

Министерство просвещения Российской Федерации  
Российско-Таджикское Государственное Бюджетное Общеобразовательное  
Учреждение «Средняя общеобразовательная школа с углубленным  
изучением отдельных предметов в г. Турсунзаде имени Д.И. Менделеева»  
VIII Международный конкурс исследовательских проектов школьников  
«Древо жизни»

Исследовательская работа:

«Развитие туризма в моём родном крае-Таджикистане»

Автор:

ученик 9 «Г» класса Шамиев  
Сардорбек

Научный руководитель:

Амиркулов Акрамжон Мамажонович,  
учитель «Истории таджикского народа»

г. Турсунзаде, 2026 г.

## Содержание

Введение.....	стр.3
1.Основная часть.....	стр.5
1.1. Понятие туризм.....	стр. 5
1.2. Чудо природы “Долина Чилдухтарон” .....	стр.6
1.3. Историка - природный парк Ширкент.....	стр.7
1.4. Озеро Искандеркуль.....	стр.7
1.5. Чилучор Чашма.....	стр.8
1.6. Маргузорские озера.....	стр.9
1.7. Тайна легендарной пещеры Мата - Таш.....	стр.11
1.8 Озеро Сарез.....	стр.12
2. Практическая часть.....	стр.14
2.1 Список популярных объектов внутреннего туризма на основе анализа опроса интернет - изданий.....	стр.14
2.2 Диагностика мнения одноклассников на основании анкетирования.....	стр.15
2.3 Поиск экскурсионных возможностей, составление собственного туристического маршрута.....	стр.16
Заключение.....	стр.17
Список литературы.....	стр.18
Приложение.....	стр.19

## Введение

В условиях глобализации и активного развития международных связей туризм становится одной из наиболее значимых и перспективных отраслей мировой экономики. Он оказывает существенное влияние на социально-экономическое развитие государств и регионов, способствует росту занятости населения, развитию транспортной и сервисной инфраструктуры, повышению уровня жизни, а также укреплению культурных и гуманитарных связей между народами. Туризм выполняет не только экономическую, но и важную социально-культурную функцию, способствуя сохранению исторического наследия, традиций и национальной самобытности.

Для Республики Таджикистан развитие туристической отрасли имеет особую актуальность. Страна обладает уникальным сочетанием природных, историко-культурных и этнографических ресурсов, способных привлечь туристов как из ближнего, так и из дальнего зарубежья. Более 90 процентов территории Таджикистана занимают горы, что создаёт благоприятные условия для развития горного, экологического, альпинистского и приключенческого туризма. Памир, Фанские горы, озёра Искандеркуль, Каракуль, Сарез, быстрые горные реки и живописные долины представляют собой значительный рекреационный потенциал страны.

Не менее важную роль в развитии туризма играет богатое историко-культурное наследие Таджикистана. На территории республики расположены памятники древних цивилизаций, археологические комплексы, мавзолеи, крепости и города, связанные с историей Великого шёлкового пути. Такие объекты, как Саразм, Гиссарская крепость, Аджина-Теппа, древний Пенджикент и другие, являются ценными историческими и культурными достопримечательностями, способствующими развитию культурно-познавательного туризма. Национальные традиции, народные ремёсла, кухня и обычаи таджикского народа также представляют значительный интерес для туристов.

В последние годы в Республике Таджикистан на государственном уровне уделяется повышенное внимание развитию туризма как приоритетного направления экономической политики. Реализуются программы по улучшению туристической инфраструктуры, расширению гостиничной сети, подготовке кадров в сфере туризма, а также продвижению туристического потенциала страны на международном уровне. Проведение тематических годов развития туризма и ремёсел способствовало росту интереса к внутреннему и въездному туризму. Таджикистан в 2025 году посетили 2,1 млн иностранных туристов, этот показатель на 27,5 % или 384 тыс. человек, превышает уровень 2024 года. В частности, из стран СНГ в Таджикистан приехали 1,634 млн человек. Ещё 149,9 тыс. туристов из стран дальнего зарубежья. Из России в Таджикистан приезжали 396,4 тыс. туристов. Следует отметить, Таджикистан сохраняет популярность у российских туристов на фоне общего роста интереса к Центральной Азии.

Вместе с тем, несмотря на значительные ресурсы и положительные тенденции, туристическая отрасль Таджикистана сталкивается с рядом проблем. К ним относятся недостаточная развитость транспортной и сервисной инфраструктуры в отдельных регионах, ограниченная информационная доступность туристических объектов, недостаточный уровень подготовки специалистов, а также необходимость более активного продвижения туристического имиджа страны. Данные обстоятельства обуславливают необходимость всестороннего анализа современного состояния туризма и поиска эффективных путей его дальнейшего развития.

Актуальность данной исследовательской работы определяется необходимостью комплексного изучения туристического потенциала родного края — Республики Таджикистан, выявления факторов, влияющих на развитие туристической отрасли, а также определения перспектив и направлений её совершенствования. Исследование данной темы способствует формированию у обучающихся интереса к истории, культуре и природе своей страны, развитию патриотического сознания и пониманию значения туризма как важного фактора устойчивого социально-экономического развития государства.

**Актуальность** данной работы очевидна, так как она должна показать, что в родном краю имеются очень интересные природные достопримечательности, о которых мало кто знает, но хотелось бы, чтобы о них узнали как можно больше учащихся и их родителей моей школы. А этих знаний мало потому, что таджикские семьи очень редко путешествуют. Мне хочется привлечь внимание людей к этой проблеме и помочь семьям составить маршрут путешествий, стараясь с максимальной пользой провести дни со своей семьёй.

Нам повезло – мы живём в стране, в которой много исторических памятников, чудес природы, красивых городов с интересной историей. Я решила провести собственное исследование необычных мест окрестностей родного края.

**Предмет** исследования – использование легенд для привлечения внимания туристов к достопримечательностям Республики Таджикистан.

**Объект** исследования – уникальные природные объекты родного края.

**Гипотеза:** если предоставить жителям родного края достаточно информации о достопримечательностях РТ, то внутренний поток туристов, а за ним и внешний в РТ возрастёт.

**Практическая** значимость работы заключается в том, что материалы исследования можно использовать на уроках истории, географии, окружающего мира в начальной школе, для проведения классных часов по темам “Родной край в легендах”, внеклассных мероприятиях, в краеведческой работе, как материал для школьного музея и читального зала школьной библиотеки.

**Цель:** определить туристический потенциал родного края, составить собственный маршрут летнего путешествия.

**Задачи:**

1. Изучить и обобщить сведения о наиболее интересных местах родного края.
2. Развивать интерес и уважительное отношение к природным объектам своей местности у обучающихся школы.
3. Провести опрос школьников для выяснения, насколько хорошо они знакомы с чудесами, созданными природой, которые находятся в родном краю, где они уже побывали и где хотели бы побывать.

**Методы исследования:**

1. сбор и изучение научно – методической литературы по выбранной теме;
2. изучение списка популярных объектов внутреннего туризма;

3. нахождение конкретных путей для решения проблемы;
4. практическая демонстрация решения проблемы.

### **Научная новизна исследования**

Научная новизна данной исследовательской работы заключается в комплексном рассмотрении туристического потенциала Республики Таджикистан с учётом природных, историко-культурных и социально-экономических особенностей родного края. В работе предпринята попытка проанализировать современные направления развития туризма и определить наиболее перспективные виды туристической деятельности, актуальные для региона.

Новизна исследования также состоит в выявлении актуальных проблем, сдерживающих развитие туризма в Таджикистане, и формулировании практических рекомендаций по их преодолению. Особое внимание уделяется роли внутреннего и экологического туризма, а также значению сохранения культурного наследия и природных ресурсов в условиях расширения туристической деятельности.

## **1. Основная часть**

### **1.1. Понятие туризм**

Слово «tourist» появилось в английском языке в начале XIX века и в переводе с английского означает: тот, кто совершает поездку ради собственного удовольствия или расширения культурного кругозора.

Таджикистан, обладая уникальными природными ресурсами и самобытной культурой, имеет огромный нереализованный потенциал для развития туризма как на международном и региональном рынках, так и на внутреннем рынке.

Индустрия туризма в Республике Таджикистан на государственном уровне признана одной из приоритетных отраслей экономики. Современные тенденции в развитии этой отрасли таковы, что туристы, которые хорошо изучившие известнейшие курорты мира, стремятся в те страны, где туристический сектор только начинает развиваться. С этой позиции привлекательность Таджикистана растёт.

Моя удивительная страна расположена в Средней Азии – это горный Таджикистан. Главное достояние этого места – уникальные природные ресурсы, которые и являются основными достопримечательностями государства. Таджикистан окружают горные пики Памира, живописные парки, озера Фанских гор, ущелья, целебные горячие источники и многое другое. Это одно из немногих мест, где находится огромное количество национальных заповедников и парков. В списке главных достопримечательностей Таджикистана числится сама природа, которая не оставляет никого равнодушным. Особого внимания заслуживают Анзобский “минарет”, Чилдухтарон, Мата – Таш, Гиссарская крепость, озеро Искандеркуль, древнее поселение Саразм, озеро Сарез, Чилучор Чашма, историка -природный парк Ширкент, Маргузорские озера, Сафед - Дара, Ходжа Обигарм и другие.

### **1.2. Чудо природы “Долина Чилдухтарон”**

Долина Чилдухтарон (в переводе с таджикского — «Сорок девушек») расположена на юге Республики Таджикистан, в Муъминободском районе Хатлонской области. Она находится в горной местности на высоте около 1500–1700 метров над уровнем моря и является частью юго-западных отрогов Памиро-Алая.

Местность труднодоступна, что позволило сохранить её первозданный природный облик и особую атмосферу уединённости.

Главной особенностью долины является группа из сорока величественных каменных столбов, которые по форме напоминают стройных женских фигур. Эти скальные образования имеют высоту от 10 до 20 метров и расположены плотной группой, создавая впечатление застывшего хоровода.

Скалы сложены преимущественно из песчаника и глины, что придаёт им мягкие очертания и светло-коричневый, иногда розоватый оттенок, особенно красивый на закате.

Особую известность долине принесла древняя народная легенда, глубоко укоренившаяся в культурной памяти таджикского народа.

Согласно преданию, во времена вражеского нашествия сорок девушек, чтобы не попасть в плен, обратились к Всевышнему с мольбой сохранить их честь и свободу. Их молитва была услышана — девушки превратились в камень, навсегда оставшись на родной земле как символ чистоты, мужества и верности традициям.

Эта легенда придаёт долине не только природную, но и духовно-нравственную ценность, делая её местом памяти и уважения.

Климат в районе Чилдухтарона умеренно континентальный: лето тёплое и сухое, зима сравнительно мягкая, весной долина особенно живописна благодаря цветущим травам и кустарникам.

Флора представлена: горными травами, миндалём, можжевельником, дикорастущими лекарственными растениями.

Фауна включает: горных птиц, лис, зайцев, редкие виды пресмыкающихся.

Долина Чилдухтарон признана одним из самых загадочных и живописных природных памятников Таджикистана. Она привлекает:

туристов, фотографов, исследователей, любителей этно- и экотуризма.

Долина Чилдухтарон является не просто геологическим феноменом, а частью культурного и духовного наследия Таджикистана. Она отражает: связь природы и народных верований,

уважение к женскому образу в традиционной культуре, идеалы свободы и достоинства.

Долина Чилдухтарон — это уникальное место, где природа и легенда слились воедино, создавая образ, наполненный красотой, трагизмом и духовной силой. Это одно из тех чудес Таджикистана, которые не только восхищают внешне, но и заставляют задуматься о вечных ценностях человеческой культуры.

### **1.3. Историка – природный парк Ширкент**

Недалеко от города Турсунзаде берёт начало долина реки Ширкент, где расположен одноименный историка - природный парк. Самыми значительными его геологическими объектами являются три разновозрастных местонахождения следов динозавров, с более 400 отпечатками ног вымерших ящеров. К археологическим достопримечательностям ущелья относятся памятники каменного века и средневековья (стоянки первобытных людей, древние выработки по добыче медных и меднооловянных руд, некрополи и ирригационные

сооружения). Животный мир района разнообразен. Здесь водятся снежные барсы (ирбисы), медведи, куницы, горностаи, сибирские козероги. Некоторые из птиц и насекомых, обитающие в этих местах, занесены в Красную книгу редких и исчезающих видов Таджикистана (улар, белоголовый сип, туркестанский балобан, рыжеголовый сапсан, бабочки парнасиус, махаон и др.). Ущелье представляет большой интерес для любителей горного туризма и альпинизма.

#### **1.4. Озеро Исскандеркуль**

Сердце Фанских гор - жемчужина Тянь-Шаня – живописное озеро Исскандеркуль. Голубовато-зеленая вода озера довольно холодная, но у берегов и в закрытых бухтах летом вполне можно купаться. Со всех сторон его окружают громады заснеженных вершин. Из озера вытекает бурная река Исскандер Дарья, которая образует необыкновенно красивый и величественный водопад, называемый "Фанской Ниагарой", низвергающийся с высоты 38 метров.

Исскандеркуль расположен на высоте около 2195 метров над уровнем моря, что определяет его суровый горный климат, чистоту воды и уникальность природных ландшафтов. Площадь водной поверхности озера составляет примерно 3,4 км<sup>2</sup>, а максимальная глубина достигает 72 метров. Форма озера близка к треугольной, что выделяет его среди других горных водоёмов региона.

По мнению большинства учёных, Исскандеркуль имеет завально-тектоническое происхождение. Озеро образовалось в результате мощного горного обвала, который перекрыл долину реки Исскандердарья. В результате этого естественного процесса сформировалась плотина, за которой накопилась вода.

Основным источником питания озера являются: горные реки и ручьи, талые воды ледников и снежников, атмосферные осадки.

Из озера вытекает река Исскандердарья, которая далее образует один из самых известных водопадов Таджикистана — водопад Исскандер (высота около 38 метров). Вода в озере отличается холодной температурой и высокой прозрачностью, а её цвет меняется от бирюзово-голубого до насыщенно синего в зависимости от времени года и освещения.

Климат в районе Исскандеркуля — высокогорный континентальный, с резкими перепадами температур. Лето здесь короткое и относительно прохладное, а зима — продолжительная и суровая. Даже в летний период температура воды редко превышает +10...+12 °С.

Окружающая территория отличается богатством и разнообразием природных ландшафтов. Вблизи озера встречаются: горные луга и альпийская растительность, арчовые (можжевеловые) леса, редкие виды эндемичных растений.

Фауна района представлена горными козлами, снежными барсами (в труднодоступных районах), лисами, сурками, а также различными видами хищных и водоплавающих птиц.

Название озера связано с именем Александра Македонского (Исскандера Зулькарнайна). Согласно древним преданиям, во время своего похода в Среднюю Азию Александр останавливался в этих местах, и озеро получило название в его честь.

С Искандеркулем связано множество легенд. Одна из самых известных рассказывает о том, что в водах озера покоится любимый конь Александра — Буцефал, утонувший при переправе через горные реки. Эти легенды придают озеру особую мифологическую и культурную ценность, усиливая интерес к нему как к объекту исторического туризма.

Искандеркуль является одним из ключевых туристических центров Таджикистана. Он входит в число наиболее популярных природных маршрутов страны и включён во многие экскурсионные и туристические программы.

Основные виды туризма в районе озера: экологический туризм, горный и пеший туризм, научно-познавательные экскурсии, фото- и этнотуризм.

### **1.5. Чилучор Чашма («Сорок четыре родника»)**

Название «Чилучор Чашма» в переводе с таджикского означает «Сорок четыре родника» («чил» — сорок, «чор» — четыре, «чашма» — источник). Согласно местным преданиям и наблюдениям, из-под земли здесь действительно бьют 44 ключевых источника, которые, соединяясь, образуют прозрачный ручей с чистой пресной водой.

Источники Чилучор Чашма питаются подземными водами, связанными с горными массивами Памиро-Алая. Вода отличается:

высокой прозрачностью, постоянной температурой (около 12–14 °С круглый год), отсутствием запаха и примесей, богатым минеральным составом.

Даже в самые жаркие летние месяцы источники не пересыхают, что делает их уникальными для засушливой равнинной зоны юга Таджикистана. Вода используется местным населением для питья и орошения.

Территория вокруг источников покрыта густой растительностью, резко контрастирующей с окружающим полупустынным ландшафтом. Здесь произрастают: ивы, тополя, камыш, водные и прибрежные травы.

В водах источников обитают рыбы (в том числе маринка), а также различные виды водных беспозвоночных. Район является важным микробиоценозом и природным «оазисом».

Чилучор Чашма — не только природный, но и культурно-религиозный объект. С ним связаны многочисленные легенды и предания. По одной из самых распространённых версий, источники возникли благодаря чуду, совершенному халифом Али ибн Абу Талибом: ударив мечом по земле, он вызвал появление родников, чтобы напоить людей и животных.

Чилучор Чашма включён в список памятников природы и культуры Таджикистана и обладает высоким туристическим потенциалом. Он привлекает: паломников, экологических туристов,

исследователей, школьные и студенческие экскурсии.

Чилучор Чашма — это уникальный пример гармоничного соединения: природы и человека, материального и духовного, истории и современности.

Он символизирует жизнь, чистоту и устойчивость традиций таджикского народа, являясь важной частью национального культурного наследия.

## 1.6. Маргузорские озера (Хафткул семь горных озёр)

Маргузорские озёра, более известные как Хафткул (перс.-тадж. «хафт» — семь, «кӯл» — озеро), представляют собой уникальный природный комплекс из семи высокогорных озёр, расположенных в Пенджикентском районе Согдийской области Республики Таджикистан. Этот природный ансамбль находится в долине реки Шинг, в западной части Фанских гор, одного из самых живописных регионов Центральной Азии.

Маргузорские озёра считаются одной из главных природных достопримечательностей Таджикистана и входят в число наиболее популярных туристических маршрутов страны благодаря своей доступности, красоте и культурно-историческому значению.

Комплекс Хафткул расположен на высоте от 1640 до 2400 метров над уровнем моря. Озёра вытянуты цепочкой вдоль узкой горной долины, образуя своеобразную природную лестницу. Каждое последующее озеро находится выше предыдущего и связано с ним естественными протоками.

Климат района умеренно-континентальный горный: лето — прохладное и солнечное, зима — холодная, с устойчивым снежным покровом.

Источниками питания озёр являются ледники, горные ручьи и атмосферные осадки, что обеспечивает чистоту и прозрачность воды.

### Названия и особенности семи озёр Хафткул

1. Мижгон (ресница). Самое нижнее озеро, расположенное у входа в долину. Вода здесь относительно тёплая, а берега покрыты зеленью. Вблизи находятся кишлаки и пастбища.
2. Хушёр (бдительность). Получило своё название из-за небольшого водопада (хушёр-бдительность), соединяющего его с соседним озером. Вода здесь холоднее и насыщеннее минералами.
3. Соя (тень). Отличается спокойной поверхностью и отражением горных вершин. Часто используется как место отдыха и стоянок туристов.
4. Нофин (пупковидный). Одно из самых живописных озёр комплекса. Цвет воды меняется от бирюзового до насыщенно-синего в зависимости от времени суток.
5. Хурдак (мелкий). Небольшое по площади, но очень глубокое озеро. Отличается кристально чистой водой.
6. Маргузор (маркер). Самое крупное и глубокое озеро комплекса, давшее название всей системе. Считается центральным и наиболее известным среди туристов.
7. Хазорчашма (Хазорчашма). Самое высокогорное озеро Хафткул. Название переводится как «тысяча источников», что связано с многочисленными родниками в окрестностях.

Флора и фауна Маргузорских озёр отличается богатым биоразнообразием. В окрестностях произрастают:

- горные злаки, можжевельник (арча), дикорастущие лекарственные растения.

Животный мир представлен: горными козлами, сурками, лисами, редкими видами птиц, включая беркутов и бородачей.

Долина Шинг издавна была заселена человеком. Здесь сохранились: древние кишлаки, традиционные дома, элементы народной архитектуры.

Местные жители бережно сохраняют традиционный уклад жизни, обычаи и гостеприимство, что делает посещение Хафткул не только природным, но и культурным путешествием.

Маргузорские озёра являются важным объектом: экологического туризма, пешеходных и горных маршрутов, научных исследований в области географии, экологии и климатологии.

Маргузорские озёра (Хафткул) — это уникальный природный комплекс, сочетающий в себе высокогорную красоту, чистую экологию и богатое культурное наследие. Они являются важной частью природного и туристического потенциала Таджикистана и заслуживают бережного отношения, охраны и дальнейшего изучения.

Таблица семи Маргузорских озёр (Хафткул)

№ озера	Название	Высота над уровнем (прибл.)	над моря	Особенности
1	Мижгон (Ресница)	~1640 м		Нижнее озеро, относительно тёплое, легкий доступ
2	Хушёр (бдительность)	~1900 м		Соединяется водопадом (гушор) с предыдущим
3	Соя (тьень)	~1750–1800 м		Спокойная вода, место отдыха туристов
4	Нофин (пупковидный)	~2000 м		Яркие оттенки воды, живописный вид
5	Хурдкул (мелкий)	~2100 м		Глубокое, прозрачное озеро
6	Маргузор (маркер)	~2200 м		Крупнейшее озеро комплекса
7	Хазорчашма (тысяча родников)	~2400 м		Самое высокое, родники вокруг

Минеральные вещества, растворенные в воде, придают ей необычайно красивые оттенки. Первое - озеро Мижгон - темно-синее, по большей части поверхности, с

прозрачными зеленоватыми прибрежными полосами. Второе - озеро Хушёр (бдительность), названное так из-за наличия в прибрежной зоне ядовитых змей. Третье - озеро Соя - темно бирюзовое. Четвертое - озеро Нофин - бирюзовое. Пятое - озеро Хурдак - крохотное, в виде разлива на речке Холоничистон (именно на ней расположены все эти озера). Шестое - озеро Маргузор, самое большое и красноватое цветом, а местами и вовсе красное. По словам местных жителей, краснеет оно по четвергам. Седьмое - озеро Хазорчашма, образовалось за счет родников и маленьких ручьев. Именно седьмое озеро считается источником этих озер, что и в переводе "Хазорчашма" означает тысяча источников.

### **1.7. Тайна легендарной пещеры Мата – Таш**

Множество тайн хранит в своих неприступных глубинах Памир. Об этих тайнах сложено немало преданий и легенд. И какими бы фантастическими не выглядели подробности, все они основаны на реальных исторических событиях.

В Восточном Таджикистане, неподалеку от китайской границы, лежит высокогорное Рангульское озеро. В его окрестностях расположены две легендарные пещеры. Одна – носящая то же название, что и озеро, - находится на южном берегу, в толще хребта Чарокташ. К ее входу ведет длинная щебенчатая осыпь, подняться по которой для физически подготовленного человека не составит большого труда. Другое дело - расположенная неподалеку пещера Мата – Таш. Пожалуй, в мире найдете немного пещер, окруженных таким ореолом таинственности.

Таш – это камень. Мата – это тонкая белая материя местного производства вроде мешковины. Пещера Мата-Таш является одной из наиболее известных пещер Памира, хотя ее длина всего три метра. Полукруглый вход в пещеру напоминает жерло русской печки. Его легко заметить еще издали, ибо расположен он в центре отвесной стены, высота которой превышает 400 метров. Сверху, над входом в пещеру, нависает массивный, каменный козырек, препятствующий спуску в нее по веревке сверху. Казалось, бы добраться до пещеры невозможно. Тем удивительнее, что вход в нее до половины заложен каменной кладкой, как будто кто – то пытался скрыть это отверстие от чужих глаз.

Широкую известность она получила благодаря местной легенде. Среди горцев бытует старинное предание, связанное с пещерой Мата - Таш.

Много лет назад к Рангульскому озеру вышел большой караван, который вез из Китая ювелирные изделия и самоцветы, тончайший шелк и парчу, ковры и бесценное булатное оружие. Караван охраняли надежные стражники. В тот год зима выдалась особенно суровой. Холода стояли небывалые. И все же опытные путешественники упорно шли к цели. Их не пугали не только морозы, но и слухи о разбойниках, которые подстерегали купцов. Чего бояться разбойников, если охраняют караван опытные воины!

Караван остановился для ночлега на берегу Рангульского озера. Путники поставили утепленные юрты, развели костры, в котлах закипела жирная баранья похлебка... Никто не заметил, как в шумный лагерь пробрались лазутчики разбойников.

Когда усталых путников сморил сон, лазутчики, передвигаясь бесшумными тенями, порезали сухожилия на ногах всех верблюдов. Те уже не смогли подняться... А без верблюдов караван не мог продолжать путь. Никакие, даже самые выносливые носильщики не смогли бы перенести через заснеженные горные перевалы тюки с драгоценными

товарами. Но и к зимовке они не были готовы. Караванщикам пришлось бы оставить весь свой ценный груз, а самим двигаться к ближайшему жилью налегке. Разбойникам оставалось лишь проследить, где именно купцы спрячут сокровища.

Купцы оказались еще хитрее. Они обманули лазутчиков разбойничьей шайки, подняв в пещеру Мата – Таш всего лишь тюки с провизией, что и привлекло сюда хищных птиц, как бы ставших стражами несуществующего золота. Купцы же, отрядив доверенных людей, спрятали сокровища в другом месте. Разбойников купцы обманули. Но и сами не смогли вернуть свое, поскольку той же зимой в горах произошло сильное землетрясение. Так, где же спрятаны сокровища? Быть может, в одном из залов или колодцев Ранкульской пещеры? Клад Ранкульской долины по – прежнему хранит свою тайну, о которой, похоже, знают только снежные сипы. Такие легенды всегда привлекают внимание туристов.

### **1.8. Озеро Сарез: происхождение, природные особенности и значение.**

На территории Таджикистана насчитывается около 1450 озер, причем некоторые из них находятся на высоте более четырех тысяч метров над уровнем моря. Сарезское озеро одно из самых красивейших и таинственных озер Таджикистана. Жемчужину Памирских гор называют «Спящим драконом».

Озеро Сарез — один из самых уникальных и одновременно потенциально опасных природных объектов Центральной Азии. Оно расположено в высокогорной части Памира и образовалось в результате мощного природного катаклизма начала XX века. Интерес к озеру обусловлен не только его необычным происхождением и внушительными размерами, но и возможными экологическими и геополитическими рисками, связанными с его существованием. В научной и учебной литературе Сарез часто рассматривается как пример взаимодействия природных процессов и человека, а также как объект международного мониторинга.

Озеро Сарез расположено в восточной части Республики Таджикистан, на территории Горно-Бадахшанской автономной области (ГБАО), в пределах Памирской горной системы. Оно находится в долине реки Мургаб, которая является частью бассейна реки Бартанг — одного из крупных притоков Пянджа, входящего в систему реки Амударьи. Абсолютная высота озера составляет около 3263 метров над уровнем моря, что относит его к числу высокогорных водоёмов мира.

Рельеф района отличается крайней расчленённостью: озеро окружено крутыми склонами гор, высота которых достигает 5000–6000 метров. Доступ к озеру затруднён из-за отсутствия развитой транспортной инфраструктуры, что во многом способствовало сохранению его природной первозданности.

Климат района резко континентальный. Зима длительная и суровая, температура может опускаться до  $-30\text{ }^{\circ}\text{C}$  и ниже. Лето короткое и прохладное, средние температуры редко превышают  $+15\text{ }^{\circ}\text{C}$ . Количество осадков невелико, основная часть влаги поступает за счёт таяния ледников и сезонных снегов.

Образование озера Сарез связано с катастрофическим землетрясением, произошедшим 18 февраля 1911 года. Эпицентр землетрясения находился в районе Памира, а его сила, по оценкам сейсмологов, достигала 9–10 баллов по шкале МСК. В результате мощных подземных толчков в долину реки Мургаб обрушилась гигантская масса горных пород.

Обвал полностью перекрыл русло реки, образовав естественную плотину, получившую название Усойский завал (по имени кишлака Усой, разрушенного землетрясением). Высота завала превышает 560 метров, что делает его самой высокой природной плотиной в мире. В течение нескольких лет вода постепенно заполняла образовавшуюся котловину, затопив населённый пункт Сарез, от которого и произошло название озера.

Формирование озера сопровождалось значительными изменениями ландшафта, переселением местного населения и изменением гидрологического режима региона.

Озеро Сарез является одним из крупнейших горных озёр Таджикистана. Его длина составляет около 75 километров, ширина варьируется от 1 до 3,3 километра. Максимальная глубина превышает 500 метров, а общий объём воды оценивается более чем в 17 км<sup>3</sup>.

Озеро относится к проточным водоёмам. Основными источниками питания являются талые воды ледников, атмосферные осадки и притоки горных рек. Сток осуществляется через фильтрацию воды сквозь Усойский завал и по реке Бартанг.

Вода в озере отличается низкой температурой, даже в летний период она редко прогревается выше +6...+8 °С. Характерной особенностью является высокая прозрачность воды, обусловленная низким содержанием органических веществ.

Экосистема озера Сарез формируется в условиях высокогорья и отличается крайней уязвимостью. Растительный мир в прибрежной зоне представлен в основном мхами, лишайниками и редкими альпийскими травами. Лесная растительность практически отсутствует.

Животный мир беден и представлен в основном отдельными видами рыб, приспособленных к холодной воде, а также высокогорными видами птиц и млекопитающих, обитающих в окрестных районах.

Любое антропогенное воздействие может привести к нарушению экологического равновесия, поэтому озеро рассматривается как зона, требующая особого природоохранного режима.

Озеро Сарез представляет собой потенциальный источник крупной природной опасности. Основная угроза связана с возможным разрушением Усойского завала в результате землетрясений, оползней или внутренних геологических процессов. Прорыв плотины может вызвать мощную волну, способную затопить долины рек Бартанг, Пяндж и Амударья.

Последствия такой катастрофы могут затронуть территории нескольких государств: Таджикистана, Афганистана, Узбекистана и Туркменистана. В связи с этим озеро находится под постоянным наблюдением специалистов. Созданы системы мониторинга уровня воды, состояния плотины и сейсмической активности региона при участии международных организаций.

Туристический потенциал Сареза ограничен из-за его труднодоступности, однако он представляет интерес для экстремального, научного и экологического туризма.

Таким образом, после изучения и анализа различных источников, я пришла к выводу, что на территории Республики Таджикистан есть интересные и уникальные

объекты, которые могут привлечь внимание туристов, желающих познакомиться с моей страной.

## **2. Практическая часть**

### **2.1 Список популярных объектов внутреннего туризма на основе анализа опроса интернет-изданий.**

Согласно опросам интернет-изданий список популярных объектов внутреннего туризма Республики Таджикистан возглавляют озеро Искандеркуль, древнее поселение Саразм, историка – природный парк Ширкент. Это же подтверждает туристическое агентство “Amir tour” в городе Душанбе.

В Таджикистане туристическая отрасль развита очень слабо. На вопрос, заданный работникам агентства:

Что, по-Вашему мнению нужно сделать, чтобы туризм в Таджикистане развивался?

Сотрудники ответили: всем посмотреть на свое место проживания глазами гостей и подумать - что я могу улучшить? Что бы я показал гостям? Изучать историю и географию республики, посещать интересные места и рассказывать о них друзьям и близким.

А работникам туризма - создавать новые туристические комплексы, добиваться хорошего качества услуг, оказываемых туристам.

Также в мои задачи входил опрос одноклассников, с целью выяснить насколько хорошо они знакомы с чудесами, созданными природой, которые находятся в нашей стране, где они уже побывали и где хотят побывать.

Я предложила 23 детям 7 фотографий, где были изображены, но не подписаны следующие места:

1. Озеро Искандеркуль
2. Историка – природный парк Ширкент
3. Чилдухтарон
4. Хафткул
5. Чилучор Чашма
6. Пещера Мата – Таш
7. Сарезское озеро

### **2.2. Диагностика мнения одноклассников на основании анкетирования.**

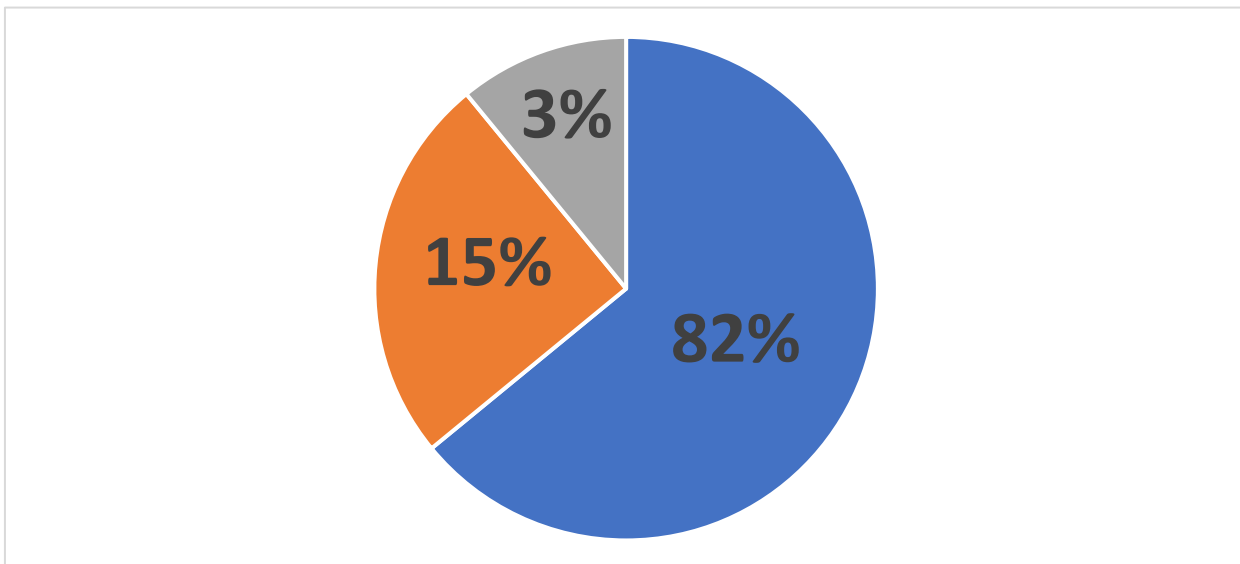
Я предложила своим одноклассникам анкету:

1. О каких интересных местах в Таджикистане ты знаешь?
2. Можешь назвать места, изображенные на фотографиях?
3. Ваше любимое семейное место отдыха?
4. Где хотели бы побывать?

Результаты моего опроса были вполне предсказуемы.

Из семи предложенных фотографий мои одноклассники смогли определить только снимки, сделанные на озере Искандеркуль и Чилугор Чашма. Трое из 23 бывали на Ходжа-Обигарме, конечно, и абсолютное большинство хотели бы побывать во всех изображенных на фото местах.

Что касается любимого места отдыха, то здесь все тоже были единодушны. Мы живем рядом с потрясающе красивым историка – природным парком Ширкент, до которой всего несколько часов езды. И мечта – посетить Сафеддара – это горнолыжный курорт Таджикистана.



Результаты опроса показали, что почти все мои ровесники любят путешествовать, и больше мечтают о дальних поездках. За границей (Турция, Россия) были 3% одноклассников. И, в силу обстоятельств, только 15% учащихся с семьями отправлялись в путешествия, а 82% опрошенных проводят отпуска и каникулы в городе или кишлаке у бабушек.

Таким образом, я выявила проблему: несоответствие между желанием ребят об интересном отдыхе и возможностями их семей. Решением этой проблемы может стать поиск экскурсионных возможностей внутри родного региона.

### 2.3 Составление собственного туристического маршрута

Для того, чтобы наглядно представить мой туристический маршрут, я стала работать с картой Таджикистана. Нашла вышеописанные места. И разработала несколько маршрутов, нанеся стрелки на карту Таджикистана. Используя интернет-информацию об этих местах, составила текст - описание, которое использовала для виртуальной экскурсии по слайдам для учеников начальной школы.



1 – Чилучор Чашма (44 озера)

- 2- озеро Искандеркуль
- 3-историко – природный парк Ширкент
- 4.Чилдухтарон (долина 40 девушек)
- 5-Хафткул (горячие источники)
- 6- пещера Мата – Таш
- 7-озеро Сарез

- ❖ Самый простой экскурсионный маршрут 3 -2-5 (на транспорте, далее пешая прогулка)
- ❖ До экскурсионного маршрута 1-4 далеко добираться жителям моего города Турсунзаде
- ❖ Экскурсионный маршрут 7-6 самый сложный. Это хребты Памира и сюда могут отправиться наиболее опытные туристы.

#### **Заключение.**

Во время моего исследования я узнала довольно много нового о своей стране и могу сделать следующие выводы:

1. В Таджикистане очень много мест, удивительных по своей красоте, полных тайн и легенд. Это касается любой части страны У нашей станы есть все шансы быть местом, куда съезжаются туристы со всего мира!
2. К сожалению, даже мы, жители Таджикистана не очень хорошо осведомлены обо всех этих потрясающих местах. Мои одноклассники знают о местах, расположенных в относительной близости от города Турсунзаде -Ходжа Обигарм (горячие источники, где находится курорт), Гиссарская крепость (древняя крепость как перевалочный пункт на Великом шелковом пути), река Ширкент (историка – природный парк Ширкент), Чилучор Чашма, но такие места как озёра Искандеркуль, Сарез, Чилдухтарон, Мата – Таш, Хафткул им неизвестны.  
А было бы здорово поехать на экскурсию вместе с одноклассниками.
3. Так как я занималась изучением удивительных мест, созданных природой, я столкнулась с еще одной проблемой, актуальной для большей части Таджикистана. Это проблема экологии и сохранения уникальных мест. Узнала об особо охраняемых природных территориях. У нас есть заповедники, заказники, национальные парки. Значит, государство заботится о том, чтобы сохранить удивительные места моей родины.
4. И, наконец, по поводу летних планов. Я решила, что в этом году обязательно надо посетить историка – природный парк Ширкент, который находится недалеко от моего города, и озеро Искандеркуль, и, конечно, любимый Ходжа Обигарм (горячие источники).

Задачи, поставленные данным исследованием выполнены:

- изучено понятие туризм
- определён список уникальных достопримечательностей
- проведена диагностика
- составлен экскурсионный маршрут семейного путешествия.

#### **Список источников и используемой литературы**

1. Баратов Р.Б., Новиков В.П. Каменное чудо Таджикистана. – 2-е изд. перераб. и доп. – Душанбе: Ифрон, 1988.- 216с.
2. <https://pikabu.ru/>
3. <https://tourstotajikistan.com/ru/blog/priroda-tadzhikistana/dolina-childuxtaron.html>
4. <http://www.sary-kol.ru/stati/pamir/item/56-призраки-пещеры-мата-таш>
5. <https://kulturologia.ru/blogs/310721/50614/>

Приложение.



Рис. 1. Оазис «Чилдухтарон»( Сорок девушек).



Рис. 2. «Историко-природный парк – Ширкент».



Рис. 3. Озеро «Искандеркуль».



Рис. 4. Родники «Чилучор чашма» (Сорок родников).



Рис.5. Маргузорские озера (Хафткул)



Рис. 6. Пещеры Мата – Таш (ГБАО-Памир).



Рис. 7. Озеро Сарез (ГБАО-Памир).



Рис. 8. Озеро Сарез (ГБАО-Памир).



Рис. 9. Гарм Чашма (горячие источники-ГБАО-Памир).



Рис. 10. Варзобское ущелье.



Рис. 11. Рамитское ущелье.

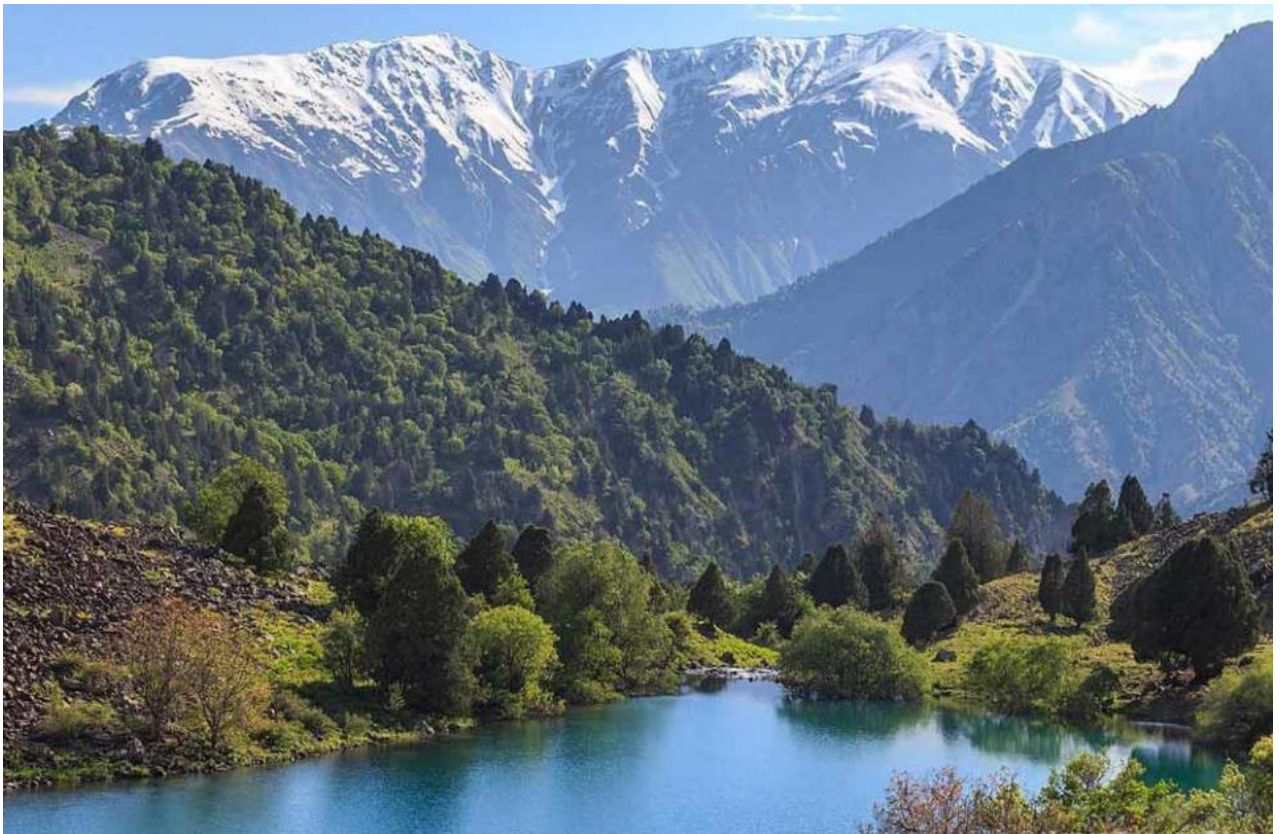


Рис. 12. Озеро Тимур дара речка Каратаг (город Турсунзаде).



Рис. 13. «Тигровая балка» (Хатлонская область, Республика Таджикистан).



Рис. 14. Заповедники, парки и заказники Республики Таджикистан.