

ӘОЖ 338.38

**НҰР-СҰЛТАН ҚАЛАСЫНДАҒЫ ДЕМАЛЫС ЖӘНЕ САУЫҚТЫРУ  
САЛАСЫНЫҢ ДАМУЫ**

**Тәуекел Саяна, Тастанова Диана**

Л.Н. Гумилев атындағы ЕҰУ, «Туризм» мамандығының 2 курс студенттері  
Нұр-Сұлтан, Қазақстан  
Ғылыми жетекшісі – аға оқытушы, магистр Мукатова Р.А.

Нұр-Сұлтан бүгін елорда тұрғындары мен қонақтарын үнемі өзгеріп отыратын бейнемен қуантып келеді. Бүгін, бірнеше жыл бұрын да мегаполистің әртүрлі аудандарында ауқымды құрылыс жұмыстары жүргізілуде. Өзінің архитектуралық шешімі бойынша қайталанбас және бірегей жаңа қонақ үйлер, туристерге арналған сауықтыру орталықтары, кеңселер-аспан үйлері, ойын-сауық орталықтары мен белсенді демалыс орындары қонақжай қазақ жеріне келгендердің ешқайсысын бей-жай қалдырмайды.

Нұр-Сұлтаннның даму диалектикасы ұзақ мерзімді стратегияны қабылдау қажеттілігін өзектендірді, өйткені Қазақстан астанасының даму әлеуеті демографиялық аспектіні ғана емес (мегаполис халқының өсуі), сондай-ақ инфрақұрылымды қалыптастыру, демалыс саласын дамыту және сауықтыру, қала құрылысы және аумақтық жоспарлау сияқты салаларды қамтыды. Бұдан басқа, республиканың астанасы бола отырып, Нұр-Сұлтан автоматты түрде елдің қаржы орталығына, сондай-ақ Қазақстанның маңызды торабына айналғанын ескеру қажет болды.

Егер атмосфералық ауа туралы айтатын болсақ, гидрометеорологиялық мониторинг орталығының мәліметтеріне сәйкес, Нұр-Сұлтан экологиясының жағдайы 2014 жылы 2008 жылмен салыстырғанда айтарлықтай жақсарды. Егер 2008 жылы атмосфералық ауаның ластану индексі (ИЗА5) 8,09 болса, 2009 жылы ИЗА5 4,67 – ге дейін төмендеді (Алматыда ИЗА5 – 12,1 бірлік), ал өткен жылы ИЗА5 тек 3,7 бірлікті құрады, ал Алматыдағы атмосфералық ауаның ластану индексі 2014 жылы 11,2 бірлікті құрады [1].

Осылайша, Республика астанасын одан әрі дамытудағы адам факторының басымдылығы айқын болады. Бұл ретте Нұр-Сұлтан қаласын орнықты дамытудың басты стратегиялық мақсаты сыртқы және ішкі факторларды тиімді пайдалану, қоршаған ортаны сақтау және сауықтыру кезінде экономикалық және әлеуметтік саланың серпінді дамуын қамтамасыз ету арқылы халықтың өмір сүру деңгейі мен сапасын арттыру болып табылады.

Балаларды қорғау, жастар мен жасөспірімдердің демалысын, сауықтырылуын, жұмыспен қамтылуын ұйымдастыру, балалардың қадағалаусыз қалуының, құқық бұзушылық пен қылмыстың алдын алу, балалардың денсаулығын, қауіпсіздігін және шығармашылық дамуын нығайту үшін қажетті жағдайлар жасау саласындағы мемлекеттік саясат мақсатында Қазақстан Республикасының Үкіметі қаулы етеді (кесте 1).

Кесте 1. Демалыс және сауықтыру саласының даму қажет жағдайлар

1) балалармен мәдени іс-шараларды өткізуге жергілікті бюджеттерде көзделген қаражат есебінен, сондай-ақ демеушілік және қайырымдылық көмекті тарту есебінен балалар мен жасөспірімдердің демалысын, сауықтырылуын, жұмыспен қамтылуын ұйымдастыру және өткізу;
2) облыстардың, қалалар мен аудандардың ерекшеліктерін, экономикалық жағдайларын, ата-аналар мен балалардың ұйымдастырылған демалысқа деген қажеттіліктерін ескере отырып, ағымдағы жылға арналған балалар мен жасөспірімдердің демалысын, сауықтырылуын және жұмыспен қамтылуын әзірлеу және бекіту;
3) күндізгі келетін мектеп жанындағы лагерьлерді, мектептен тыс ұйымдар жанындағы лагерьлерді, тұрақты және мектеп жанындағы Еңбек және демалыс лагерлерін, мектеп орманшылықтарын ұйымдастыру;
4) сауықтыру ұйымдарында санитарлық-эпидемиологиялық салауаттылықты және өртке қарсы қауіпсіздікті қамтамасыз ету;

5) бірінші кезекте жетім балалардың, ата-анасының қамқорлығынсыз қалған балалардың, аз қамтамасыз етілген, көп балалы және толық емес отбасылардың балаларының, Экологиялық қолайсыз аудандарда тұратын балалардың демалысы мен сауықтыруын ұйымдастыруды қамтамасыз етсін;

Шипажайларда сауықтыру курстарынан өтуге және Қазақстанның шалғай курорттарында ғана емес, Нұр-Сұлтан қаласында да демалуға болады. Тыныш, жайлы қонақ үй-Катон-Қарағай, Нұр-Сұлтан қаласының жас ауданында, «ЕВРАЗИЯ» сауда орталығына жақын орналасқан. Қонақ үй кешенінде жайлы ішкі аула, жанды музыкасы бар мейрамхана, конференц-зал бар. Барлық тұратындарға тегін: таңғы ас, бильярд, жаттығу залы, Интернет WI-FI, күзетілетін автотұрақ, сондай-ақ жас мүйіздерден алынған марал мен бұғы мүйізінен алынған панталық өнімдер негізіндегі сауықтыру шаралары ұсынылады. Жолдаманы сіз сондай-ақ тапсырыс беруге болады осы портал арқылы [2].

Елорда тұрғындарына «Катон-Қарағай» сауықтыру кешені бір сағаттан кем емес уақытқа созылатын панталық емшара кешенін ұсынады және оған: панталық термобочка, панталық ингаляция, аппликация,микроклизма, аяқ ваннасы, панталық коктейль кіреді. Кешеннің құны 5000 тг. Дәрігерлер оңтайлы нәтиже алу үшін жоғарыда көрсетілген панталық емшаралар кешенінің 10 күндік курсынан өтуді ұсынады. 10 күндік курсқа абонемент құны 20% жеңілдікпен 40000 тг.

Елорда қонақтары үшін шипажайлық-курорттық емделуге жолдама қарастырылған. Жолдаманың құны 10 күн – бір адамға 110 000 теңге. Жолдаманың бағасына енгізілген: 2 жергілікті стандартты нөмірде тұру, 4 рет тамақтану, панталық процедуралардың барлық түрлері, Нұр-Сұлтанның көрікті жерлері бойынша экскурсиялар, бильярд, wi-fi интернет, дәрігердің консультациясы. Сауықтыру кешені демалыссыз жұмыс істейді [4].

Мысал ретінде 3 күндік демалыс және сауықтыру бағдарламасы.

#### 1-ші күн

09:00 - Таңғы ас  
10:00 - Тренажерный зал  
11:00 - Қосымша емдік кір ваннасы  
12:30 - Ауаға шығып қайту  
14:00 - Түскі ас  
15:00 - Демалу уақыты  
16:00 - Бассейн уақыты  
17:00 - Емдік шаралар  
18:00 - Кешкі ас  
19:00 - Анимациялық кештер  
20:00 - Кешкі кино программалар  
21:00 - Ұйқы уақыты

#### 2-ші күн

09:00 - Таңғы ас  
10:00 - Спорттық залда жүгіру  
11:00 - Экскурсия  
12:00 - Серундеу  
14:00 - Түскі ас  
15:00 - Марафон  
16:00 - Теннис  
17:00 - Поход  
18:00 - Кешкі ас  
19:00 - Балаларға арналған қызықты кештер  
20:00 - Кешкі кино программалар  
22:00 - Ұйқы уақыты

#### 3-ші күн

- 09:00 - Таңғы ас
- 11:00 - Емдеу процедуралары
- 12:00 - Санаторий айналасында жігіру
- 14:00 - Түскі ас
- 15:30 - Демалушының қалауы бойынша СОО
- 17:30 - Кешкі ас
- 19:30 - Демалу уақыты
- 20:30 - Бассейн
- 21:30 - Кино программалар
- 22:00 - Ұйқы уақыты

Науқасты негізінен табиғи шипалы емдермен (минералды су, емдік балшық, климат), физиотерапия, диета, емдік дене шынықтырумен және режиммен емдейтін емдеу-сауықтыру мекемесі. Санаторилар көрсететін қызмет түріне қарай: бір бағытты (белгілі бір ауруды ғана емдеу) және көп бағытты (бірнеше ауру түрін емдеу) болып бөлінеді. Санаториларде негізгі емдік факторлар: минералды су (тұз мөлш. 0,5 - 15,2 г/л), атап айтқанда, радон, йод, бром, темір, азот, кремний аралас ыстық су; шөгінді балшық, күкірт қышқылды балшық (сульфид); шипалы климат. Санаторийде емделу мерзімі – әдетте 21 - 24 күнге созылады [5]. Осыған байланысты, Сауықтыру және демалыс орындарының ұсынысын қарастыруға болады (кесте 2).

Кесте 2. Сауықтыру және демалыс орындарына ұсыныс.

Экологиялық тур түрі	Негізгі мақсаттары
Ғылыми және танымдық турлар	Орнитологиялық, ботаникалық, пейзаждық-географиялық, археологиялық, этнографиялық және басқа да зерттеулер
Қызықты турлар	Жаяу серуендеу, су, ат, тау сапары
Жазғы студенттік (оқушы) практикалары	Танысу, өндіру, диплом алдындағы және т.б.
Жазғы лагерьлер және оқушыларға арналған бағдарламалар	Жергілікті өлкетану, ботаникалық, зоологиялық, археологиялық, геологиялық және т.б.
Демалыс күнгі сапарлар	Экскурсиялар, демалыс
Ішкі немесе халықаралық турлар	Экологиялық конференцияларға, симпозиумдарға, достар мен туыстарға бару, іссапарларға бару және т.б.

Қазақ «Тазалық-саулық негізі, саулық – байлық негізі» деп бекер айтпаса керек. Гүлденген экономиканы дені сау, саналы азаматтар жасайды. Сондықтан жолдаудағы салауатты өмір салтын қалыптастыру және оны насихаттау шараларын белсендірек жүргізгеніміз абзал болады. Адамның жұмыс қабілеттілігін (рекреацияны) жақсарту үшін арнайы жағдай жасау керек.

Санаторлы-курорттық емі туризмі туристік классификация ішінде өзіндік орны бар. Соған орай елімізде емдік сауықтыру рекреациялық ресурстарын зерттеу, талдау мәселелері қолға алынууда. Адамдардың рекреациялық қызметі бірнеше аспектілерден тұрады: медико-биологиялық, әлеуметтік-мәдени, экономикалық. Рекреациялық қызметінің ең негізгі аспектісі медико-биологиялық болып табылады. Оның құрамында - денсаулықты жақсарту, курортологиялық емдеу қажет ететін адамдарға көмек көрсету және аурудың алдын алу; Адамның жұмыс қабілеттілігін (рекреацияны) жақсарту үшін арнайы жағдай жасау керек. «Рекреация» сөзінің мағынасы - «дема алу, адамның күшін қалпына келтіру» білдіреді.

Әлеуметтік-мәдени қызметке - әлемді, табиғатты, тарихты, мәдениетті тану, яғни танымдылық мақсаты; Экономикалық аспектіге - адамның еңбекке деген қабілеттілігін жақсарту. Курорттық-рекреациялық шаруашылыққа санаториялар, демалыс үйлер, туризм

және қызмет көрсету бөлімдері жатады. Олардың басты мақсаты халықтың рекреациялық қажеттіліктерін рекреациялық (табиғи, мәдени-тарихи және әлеуметтік-экономикалық) ресурстар арқылы қанағаттандыру. Адамдардың денсаулығын сақтау және күшейту, олардың еңбекке деген ынтасын арттыру бұл әр мемлекеттің әлеуметті саясаттың міндеті, олардың шешуі туризмнің басты рөлі болады, сонымен қатар негізгі емдік функциялар мен белсенді демалыс және санаторлық – курорттық ем, адамдардың қиын аурулардан өткенін, қайта өз денсаулығын нығайту үшін арналған және емдік процессін жалғастыруға мүмкіндік береді. Туризм арқылы емдеу – өндірісте және өндірістік емес мәселелерін шешудің бір рөлі, адамның физикалық және психологиялық шаруадан шыққан. Дұрыс ұйымдастырылған және белсенді демалыстың кең қолдануы адамдарды физикалық жағынан күштерді нығайтатын, сыртқы ортаға және жағымсыз әсерлерден кері ұстауға мүмкіндік береді. Денсаулықты сауықтыру туризмі, адамдардың денсаулығын күшейтеді, адам ағзасының маңызды жүйесін қалпына келтіреді [3].

#### **Қолданылған әдебиеттер тізімі**

1. Қазақстан Республикасының үкіметі қаулысы [Электронды қор]. – Кіру тәртібі: [https://tengrinews.kz/zakon/pravitelstvo\\_respubliki\\_kazahstan\\_premier\\_ministr\\_rk/zdravoohranenie/id-P990000432\\_/](https://tengrinews.kz/zakon/pravitelstvo_respubliki_kazahstan_premier_ministr_rk/zdravoohranenie/id-P990000432_/)
2. Астананың дамуы бірінші кезекте әлеуметтік мәселелерді шешуді қарастырады [Электронды қор]. – Кіру тәртібі: [https://liter.kz/ru/articles/show/10401-razvitiye\\_astany\\_v\\_pervuyu\\_ochered\\_predsmatrivaet\\_resheniye\\_socialnyh\\_voprosov](https://liter.kz/ru/articles/show/10401-razvitiye_astany_v_pervuyu_ochered_predsmatrivaet_resheniye_socialnyh_voprosov)
3. Нұр-Сұлтан қаласындағы шипажайына бару [Электронды қор]. – Кіру тәртібі: <http://visitkazakhstan.kz/ru/guide/sanatoriums/15/0/astana/>
4. Емдік-сауықтыру [Электронды қор]. – Кіру тәртібі: <http://freepapers.ru/107/emdksauytyru-oryndary/243813.1640931.list1.html>
5. Санаторлы-курорттық ем [Электронды қор]. – Кіру тәртібі: <https://kk.wikipedia.org>