

ПРОЕКТИРОВАНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ МАРШРУТОВ КАК ИНСТРУМЕНТА ФОРМИРОВАНИЯ ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ЛАНДШАФТОВ В СТРУКТУРЕ ЛЕСНОГО ФОНДА

В.П. Шляжко, 4 курс

Научный руководитель – О.Н. Левшук, старший преподаватель
Полесский государственный университет

В условиях глобальной урбанизации общества проблема сохранения психосоматического здоровья населения становится приоритетной задачей. Пригородные лесничества, обладая значительным биосферным и рекреационным потенциалом, выступают оптимальной базой для создания инновационных оздоровительных объектов [1].

Современная стратегия ведения лесного хозяйства в пригородных зонах требует глубокой интеграции рекреационных функций в традиционную систему лесопользования. В настоящее время лесничества перестают быть исключительно сырьевой базой и трансформируются в объекты социально-экологического сервиса [3]. Научная актуальность работы обусловлена необходимостью разработки экологических маршрутов, которые не только обеспечивают сохранение биоразнообразия, но и выступают инструментом превентивной медицины. Большой вклад в развитие идей о целебной силе ландшафта внес ученый В.А. Николаев, обосновавший эстетическое и оздоровительное значение природных комплексов, а также С.В. Капцов, детально изучивший потенциал экологического туризма в лесном фонде.

В структуре терапевтического ландшафта особое место занимает дендропарк, который в отличие от естественного леса, позволяет сконцентрировать на ограниченной территории виды-интродуценты с высокими эстетическими и лечебными свойствами. Данные территории выступают как часть экологического маршрута, обогащает визуальный ряд за счет смены сезонных аспектов цветения и окраски листвы, что, согласно исследованиям ландшафтных архитекторов, значительно повышает уровень психологического комфорта [2]. Дендропарк служит образовательным ядром маршрута, где посетитель знакомится с биоразнообразием, что укрепляет его экологическое самосознание.

В качестве объекта изучения была выбрана территория части лесничества в деревне Мокрая Дуброва, примыкающая к автомобильной трассе Р-105, соединяющей Логишин и Ганцевичи. С северной и восточной сторон деревня тесно граничит с густыми лесными массивами Телеханского лесхоза. На участке исследования распространены дерново-подзолистые почвы лёгкого гранулометрического состава. Климат умеренно континентальный, с мягкой зимой и умеренно теплым летом. Результаты инвентаризации показали, что на участке доминирует клен остролистный (*Acer platanoides*) с порослью аронии черноплодной (*Aronia melanocarpa*). Насаждения характеризуются высокой степенью здоровья – 92% деревьев не имеют повреждений. По возрастной структуре преобладает средневозрастная группа (20–40 лет). Результаты исследований указывают на отличный потенциал участка для создания терапевтического ландшафта, что дает возможность реализовать проект с учетом всех требований по благоустройству.

Одним из перспективных направлений является создание благоустроенного лесного пруда на территории лесничества в деревне Мокрая Дуброва, который функционирует как гидроценоз. Исследования И.П. Павлова о влиянии внешних раздражителей на нервную систему подтверждают, что шум воды и созерцание зеркальной поверхности способствуют развитию торможения в коре головного мозга, что часто воспринимается как релаксация [3]. В результате реализуемого сценария возможно повышение уровня физиологического расслабления, снижение уровня стресса и укрепление иммунной системы у посетителей.

Вариант развития орнитологической составляющей маршрута через создание специализированных "отелей для птиц" и кормовых станций позволяет реализовать принципы орнитотерапии. Для лесного хозяйства привлечение насекомоядных птиц является методом биологической защиты насаждений, в то время как для человека звуки природы служат фактором снижения мышечного тонуса. Интеграция таких зон в структуру экологического маршрута, по мнению В.П. Чижовой

повышает экологическую грамотность населения и формирует устойчивые связи между обществом и лесными экосистемами [4].

Реализация создания сенсорных дорожек – специализированных участков тропы с последовательной сменой субстратов (хвойный опад, кора, мох), способна стимулировать нервные рефлексы, повышая общую резистентность организма и улучшая показатели здоровья у участников Н.А. Коновалова подчеркивала важность сенсорного разнообразия в городской и пригородной среде. Для лесничества создание таких дорожек из локальных материалов является экологически безопасным решением, не нарушающим биохимический состав почв [5].

При выборе конкретных вариантов развития ландшафта следует учитывать такие факторы, как природные условия, доступность материалов и потенциальная польза для здоровья посетителей. Объединение нескольких сценариев, например, интеграция водного объекта, орнитологических зон и сенсорных дорожек, может существенно повысить эффективность терапии и сохранить биологическую гармонию территории [6].

Территория лесничества в деревне Мокрая Дуброва обладает всеми необходимыми факторами для реализации комплексного подхода: благоприятными природными условиями, богатством натуральных материалов и высоким потенциалом для улучшения психологического и физиологического состояния посетителей. Можно выделить ряд основных возможностей и преимуществ при организации терапевтических ландшафтов в структуре лесничества в деревне Мокрая Дуброва:

психологическое оздоровление и снижение стресса: пребывание среди деревьев снижает уровень стресса и артериальное давление; лесной пруд создает визуальный фокус, издает успокаивающие звуки, увлажняет воздух, что помогает медитации, релаксации и снижению тревожности;

физическая реабилитация и сенсорная стимуляция: сенсорные дорожки (прогулки босиком по различным поверхностям - песок, кора, мох) стимулируют кровообращение, баланс и координацию; возможность проводить занятия лечебной физкультурой, скандинавской ходьбой; сенсорные элементы помогают детям с особенностями развития успокоиться, а также развивают моторику;

экологическое воспитание и социализация: наличие орнитологической зоны позволяет проводить экскурсии, знакомить посетителей с местной флорой и фауной; зоны отдыха и пешеходные маршруты создают безопасное место для общения;

комплексное воздействие: птичье пение и шум воды маскируют антропогенный шум, а лесной воздух, насыщенный фитонцидами улучшает работу дыхательной системы.

Таким образом, в данном случае возможна гармоничная синергия различных ландшафтных приемов, что открывает перспективы формирования многофункционального ландшафта высокой экологической и терапевтической ценности.

Список использованных источников

1. Потаев, Г.А. Формирование архитектурно-ландшафтных композиций: учебно-методическое пособие по дисциплине "Ландшафтная архитектура" для студентов специальности 1-69 01 01 "Архитектура" / Г.А. Потаев, Е.Е. Нитиевская. – Минск: БНТУ, 2010. – 42 с.
2. Атрохин В.Г. Лесоводство и дендрология : [учеб.]. – М. : Лесная промышленность, 2017. – 368 с.
3. Павлов И. П. Влияние природных факторов на физиологию человека/ Под ред. А. М. Жданова. – Минск: Наука и образование, 2017. – 356 с.
4. Чижова В. П. Терапевтическая роль природных ландшафтов в восстановлении здоровья человека // Журнал экологической медицины. – 2020. – № 4. – С. 45–52.
5. Коновалова Н. А. Влияние сенсорных элементов природной среды на нервно-мышечную активность // Вестник медицинской науки. – 2021. – № 2. – С. 23–29.
6. Левшук, О.Н. Формирование территории и создание условий для организации глэмпинга / О.Н. Левшук, Е.Д. Бублей // Инжиниринг: теория и практика : материалы III международной научно-практической конференции, Пинск, 28 апреля 2023 г. / Министерство образования Республики Беларусь [и др.] ; редкол.: В.И. Дунай [и др.]. – Пинск : ПолесГУ, 2023. – С. 110-113.