Грязь озера — сульфидно-иловая применяется в виде грязевых аппликаций, тампонов, электрогрязевых процедур.

Показания к лечению ландшафтно-климатическими факторами в ЦР "Тинаки": болезни мочеполовой системы, болезни нервной системы, болезни органов дыхания, болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ, болезни системы кровообращения.

Рекреационная сеть на территории района представлена достаточно широко.

Район давно освоен, природа его значительно изменена, многие территории распаханы, созданы искусственные ландшафты, построены гидроэлектростанции, созданы водохранилища. Облик Волги совершенно изменен, микроклимат многих мест стал совершенно иным. Но все же в основном рекреационное хозяйство концентрируется вокруг Волги, и она делается слишком уж освоенной.

В отношении дальнейшего развития туризма и отдыха перспективен север района, видимо, в скором времени будут осваиваться реки этой части. Нужны охраняемые мероприятия по берегам Волги и водохранилищ, особенно в зонах отдыха таких больших городов, как Казань, где к западу от города наиболее популярные пляжи перегружены, число моторных лодок на реке превышает нормативное.

Тема 4. Характеристика

Причерноморско-Кавказской туристской зоны

Причерноморско-Кавказская зона находится в непосредственной близости от теплых морей и высоких гор, поэтому, приезжая на Кавказ, туристы и отдыхающие зачастую сочетают «лечение на водах» с поездками в горы и на пляжи Черного и Каспийского морей.

Географически Причерноморско-Кавказская туристско-рекреационная зона включает в себя:

Кавказско-Черноморский туристский район — Краснодарский край;

Северо-Кавказский туристский район — Предкавказье в пределах Ставропольского и Краснодарского краев, республика Северная Осетия, Кабардино-Балкария, Карачаево-Черкессия, Чеченская республика;

Южно-Кавказский туристский район — республики Дагестан, Северная Осетия, Кабардино-Балкария в пределах Главного Кавказского хребта;

Прикаспийский туристский район — республика Дагестан (узкая полоска вдоль побережья Каспийского моря).

Географическое положение, климат и природные ресурсы Кавказа весьма благоприятны для развития туризма на этой территории. Для зоны характерна высокая насыщенность познавательными объектами как природными, так и культурно-историческими. Все это предопределяет общероссийскую и международную значимость Кавказско-Черноморской туристско-рекреационной зоны и позволяет выполнять оздоровительную, познавательную, спортивную и лечебную функции.

Кавказско-Черноморский туристский район

В территориально-административном отношении включает территорию Краснодарского края. Расположена на юге европейской части России (самая южная территория страны). С запада территория омывается Азовским

Кабардино-Балкарская Автономная Республика занимает всего лишь 12,5 тыс. кв. км, но природа этой небольшой территории удивительно красива. Кабардино-Балкария с ее многочисленными и разнообразными минеральными источниками, обилием фруктов, ягод и винограда, горными пейзажами является районом курортов и горного туризма не только российского, но и международного значения.

В Кабардино-Балкарии находятся широко известные ущелья: Баксанское, Чегемское, Безенгийское, Балкарское, Малкинское. Это дороги в высокогорье, в область вечных снегов и льдов. Но и в предгорьях и на равнине есть немало достопримечательных мест.

Своеобразна природа Затеречья, то есть местности, расположенной восточнее Терека. Здесь начинаются Терский и Сунженский хребты — невысокие, обособленные от гор Кавказа. Фоновым растением является миндаль, или бобовник, бештаугоркий мак. По Кабардинской предгорной равнине с гор сбегает более 50 бурных речек. Все это вместе взятое привлекает любителей экологического туризма.

Город Нальчик — столица республики. Поселение Нальчик возникло из крепости, основанной здесь русскими в 1818 г. В настоящее время это один из самых красивых городов Кавказа.

Центральная магистраль города — проспект Ленина. Невдалеке от вокзала на площади высится монумент «Родина-Мать». Он воздвигнут в 1957 г. в дни празднования четырехсотлетнего юбилея добровольного присоединения Кабарды к России. В концах улиц видна живописная панорама хребтов Кавказа, охватывающих город полукольцом с юго-запада. Многие улицы Нальчика напоминают аллеи парка — так густо они озеленены.

В самой столице к достопримечательным местам относятся исторические здания, памятники. На южной окраине города в тенистом лесопарке круглогодично функциониру-

Высоко в горах течет стремительный Нардон. Здесь, в краю глухом и диком, как орлиное гнездо, прилепилось к скалистому склону селение Нар. В 1859 году в селении Нар родился великий сын Северной Осетии, поэт-демократ Коста Хетагуров. Сейчас здесь открыт дом-музей, рассказывающий о жизни и творчестве поэта. Памятники Коста Хетагурову можно увидеть во многих городах республики. Но, пожалуй, лучшими памятниками поэту-просветителю стали названные его именем Северо-Осетинский государственный университет и прекрасный обширный парк культуры и отдыха в г. Владикавказ.

Город Владикавказ — столица Северной Осетии. Основан в 1784 г. Среди памятников архитектуры сохранилась бывшая суннитская мечеть (1906–08 гг.), построенная по образцу Каирской мечети и старинные невысокие особняки, построенные в XIX в.

К востоку от Северной Осетии раскинулись равнины и горы Чеченской и Ингушской республик. Протяженность Кавказских гор по территории Ингушетии составляет около 150 км.

Культура ингушей отличается своей самобытностью. На территории республики находятся редкие и уникальные памятники истории и культуры. Джейрахско-Ассинский государственный историко-архитектурный музей-заповедник хранит эти ценные достопримечательности.

Вдоль рек Армхи, Гулой-хи, Асса сохранился богатый архитектурный комплекс: жилые и боевые каменные башни, погребальные склепы, языческие святилища и христианские храмы. Башни воздвигались в недоступных местах и являлись не только надёжной защитой, но и символом могущества рода, его военной неуязвимости.

В IX–XII веках строятся христианские храмы. Ярким примером этому может служить храм Тхаба-Ерды (святого двух тысяч).

морем с юга-запада — Черным. Береговая линия Чёрного моря сравнительно ровная (особенно на юге), лишь на севере выделяются Геленджикская и Цемесская бухты и полуостров Абрау. Более изрезана береговая линия в Керченском проливе, где в Таманский полуостров вдаётся одноимённый залив, и у Азовского моря с лиманами Ейским, Бейсугским и др.

Черноморское побережье Кавказа в пределах Краснодарского края входит в причерноморский и субтропический климатические районы.

Черноморское побережье представляет для туристов 1200 км морских пляжей: в Черном море купальный период продолжается с мая по сентябрь (в районе Сочи — до ноября), на Азовском море — с июля по август.

Горы занимают треть территории Краснодарского края. Близ Анапы, у Абрау-Дюрсо, начинаются горы Главного Кавказского хребта. Наиболее высокие вершины, достигающие 2500 - 3300 м над уровнем моря, находятся в районе Сочи — Адлер. Они служат барьером, защищающим побережье от проникновения холодных континентальных масс воздуха и ветров. Главный Кавказский хребет, задерживая на побережье влагу, аккумулируемую солнцем и Черным морем, обеспечивает высокую влажность воздуха и обилие осадков.

В целом климат Черноморского побережья Краснодарского края характеризуется мягкой зимой с преобладанием безморозных погод. Наблюдаются редкие вторжения холодного воздуха, с понижением температуры до минус 5-15° С. Повторяемость слабозимных погод невелика и для зоны влажных субтропиков не превышает 25 дней за весь прохладный период. Отличительной особенностью черноморского побережья являются ветра — бора (для которых характерна большая скорость ветра (до 145 км в час), особенно опасен такой ветер зимой) и бризы (днем дуют с моря на сушу, а ночью наоборот).

Главная река Черноморского побережья — Мзымта. В высокогорье Западного Кавказа — озёра Кардывач и Абрау, много мелких карстовых озёр. На Таманском полуострове и побережье Азовского моря — озёра-лиманы.

Растительность: в горах — широколиственные (дубовые, буковые) и темнохвойные (из кавказских пихты и ели) леса, выше — субальпийские и альпийские луга, в прибрежной полосе распространены различные виды субтропической растительности. Древесно-кустарниковая растительность северной части Черноморского побережья сходна с крымской и восточно-средиземноморской.

Краснодарский край — главный курортный регион РОССИИ со множеством холодных и термальных целебных источников. Крупнейший в стране бальнеологический (Мацеста) и приморский климатический курорт, функционирующий с 1909 года — 145-километровый участок Черноморского побережья Большого Сочи, включает Сочи́нский, Лазаревский, Хостинский и Адлерский курортные районы.

Краснодарский край — это район древнейшего обитания человека со времен палеолита. В историческое время побережье было колонией греческих переселенцев, которые образовали Боспорское царство, которое в IV веке до нашей эры было разрушено готами и гуннами. Позже вторгшиеся хазары создали государство — Хазарский каганат, которое в 954 г. было разгромлено киевским князем Святославом Игоревичем. В X веке на Таманском полуострове возникло древнерусское Тмутараканское княжество, распавшееся в результате борьбы с половцами и Византией. После XIV века эти земли стали принадлежать Золотой орде. Первые русские, в основном казачьи поселения стали появляться на Северном Кавказе в XVI веке, в период расширения границ Русского государства. В 1787 г. было создано Черноморское казачье войско. Крас-

Тагаурия. В этом округе можно увидеть многочисленные развалины башен и стен на самых высоких возвышенностях, которые говорят о древности места и о происшедших здесь изменениях.

Погребальные сооружения представлены склепами (наземные, полуподземные), склеповыми могильниками, склеповыми комплексами с усыпальницами разных групп и типов. Из культовых сооружений крупнейшим святилищем Даргавской котловины является Найфат, посвященное Св. Илье.

Интересным объектом является Куртатинская заградительная стена, являющаяся одним из наивысших достижений средневекового фортификационного искусства Северной Осетии.

Оборонительные сооружения представлены бесчисленным множеством башен, полуразрушенных крепостей и других построек, возведенных для самозащиты. Погребальные сооружения в основном склеповые.

Из культовых сооружений наиболее интересным объектом является Святилище Дзивгисы-дзуар. Дзуар представляет собой церковь, трансформировавшуюся в языческое святилище.

Алагирское ущелье. Здесь встречается большое количество культовых сооружений: церквей, храмов, святилищ.

В *Цейском ущелье* расположено одно из чудес Северной Осетии, знаменитое святилище Реком. С XVII века стоит оно на поляне на левом берегу Цейдона. В старину Реком был самым почитаемым общесетинским святилищем. Святилище представляет собой сруб, сложенный без единого гвоздя из толстых сосновых бревен. Коньки его крыши украшены национальным орнаментом, на полках, которые тянутся вдоль стен с внешней стороны, расставлены рога оленей, черепа жертвенных животных.

Район богат многочисленными минеральными источниками (Ирикская группа, Адыл-Су, Долина Нарзанов, Алагирское, Кармадонское и др.), которые используются в лечебных целях на курортах Таминск, Кармадон.

Горный Кавказ отличается большим разнообразием народов (лезгинцы, осетины, аварцы, черкесы и т.д.), которые сохраняют многие старые традиции в быту, одежде, пище, праздниках. Все это привлекает туристов. Кроме того, во многих селениях, особенно горного Дагестана, получили развитие старинные кустарные промыслы: чернение по серебру, чеканка, ковроделие, ткачество. Особенно славится своим художественным промыслом (чеканка) селение Кубачи.

Больше половины территории Северной Осетии занято горами. Вся территория располагает возможностями для горнолыжного и альпинистского туризма.

Для любителей экологического туризма рекомендуется посетить Северо-Осетинский заповедник, который расположен в верховьях рек Цей, Ардон. Здесь произрастают леса из сосны, березы, клена, бука, дуба, ясеня и граба. Также на территории республики Северная Осетия расположен национальный парк «Алания», который был образован в 1998 году.

Северная Осетия богата археологическими и историко-архитектурными памятниками. Именно в горах сосредоточены древнейшие на территории Северной Осетии архитектурные памятники, такие как храмы в Зруге, Тли, Регахе, Наре, Нузальская часовня (XI-XIII вв.);

Памятники каменного зодчества горной полосы Северной Осетии вызывают живой интерес не только у профессионалов, но и у людей, интересующихся историей своих предков. Все памятники подразделяются на оборонительные, погребальные и культовые сооружения.

нодарский край как субъект Российской Федерации образован 13 сентября 1937 года. Современный Краснодарский край — важнейший сельскохозяйственный и туристический район России с развитой промышленностью.

Основные турцентры.

Краснодар — главный город Краснодарского края, расположен на правом берегу реки Кубани. Основная часть административных и культурных центров города сосредоточены на улице Красной, идущей от берега Кубани через весь город.

Музеи: Краснодарский государственный историко-археологический музей-заповедник им. Фелицина, Краснодарский краевой художественный музей им. Коваленко, музей културизма.

Город привлекателен парками — им. Горького, им. 40 лет Победы и Первомайская роща.

На территории **Таманского полуострова** много памятников природы. Наиболее известны грязевые вулканы (их около 30): Ахтанизовская Сопка, Гнилая Гора и Азовское Пекло — это единственные действующие вулканы на Северном Кавказе. Много лечебных озер — Грязевое озеро (станция Голубицкая) и озеро Солёное, грязь которого используется в санаториях Анапы и Геленджика. Туристов привлекает огромное число виноградников и крупных винодельческих предприятий (самые знаменитые — «Фанагория», «Кубаньвино»). Для познавательного отдыха наибольший интерес представляет столица Тамань, где на небольшой территории сосредоточены памятники более чем 2000 лет истории региона: остатки Боспорского царства и Тмутарканского княжества, Меотское городище, Турецкий фонтан, крепость Суворовских времен. Объектами посещения являются: музей Лермонтова, Таманский археологический музей, музей виноградарства и виноделия, храм покровы Пресвятой Богородицы, памятники героям Гражданской и Великой отечественной войны.

Темрюк — турцентр Таманского полуострова, находится между двумя морями Черным и Азовским. По сравнению с другими городами Черноморского побережья курортный бизнес развит не очень сильно, поэтому туристов привлекает сюда дешевизна отдыха, разнообразие ландшафтов и «первозданный покой». Широко развит самостоятельный туризм. Здесь находится историко-археологический музей, в котором собраны материалы о Тмутараканском княжестве и освоении Тамани казаками.

Анапский район располагается на северо-восточном берегу Черного моря, на мысе со скалистым берегом в юго-западной части и славится прекрасными пляжами с кварцевым мелкозернистым песком. Климат района приморский, горно-степной умеренно влажный, теплый.

Федеральный курортный регион в соответствии с Указом Президента РФ от 22 сентября 1994 года № 1954 «О федеральном курортном регионе Анапа». Включает в себя курорты и курортные местности — Анапу, Благовещенское, Бимлюк, Витязево, Джемете, Сукко, Большой Утриш. В настоящее время здесь находится 170 санаториев, пансионатов и детских лагерей.

Анапа. Начало курортному строительству города положил врач Владимир Адольфович Будзинский, открывший 15 июля 1900 года первый санаторий «Береговая», второй санаторий — на Песках, вскоре преобразованный в ортопедический институт. Третий санаторий Будзинского располагался в Семигорье у источника минеральной воды.

Курорт постепенно развивался, и на выставках «Всероссийская гигиеническая» и «Русская Ривьера» в 1913 и 1914 годах Анапа и Семигорье были удостоены золотых медалей. Однако сама Анапа оставалась маленьким, пыльным городком с немощеными улицами и с острой нехваткой доброкачественной питьевой воды.

логических зон. Особенно в этом отношении выделяется курорт Кисловодск, где климатолечение применяется в равной степени с бальнеолечением.

Окрестности Кавказских минеральных вод богаты экскурсионными объектами, особенно местами, связанными с М.Ю. Лермонтовым, который провел здесь последние дни своей жизни (на месте дуэли в окрестностях Пятигорска установлен обелиск с барельефом поэта, создан музей - заповедник).

Большой интерес представляют экскурсии на природные объекты: на склоны горы Машук, к естественной шахте «Провал», на дне которой находится озеро; к группам скал «Синие, красные, серые камни» с гротами и пещерами, на канатную дорогу к спортивному комплексу «Олимп» и т.д.

Южно-Кавказский туристский район занимает часть республики Дагестан, Северной Осетии, Кабардино-Балкарии и др. в пределах Главного Кавказского хребта.

Район расположен на северных склонах большого Кавказа (высочайшая вершина — г. Эльбрус — 5642 м и г. Казбек — 5033 м). На склонах гор много ледников (Безенги, Дыхсу, Караугом и Цейский). Южный Кавказ — один из основных районов горного туризма, альпинизма и горнолыжного спорта в России.

Климат континентальный. В горах более холодная зима и прохладное лето (на высоте 2000 м температура июля минус 70°С), осадков более 950 мм в год.

Все реки Южного Кавказа относятся к бассейну реки Терек: Терек, Урух, Ардон, Камбилеевка, Сунжа, Баксан, Чегем, Черек. Все реки небольшие, горные, несудоходные. Используются в основном для организации рафтинга.

страиваться только в 20-30 годах XIX века. Казачье поселение, примыкавшее к лечебным источникам, с 1860г. стало называться Железноводском.

К памятникам архитектуры относится возведенная в парке в 1901 г. Пушкинская галерея, которая была куплена на ярмарке в Нижнем Новгороде. Она примечательна тем, что вместе с Лермонтовской в Пятигорске и Эйфелевой башней в Париже представляет собой первые образцы сооружений, собранных из готовых конструкций. Пушкинская галерея — одно из самых замечательных зданий города. Общее впечатление дополняется чрезвычайно удачным расположением галереи. Рядом с Пушкинской галереей среди деревьев расположена другая достопримечательность парка — северный корпус санатория имени Э. Тельмана — бывший дворец эмира Бухарского, который часто бывал на Водах.

Железноводское месторождение характеризуется преимущественным развитием однотипных минеральных вод — углекислых (CO_2 0,8-1,6 г/л) маломинерализованных (М 3,0-4,0 г/л) сульфатно-гидрокарбонатных кальциево-натриевых. Эксплуатационные запасы этих вод составляют около 2000 м³/сут. Воды используются на курорте для питьевого лечения и для наружных бальнеопроцедур.

Месторождение лечебных грязей «Озеро Тамбукан» расположено в 15 км от г. Пятигорска, содержит высокоминерализованные (М 30-70 г/л) сильносульфидные иловые грязи материкового происхождения. Запасы составляют около 900 тыс. м³ и обеспечивают крупнейший в мире узел грязелечебниц.

Помимо минеральных вод и лечебных грязей, курортный регион КМВ отличается и большим разнообразием ландшафтно-климатических особенностей, обусловленных горным рельефом и сложным сочетанием геоморфо-

К 1987 году в 153 санаторно-курортных учреждениях одновременно могли отдохнуть 42,5 тысячи человек. Это только организованные отдыхающие. А всего летом на курорте лечатся и отдыхают одновременно около 300 тысяч человек. В то же время число жителей в Анапе вместе с поселками всего 50 тысяч человек.

Именно Анапа стала детским курортом, здесь были изобретены такие уникальные методы лечения, как виноградо-терапия, музыкотерапия, библиотекотерапия и лечебная педагогика. Это самое солнечное место на Черноморском побережье Кавказа. Количество дней без солнца только 48. Летний период длится около 200 дней. Восьмидесятикилометровые Анапские пляжи сложены ракушечным и кварцевым песком.

Туристов привлекает городской парк, заполненный аттракционами, современный аквапарк и океанариум.

Отдыхающим можно ознакомиться с экспозицией Анапского историко-краеведческого музея (здесь хранится копия большой мраморной статуи Боспорского правителя-наместника Неокла, относящаяся ко II веку).

Со второй половины XIX века археологи ведут в Анапе постоянные раскопки. В 1975 году в районе Анапы было сделано открытие, имеющее большое научное значение. Здесь был обнаружен позднеантичный склеп II века, украшенный фресками, изображающими двенадцать подвигов Геракла. Эта уникальная подземная галерея ныне находится в Музее изобразительных искусств имени Пушкина в Москве.

В последние годы были выявлены новые крупные месторождения лечебных илов, открыты сульфидные и сероводородные воды в поселке Джемете, обнаружены йодобромные рассолы в Цибанобалке, разведаны питьевые и лечебно-столовые воды.

Железнодорожная станция Анапа находится довольно далеко от самого города. К тому же станция представляет собой тупик. Поэтому регулярное железнодорожное сообщение организуется только в курортный сезон. В Анапе построен аэропорт, поэтому город связан воздушным сообщением со всеми крупными городами России. А после закрытия аэропорта в Новороссийске Анапа стала воздушными воротами Северного Причерноморья.

Поселок Витязево (20 км от Анапы), станция Благовещенская (самая дальняя от Анапы — 27 км), Джемете — типичные курортные городки, находящиеся на берегу моря, поселок Сукко располагается в долине, климат которой во многом отличается от Анапского (для туристов организуются прогулки на лошадях вокруг озера Сукко).

Большой Утриш — здесь расположен Утришский заказник с уникальными лесами (арчевниками), которые остались с третичного периода и с самой чистой водой на всем черноморском побережье. В поселке есть дельфинарий и аквариум.

Абрау-Дюрсо — так называются поселок и озеро, лежащее по пути из Анапы в Новороссийск.

В 1872 году агроном-энтузиаст Ф. И. Гейдук привез сюда из Германии 20 тысяч лоз винограда сорта рислинг. И с этого момента в районе Абрау-Дюрсо начинает развиваться виноделие. Вскоре местные умельцы стали изготавливать марочные вина «рислинг» и «каберне абрау». В начале XX века на винзаводе «Абрау-Дюрсо» впервые в России было организовано производство шампанского, до 1937 года завод был единственным поставщиком этой продукции. Поселок Абрау-Дюрсо располагает хорошо оборудованной гостиницей, а в трех километрах от озера, на берегу моря установлен автокемпинг. Туристы и экскурсанты, посещающие Абрау-Дюрсо, могут осмотреть заводской музей и принять участие в дегустации вин.

туки-17 (М 10,0-12,0 г/л) используются для питьевого лечения; радоновые воды, разнообразные по содержанию радона и химическому составу: высокорадоновые сульфатно-гидрокарбонатные натриево-кальциевые воды, среднерадоновые сложного ионного состава и слаборадоновые сложного ионного состава. Суммарные запасы минеральных вод Пятигорского месторождения составляют 3000 м³/сут, в том числе радоновых вод 706 м³/сут.

Железноводск находится в 19 км к северу от г. Пятигорска, в 21 км от станции Минеральные Воды и в 6 км от ст. Бештау. Курорт расположен между горами Бештау и Железная на высоте 570-650 м над уровнем моря. Город находится у подножия горы Железная и на ее южном и юго-восточном склонах, в узкой долине двух небольших речек — Джеймук и Кучук.

Территория курорта и окружающие его склоны гор Бештау и Железной от подошв до вершин покрыты густыми лесами Железноводского лесопарка.

Железноводский лесопарк — единственный на Кавказских Минеральных Водах парк естественного происхождения. Это часть лесных богатств Бештаугорского лесничества. Основные древесные породы парка: ясень, дуб, граб, каштан, липа, тополь, бук, бересклет, кизил. Климат здесь горно-лесной. Умеренно жаркое лето с прохладными ночами, большое число солнечных дней при слабых освежающих ветрах, чистота и прозрачность высоко ионизированного воздуха — все это позволяет считать Железноводск не только бальнеологическим и питьевым курортом, но и прекрасной горно-лесной зоной.

История Железноводска начинается в XIX веке. Известный русский врач Ф. П. Гааз в 1810 г. обнаружил на склоне горы Железной два минеральных источника. Курорт, получивший название «Железных Вод», стал за-

аттракционы, планетарий, стадион, детская спортивная школа, кафе; на территории парка расположено озеро. В непосредственной близости к городской курортной зоне, у подножия горы Горячей, находится исторически сложившийся небольшой парк «Цветник». Парк разбит в 1829 г. Украшением парка являются Лермонтовская галерея, грот Дианы, Ермоловские и Лермонтовские ванны. Отсюда можно пройти к скульптуре Орла на горе Горячей, Академической галерее, гроту Лермонтова. Парк «Цветник» находится в непосредственной близости к основным лечебным учреждениям, санаториям, гостинице, театру, магазинам. Его посещают тысячи отдыхающих и местных жителей. Рекреационное значение имеют произрастающие в окрестностях Пятигорска леса Армянский и Дубровка.

Пятигорск — город исторический. Большинство памятных мест связано с именами выдающихся людей России, таких как А.С.Пушкин, Лев Толстой, П.И.Чайковский, М.Ю.Лермонтов.

Природным музеем минеральных вод иногда называют Пятигорск за редкое разнообразие минеральных источников, сосредоточенных на небольшой площади вокруг горы Машук.

Пятигорское месторождение характеризуется особо большим разнообразием минеральных вод; здесь развиты углекислые воды сложного ионного состава малой и средней минерализации (М 4,0-8,5 г/л), кремнистые, холодные и теплые — Пятигорские нарзаны — используются в основном для лечебного питья; углекисло-сероводородные сложного ионного состава (М 4,5-5,5 г/л) кремнистые — используются как для наружных процедур, так и для питьевого лечения; углекислые среднеминерализованные (М 7,5-12,0 г/л) воды хлоридно-гидрокарбонатного натриевого состава типа Эссентуки-4 (М 7,5-10 г/л) и Эссен-

Новороссийск стоит на берегу одной из самых удобных глубоководных бухт Черного моря — Цемесской. Самая крупная зона отдыха — урочище Широкая балка, которое находится на склоне Северо-Кавказских гор, на полуострове Абрау. Пляжная зона тянется узкой полосой, дно моря — каменистое. В теплых водах водятся крабы, разнообразная черноморская рыба, что особенно привлекает любителей подводного плавания и охоты. В основном пляжи галечные. Большинство здравниц имеет собственную пляжную зону.

Климат имеет сходные черты с субтропиками Средиземноморья. Продолжительность зимы порядка 30 дней, теплого периода 200-225 дней. Наиболее благоприятный период для отдыха, оздоровления и купания (с температурой воды выше 17) длится с 15 мая по октябрь.

В Новороссийске представлено многообразие археологических и исторических памятников (300 памятников, преимущественно связанных с ВОВ), а также памятники природы. Объектами посещения являются Новороссийский исторический музей – заповедник, аквапарк и планетарий.

Кабардинка — самый северный пригород Геленджика — поселок, расположенный на противоположной от Новороссийска стороне Цемесской бухты и заканчивается на юге мысом Дооб. На мысе находятся три вершины «Вера. Надежда. Любовь.», куда совершаются экскурсионные маршруты. В Кабардинке располагаются в основном детские здравницы для лечения органов дыхания.

Геленджикский район

Природно-климатический курорт Геленджик протянулся вдоль побережья Черного моря с северо-запада на юго-восток от мыса Пенной в Цемесской бухте до бухты Инал на 77 км.

Курорт включает расположенные в прибрежной зоне курортные поселки: Дивноморск, Кабардинку и Архипо-Осиповку, Джанхот, Прасковеевку, Криницу и Бетту. Численность населения с поселками и сельскими поселениями - 88 тыс. чел.

Как курорт Геленджик начинает развиваться после открытия Новороссийско-Батумского шоссе. Вдоль берега появились сады, виноградники, дачи, В 1908 году на Тонком мысу был основан курорт Солнцедар, а спустя четыре года здесь открывается санаторий для детей имени Пирогова.

В настоящее время Геленджик — крупный курорт. Город буквально переполнен санаториями и домами отдыха, которые находятся вдоль берегов бухты. Свежий воздух, напоен ароматом пицундских сосен, которые образуют в черте города настоящие рощи, не испорчен ни дымом фабрик (их здесь просто нет), ни автомобильным смогом. Все транзитное движение вынесено за черту города.

В 2001 году Геленджик завоевал звание самого благоустроенного города Краснодарского края и занял второе место в российском конкурсе.

Символ Геленджика — ежегодный костюмированный карнавал, открывающий курортный сезон (почти 25 лет), грандиозное празднество с театрализованным представлением. Ежегодно здесь проводится и российский фестиваль искусств «Южные ночи», на который приезжает множество знаменитостей. В августе проходит еще одно массовое мероприятие – августовский гидроавиасалон, собирающий деловую элиту страны (здесь представляются новинки современной авиации).

Вдоль всей набережной проложен Лермонтовский бульвар. Это красивейшее место города. На нем рядом с морем находится Лермонтовский мостик. Местные жители уверены, что это было любимое место отдыха М.Ю. Лермонтова.

езжать из России первые больные; появились описания характера и свойств источников, эффективности их действия на организм больного. У мест выхода ключей возникли поселения.

Ессентукское месторождение содержит углекислые (СО₂ 1,0-3,0 г/л) хлоридно-гидрокарбонатные натриевые воды типа «Ессентуки-4» с минерализацией 7-10 г/л и типа «Ессентуки-17» с минерализацией 10-15 г/л; сероводородно-углекислые хлоридно-гидрокарбонатные натриевые воды средней минерализации и другие. Суммарные запасы месторождения более 800 м³/сут.

Пятигорск — бальнеологический и грязевой курорт. Связан железнодорожными, автомобильными, воздушными путями со всеми крупными городами страны. Расположен на левом берегу реки Подкумок, на склонах горы Машук и горы Горячей на высоте 510 - 630 м над уровнем моря. В рельефе местности выделяется нижняя, западная часть города, где размещаются главным образом жилые массивы, учреждения культурного и бытового обслуживания, промышленные мероприятия; и верхняя, восточная часть города, где разместились в основном курортные учреждения.

История Пятигорска, как города-курорта начинается с 1803 г., когда его горячие минеральные воды были признаны специальным правительственным указом лечебными, и на их основе было решено создать курорт. Начальным русским поселением возле источников была Константиногорская крепость, основанная в 1780 г.; затем в непосредственной близости возникло Горячеводское поселение, которое и послужило основанием будущего города Пятигорска.

В центре Пятигорска находится небольшой Парк культуры и отдыха им. С. М. Кирова, в котором функционируют Зеленый театр, кинолекторий, танцевальная площадка,

ник курортный центр. Вместе с тем началось постепенное заселение района и за стенами крепости. Первыми русскими жителями были солдаты и казаки.

Кисловодское месторождение минеральных вод представлено углекислыми (CO₂ 1,0-3,0 г/л) маломинерализованными (M 1,5-5,0 г/л) водами сульфатно-гидрокарбонатного магниево-кальциевого состава, известными как Кисловодские Нарзаны, или просто Нарзаны. Они используются в виде ванн и для питьевого лечения, запасы превышают 2000 м³/сут.

Курорт Ессентуки — Северо-Кавказский курорт федерального значения, по праву считается крупнейшим и наиболее популярным питьевым и бальнеологическим курортом нашей страны, где лечат заболевания желудочно-кишечного тракта, печени и обмена веществ. Главные лечебные средства курорта — более 20 минеральных источников. Город находится в 43 км от станции железнодорожный вокзал Минеральные Воды и в 17 км от города Пятигорска. Расположен на высоте 640 м над уровнем моря в степной местности, в долине реки Подкумок.

Курортная зона занимает северную часть города, которая хорошо озеленена и благоустроена. С севера и юга к курорту примыкают два обширных курортных парка — Главный и Победы. Ухоженные цветники, тенистые аллеи, декоративные беседки, фонтаны и другие формы малой архитектуры располагают к отдыху. Здесь же проложены маршруты дозированной ходьбы. Площадь курортной зоны составляет 6,7% от общей площади города. Основной достопримечательностью курорта является дача-музей известного хирурга Разумовского.

Выросли Ессентуки из поселка, основанного екатеринскими солдатами в 1798 году. В 1803 г. Кавказские Минеральные Воды официально признаются лечебной местностью государственного значения. Сюда стали при-

В черту города попадает теперь бывший курорт «Солнцедар». Этот район расположен на Тонком мысу. Он окружен с трех сторон морем и поэтому прекрасно обдувается морскими бризами.

На восточной окраине Геленджика и в урочище Широкая Щель обнаружена минеральная лечебно-столовая вода, получившая название «Геленджикская». Воду газифицируют и разливают в бутылки. Геленджикская вода приятна на вкус, лечит заболевания почек, желудка и нормализует обмен веществ.

В Геленджике постоянно работает Утришский дельфинарий и парк аттракционов «Адмирал Врунгель».

На территории курорта 365 памятников природы, истории и культуры.

В северной части Тонкого мыса, у подножия хребта Туапхат, что по-русски означает «два сундука», находится небольшая бухта. У нее два названия Рыбацкая или Голубая.

Это одно из красивейших мест Краснодарского края. В долине, прорезанной горной речкой Ашампе, находится Геленджикский филиал Института океанологии Академии наук.

Недалеко от поселка Горный находится святой источник Преподобного Феодосия Кавказского. Возле источника построена действующая часовня.

Дивноморское — курортный поселок (10 км от Геленджика).

Джанхот — курортный поселок (15 км от Геленджика). Именно здесь находится знаменитый реликтовый бор пицундской сосны в 1000 га (это единственный сохранившийся бор в мире такой площадью). В 1964 году открыт архитектурно-мемориальный и природный комплекс «Усадьба семьи Короленко».

Прасковеевка — находится через 3 км от Джанхота, свое название поселок получил от первых поселенцев, которые прибыли сюда в Прасковин день. Здесь находится памятник природы — скала Парус.

Криница — находится в широкой долине вдоль реки Пшада. Около 5 тысяч лет назад здесь жили племена дольменной культуры, которые оставили после себя величественные сооружения — дольмены (древние сооружения из каменных плит), являющиеся в настоящее время местом паломничества. На реке Пшада находится каскад водопадов — Пшадские водопады, которые входят во многие маршруты активного отдыха. На левом берегу реки Пшада сохранились остатки средневекового поселения (три подкурганых погребения). В 1886 году на территории Криницы было образована интеллигентская община «Криница» (основатель В.В. Еропкин).

Бетта — курорт расположен в 40 км от Геленджика на берегу одноименной реки. На западной окраине поселка находится панорамная точка «Мыс Чуговкопас», с которой можно увидеть заснеженные вершины Кавказа.

Архипо-Осиповка — самый дальний от Геленджика курортный поселок (в 50 км), расположенный прямо на берегу моря. Название поселка связано с именем Архипа Осипова, одним из последних защитников некогда существовавшей Вуланской крепости. Сейчас здесь установлен чугунный крест художественного литья в память об этом воине. Санатории Архипо-Осиповки специализируются на лечении сердечно-сосудистых заболеваний.

Туапсинский район тянется вдоль побережья Чёрного моря на 60 км. Он включает несколько курортных посёлков — Джубга, Лермонтово, Новомихайловский, Ольгинка, Небуг, Агой, Атрия, Шепси и др.

В Кисловодске проживают 99,4 тыс. человек. Город связан с другими городами Кавказских Минеральных Вод электрифицированной железной и шоссейной дорогами.

Курортная зона занимает районы Ребровой и Васюковой балок, улицы Ярошенко, Бакунина, Шаумяна; ее общая составляет 5 % от общей площади города.

Кисловодск расположен в живописной долине, окруженной склонами Главного Кавказского хребта. Долина образована ущельями 2 сливающихся речек — Ольховки и Березовки, которые впадают в реку Подкумок.

На склонах гор, окружающих Кисловодск, раскинулись субальпийские луга, в окрестностях — горно-степная растительность. Город утопает в зелени скверов, цветников. Украшением и гордостью Кисловодска является курортный парк, расположенный по обе стороны реки Ольховки на 1100 га. В нем свыше 250 видов деревьев и кустарников, в том числе кедр, пихта, береза, сосна, ель, черный орех, китайская павлония, пробковое дерево и др. В нем расположены питомники декоративных растений, апельсины. Многочисленны плодовые сады в Кисловодске и его окрестностях.

Одно из красивейших мест Кисловодска — проспект 50-летия Октября. На всем его протяжении цветы, клумбы, аллея тенистых лип, шаро-фигурных акаций. Здесь разместился бальнеологический центр города. Почти все здания на проспекте — архитектурные и исторические памятники. Проспект замыкается Северным фасадом Нарзанной галереи — главной достопримечательности курорта.

История города Кисловодска связана с его главным источником углекислой минеральной воды — Нарзаном. Официальную историю город ведет с 1798 г., когда здесь был открыт первый лечебный сезон. В 1803 г. неподалеку от Кислового колодца была построена крепость, где и воз-

гидрокарбонатные, натриевые и щелочные воды. В Горячем Ключе ежегодно отдыхает свыше 10 000 человек. Здесь имеются 5 санаториев для взрослых и детей, 1 санаторий-профилакторий, 2 дома отдыха, курортная поликлиника, питьевая галерея. Организовано амбулаторное лечение больных.

Особенность Горячего Ключа в том, что это единственное место на юге России, где сочетаются лечебные факторы эссентукских питьевых минеральных вод и сероводородных ванн Сочи и Мацесты.

В предгорной части курорта много заповедных уголков — это часовня Иверской Божьей Матери, Дантово ущелье, гора Абадзехская, скала Петушок, река Псекупс, пещера Звонкая, питьевой бювет, Фанагорийская сталактитовая пещера, водопады на реке Каверзе, Богатырские пещеры и многие другие.

Курортный регион Кавказские минеральные воды (КМВ) расположен в Ставропольском крае, включает в себя крупные и известные в стране курорты Кисловодск, Пятигорск, Железноводск и Ессентуки. Уникальность курортного региона обусловлена исключительным разнообразием типов и разновидностей минеральных вод, месторождения которых компактно сосредоточены на относительно небольшом участке территории. По разнообразию минеральных вод региону нет равных не только в России, но и во всем мире. К тому же регион располагает одним из лучших в России месторождением лечебных грязей — озером Тамбукан и своеобразным целебным климатом.

Кисловодск — бальнеологический и климатический курорт, самый южный в группе городов-курортов Кавказских Минеральных Вод. Находится в 38 км к юго-западу от Пятигорска, в 21 км от Ессентуков и в 64 км от станции Минеральные Воды Северо-Кавказской железной дороги.

Курорт краевого значения в соответствии с Законом Краснодарского края от 7 августа 1996 г. «О природных лечебных ресурсах, лечебно-оздоровительных местностях и курортах Краснодарского края».

Вдоль побережья раскинулись широкие долины, занятые садами, виноградниками и плантациями цитрусовых. Морские пляжи — мелкогалечные, а иногда и песчаные, как в Новомихайловском.

Лечебными факторами Туапсинского района являются средиземноморский климат и морская вода, именно по этому район предназначен для лечения заболеваний нервной системы. На курортах района функционируют 260 здравниц. Все здравницы Туапсинского побережья расположены вдоль береговой линии и имеют пляжи, что позволяет создавать сеть водных развлекательных сооружений и развивать водные виды спорта. Именно в Туапсинском районе расположился самый крупный в России аквапарк «Дельфин».

Туапсинский район — одно из немногих мест в России, где имеются памятники древности — дольмены, и здесь их более ста, а также самый загадочный в России мегалитический комплекс — курган Псынако, посвященный языческому богу Солнца, кавказский аналог знаменитого английского Стоунхенджа.

«Туапсе» в переводе с адыгейского означает «две воды»: город расположен в долине двух рек — Туапсе и Паук. Туапсе — промышленно-портовый город, именно поэтому многочисленные базы отдыха расположены не в городе, а в курортных поселках.

Джубга — курортный поселок, расположен в 80 км от Туапсе. В 6 км от поселка находится бухта Инал, где почти на полкилометра по обеим сторонам дороги протянулась полоса баз отдыха.

Лермонтово — курортный поселок, названный в честь великого русского поэта М.Ю. Лермонтова. Здесь находится Голубая бухта (прямо в воду выходит пласт голубой глины, ключи размывают его, образуя озерцо, вокруг которого собираются любители грязевых ванн). В поселке действует аквапарк «Черномор».

Новомихайловский — курортный поселок, на окраине которого находится крупнейший в России детский центр «Орленок», состоящий из 7 лагерей (действуют школа, дом авиации и космонавтики, астрономическая обсерватория, Дворец культуры и спорта).

Ольгинка — небольшой курортный поселок с аллеями среди экзотической растительности, названный в честь княгини Ольги.

Небуг — расположен в 15 км от Туапсе. Здесь находится первый на черноморском побережье и крупнейший в России аквапарк «Дельфин».

Агой — курортный поселок, недалеко от которого находится скала Киселева (названа в честь художника, который изобразил ее на картине), состоит из ритмично перебивающихся мергелей и песчаника.

Гизель-Дере, Дедеркой, Шепси — курортные поселки, расположенные в окрестностях Туапсе, в сторону Сочи. Для всех характерны широкие песчаные или галечные пляжи с полным комплексом объектов инфраструктуры. Отсюда начинается полоса южно-русских субтропиков, поэтому из растительности можно встретить пальму, бамбук, магнолию и т.д.

Сочинский курортный район.

Современный Сочи протянулся вдоль восточного побережья Чёрного моря от поселка Магри до реки Псоу на 145 км и на 40-50 км от берега моря до Главного Кавказского хребта.

да среди городов с численностью населения до 100 тысяч Ейск занял первое место по благоустройству и чистоте. Курорт краевого значения в соответствии с Законом Краснодарского края.

На курорте действуют несколько источников сероводородных, азотно-метановых, хлоридно-натриевых и йодобромных вод, используемых для ванн. На всех курортах края используется лечебная иловая грязь соленого Ханского озера. Курорт показан лицам с заболеваниями сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, нервной системы, кожными и гинекологическими заболеваниями.

Период морских купаний продолжается здесь с мая по сентябрь. Прибрежная мелководная часть моря летом прогревается до 260°С. На мелководном Детском пляже — аттракционы и водные горки, на Центральном — прокат и множество кафе. Здесь же можно совершить воздушные путешествия на самолете-амфибии и дельтаплане, прогулку по морю на небольшом теплоходе.

Жемчужина Ейского района — коса Долгая. Здесь есть все, что нужно для отдыха: теплое море, 22 км песчаных пляжей, обилие овощей, фруктов, рыбы, богатая растительность. Здесь есть прекрасные места для увлеченных рыбалкой, серфингом. Приверженцы туризма, отдыха «дикарями» смогут разбить лагерь прямо на побережье, в лесу или остановиться в кемпинге.

Курорт Горячий Ключ расположен на высоте 72 метра над уровнем моря, в 65 километрах от Краснодара, в долине на берегу реки Псекупс, в лесном массиве. Курорт краевого значения в соответствии с Законом Краснодарского края.

Имеется более 10 минеральных источников, воды которых используются для ванн и питьевого лечения. Это термальные (от +42 до +60°С), сероводородные, хлоридно-

еме на каждые сто метров температура воздуха понижается на 0,60°С. Снег ложится уже в октябре – ноябре, и хотя сильных холодов не бывает, высоко в горах морозы иногда достигают – 300°С.

Берега Краснодарского края омывают два моря — Черное и Азовское, соединенные нешироким Керченским проливом. Азовское море сильно опреснено впадающими реками, особенно Кубанью и Доном — оно является одним из самых пресных морей планеты и легко замерзает. Летом из-за небольших размеров и глубин море быстро прогревается.

Одной из самых многоводных рек Северного Кавказа является Кубань, которая берет начало у ледников Эльбруса. Типичная горная река, зажата ущельями в верховьях, в своем нижнем течении Кубань расширяется, разливаясь местами до 20 км в ширину. В низовьях Кубань образует обширную дельту, пересеченную многочисленными ериками, протоками и рукавами. Бассейн Кубани несимметричный. Почти все притоки — левобережные, сбегаящие с гор Теберда, Малый Зеленчук, Уруп, Лаба, Псекупс и др.

Приморо-Ахтарск — город на берегу Азовского моря, окруженный множеством лиманов, получил название — город рыбаков. В центре города — городской пляж, дно которого понижается очень медленно. В окрестностях расположен хутор Садки, где находится крупная плантация индийского лотоса, добраться до которой можно только на лодке.

Город Ейск расположен на севере Краснодарского края и омывается с трех сторон водами Азовского моря, что создает особый, уникальный микроклимат. Наличие целебных грязей и минеральных источников делает его одним из лучших бальнеологических и грязевых курортов на Азовском море. По итогам краевого конкурса 2000 го-

В соответствии с Постановлением Президиума Верховного Совета РФ и Совета Министров — Правительства РФ от 12 апреля 1993 г. №4766-1/337 имеет статус курорта федерального значения.

Включает в себя курортные местности: Adler, Ache, Vardane, Golovinka, Dagomys, Krasnaya Polyana, Lazarevskoe, Loo, Magri, Makopse, Macesta, Sochi, Chvitepse, Chemitokvadge, Xosta.

В состав курорта входят Адлерский, Хостинский, Центральный и Лазаревский районы.

Более 90% территории Сочи составляют горы и предгорья Западного Кавказа. Климат в Сочи единственный в своём роде — это самые северные в мире субтропики, соседствующие с вечными льдами.

Курорт Сочи полностью входит в состав Государственного природного национального парка, а часть его — в состав Кавказского биосферного заповедника.

Сочи предлагает удивительное разнообразие минеральных вод. Самые знаменитые — чвижепсинский нарзан из Красной Поляны и щелочная минеральная вода «лазаревская». Одним из основных лечебных факторов Сочи являются мацестинские сероводородные минеральные источники. В большинстве сочинских санаториев в дополнение к Мацесте предлагают лечение адлерскими иловыми грязями.

Активно восстанавливают здоровье отдыхающих целебный горный воздух, морская вода, южное солнце. Некоторые сочинские санатории принимают больных, пострадавших от радиоактивного облучения.

Лазаревский район граничит с Туапсинским районом.

Лазаревское — курортный поселок, был основан в 1869 году понтийскими греками. Название поселок получил от имени адмирала М.П. Лазарева. Объектами посещения являются: Лазаревский этнографический музей

(здесь можно познакомиться с национальной культурой шапсугов — коренных жителей Черноморского побережья), парк культуры и отдыха Лазаревского района (расположен в центре поселка). В окрестностях поселка находятся водопады «Чудо-красотка» и Самшитовое ущелье, гора Жемси (около поселка Солоники), Тигровая пещера, Свирское ущелье (в районе аула Тхагапш), пещера «Спасения» и водопад «Царица», усадьба Адыга-Шапсуга (означает Божьи воды)

Магри, Макопсе, Совет-Кваже, Аше, Уч-Дере — сеть небольших курортных селений, расположенных вдоль побережья в окружении садов и виноградников.

Головинка — курортный поселок. Основная местная достопримечательность — тюльпанное дерево, посаженное генералом Раевским в 1840 году — оно является живым памятником декабристам, служившим здесь в годы кавказской войны.

Лоо — курортный поселок с довольно развитой инфраструктурой (18 км от Сочи). В городе очень много кафе, небольших ресторанов, предлагается прокат катамаранов, гидроциклов и всевозможных водных развлечений.

Дагомыс — курортный поселок — родина русского чая (Солохаул — место, где был выведен чай) и бывшее имение Николая II. Наиболее активно поселок стал заселяться в 90х годах XIX века армянскими переселенцами из Турции. Вокруг поселка расположены сады, чайные плантации и виноградники. Для туристов наиболее привлекательно чаепитие в чайных домиках (традиции чаепития).

Жемчужиной Черноморского побережья Кавказа называют всемирно известный город-курорт **Сочи**. Этот курорт-гигант простирается по побережью более чем на 140 километров.

На базе мацестинских источников в Сочи в 1936 году был создан Научно-исследовательский институт курортологии и физиотерапии.

«Краснополянское» крупнейшего в Европе; музей природы Кавказа — находится рядом с царским охотничьим домиком, беседкой любви и смотровой площадкой; краеведческий музей «Красная поляна»; дача Наумова; научно-исследовательский комплекс «Пирамида».

Северо-Кавказский туристский район — Предкавказье в пределах Ставропольского и Краснодарского краев, республика Северная Осетия, Кабардино-Балкария, Карачаево-Черкессия, Чеченская республика.

Природно-рекреационные условия очень сложные и разнообразные, поэтому внутри региона можно выделить несколько рекреационных зон, различающихся климатом, рельефом, обилием внутренних вод и т.д.

Регион находится на стыке двух ландшафтных зон — степей Прикубанской низменности и лесов Кавказского хребта. На севере края раскинулась Кубано-Приазовская равнина, на юге предгорья переходят в горы Кавказа.

Северокавказский регион находится посередине между северным полюсом и экватором (Краснодар расположен на 45й параллели), благодаря чему солнечная активность в регионе намного выше, чем в остальной России. Климат большей части края умеренно-континентальный. Особенность региона в том, что в одно и то же время в разных районах погода может быть совершенно разной, даже в рамках одного ландшафта.

Для севера и северо-востока района характерна устойчиво-холодная малоснежная зима и знойное (до +35°C) лето, при довольно короткой осени. В восточных районах зима неустойчива, с резкими переходами от отрицательных температур к положительным. Рано приходит холодная весна. Лето в первой половине изобилует проливными дождями, ветрами и грозами, а во второй — наступает засуха, определяющая и характер осени — долгой, сухой и теплой. Погода в горах определяется высотами. При подь-

- Форелевое хозяйство — расположено в селе Казачий брод — крупнейшее в России племенное хозяйство, где собран генофонд ценных пород форели;

- каньон «Пасть Черного дракона» — пещера, водопад и озеро.

Красная поляна — горный курорт, расположенный у подножия горы Аибги, на высоте 600 метров. На 39-м км дороги Адлер – Красная Поляна на высоте 300 метров над уровнем моря находится местность Чвижепсе. Здесь открыт источник углекисло-мышьяковистой воды — Сочинский нарзан, превосходящий по своим качествам известный Кисловодский нарзан.

Для района курорта характерна уникальная комбинация гор, ледников, рек и озер, спускающихся к Черному морю, сравнительно мягкий горно-морской климат, что создает исключительно благоприятные условия для отдыха.

Туристическое агентство горнолыжного комплекса предлагает самые разнообразные программы как летнего, так и зимнего отдыха: пикники на берегу озера, реки, в пещере, на вершине горы, в снежной хижине, под струями водопада; сплавы по горным рекам (рафтинг), пешие походы по интересным местам (трекинг) — Хмелевские озера, плато массива Ачишхо, гребень массива Аибга, скалы ущелья Дзыхра, ущелье Пасть Дракона и др.; джипинг (поездки по горному бездорожью); рыбалка на горных реках; прогулки на лошадях к нарзанным источникам; каньонинг — прохождение русла реки со специальным снаряжением с преодолением узких теснин, водопадов, пещер; скалолазание; «Маунтин байк» — катание на горном велосипеде; полеты на парапланах и т.д.

Объекты посещения: дом-музей писателя Таммсааре (пос. Эсто-садок); пасека «Горный сад» — одна из пасек государственного опытно-племенного хозяйства

Предгорья Кавказских гор, которые спускаются к самому Черному морю, покрыты пышной субтропической растительностью. Здесь насчитывается свыше 300 видов растений. Это благородный лавр, эвкалипт, олеандры, магнолии, бамбук, пальмы, всевозможные деревья хвойных и лиственных пород.

Курорт возник и вырос в районе сероводородных мацестинских минеральных источников. Знаменитая «Мацеста» — это тоже Сочи. «Мацеста» в переводе с убыхского означает «огненная вода». Воды источников считались священными, в древние времена к ним приплывали из-за моря римляне, греки, византийцы. В состав мацестинской воды входит более двадцати различных химических элементов и соединений, но главный лечебный фактор — сероводород.

Сочи — это еще и деловой, политический, культурный центр, где есть все условия для проведения семинаров, конференций, выставок и встреч на самом высоком уровне. Организацией Объединенных Наций городу Сочи присвоено высокое звание «Посланец мира». В 2014 в Сочи пройдет традиционная зимняя олимпиада.

Ежегодно в Сочи проводятся зрелищные мероприятия, привлекающие многих туристов. Среди них: ярмарка «Курорты и туризм», выставка «Пиво», фестиваль «Кинотавр», фестиваль мод «Бархатные сезоны в Сочи» и другие.

В Сочи туристы могут посетить литературно-мемориальный музей им. Н. Островского, Сочинский художественный музей, музей Истории Сочи, музей-мастерскую семьи художников Бедрок, дом-музей певицы Барсовой, Зимний и «Зеленый» театр, Парк Ривьера (отсюда в 1898 году начинался курорт), дегустационный зал «Аркадия».

Вокруг Сочи находится Сочинский национальный парк, интересны также Сочинский обезьяний питомник, Музей флоры и фауны Кавказа и музей природы Кавказского биосферного заповедника.

На юге расположен Кавказский государственный биосферный заповедник — резерват уникальной природы Западного Кавказа, где проводятся исследования по программе ЮНЕСКО — это один из самых больших и старых сухопутных заповедников России. Кроме основной территории заповедник имеет два обособленных участка — Хостинская Тиссо-Самшитовая роща и Сочинский зоолесопарк на горе Ахун.

Хоста — является продолжением Большого Сочи. Здесь находится один из самых комфортабельных и дорогих отелей Сочи — «Рэдиссон – СасЛазурная». Главные достопримечательности:

- Сочинский дендрарий — своеобразный ботанический музей, в котором собраны представители флоры многих стран мира (Мексики, Китая, Японии и т.д.). В 1973 году в Дендрарии заложена пальмовая аллея Дружественных городов, где сажают деревья мэры городов, посещающие Сочи. Также в Дендрарии находится морской аквариум;

- Музей истории Хостинского района (действуют две постоянные экспозиции: история Хосты и история развития курортной отрасли в Сочи);

- Зимний театр (здесь проходит зимний фестиваль команд КВН и международный фестиваль «Кинотавр»);

- сад-музей «Дерево Дружбы» (в саду растет несколько сотен разнообразных цитрусовых деревьев);

- гора Ахун — одна из достопримечательностей сочинского побережья, представляет собой пятикилометровый хребет с 30-метровой смотровой башней, где возникли мацестинские источники. На смотровой площадке расположен ряд кафе и ресторан, где туристы могут ознакомиться с грузинской кухней;

- дача И.В. Сталина в доме отдыха «Зеленая роща»;

- Тиссо-Самшитовая роща — музей природы, где на площади 1104 га сохранилась флора третичного периода (2000 летний тис, 400 летний бук-великан). В глубине рощи находятся развалины древней крепости XI – XII веков. Здесь же располагается музей флоры и фауны Западного Кавказа;

- каскад водопадов на реке Змейка;

- Воронцовские пещеры — один из крупнейших в мире подземных лабиринтов.

Адлерский курортный район находится между реками Псоу и Кудепста. В район входят город Адлер, поселки Молдовка, Казачий брод, Галицыно, Кепша, Веселое, Красная поляна и др. Местность богата минеральными водами и лечебными грязями, которые широко используются во многих санаториях курорта.

Адлер — административный центр района, расположен в устье реки Мзымта. Воздушные ворота курорта Сочи (аэропорт «Адлер»). Современный Адлер — это замечательный курортный городок с высотными гостиницами и санаториями, прекрасными парками и скверами, благоустроенным пляжем и множеством мест для отдыха.

Основные достопримечательности Адлерского района:

- музей истории Адлерского района;

- Адлерский маяк (один из старейших черноморских маяков — 1898 г.) расположен около санатория «Южное взморье»;

- Парк культуры и отдыха Адлерского района;

- Ахштырская пещера — древнейшая стоянка первобытного человека;

- высокогорное озеро Кардывач (находится на территории заповедника);

- парк «Южные культуры»;

- Глубокий Яр — пещера и озеро;