

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ ФГБОУ ВО «ТУВИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ЕСТЕСТВЕННО ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ГЕОГРАФИИ И ТУРИЗМА

Выпускная квалификационная (бакалаврская) работа
Аржаан «Уургайлыг» - рекреационный ресурс Республики Тыва

Работа допущена к защите
зав. кафедрой географии и туризма
_____ И.Д. Кара – Сал
«__» _____ 2020 г.

Студентки 4 курса 5 группы,
направления подготовки 43.03.03.
«Туризм»
очной формы обучения
Монгуш Намгьялма Омаковна

Работа защищена в ГАК
«__» _____ 2020 г.
с оценкой _____

Научный руководитель:
Кужугет С. К. к.г.н., доцент
кафедры географии и
туризма _____

Председатель ГЭК:
Кыргыз Марианна Кызыл-ооловна, президент
Тувинской республиканской общественной
организации «Клуб вершины Тувы»

Члены ГЭК: _____

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
I. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ	5
1.1. Понятие и сущность рекреации.....	5
1.2. Классификация рекреационных ресурсов.....	9
II. ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ И ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РЕКРЕАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ В РЕСПУБЛИКЕ ТЫВА.....	13
2.1. Природные лечебные источники республики	13
2.2. Аржааны как сакральные местности.....	16
2.3. Методы оценки рекреационных ресурсов.....	19
III. АРЖААН «УУРГАЙЛЫГ (АРГОЛИК)» В РЕКРЕАЦИОННОМ ПРИРОДОПОЛЬЗОВАНИИ РЕСПУБЛИКИ ТЫВА.....	20
3.1 Географическое положение и история исследования аржаана	20
3.2. Характеристика природных ресурсов территории аржаана «Уургайлыг» как условие удовлетворения рекреационных потребностей населения	22
3.2.1. Природные ландшафты	29
3.2.2. Биоклимат и гидроминерольные ресурсы	29
3.3. Использование аржаана в рекреации и туризма	38
Заключение	47
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	49

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность работы. Одной из главных задач государства является сохранение и укрепление здоровья населения. Важную роль в этом играет рекреационная деятельность, включающая различные виды отдыха. Рекреация как многофункциональная сфера способствует развитию физических, психологических и других качеств человека независимо от возраста. Конечно же, необходимым условием для развития рекреационной деятельности является наличие рекреационных ресурсов в регионе и их особенностей.

В Республике Тыва находятся уникальные природно-территориальные комплексы, где совокупность физических и биологических факторов оказывает благотворное влияние на восстановление физических и духовных сил человека, а также его здоровья. К таким относятся лечебные источники – аржааны – практически все известные на территории России типы лечебных вод, которые представляют исключительную ценность для республики. Ежегодно на наших аржаанах стихийно лечатся до нескольких десятков тысяч человек. Феномен «аржаанного лечения», являющийся составной частью культуры и традиций тувинского народа с древнейших времен, представляет собой уникальное явление, сохранившееся в масштабном плане на российском и стран СНГ пространстве практически только в Туве.

Кроме того, они являются прекрасными объектами для туризма, поскольку все источники находятся в живописных местах, созданных природой, как будто, специально для отдыха. Аржаан «Уургайлыг» не является исключением. В связи с этим возникает необходимость изучения рекреационного потенциала территории в целях сохранения их полезных свойств и для рационального использования ее рекреационных ресурсов, чем и обусловлена *актуальность* представленной темы.

Цель работы – составить анализ рекреационных ресурсов природного комплекса территории аржаана «Уургайлыг» (Арголик).

Задачи:

1. Изучить и выбрать основные методы рекреационной оценки в разных источниках
2. Составить анализ природных рекреационных ресурсов аржаана «Уургайлыг»
3. Разработать маршрут тура Кызыл-Уургайлыг (Арголик).

Объект исследования: территория аржаана «Уургайлыг» (Арголик).

Предмет исследования: природные комплексы территории аржаана «Уургайлыг».

Теоретической базой работы послужили труды таких известных исследователей рекреационной деятельности и туризма, как А.С. Кусков, Е.О. Ушакова, И.И. Золотарев, Э.Б. Алаева, а также были использованы работы по Туве К.Д. Аракчаа и других исследователей.

Новизна. Работа представляет собой комплексный географический анализ природных ресурсов территории аржаана «Уургайлыг».

Практическая значимость работы заключается в том, что полученные результаты могут быть использованы при проектировании и организации отдыха на территории аржаана, а также при обосновании и непосредственном проведении природоохранных мероприятий.

Структура работы. Работа состоит из введения, трех глав, заключения и списка использованной литературы и источников.

I. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

1.1. Понятие и сущность рекреации

В отечественной и зарубежной литературе до сих пор нет единого мнения по поводу определения понятия «рекреация». Определение основных понятий, связанных с явлением рекреации оказывается в высшей степени сложным. Это объясняется рядом причин. Во-первых, тем, что не существует единого международного терминологического стандарта по данной тематике. В разных странах господствует существенно различное официальное понимание и, соответственно, толкование понятий и терминов, связанных с рекреацией и сферой досуга. Во-вторых, в нашей стране не существует единой законодательной базы, в которой был бы точно определен круг основных понятий, связанных с рекреацией и индустрией досуга. В данных условиях наблюдается полный плюрализм мнений. Всегда найдется такой специалист, который докажет некорректность приведенного строгого определения и скажет, что «все не так, а наоборот». В-третьих, в силу различных причин такие понятия как рекреация, туризм, отдых, экскурсия, свободное и рекреационное время, досуг и другие в реальных условиях зачастую не так-то просто различимы (Махов, 2013).

По определению А.С. Кускова (2005) рекреация (от лат. recreation – восстановление) представляет собой восстановление израсходованных человеком в процессе труда сил, а также накопление определенного запаса этих сил для дальнейшей деятельности развития физического и интеллектуального потенциала. Н.Ф. Реймерс добавляет при этом, что восстановление здоровья и трудоспособности должно проходить путем отдыха вне жилища, т. е. посредством участия в организованном или неорганизованном туристском походе или проведения отпускного периода в специализированных учреждениях отдыха (санаториях, домах отдыха и т. п.).

Наиболее широкое распространение в настоящее время и в зарубежной, и в отечественной практике получило отождествление рекреации с отдыхом, в задачу которого входит восстановление сил и трудоспособности отдыхающих. При этом отдых подразделяют на активный, предполагающий смену вида деятельности (спорт, туризм и т. п.), и пассивный, который характеризуется резким снижением всякой деятельности, вплоть до состояния расслабленного покоя. Кроме этого, его подразделяют на организованный и неорганизованный. Первый вид отдыха является строго дозированным, сознательно управляемым процессом использования рекреационных ресурсов. Второй характеризуется отсутствием специально организованных рекреационных объектов маршрутов обслуживания.

Понятие «рекреация» в научной литературе появился в США в конце 90-х годов XIX века. Он появился только с введением нормированного рабочего дня, второго выходного дня, летних отпусков. Рекреация, соответственно, это восстановление, оздоровление и пространство, где осуществляются эти виды деятельности. Как уже было сказано выше, рекреация в переводе с латыни означает восстановление, отдых. Именно эта точка зрения бытовала в отечественной литературе. В современной литературе, изданной в последние годы, наблюдается переход к новому видению рекреации.

В частности, В.А. Квартальнов в одной из своих последних работ (Зорин, Квартальнов, 2000) приводит следующие определения данному понятию:

Рекреация – это расширенное воспроизводство физических, интеллектуальных и эмоциональных сил человека;

-любая игра, развлечение, используемое для восстановления физических и умственных сил;

-наиболее быстро развивающийся сегмент индустрии досуга, связанный с участием населения в активном отдыхе на открытом воздухе, приходящийся преимущественно на уик-энд;

-перестройка организма и человеческих популяций, обеспечивающая возможность активной деятельности при различных условиях, характере и изменениях окружающей среды;

-цивилизованный отдых, обеспечиваемый различными видами профилактики заболеваний в стационарных условиях, экскурсионно-туристскими мероприятиями, а также в процессе занятий физическими упражнениями.

В монографии коллектива авторов «Теоретические основы рекреационной географии» (1975) рекреационная деятельность подразумевается как «деятельность человека в свободное время, осуществляемая с целью восстановления физических сил человека, а также для его всестороннего развития и характеризующаяся по сравнению с другими направлениями деятельности относительным разнообразием поведения людей и самоценностью ее процесса». На сегодняшний момент это определение и его модификации являются наиболее распространенными в отечественной литературе (Саранча, 2009).

В условиях развития туристической сферы, хорошо раскрыто отличие понятий «туризм» и «рекреация» в монографии Е.О. Ушаковой в соавторстве (2014). Эти понятия между собой тесно связаны, но в то же время есть различия.

Рекреация определяется как отдых, восстановление сил человека, израсходованных в процессе труда. Это понятие охватывает все виды отдыха, в том числе санаторно-курортное лечение, туризм и другие. Восстановление физических, психологических, эмоциональных сил, здоровья и трудоспособности происходит путем отдыха вне основного места жительства. Специализированными предприятиями рекреации служат дома отдыха, пансионаты, санатории, профилактории и другие. Эти же авторы отмечают, что границы рекреации весьма широки.

Туризм и рекреация различаются и объемом понятий. Рекреация включает кратковременную рекреационную активность в рамках повседневности. Туризм, наоборот, отрицает любые проявления

обыденности, будничности, рутинности. Непременным его условием является сравнительно длительная смена обстановки, привычного образа жизни человека.

Объем рассматриваемых понятий отличается еще и тем, что путешествия со служебными целями являются неотъемлемой частью туризма, тогда как рекреация не включает профессиональные виды деятельности человека. Таким образом, туристская деятельность не всегда является рекреационной, а рекреационная – туристской. Главное их отличие в том, что рекреация относится к социальной составляющей деятельности людей, а туризм имеет экономическую природу. Поэтому неправильно отождествлять понятия «туристские ресурсы» и «рекреационные ресурсы» считают авторы.

По Биржакову (2004) туристские ресурсы - природно-климатические, социокультурные, исторические и архитектурные, археологические, научные и промышленные, зрелищные, культовые и иные объекты или явления, способные удовлетворить потребности человека в процессе и в целях туризма. Если смотреть законодательную базу то в Федеральном законе от 24.11.96 N 132-ФЗ "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации" (редакция от 01.04.2020 г.) дается определение «туристские ресурсы - природные, исторические, социально-культурные объекты, включающие объекты туристского показа, а также иные объекты, способные удовлетворить духовные и иные потребности туристов, содействовать поддержанию их жизнедеятельности, восстановлению и развитию их физических сил». Значит, рекреационные ресурсы могут быть использованы в организации туризма, а туризм может быть одной из форм рекреации.

В связи с этим в литературе часто используется термин «туристско-рекреационные ресурсы» или рекреационные ресурсы, используемые в туризме.

1.2. Классификация рекреационных ресурсов

В настоящее время существует достаточно большое количество разнообразных классификаций туристско-рекреационных ресурсов. Традиционно классификация рекреационных ресурсов опирается на природу их происхождения. При этом выделяют природные (возникшие естественным путём, без участия человека) и антропогенные (созданные человеком, хотя называют их по-разному — историко-культурные, общественно-географические, гуманитарные, искусственные и т. п.) рекреационные ресурсы, иногда природно-антропогенные (Власова, Полякова 2011) рекреационные ресурсы классифицируют по:

- 1) происхождению – физические, биологические, энергоинформационные;
- 2) видам рекреационного использования;
- 3) скорости истощения – быстро и медленно истощаемые, неисчерпаемые;
- 4) возможности экономического восполнения;
- 5) возможности замены одних ресурсов другими;
- 6) возможности самовосстановления и культивирования – возобновляемые, относительно возобновляемые и невозобновляемые.

В рекреационной деятельности важную роль играют природные рекреационные ресурсы, подразделяемые по происхождению на физические, биологические, энергоинформационные.

Эти же авторы отмечают, что физическими рекреационными ресурсами являются все компоненты неживой природы, отнесенные к физико-географическим ресурсам: геологические, геоморфологические, климатические, гидрологические, термальные.

Под биологическими рекреационными ресурсами понимаются все компоненты живой природы, включая почвенные, фаунистические, флористические.

Энергоинформационные рекреационные ресурсы представляют собой поля ноосферной природы, служащие факторами аттрактивности местности

или ландшафта и положительно влияющие на психофизическое (эмоциональное и духовное) состояние человека. Все природные рекреационные ресурсы (физические, биологические, энергоинформационные), объединенные между собой и неразрывно связанные потоками вещества и энергии, формируют комплексные рекреационные ресурсы природно-территориальных рекреационных комплексов.

Несмотря на все многообразие классификаций туристско-рекреационных ресурсов, универсальной остается генетическая классификация туристско-рекреационных ресурсов (рис.1).

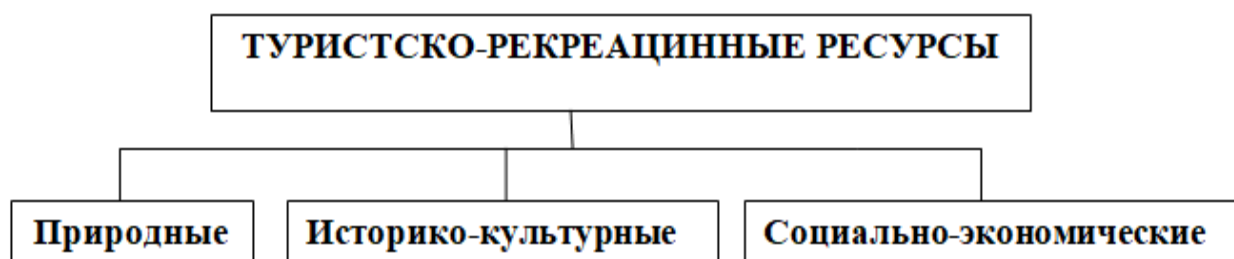


Рис. 1. Генетическая классификация туристско-рекреационных ресурсов

Всеми признано, что природные ресурсы являются той частью рекреационных ресурсов, которые окружают и воздействуют на физическую, психическую и духовную сферы человека на протяжении всей его жизни как биологического вида, так и как человека мыслящего. Они являются и фоном, и одной из основ активной и плодотворной жизни человека. В XXI веке в связи с «удалением» подавляющей части человечества от природной среды природные туристско-рекреационные ресурсы в связи с особой заботой о здоровье и активной творческой работе человека играют все более возрастающую роль (Гировка, 2012).

В традиционном представлении в туристско-рекреационной деятельности ресурсами являются: природные комплексы, природные системы и природные объекты, обладающие особыми (естественными, целебными во многих отношениях) свойствами, характеристиками, показателями, в целом способными воздействовать на духовную сферу и

организм человека, улучшать (оздоравливать, лечить) его физиологическое и психическое состояние, повышать его работоспособность, функциональные показатели (рис. 2).



Рис. 2. Компоненты природных рекреационных ресурсов

Природные и антропогенные объекты и ресурсы находятся в сложном взаимодействии.

Историко-культурные ресурсы генетически могут группироваться в две наиболее общие основные группы: духовные ресурсы и материальные ресурсы (объекты).

Материальными ресурсами выступают объекты и комплексы памятников цивилизации: археологии, истории, культуры, науки, архитектуры, градостроительства, религиозные объекты, промышленные объекты, промысловые центры, созданные на различных этапах цивилизации и создаваемые в современную эпоху, специально созданные для туристско-рекреационной деятельности объекты.

Духовные же историко-культурные ресурсы исключительно достижения человечества в науке, культуре, искусстве, образовании, быте – это особый пласт духовного и культурного наследия цивилизации. Мифы и легенды, события, традиции, обычаи тех или иных территорий, являясь частью духовной культуры народов, в настоящее время все активнее превращаются в реальный ресурс.

В других работах, в частности Попова С.В. и др. (2016) природные ресурсы представлены как комплекс физических, биологических и энергоинформационных элементов и сил природы, используемых в процессе восстановления и развития физических и духовных сил человека (рис. 3).



Рис. 3. Классификация природных рекреационных ресурсов

Природные рекреационные ресурсы разделены также на несколько типов: геологические, геоморфологические, климатические и др. Каждый из них обладает собственными, присущими только ему признаками и свойствами, которые оценивают, исходя из следующих критериев: 1) возможность использования (прямые или опосредованные); 2) степень аттрактивности; 3) лечебно-оздоровительные свойства; 4) историческая и эволюционная уникальность (памятники природы, эндемичные и реликтовые формы); 5) экологические критерии (Мироненко, Твердохлебов, 1981).

По Алаеву Э.Б. (1983) понятие «рекреационные ресурсы» не ограничивается лишь природными объектами. К ним могут отнесены любые виды вещества, энергии, информации, «вырабатываемые вне данной (рекреационной) системы и служащие для нее исходным материалом функционирования, развития, существования».

II. ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ И ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РЕКРЕАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ В РЕСПУБЛИКЕ ТЫВА

2.1. Природные лечебные источники республики

Природа одарила территорию Республики Тыва многочисленными целебными источниками, которые на тувинском языке называются «аржаан». Слово «аржаан» (у монголов и бурят – «аршан», у киргизов – «арашан») уходит корнями в древний санскритский язык и означает – «святая» или «целебная вода». Как отмечает К.Д. Аракчаа, известный ученый, исследователь аржаанов Тувы «традиция народа лечиться на аржаанах сохранилась и по сей день. Ежегодно с середины июля по вторую половину августа (время "созревания" аржаанов) тысячи людей отдыхают и лечатся на целебных водах, в основном "диким", стихийным образом. Подобное лечение на природных источниках характерно не только для Тувы, но и Бурятии, Хакасии, Горного Алтая, других регионов Восточной Сибири и Дальнего Востока, Монголии. Но в масштабном плане этот феномен сохранился практически только в Туве, чему способствовали прочность традиции, меньшая степень урбанизации, экологическое благополучие природной среды и, конечно же, экологическая чистота вод природных источников».

На настоящий момент в Туве исследователями зафиксировано 107 природных лечебных источников, использующихся местным населением для лечебных и профилактических целей.

Первое широчайшее исследование тувинских аржаанов провел в 1966-1967 годах прошлого столетия ученый из Иркутского института земной коры СО РАН Е.В. Пиннекер и издал книгу «Минеральные воды Тувы». Он изучил 65 процентов из всех известных на то время источников и озер. В его работе есть подробные таблицы по содержанию полезных минералов, иных веществ в разных аржаанах. А вот все пресные источники он назвал ложными аржаанами.

Начиная с 1989 года вновь стали обследоваться аржааны. В 1989–1995 гг., были обследованы 78 аржаанов Тувы по 50-ти показателям (Аракчаа, Кужугет, 2013). Эти исследования позволили опровергнуть версию о «лжеаржаанах». Пресные источники так же, как и минеральные, обладают лечебными свойствами, отмечает К.Д. Аракчаа.

Минеральные источники распространены в горных районах и как правило, тесно связаны с зонами тектонических нарушений. Аржааны Тувы можно разделить на 2 группы: минеральные и пресные.

К минеральным аржаанам относятся лечебные источники, которые по своим характеристикам, химическому составу соответствуют общепринятым в Российской Федерации нормам для лечебных минеральных вод. Разнообразие природно-климатических зон предопределило то, что на территории Тувы встречаются практически все типы минеральных вод. К минеральным аржаанам, лечебное действие которых никогда и никем не оспаривалось, относятся Улаатай (Овюр); Дустуг-Хем и Шивилиг (Бай-Тайга); Ажыг-Суг (Чаа-Холь); Алдыы-Сенек (Улуг-Хем); Хурегечи (Чеди-Холь); Тарыс (Тере-Холь); Чойган (Тоджа) и другие. На источниках аржаана Уш-Белдир, знаменитых сероводородных термах действует курорт. Кроме того, многим известны наши знаменитые лечебные озера – Чедер, Дус-Холь (Сватиково), Ак-Холь (Монгун-Тайга), Бай-Холь (Эрзин), Каък-Холь (Чеди-Холь) и другие.

По солевому и газовому составу воды они разделяются на четыре группы (Богородинский, Валединский, 1957), каждая из которых приурочена к определенным геологическим структурам и литологическим комплексам пород:

1. Слабоминерализованные сульфидные, кремнистые, азотно-щелочные термы Восточной Тувы;
2. Сероводородно-гидросульфитные воды хр. Восточного Танну-Ола;
3. Углекислые воды Тоджи;
4. Радоновые воды западной части республики.

Пресными аржаанами называются природные источники, имеющие славу лечебных, но по своим характеристикам и химическому составу не подпадающие под официально признанное определение лечебных минеральных вод. Общая минерализация их – менее одного грамма на литр, это, в основном, пресные и ультрапресные воды со средней температурой на выходе из-под земли от 3 до 7 градусов Цельсия. Количество таких источников на территории республики почти в 3 раза больше, чем минеральных аржаанов. Находятся они практически повсеместно (Аракчаа, 1995). Наиболее известные пресные аржааны Тувы: Ала-Тайга и Аспаты (Монгун-Тайга); Адарган и Талдыг-Чарык (Овюр); Бел и Дыттыг-Доргун (Бай-Тайга); Час-Адыр и Алаш (Барун-Хем); Кегээн-Булак (Дзун-Хемчик); Кызыл-Дуруг (Улуг-Хем); Кара-Суг (Чаа-Холь), Уургайлыг (Арголик) и Маннайлыг (Танды); Дуктуг-Дыт (Тес-Хем); Дархи (Эрзин); Оораш-Хем (Кызылский); Чурек-Доргун (Каа-Хем); Борзу-Холь и Ногаан-Холь (Тоджа).

Минеральные источники и целебные грязи с глубокой древности использовались в рекреационных целях и являлись одним из элементов народной медицины. Поскольку лечебные источники имеются на территории почти всех кожуунов, на них ежегодно поправляют свое здоровье десятки тысяч человек. Число людей, пользующихся услугами лечебно-оздоровительных источников, из года в год растет и на тувинские лечебные источники приезжают лечиться не только коренное население республики, но и из других регионов (Маадыр, 2013).

Целебные свойства природных минеральных источников – аржаанов, традиционно использовались тувинцами не только для восстановления сил, но и для лечения заболеваний различной этиологии. Например, сероводородные, кремнистые азотные аржааны Уш-Белдир и Тарыс помогают при болезнях органов кровообращения соединительной ткани, при хронических заболеваниях периферической нервной системы (радикулиты, невриты), урологических, гинекологических и кожных заболеваниях, эндокринной системы и некоторых болезнях, обусловленных нарушением

обмена веществ. Слава этих источников давно и далеко перешагнула пределы Республики Тыва.

С хроническими гастритом и болезнями органов пищеварения люди ездят на аржаан Ажыг-Суг («кислая вода»), болезни сердечно-сосудистой системы лечат в аржаане Чурек-Доргун.

Воды источника Чойган, расположенного на крайнем северо-востоке Тувы, на границе с Бурятией, в труднодоступном местечке Изиг-Суг, показаны для лечения широкого круга заболеваний: сердечно-сосудистой, нервной систем, органов пищеварения, помогают при хронических гастритах, колитах, болезнях печени и желчевыводящих путей, хронических панкреатитах, нарушениях обмена веществ, при заболеваниях органов дыхания нетуберкулезного характера. Радоновые воды рекомендуются для наружного применения при лечении болезней периферической нервной системы, сердечно-сосудистой системы и органов движения.

Ежегодно увеличивается количество паломников и на расположенных повсеместно, пресных аржаанах, желающих поправить свое здоровье или же просто отдохнуть, набраться физических и психологических сил на природе. Курс лечения на всех аржаанах прост и традиционен: он занимает от 7 до 9 дней, реже до 14 и 21 дня, и включает питье, полоскание, душ, ванны.

2.2. Аржааны как сакральные местности

Необходимо отметить, что тувинцы видят в аржаанах не только средство для лечения или профилактики заболеваний. Функции водных источников намного шире, поскольку они являются частью культурного ландшафта. Эти целебные источники являются важной частью культурно-религиозного ландшафта республики.

Пространство, связанное с аржаанами, в Республике Тыва всегда имело особое значение для местного населения. Вокруг аржаана вырастает

комплекс традиционной обрядности, связывающий человека с природой, поколений прошлых и настоящих, настраивающий на исцеление души и тела. Культ аржаанов выполняет в том числе и идентификационную функцию, позволяя тувинцам осознавать родовую, этнокультурную идентичность. Научные исследования ученых, медиков доказывают целебные свойства аржаанов. Это подкрепляет веру населения и приезжих в полезность аржаанных туров, что побуждает рассматривать аржааны и как центры туристического интереса (Копелиович, 2018).

В досоветское время обычно аржааны открывали ламы-врачи, шаманы или "знающие люди" (по-теперешнему, видимо, экстрасенсы), которые при стечении народа освящали источники, давали советы - от каких хворей и напастей как лечиться. Аржааны почитали и бережно хранили. Ежегодно в каждом аале, в каждом арбане (аал, арбан - стойбища тувинских кочевников-скотоводов, ведущих родо-племенной образ жизни) проводили Дни Аржаана: «Аржаан дагыры»— освящение источника, «Аржаан ажаары»— ритуал ухода за ним, «Аржаан чалаары» – "приглашение" аржаана – это особый ритуал отбора воды источников в посуду, которую приносили с собой страждущие. С него и начинался "аржаанный сезон" (Аракчаа, 1995).

Вот как это описывается в одной легенде-были: "Праздник "приглашения " аржаана был одним из больших празднований, сопровождавшихся народными гуляньями, скачками, хурешом. Проводился он в середине лета, когда, по словам стариков, аржаан "созревал" и набирал целебную силу. На закате солнца весь аал, весь арбан собирался на поляне перед Кара-Дагом (Черная гора), где пробивался из толщи земли вождеденный источник. На большие черные камни складывали лакомые кусочки мяса, другой снеди и возжигали огонь. Это - сан-салыры - было подношением духу аржаана, который являлся шаманам в образе человека. Каждый аржаан имел своего духа - женщину или мужчину. Присутствующие, сидя на коленях, молитвенно сложив руки и закрыв глаза, монотонно покачиваясь, про себя воздавали хвалу аржаану, его духу и

испрашивали исцеления для себя, родных и близких, для всего рода. Затем каждый привязывал к веточкам деревьев или кустарников, росших около источника, белые, розовые или голубые ленточки - чалама. После этого девочка, заслужившая звание самой прилежной и трудолюбивой в этих местах, набирала воду аржаана в серебряный ковшик и разливала всем присутствующим. Посуда могла быть самой разной, но каждая семья старалась держать для этой цели серебряный донгуу - высокий чеканной работы чайник." В современное время это событие также проводится на самых популярных аржаанах ежегодно в пору созревания аржаанов, когда воды источника дают наибольший эффект лечения от принятия водных процедур. Собираются отдыхающие со всех кожуунов республики, а также из соседней Хакасии и Красноярского края, устраивается большой праздник, спортивные мероприятия. Конечно же, исторически обряды и ритуалы тувинцев развивались, усложнялись. Ритуалы не заменяли один другого, скорее, дополнялись, наслаивались элементами (Айыжи, Базырчап, 2013, 2014). То же происходило и с ритуалами вокруг аржаанов. Изначально обряды на них проводили только шаманы, а с момента широкого распространения буддизма на территории современной Тувы, «открывать» и проводить обряды на священных источниках стали и ламы.

Традиции, связанные со священными источниками, передаются от поколения к поколению. Вокруг аржаанов сформировалась своя система обрядов, обычаев, запретов и предписаний, которая адаптирует традиции, возрожденное знание к современной действительности. Как уже было сказано выше, исследования показали, что многие аржааны действительно обладают лечебным эффектом, но народное знание о целебных свойствах источников имеет более длительную историю. Не менее важна и сакральная сторона общения людей с аржаанами (Копелиович, 2018).

2.3. Методы оценки рекреационных ресурсов

Существуют различные методы оценки природных рекреационных ресурсов. В монографии Ушаковой Е.О. рассматривается классификация методов оценки туристских ресурсов: количественные, качественные, комплексные.

К количественным методам относятся картографический и математический методы.

Наиболее обширны качественные методы: медико-биологическая, эстетическая, технологическая, экономическая оценки, методика ЮНЕСКО, экологическая оценка.

Комплексные оценки составляют кадастр туристских ресурсов и геоинформационные системы туристского развития территорий.

Самой распространенной и наиболее соответствующей комплексному рекреационному анализу территории является оценка степени благоприятности тех или иных параметров для рекреационного использования (Николаенко, Скоробогатова, 2015). В данной работе мы придерживаемся этой методики.

Комплексная оценка природных рекреационных ресурсов территории включает оценку составляющих ландшафта (рельефа, почвенно-растительного покрова), оценку биоклимата и гидроминеральных ресурсов. При оценке важно рассматривать и эстетические свойства природных комплексов, при этом наибольший балл получают природные комплексы с полуоткрытыми пространствами чередованием залесенных и незалесенных участков. Важен также характер сочетания растительности и рельефа.

Среди других методов эстетической оценки природных ресурсов в последнее время разрабатываются экзотичность и уникальность. Экзотичность определяется как степень контрастности места отдыха по отношению к постоянному месту жительства, а уникальность – как степень встречаемости и неповторяемости объектов и явлений.

III. АРЖААН «УУРГАЙЛЫГ (АРГОЛИК)» В РЕКРЕАЦИОННОМ ПРИРОДОПОЛЬЗОВАНИИ РЕСПУБЛИКИ ТЫВА

3.1 Географическое положение и история исследования аржаана

Аржаан «Уургайлыг» расположен на территории Тандинского кожууна, в 7 км к юго-западу от кожууного центра с. Бай-Хаак, у подножия хребта Восточный Танну-Ола (рис. 4) . Расстояние от столицы республики до аржаана составляет 74 км. Координаты местности по GPS: 51°95'с.ш., 94°22'в.д.

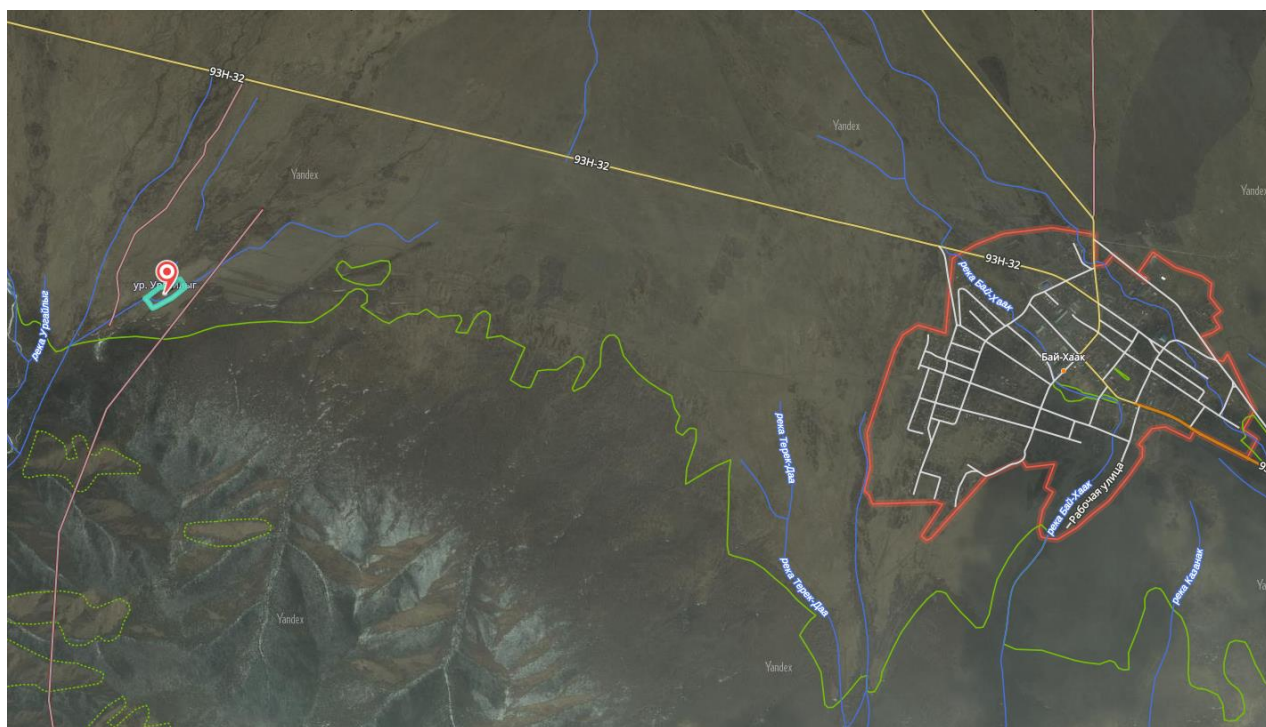


Рис. 4. Аржаан Уургайлыг (снимок из интернета)

Необходимо отметить, что Тандинский кожуун богат природными лечебными ресурсами, лечебно-оздоровительными озерами и аржаанами. Рапа и грязи соленых озер Хадын, Дус-Холь по своему составу схожи с широко известными грязями, рапой Мертвого моря в Израиле и пользуются популярностью далеко за пределами республики.

Сам целебный источник «Уургайлыг» находится на высоте около 1000 м над уровнем моря. Территория аржаана представляет собой природный бальнеологический комплекс. Это пресный источник, используемый населением в лечебных целях. Известен не только в Туве, но и далеко за ее пределами. По посещаемости уступает, наверное, только радоновому аржаану Шивилиг (Бай-Тайга), что обуславливается хорошей доступностью.

Истории аржаана Уургайлыг посвящен ряд интересных публикаций. В одной из них указано, что в 1914 году в Танды в бассейне реки Узун-Кара-Суг на вершине небольшой горы в трех километрах выше от выходов подземных вод начали добывать золото. Было вырыто шесть ям на глубину пять метров, поэтому это местечко, а также р. Узун-Кара-Суг стали называть Уургайлыг. «Аржаан Уургайлыг назван так, по словам предков, потому что вблизи аржаана находилось золотодобывающее предприятие – Уургайлыг» пишет А. Монгуш

Это же название было дано и пос. Нижне-Никольскому, который был основан здесь в 1909 году. В 1930 году на это место переехала семья Тутатчиковых. Глава семьи с вершины крутой горы от подземных источников провел вниз желоба из дерева, по которым текла вода. Таким образом он поил своих коров. Впоследствии, примерно в 60-х гг. XX века, когда эти подземные источники были признаны народом целебными, их стали называть аржааном Уургайлыг (Конгар, 1994; Булатов, 1985).

Первые исследования химического состава воды были проведены в 1989 году группой ученых Тувинского комплексного отдела (ныне — Тувинский институт комплексного освоения природных ресурсов СО РАН) с участием ученых Иркутского государственного университета (Шпейзер, Аракчаа, Кужутет, 1989). В 1992-1993 гг., комплексные исследования были проведены с привлечением ученых Томского политехнического университета.

3.2. Характеристика природных ресурсов территории аржаана «Уургайлыг» как условие удовлетворения рекреационных потребностей населения

Методологически качественный анализ природных рекреационных ресурсов включает в себя характеристику природных ландшафтов, биоклимата и гидроминеральных ресурсов.

3.2.1 Природные ландшафты

Бальнеологический комплекс аржаан «Уургайлыг» (Арголик) расположен на северном подножье хребта Восточный Танну-Ола.

Вершины хр. Танну-Ола достигают 2800-2900 м, а плоские вершины 2300-2500 м абс. высоты. Средняя относительная высота хребта составляет около 1500 м. Поверхность хребта характеризуется тремя типами рельефа: высокогорным (выше 2000 м), среднегорным (1500—2000 м) и низкогорным (ниже 1500).

Горы Танну-Ола служат одним из звеньев водораздела между бассейном Северного Ледовитого океана (система Енисея) и бессточной областью Центральной Азии. Вместе с тем Танну-Ола является одним из крупнейших климатических рубежей, образуя мощный барьер на пути влажных северо-западных воздушных течений (Кушев, 1957).

Крутые северные склоны хр. Восточный Танну-Ола на высоте около 1200 м над ур. м. резко переходят в полого опускающиеся делювиальные шлейфы. Северные и южные склоны Танну-Ола различаются по увлажнению, т.е. северные склоны открыты для влагоносных ветров, а южные защищены гребнем хребта. Вследствие этого хребет отчетливо делится по преобладающим типам ландшафта на две части: а) гольцово-лугово-таежную и б) горностепную. Гольцово-лугово-таежная часть охватывает северный склон, вершину хребта и верхний отдел склонов,

обращенных к югу. Северный склон хр. Танну-Ола, открытый к котловинам, в основном является лесным. В тех местах, где хребет поднимается над котловинами крутым уступом, лесная растительность сплошь покрывает северные склоны до шлейфов подножья (Ханминчун, 1980).

Многими исследователями отмечается оригинальность флоры хребта Танну-Ола, которая проявляется в том, что Танну-Ола, располагаясь в широтном направлении на границе двух климатических зон, имеет много общего во флористическом отношении с горами Южной Сибири и Монголии.

Нижней вертикальной ландшафтной зоной является полоса горной лесостепи. Однако, как отмечают Б.Б. Намзалов и А.М. Монгуш (2016), на северном склоне она выражена слабее и занимает высотную полосу 900-1100 м над. ур. м. В структурном плане они заметно отличаются от аридных лесостепи южного макросклона. Лесные сообщества не только слагают травяные лиственничники, довольно значительна роль березы повислой. В растительности краевых гряд хребта (урочища Арголик) и в предгорьях формируются ландшафты, заметно богатые по флористическому составу.

Эти же авторы показывают фитоценотическое разнообразие наиболее влажных лесостепи. Здесь разнотравные злаково-ирисовые березняки в подлеске с пятнами куртин шиповника иглистого и таволги средней с участием костяники сочетаются разнотравно-мятликовыми луговыми степями и сообществами люцерново-тимофеевковых остепненных лугов.

Наблюдается чередование злаково-ирисовых лиственничных и разнотравно-злаковых осиново-березовых лесов. Ниже по рельефу такая лесостепь быстро переходит на подгорных шлейфах в открытую почти безлесную луговую степь.

На террасах р. Арголик характерны заросли караганы Бунге, а в ложбинах и притеррасовых понижениях – разнотравно-кизильниково-таволговые фитоценозы. На более сухих каменистых террасах реки

характерны степи с лапчаткой бесстебельной, типчаком, которые сочетаются с зарослями караганы Бунге в мелкоземистых западинах.

Почвы луговых степей и остепненных лугов черноземные, темно-каштановые. Разнотравнозлаковая степь в хозяйственном отношении используется в основном под сенокос. Среди злаков преобладают тонконог, тимофеевка степная, типчак. Высота растений 30-35 см, проективное покрытие 75-80% (Жуланова, 2010).

Таким образом, территория аржаана Уургайлыг представлен степными, лесостепными ландшафтами, а самые верхние части хребта – сочетанием лиственничных и березово-осиновых лесов (рис. 5)



Рис. 5. Тропинка в лесу



Рис. 6. Луговая степь

При маршрутном прохождении от вершины горы, где расположены самые верхние кабины аржаана, до нижней степной подгорной части составлен список растений (табл. 1)

Таблица 1. Растения в окрестностях источника «Уургайлыг»

Деревья	Кустарники, полукустарники	Травы
Лиственница	Смородина красная	Хвощи
Пихта сибирская	Смородина черная	Борец
Ель сибирская	Черемуха	Папоротники
Сосна кедровая	Шиповник	Пион
Береза	Боярышник	Ветреница лесная
Тополь лавролистный	Ива	Пижма
Осина	Спирея	Гвоздика
Кедр сибирский	Курильский чай	Прострел
	Карагана Бунге	Люттик

	Карагана карликовая	Василистник
	Карагана древовидная	Клоповник
	Можжевельник сибирский	Одуванчик
	Горноколосник колючий	Кровохлебка лекарственная
	Рододендрон даурский	Кохия
	Лилия	Полыни
	Голубика	Лапчатка
	Жимолость	Чистотел
	Земляника	Крапива
	Другие	Лебеда
		Другие

Наличие хвойных деревьев, с точки зрения рекреалогии будет способствовать улучшению состояния здоровья, ввиду наличия фитонцидов. Известно, что фитонциды, выделяемые пихтой, убивают коклюшную палочку, возбудителей дизентерии и брюшного тифа; сосновые фитонциды губительны для палочки Коха (туберкулез) и для кишечной палочки; береза и тополь поражают микроб золотистого стафилококка.

Из таблицы видно, что на территории аржаана значительны ресурсы ягодных, лекарственных растений, которые могут быть использованы для создания и использования на месте смесей целебных фиточаев. Также значительны грибные ресурсы, которые отдыхающие могут собирать и использовать в пищу (рис. 7)



Рис. 7. Земляника



Рис. 8. Подберезовик

Кроме того, высокогорный воздух, ниспадающий с вершин Танну-Ола вниз к степи, проходя через территорию аржаана, наполняет его отрицательно заряженными аэроионами. Ионизация – процесс образования ионов в воздушной среде, оказывающий очищающее действие на организм человека (рис.9)



Рис. 9. Значение аэроионов воздушной среде.

Оптимальной ионизацией характеризуются смешанные леса и чисто сосновые боры, а из древесных пород высокой ионизационной способностью, помимо сосны, обладают береза, рябина обыкновенная, лиственница сибирская, ель обыкновенная, пихта. Все они присутствуют в ландшафтах аржаана Уургайлыг.

3.2.2. Биоклимат и гидроминеральные ресурсы

Среди природных ресурсов особое место занимают климатические. Человек не может быть изолированным от окружающей его воздушной среды.

Воздействие климата на организм человека называют биоклиматом. В соответствии с этим биоклиматические параметры отличаются от обычных метеорологических характеристик, так как представляют собой комплексное воздействие метеорологических характеристик воздушных масс на организм человека: температуры, скорости ветра, влажности, давления.

Климат оказывает как положительное, так и отрицательное воздействие на организм человека. Положительное воздействие обычно используется в рекреационной деятельности для организации климатолечения. От отрицательных факторов требуется защита в виде климатопрофилактики.

Климат в Туве, несмотря на суровость и резкую континентальность, характеризуется и положительными особенностями, которые позволяют выбрать благоприятные места для отдыха и лечения.

Климат Тандинского района, где находится аржаан Уургайлыг, отличается тем, что он находится в двух биоклиматических зонах — засушливая степная часть на севере и умеренно влажная лесостепная часть — на юге. Климат резко континентальный, территория приравнена к районам Крайнего Севера.

При разработке программ развития туризма и рекреации, а также при организации лечебно-оздоровительного отдыха необходимо проводить оценку биоклиматических условий.

Использование климатических факторов имеет очень большое оздоровительное значение. Приспособляемость человека к определенным климатическим условиям называется адаптацией. Привыкание человека к новым климатическим условиям должно происходить постепенно, в течение определенного времени, называемого адаптационным периодом.

Тувинцы интуитивно знали это и принятие душа в аржаанах начинали очень осторожно. В первое время один-два раза, постепенно увеличивая, обычно утром, днем и вечером.

Большинство людей, проживая в городах, почти постоянно пребывает в искусственных условиях микроклимата жилищ и одежды, которые ослабляют механизмы адаптации. Неправильное использование адаптационного периода, или если не учитывать адаптационный период, то можно испортить отдых или навредить здоровью.

Для единой системы оценки биоклиматического потенциала территории так же, как и при оценке ландшафтно-рекреационных условий, применяется системный метод оценки, разработанный в комплексной географии. Оценка производится как пофакторно, так и интегрально по уровню медико-климатического воздействия биоклимата на организм человека.

Для оценки биоклимата территории аржаана Уургайлыг нами использованы данные метеопоказателей пункта Бай-Хаак за июль-август месяцы 2018 и 2019 годов, в архиве сайта gis-meteo.ru в свободном доступе.

Для туристско-рекреационной деятельности особое значение имеют световой и ультрафиолетовый режимы.

С ультрафиолетом связаны жизненно важные процессы, под его влиянием в организме человека вырабатывается витамин D. При недостатке ультрафиолета у детей развивается рахит, а у взрослых – авитаминоз, при избытке ультрафиолета возможны не менее негативные последствия: рак кожи, вплоть до образования самой опасной формы – меланомы, ожоговая катаракта и мутационные процессы.

Величина ультрафиолетового излучения определяется высотой солнца над горизонтом, что связано с географической широтой местности.

По характеру УФ режима территория земного шара делится на зоны (табл. 2).

Таблица 2. Характеристика УФ режима

Характеристика УФ режима

Широта местности, град	Медико-климатическая характеристика УФ режима	Степень комфортности
Севернее 63	Длительный период с УФ дефицитом	Активный дискомфорт от УФ дефицита
57–63	Следы УФ дефицита зимой	Зимний дискомфорт от УФ дефицита
57–47	Оптимальный	Комфортный УФ режим
47–42	Следы УФ избытка летом	Летний дискомфорт от УФ избытка
Южнее 42	Длительный период с УФ избытком	Активный дискомфорт от УФ избытка

Из таблицы видно, что в умеренных широтах, в пределах которых находится и территория Тувы, УФ режим оптимальный, комфортный.

С атмосферной циркуляцией связано перемещение воздушных масс. Они переносятся атмосферными вихрями, которые называются циклонами и антициклонами. Зоны соприкосновения воздушных масс представляют собой атмосферные фронты, с прохождением которых связаны контрастные смены погоды, сопровождающиеся перепадами давления, температуры воздуха, изменением направления ветра, усилением его скорости, а также выпадением осадков.

Человек реагирует на резкие изменения атмосферного давления и температуры.

Свыше 90 % сердечно-сосудистых кризов (инфаркт, инсульт, приступы стенокардии, гипертонический криз) происходит в дни с резкими перепадами атмосферного давления. Поэтому очень важно распространение медицинских прогнозов погоды с предупреждениями об ожидаемых изменениях.

В районе аржаана Уургайлыг атмосферное давление составляет 675 мм рт. ст. (рис. 10).

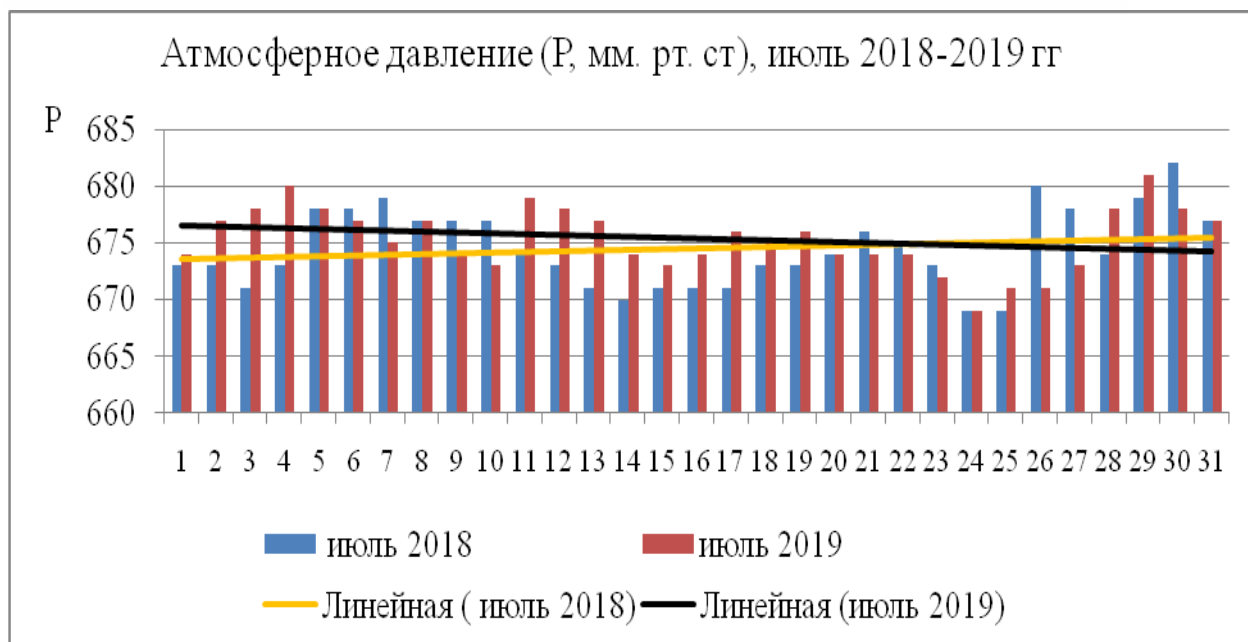


Рис.10. Изменение атмосферного давления (июль 2018-2019 гг)

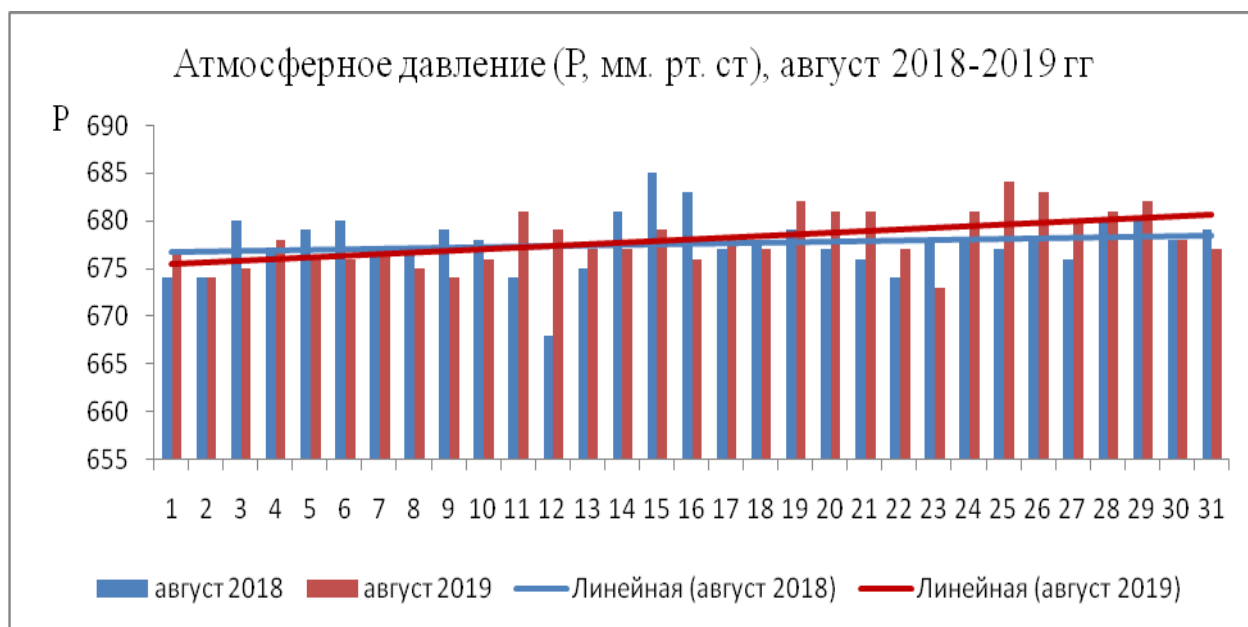


Рис.11. Изменение атмосферного давления (август 2018-2019 гг)

Из графиков видно, что в отдельные дни могут быть скачки атмосферного давления в сторону повышения или понижения.

В биоклиматологии средняя пороговая чувствительность человека составляет 4 мм. рт. ст. или 5 мбар (Николаенко, 2015). В такие дни важно заранее подготовиться — уменьшить двигательную активность, принять

соответствующие медикаментозные средства. Медики отмечают, что люди, страдающие нарушениями артериального давления, сердечно-сосудистой системы (гипертонией и гипотонией), по-разному реагируют на эти изменения: у гипотоника возникает болезненная реакция на понижение атмосферного давления (гипобария), а у гипертоника – на его резкое повышение (гипербария). Следует заметить, что для гипертоника смена погоды оказывается более опасной, чем для гипотоника. Дело в том, что рост атмосферного давления вызывает резкое улучшение погоды, солнечная погода. Чаще в такие дни у людей с повышенным атмосферным давлением возникает желание двигаться, гулять, заниматься активной деятельностью, а по физическому состоянию ему это противопоказано. К сожалению, такая реакция на смену погоды является опасной, обуславливает наступление кризов.

Падение давления воздуха сопровождается установлением пасмурной, дождливой погоды. В такие дни у людей настроение падает, не тянет на улицу под дождик, хочется полежать. Таким образом, у людей с пониженным давлением психологическая и физиологическая реакция на опасную для него смену погоды совпадают, и такие дни для него могут быть не столь опасными.

С ветровым режимом связано воздействие воздушного потока на организм человека на уровне человеческого роста. При скорости ветра более 7 м/с не рекомендуется проведение рекреационных занятий. В исследуемом районе скорость ветра не высокая 1-3 м/сек, ночью может быть небольшое усиление ветра в открытых участках.

Что касается температурного режима, то период, благоприятный для летней рекреации, определяется числом дней со среднесуточной температурой выше +15°C, при этом становятся возможными занятия всеми видами летнего отдыха.

По данным пункта Бай-Хаак, среднесуточная температура в июль-август месяцах, в разгар «аржаанного» сезона составляет +21,4°C (рис. 12)

Хотя в отдельные дни наблюдаются понижение или повышение температуры воздуха, линия тренда показывает стабильно $+21...+23^{\circ}\text{C}$.



Рис. 12. Среднесуточная температура воздуха ($^{\circ}\text{C}$) в июле 2018-2019 гг

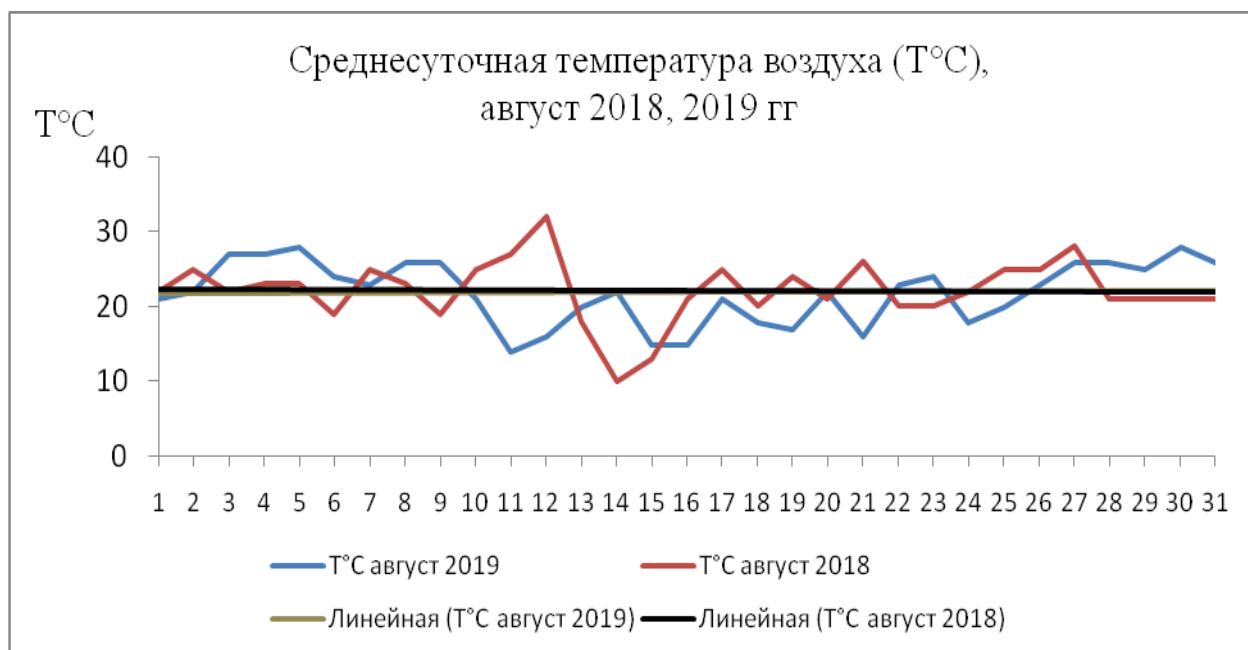


Рис.13. Среднесуточная температура воздуха ($^{\circ}\text{C}$) в августе 2018-2019 гг

При этом число дней со среднесуточной температурой выше $+15^{\circ}\text{C}$ составляет 27, почти целый месяц, что оценивается как благоприятный для рекреации.

Однако, тоже можно наблюдать значительный перепад температуры днем и вечером (рис.14), что тоже будет влиять на самочувствие отдыхающих.

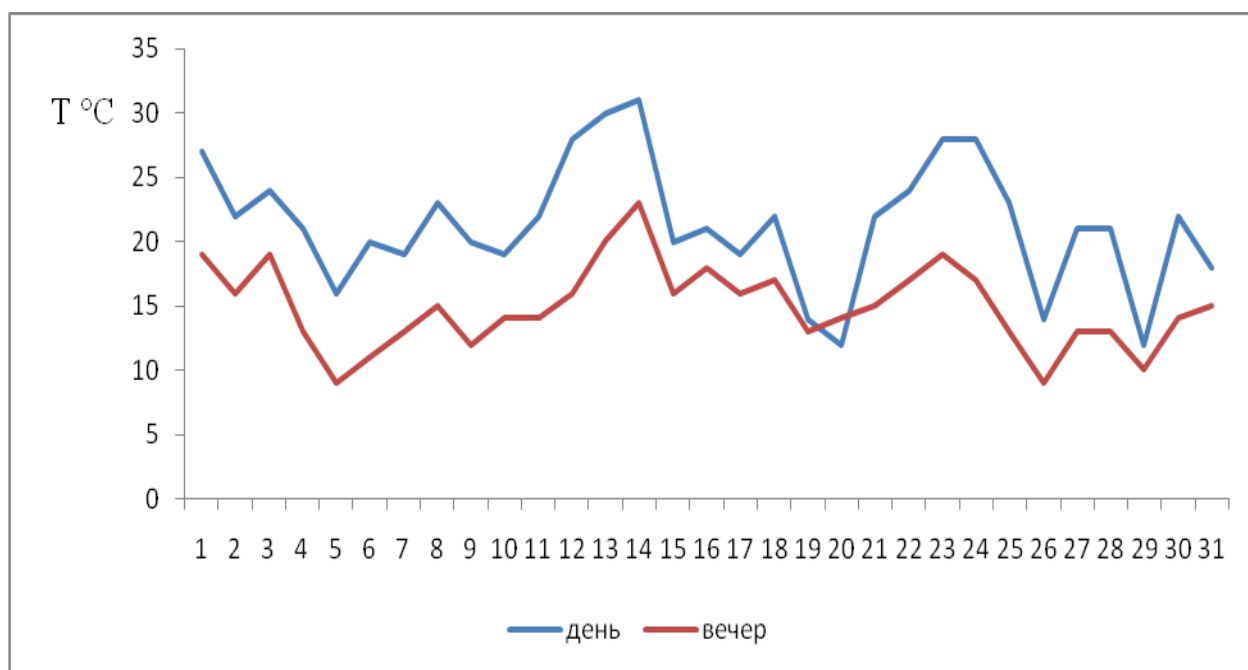


Рис.14. Температура воздуха днем и вечером, июль 2018 г

Средняя пороговая чувствительность человека: перепад температуры в 6 градусов за сутки (Николаенко, Скоробогатова, 2015). В нашем случае, перепад температуры за сутки в отдельные дни могут быть больше 6 градусов, что тоже необходимо учитывать температурный дискомфорт при рекреационной деятельности.

Таким образом, анализ биоклиматических ресурсов территории аржаана Уургайлыг показал, что в целом здесь благоприятный биоклимат.

Гидроминеральные ресурсы

К гидроминеральным источникам данной территории относится сам источник – аржаан «Уургайлыг» (рис. 15)



Рис. 15. Аржаан – лечебный источник

При характеристике минеральных вод рассматривают следующие показатели:

Состав. По данным известных исследователей аржаанов Тувы (Аракчаа К.Д., и др.), аржаан «Уургайлыг» — это пресный природный источник, не содержащий в значимых количествах биологически активные компоненты. Соответственно, официальной наукой его воды не признаются как лечебные минеральные. Тем не менее наличие фактов положительного влияния при стихийном лечении разных болезней на аржаане позволяют, по крайней мере, не отрицать возможного его лечебного действия.

Аржаан представляет собой слабоминерализованный источник, общая минерализация их – менее одного грамма на литр, это, в основном пресные и ультрапресные воды со средней температурой, с температурой на выходе от 3 до 6,5 градусов Цельсия и очень высоким дебитом.

Макрохимический состав – гидрокарбонатный магниевый-кальциевый. Радон не обнаружен. По этим показателям «Уургайгыг» мало отличается от других пресных аржаанов.

Микрокомпонентный состав характеризовался практически полным отсутствием специфических компонентов. К примеру, медь, цинк и марганец не обнаружены. Содержание Sr не превышает 0,09 мг/дм³, концентрация Fe — 0,1 мг/дм³, количество As — 0,005 мг/дм³.

Изучение геомагнитного поля территории комплекса 1992 г. показало наличие отрицательной геомагнитной аномалии в месте выхода источника на дневную поверхность (Букат, Аракчаа, Сурнин, Зятев, 1991,1993). По мнению специалистов, это явление требует дальнейшего изучения: не влияет ли данная геомагнитная аномалия на физические параметры воды — структуру воды на молекулярном и надмолекулярном уровнях, на электромагнитные свойства молекул воды. То есть, необходимо выяснить, не происходит ли под влиянием величины и направленности геомагнитного поля в месте выхода источника на дневную поверхность определенное структурирование молекул воды, что может сказаться на ее лечебных свойствах.

Воды данного источника в народной практике используются для питьевых лечебных целей, в виде лечебного душа, а также приготовления пищи. Рекомендации при питьевом использовании: пить по 200 граммов 3 раза в день до еды. В связи с низкой температурой воды во избежание воспалительных процессов пить воду желательно мелкими глотками и не торопясь.

3.3. Использование аржаана в рекреации и туризме

Аржаан «Уургайлыг» на сегодняшний день один из наиболее посещаемых источников в пределах республики. Способствует этому отличная транспортная доступность – к аржаану ведет грунтовая дорога, и доступность энергоснабжения – рядом проходит линия электропередач ЛЭП – 10 кВ. В 6 км находится административный центр Тандинского кожууна – с. Бай-Хаак.

Стихийное использование населением Тувы и приезжими гостями аржаана Уургайлыг для лечебных целей будет продолжаться независимо от того, будут данные исследования проведены или нет. Благодаря народной молве о целительной силе источника «тропа к нему не зарастет». Следовательно, лечебно-рекреационное освоение данного источника — это перспективное направление экономической деятельности.

В отличие от других отраслей туризм не сопровождается изъятием природных ресурсов и их последующей переработкой, он использует природный комплекс (ландшафт) в целом (Николаенко, 2015). В этом отношении аржаан «Уургайлыг», имея богатые природные ресурсы может стать и отличной туристско-рекреационной зоной, т.к. вокруг него в доступности дневного перехода находятся интереснейшие природные объекты: к югу, через хр. Танну-Ола — Убсу-Нурский биосферный заповедник, северо-восточнее — грязевое оз. Каък-Холь, в непосредственной близости имеется месторождение подземной питьевой воды — Терехтинское, с содержанием значительного количества ионов серебра. В настоящее время эта вода бутилируется и продается населению под известным брендом «Бай-Хаак Аква».

Существуют нормы антропогенной нагрузки для различных биогеоценозов в различных природных зонах. Однако в реальности им мало следуют, вследствие чего туризм и рекреация негативно отражается на экологическом состоянии природных комплексов.

Экологическое состояние природных комплексов территории аржаана Уургайлыг в полном объеме не изучено. Встречаются отдельные исследовательские работы студентов естественно-географического факультета Тувинского госуниверситета, в которых отражены неблагоприятное экологическое состояние территории. Основная проблема в скоплении бытового мусора в пределах аржаана. Настоящая работа не ставила задачу экологической оценки территории, поскольку это должно быть специальное большое исследование. Тем не менее, стоит отметить, что эта проблема остается актуальной.

В 2018 году на аржаане «Уургайлыг» специально обустроен туркомплекс по программе Министерства труда Тувы для населения. Предназначен в большей степени для людей с ограниченными возможностями. Для них выделены льготные путевки на отдых в новом оздоровительном комплексе. В настоящее время в туристском комплексе действуют шесть домиков из оцилиндрованного бревна, четыре юрт, общей вместимостью – 64 мест (рис. 16).

На территории туристического комплекса также имеются:

- гостевые домики;
- юрты в традиционном стиле;
- столовая с пятиразовым питанием;
- административный корпус;
- медицинский пункт и услуги врачей;
- баня с прачечной;
- беседки для семейного отдыха и пикника;
- волейбольная и спортивные площадки.

В полный спектр услуг комплекса также входят

- пешие экскурсии и палаточные стоянки.
- развлечение и отдых (волейбольная площадка, летние беседки, шатры), тематические вечера (концерты, флеш-мобы, акции и другое).
- экспедиции в близлежащие природные достопримечательности.

Всего за летний и осенний сезон 2018 года в туристском комплексе отдохнули и полечились 1325 граждан. Наиболее активными оказались граждане пожилого возраста и маломобильные граждане. Тур стоит 1450 руб./1 чел./сутки. В стоимость путевки включено: 5-тиразовое питание, проживание в 4-х местных домиках, посещение бани, пользование интернетом и телевизором; групповые пешие экскурсии. Имеется возможность выбрать различные варианты услуг, что можно повлиять на стоимость путевки. Также можно купить подарочные сертификаты.

Кроме того, на турбазе функционирует пункт проката туристического инвентаря (палатки, газовые плиты, фонарики, дождевики, спальные мешки и др.).





Рис. 16. Проект бальнеологического комплекса Арголик



Рис. 17. Юрты в туркомплексе

Всего из реализованных путевок по категориям:

- инвалиды – 25 человек. (I группы – 5, II группы – 17, III группы - 3)
- граждане пожилого возраста - 69 человек.
- трудоспособное население – 125 человек.
- студенты – 15 человек.
- несовершеннолетние – 44 человек.
- безработные – 14 человек.

Оплата стоимости путевок возможна перечислением на расчетный счет, путем наличного и безналичного расчета, также есть возможность приобретения подарочных сертификатов. Также на турбазе функционирует пункт проката туристического инвентаря (палатки, газовые плиты, фонарики, дождевики, спальные мешки и др.).

Стоимость путевки в сутки на одного человека составляет 1450 рублей. Услуга включает в себя 5-ти разовое питание, проживание в 4-х местных домиках, посещение бани, использование интернетом и телевизором (данные 2018 года).

Разработка маршрута лечебно-оздоровительной направленности и расчет стоимости тура.

Паспорт тура «Аржаан Уургайлыг»

Наименование маршрута	«Аржаан Уургайлыг»
Общая продолжительность	7 дня/6 ночи.
Сезонность	Круглогодично. В зимнее время гости базы могут не только отдохнуть в теплом домике, но и совершить конную прогулку, покататься на санях и лыжах. Можно скатиться на ледянках с горки.
Протяженность	Находится на территории Тандинского района Тувы, в 7 км от с. Бай-Хаак, в 62 км. от г. Кызыла.
Транспорт	ГАЗ «Соболь»
Питание	5-ти разовое питание
Целевая аудитория	Всех категорий граждан, в том числе для граждан пожилого возраста и инвалидов, семей с детьми-инвалидами.
Вид туристического маршрута	Линейный
Пункт окончания	г. Кызыл
Размещение	На юртах, домиках
Тематика	Лечебно-оздоровительный

Количество участников	7 человек.
В стоимость включено	• Проживание в туристическом комплексе «Арголик» • Питание(завтрак, обед, ужин) • Транспортное обслуживание • Экскурсионное обслуживание • Страхование

Описание тура.

Природа аржаана «Уургайлыг» славится поразительной красотой густыми лесами, чистейшим горным воздухом, своеобразным животным и растительным миром.

Цель тура – отдых на природе в живописной тайге в лечебных целях. В ходе тура участники не только знакомятся с природой Тувы, но почувствуют себя желанными гостями.

Туристический комплекс находится в 7 км от с. Бай-Хаак Тандинского района на источнике «Уургайлыг», в окружении гор «Танды-Уула», где можно просто погулять по лесу и подышать чистейшим горным воздухом. Целебный источник находится на высоте около 1000 м над уровнем моря. Вода источника относится к питьевым водам приоритетного качества. Целебные свойства аржаана «Арголик» помогают при остеохондрозе, полиартрите, при функциональных заболеваниях нервной системы, при избыточной массе тела и ожирении, последствиях травмы опорно-двигательного аппарата, заболеваниях суставов, мышц, сухожилий, последствиях травматических повреждений и заболеваниях периферической нервной системы и ее распространением.

Из народного опыта: оказывает положительное влияние при состоянии после инсульта, при детском церебральном параличе. После лечения на аржаане нормализуется кровяное давление. Противопоказания: заболевания почек и сердечно – сосудистой системы, злокачественные новообразования, доброкачественные опухоли, инфекционные болезни.

Противопоказания: заболевания почек и сердечно-сосудистой системы, злокачественные новообразования, доброкачественные опухоли, инфекционные болезни.

День 1.

Выезд от Кызыла — в Тандинский кожуун в аржаан «Уургайлыг».

Трогаем из Кызыла в 09:00 часов, по пути останавливаемся в живописных местах.

В 11:00 прибытие в туристический комплекс. Заселение участников для отдыха в предоставленных комфортабельных домиках. 12:00 обед. Экскурсия по местности, ознакомление местности, изучение природы. Вечерние душевые процедуры : от подножия до вершины горы бьются из-под земли очень много источников. Каждый источник предназначен для определенной болезни. У каждого источника установлены деревянные кабины, где люди принимают душ, а рядом есть лавочки, для ожидающих свою очередь. А также у подножия есть общие ванны.

День 2.

08:00 подъем, завтрак. Душевые процедуры, соблюдая правила и методику лечения, температура тела, принимающего холодный душ человека, должна быть нормальной. Если человек был разгорячен, длительным хождением или подъемом к месту выхода аржаана, то непосредственно перед душем необходимо отдохнуть, охладиться. Применяемая в тувинской аржаанной практике душевая процедура по методике близка к игольчатому, струевому (душ Шарко), циркулярному душам и душу массажу в гидротерапии (отличается только температурой водной струи)

- при температуре воды ниже 10°C . рекомендуется стоять под струей воды не более 1 – 2 мин;

- при температуре $10 - 15^{\circ}\text{C}$ – не более 3 мин;

- при температуре $15 - 20^{\circ}\text{C}$ – не более 5 мин;

- при температуре выше 20°C – не более 10 мин.

После душа в тувинской практике аржаанного лечения не рекомендуется вытираться полотенцем, нужно сразу одеться потеплее, выпить чашечку горячего чая. После водных процедур обед, прогулка на свежем воздухе.

День 3.

08:00 подъем, завтрак. Душевые процедуры. Прогулка по лесу на лошадях, подышать чистейшим горным воздухом. При питьевом использовании источника: пить по 200 граммов 3 раза в день до еды. Игры на волейбольной площадке. Свободное время.

День 4.

08:00 подъем, завтрак. Душевые процедуры. Посещение бани.

День 5.

08:00 подъем, завтрак. Душевые процедуры. Из дополнительных услуг - разделывание и приготовление «изига-хана» для отдыхающих. Входит в стоимость: разделывание и приготовление, один общий салат, тувинская лепешка и молочный чай «Суттуг-шай». Вечерние посиделки у костра.

День 6.

Свободный день.

День 7.

Подготовка к отъезду.

Таблица 3. Расчет стоимости тура «Аржаан арголик».

Наименование расходов	Стоимость услуги	Количество дней	Общая сумма
Общий расход на группу 7 человек			
Гид-экскурсовод	3500	7	24500
Проживание на домиках	1450	7	10150
Услуги водителя	4000	-	4000
Экскурсия	500	7	3500
Страхование от несчастного случая	300	7	2100

Дополнительные услуги (разделывание барана)	10000	-	10000
Итого по всем статьям расхода			54250
Прибыль 10%			5425
Общий итог			59675

Итого сумма тура «Аржаан Арголик» на одного человека составляет 8525руб.

Стоимость тура на одного человека составляет:8500руб

ЧТО ВЗЯТЬ СОБОЙ

- рюкзак объемом 20-35 л. для самых необходимых вещей, которые должны быть «под рукой»
- Хлопчатобумажное полотенце
- Купальные костюмы
- Запас пищи
- Шлепанцы, сланцы
- Халат
- непромокаемую и сменную одежду, термобелье
- сменную обувь (2-3 пары), носки (6-8 пар)

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Развитие туристского бизнеса в условиях рынка требует наличия рекреационных ресурсов, капитала, технологии и кадров. Отдых людей на лоне природы способствует поддержанию, развитию и укреплению их здоровья. Следовательно, рекреационная оценка относится к разряду социальных. Она базируется на анализе реального и потенциально возможного отношения отдыхающих к условиям отдыха.

Эффективность отдыха определяется возможностью сочетания разных видов занятий, что предполагает необходимость комплексного подхода к оценке ресурсов.

Общее экологическое неблагополучие также пагубно отразилось на состоянии природных комплексов. В настоящее время благоприятные рекреационные ресурсы имеются только на 1/10 территории России, а в наиболее освоенной туризмом европейской части они значительно истощены, и потребуются много лет на их воспроизводство. Поэтому важное значение для развития и долговечности туристской индустрии имеет рекреационное природопользование.

Республика Тыва обладает колоссальными туристско-рекреационными ресурсами, которые при грамотном и эффективном использовании могут стать доходной частью бюджета государства. Одним из таких ресурсов являются минеральные источники – аржааны, распространение которых наблюдается в каждом административном районе.

Разнообразные по минеральному составу и свойствам, различающиеся по доступности и степени освоенности эти природные рекреационные ресурсы составляют основу развития туристско-рекреационной отрасли экономики. Для эффективного и максимально экологического использования ресурсов аржаанов необходимо провести комплексную оценку всех составляющих их природного комплекса.

В рамках настоящей выпускной квалификационной работы нами изучены существующие методы оценки туристско-рекреационных ресурсов.

Проведен анализ территории аржаана Уургайлыг для качественной оценки природных ресурсов методом рекреационной географии, описанным в работах Е.О. Ушаковой, В.Н. Николаенко. Оценка основана на выявлении степени благоприятности тех или иных параметров для рекреационного природопользования. В качестве объектов оценки включены ландшафты, биоклимат и гидроминеральные ресурсы.

Анализ данных природных ресурсов окрестностей аржаана Уургайлыг показал, что:

1. Окружающий ландшафт благоприятный для использования в рекреационной деятельности. Сочетание горно-равнинного рельефа и смена горно-лесного ландшафта лесостепным, еще дальше степным позволяет заниматься разными видами рекреации. Этому способствует и разнообразный растительный мир.
2. Биоклиматические параметры также являются в целом комфортными для организма отдыхающих. Следует отметить, что бывают отклонения от нормы в показателях атмосферного давления, термического режима, которых надо учитывать при проектировании рекреационных нагрузок.
3. Природный источник – пресный аржаан «Уургайлыг» с давних времен используется народом как природный целитель и требует дальнейших всесторонних исследований.

Таким образом, аржаан «Уургайлыг» с благоприятными природными рекреационными ресурсами и имеющейся инфраструктурной базой, имеет большие перспективы в туристско-рекреационном проектировании Республики Тыва.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Айыжы, Е. В. История изучения культа природы у тувинцев в дореволюционный период / Е. В. Айыжы, А. О. Базырчап. — Текст : непосредственный // Вестник КемГУ. — 2014. — № 1. — С. 11.
2. Айыжы, Е. В. Обряды и обычаи связанные с культами природы у тувинцев Республики Тыва РФ, Китай, Монголии в начале XXI в / Е. В. Айыжы, А. О. Базырчап. — Текст : непосредственный // Вестник КемГУ. — 2013. — № 55. — С. 18-23.
3. Алаев, Э. Б. Социально-экономическая география: понятийно-терминологический словарь / Э. Б. Алаев. — Москва : Мысль, 1983. — 384 с. — Текст : непосредственный.
4. Аракчаа, К. Д. Медико-социологические исследования стихийного народного лечения на некоторых пресных аржаанах Тувы / К. Д. Аракчаа. — Текст : непосредственный // Вестник ТувГУ. — 2011. — № 2. — С. 77-82.
5. Аракчаа, К. Д. Природные водные лечебные ресурсы Республики Тыва: состояние и перспективы исследований / К. Д. Аракчаа, С. К. Кужугет. — Текст : непосредственный // I Международная научно-практическая конференция . — 2013. — № 1. — С. 196.
6. Аракчаа, Л. К. О возможной природе лечебных факторов пресных аржаанов Тувы / Л. К. Аракчаа. — Текст : непосредственный // Материал Международной научно-практической конференции. — 2011. — № 2. — С. 17.
7. Аракчаа, Л. К. Реки и озера Тувы / Л. К. Аракчаа, С. С. Курбатская. — Кызыл : ТувГУ, 2015. — 18-24 с. — Текст : непосредственный.
8. Аракчаа, Л. К. Слово об аржаанах Тува / Л. К. Аракчаа. — Москва : ПолиКом, 1995. — 24 с. — Текст : непосредственный.

9. Аракчаа, Л. К. Экология рек и озер Тувы / Л. К. Аракчаа, С. С. Курбатская. — Кызыл : ТувГУ, 1998. — 31 с. — Текст : непосредственный.
10. Багрова, Л. А. Рекреационные ресурсы подходы к анализу понятия / Л. А. Багрова, Н. В. Багров, В. С. Преображенский. // Известия АН СССР. — Москва : Сер. Географическая , 1977. — С. 5-12. — Текст : непосредственный.
11. Биржаков, М. Б. Введение в туризм / М. Б. Биржаков. — Санкт-Петербург : Герда, 2004. — 448 с. — Текст : непосредственный.
12. Букат, М. Б. Исследования по комплексной оценке гидроминеральных ресурсов Тувинской АССР / М. Б. Букат, К. Д. Аракчаа, А. И. Сурин, С. К. Кужугет. — Текст : непосредственный // Отчет по хоздоговорной работе за 1991-1993 гг. — 1991.
13. Булатов, А. Аржаан - природная здравица / А. Булатов. — Текст : непосредственный // Тувинская правда. — 1985. — № 23. — С. 12.
14. Ефимцев, Н. А. Климатический очерк. Природные условия Тувинской автономной области / Н. А. Ефимцев. — Москва : АН СССР, 1957. — 45-65 с. — Текст : непосредственный.
15. Жуланова, Н. В. Современная морфогенетическая характеристика обыкновенных черноземов Тувы / Н. В. Жуланова. — Текст : непосредственный // Вестник ТувГУ. — 2010. — № 2. — С. 12.
16. Зорин, И. В. Энциклопедия туризма / И. В. Зорин, В. А. Квартальнов. — Москва : Финансы и статистика , 2003. — 368 с. — Текст : непосредственный.
17. Казанцева, А. С. Целебные аржааны и озера Тувы / А. С. Казанцева. — Кызыл: Тувинское книжное изд-во, 2010. — 31 с. — Текст : непосредственный.
18. Колотова, Е. В. Рекреационные ресурсосведение. Учебное пособие / Е. В. Колотова. — Москва: Сов. спорт, 1998. — 135 с. — Текст : непосредственный.

19. Конгар, А. Уургайлыг аржаанын тоогузу / А. Конгар. — Текст : непосредственный // Шын. — 1994. — № 8. — С. 4.
20. Копелиович, Г. Б. Аржааны как часть культурно-религиозного ландшафта Республики Тыва / Г. Б. Копелиович. — Текст : электронный // nit.tuva.asia : [сайт]. — URL: <https://nit.tuva.asia/nit/article/view/> (дата обращения: 14.05.2020).
21. Корж, И. Минеральная шкатулка Тувы / И. Корж. — Текст : непосредственный // Шын. — 1984. — № 2. — С. 14.
22. Кружалин, В. И. География туризма / В. И. Кружалин. — Москва : Федеральное агентство по туризму, 2014. — 74 с. — Текст : непосредственный.
23. Кумилова, А. В. Растительные сообщества Тувы / А. В. Кумилова. — Москва : Наука, 1982. — 78 с. — Текст : непосредственный.
24. Кусков, А. П. Рекреационная география / А. П. Кусков, В. Л. Голубева, Т. Н. Одинцова. — Москва : Флинта, 2005. — 493 с. — Текст : непосредственный.
25. Маадыр, М. С. Аржааны Тувы в контексте развития туристско-рекреационных зон / М. С. Маадыр. — Текст : электронный // Новые исследования Тувы : [сайт]. — URL: <https://nit.tuva.asia/nit> (дата обращения: 06.05.2020).
26. Махов, С. Ю. География рекреационных систем и туризма. Оценка рекреационных систем / С. Ю. Махов. — Орел : ФГБОУ ВПО "Госуниверситет-УНПК", 2012. — 157 с. — Текст : непосредственный.
27. Мироненко, Н. С. Рекреационная география / Н. С. Мироненко, И. Т. Твердохлебов. — Москва : МГУ, 1981. — 207 с. — Текст : непосредственный.
28. Ондар, А. Э. Бальнеологические ресурсы Республики Тувы. Перспектива их освоения. / А. Э. Ондар. — Кызыл : Типография Госкомитета по печати и информации Республики Тыва , 2003. — 5-14 с. — Текст : непосредственный.

29. Ооржак, Т. Уургайлыг аржаанда / Т. Ооржак. — Текст :
непосредственный // Тыванын аныяктары. — 2001. — № 33. — С. 6-8.
30. Пиннекер, Е. В. Минеральные воды Тувы / Е. В. Пиннекер. — Кызыл :
Тувинское книжное изд-во, 1968. — 77-94 с. — Текст :
непосредственный.
31. Пирожник, И. И. Основы географии туризма и экскурсионного
обслуживания / И. И. Пирожник. — Минск : Университетское , 1985.
— 253 с. — Текст : непосредственный.
32. Преображенский, В. С. Теоретические основы рекреационной
географии / В. С. Преображенский. — 2-е изд. — Москва : Наука,
1975. — 222 с. — Текст : непосредственный.
33. Реймерс, Н. Ф. Природопользование. Словарь-справочник / Н. Ф.
Реймерс. — Москва : Мысль, 1990. — 637 с. — Текст :
непосредственный.
34. Самбуу, А. Д. Сохранения разнообразия растительного мира Тувы и
сопредельных регионов Центральной Азии: история, современность,
перспектива / А. Д. Самбуу. — Кызыл : ФГБУН Тувинского института
комплексного освоения природных ресурсов, 2016. — 63-65 с. — Текст
: непосредственный.
35. Саранча, А. Д. Концептуальное определение понятия "рекреация" / А.
Д. Саранча. — 4-е изд. — Северо-Кавказский регион : Естественные
науки, 2009. — 127-131 с. — Текст : непосредственный.
36. Саранча, А. Д. Методологические проблемы интегральной оценки
туристско-рекреационного потенциала / А. Д. Саранча. — Текст :
непосредственный // Вестник Удмуртского университета. Наука о
Земле. — 2011. — № 1. — С. 14.
37. Сарбаа, Д. Д. Каталог флоры Республики Тыва / Д. Д. Сарбаа, Р. Б.
Шанмак. — Кызыл : ТувГУ, 2015. — 23 с. — Текст : непосредственный.

38. Ушакова, Е. О. Методологические основы оценки ресурсов развития туризма региона / Е. О. Ушакова, И. И. Золотарев, С. А. Вдовин. — Новосибирск : СГГА, 2014. — 194 с. — Текст : непосредственный.
39. Ханминчун, В. М. Флора Восточного Танну-Ола (Южная Тува) / В. М. Ханминчун. — Новосибирск : Наука, 1980. — 13-17 с. — Текст : непосредственный.
40. Харламова, Н. Ф. Рекреационная география / Н. Ф. Харламова. — Барнаул : Алтайский ун-т, 2010. — 116 с. — Текст : непосредственный.
41. Шпейзер, Г. М. Исследования по комплексной оценке гидроминеральных ресурсов Тувинской АССР / Г. М. Шпейзер, К. Д. Аракчаа, С. К. Кужугет. — Текст : непосредственный // Отчет по хоздоговорной работе за 1989 г.. — Кызыл : Отчеты сданы в Минздрав Тув. АССР, 1989.