

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
ФГБОУ ВПО «Уральский государственный лесотехнический университет»

Кафедра физического воспитания и спорта

Одобрена:

Кафедрой физического воспитания
и спорта

Протокол от 28.03 2012 г. № 8

И.о. зав. кафедрой В.Ф. Кошелев

Утверждаю

Декан гуманитарного факультета

И.Г. Светлова

« » 2012 г.



Методическая комиссия

Гуманитарного факультета

Протокол от 28 сентября 2012 г. № 1

Председатель Е.В. Геродасов

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Б3.Б.2 Рекреалогия

Направление – 034600.62 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Квалификация – бакалавр

Количество зачётных единиц – 4

Трудоёмкость – 144 ч.

Разработчик программы

Малозёмов О.Ю.

Екатеринбург, 2012

Содержание

	Стр.
Затраты времени обучающегося на изучение дисциплины	2
Введение	3
1. Цель и задачи дисциплины	3
2. Место дисциплины в учебном процессе направления 034600	8
3. Требования к знаниям, умениям и владениям	8
4. Перечень и содержание разделов учебной дисциплины	9
5. Содержание разделов и тем учебной дисциплины	10
6. Самостоятельная работа обучающихся	11
7. Контроль результативности учебного процесса по дисциплине	12
7.1. Контрольные вопросы и задания к зачёту по учебной дисциплине	12
7.2. Примерные контрольно-тестовые задания по учебной дисциплине	13
8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины	18
9. Требования к ресурсам	19
Приложение 1. Протокол согласования	20
Приложение 2. Матрица контроля	21
Приложение 3. Учебно-методическое обеспечение дисциплины	22
Приложение 4. Лист контрольных мероприятий	23

Затраты времени обучающегося на изучение дисциплины

Вид учебных занятий	Затраты времени при очной форме занятий
Аудиторные всего,	66
в том числе:	
лекции	28
практические занятия	38
Самостоятельные всего,	78
в том числе:	
текущая проработка лекций	20
подготовка к практическим занятиям	21
написание реферата	10
подготовка к экзамену	27
Всего по учебному плану	144

Введение

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки 034600.62 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» (квалификация (степень) "бакалавр") утверждён [приказом](#) Министерства образования и науки РФ от 24 января 2011 г. N 81.

1. Область профессиональной деятельности бакалавров включает: спортивно-оздоровительный туризм; физическую (физкультурно-спортивную) рекреацию и реабилитацию; деятельность по оздоровлению населения средствами физической культуры, спорта и туризма; индустрию туризма, досуга и рекреации; туристско-рекреационные комплексы, учреждения и системы; санаторно-курортные комплексы и учреждения; иные услуги в сфере физической культуры, спорта, рекреации и туризма.

2. Объектами профессиональной деятельности бакалавров являются: физические, психические и функциональные возможности человека; рекреационно-оздоровительные циклы обслуживания туристов, туристский продукт; специальные двигательные режимы, ориентированные на профилактику и устранение психических и физических перенапряжений; социально-культурное, экологическое, краеведческое и физическое воспитание личности; организационно-методическая, управленческая деятельность в сфере туризма и краеведения, рекреации и санаторно-курортного комплекса; здоровый образ жизни, формируемый средствами рекреации, туризма и краеведения; процесс формирования личности, ее приобщение к общечеловеческим и культурным ценностям, к рекреационно-оздоровительным формам занятий, туристско-краеведческим мероприятиям и туризму.

Дисциплина «**Рекреалогия**» относится к базовой части дисциплин профессионального цикла, которая опирается ряд специальных дисциплин.

При очной форме обучения по дисциплине предусмотрены прослушивание лекций, выполнение практических занятий, написание реферата и сдача экзамена. Дисциплина изучается в 7 семестре 4 курса.

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель преподавания учебной дисциплины состоит в том, чтобы сформировать устойчивое представление о рекреалогии как необходимом инструменте в сфере рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.

Задачи дисциплины:

- Познакомить студентов с основными рекреационными зонами, их районированием.
- Познакомить студентов с рекреационными территориями, их функциональным зонированием и принципами размещения сооружений.
- Научить организационно-методическим основам компенсаторно-расширенного восстановления физического состояния человека.

- Научить основным методическим особенностям спортивно-оздоровительного туризма.
- Систематизация методических и практических знаний, полученных в ходе изучения данной учебной дисциплины для организации досуга.
- Получение студентами представления о роли восстановления и укрепления здоровья и работоспособности человека.
- Получение студентами методических навыков организации досуга.

Бакалавр по направлению 034600 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» должен решать следующие **профессиональные задачи** в соответствии с видами профессиональной деятельности:

педагогическая деятельность:

определять цели и задачи учебно-тренировочного процесса, рекреационно-оздоровительной, туристско-краеведческой, рекреационно-досуговой и оздоровительно-реабилитационной деятельности;

организовывать и проводить учебно-тренировочные занятия по циклам, этапам различной продолжительности;

отбирать адекватные поставленным задачам средства и методы учебно-тренировочной, туристско-образовательной, рекреационно-реабилитационной деятельности с учетом этнокультурных и социально-демографических факторов;

обучать двигательным действиям, связанным с туристско-оздоровительной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью;

определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида в различных климато-географических условиях мест проведения занятий, мероприятий;

оценивать физическое и функциональное состояние индивида, его пригодность к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной деятельности;

оценивать эффективность используемых средств и методов в учебно-тренировочном процессе рекреационно-оздоровительной, туристской, коррекционной и консультационной деятельности;

осуществлять текущий и этапный контроль за состоянием работоспособности занимающихся и вносить коррективы в учебно-тренировочный, рекреационно-оздоровительный и рекреационно-реабилитационный процессы;

контролировать эффективность выполнения техники основных видов туризма и физкультурно-спортивных движений, разрабатывать и использовать приемы ее совершенствования;

анализировать ценности и эффективность физкультурно-оздоровительных видов рекреационной и реабилитационной деятельности;

принимать участие в прогнозировании условий и направлений развития сферы активного и содержательного отдыха, физической рекреации и реабилитации различных категорий населения на региональном и местном уровнях;

разрабатывать программы, режимы занятий по двигательной рекреации и реабилитации населения, подбирать соответствующие средства и методы их реализации по циклам занятий различной продолжительности;

осуществлять комплекс мер по разработке и соблюдению правил и норм охраны труда и техники безопасности занимающихся в процессе рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности;

использовать компьютерные технологии планирования учебно-тренировочного, рекреационно-оздоровительного, рекреационно-реабилитационного, туристского спортивно-оздоровительного процесса, учета выполняемых нагрузок, контроля за состоянием занимающихся, их корректировки, а также решения других практических задач;

способствовать приобщению и формированию потребности в регулярных занятиях спортивно-оздоровительным туризмом и физической рекреацией у различных социально-демографических групп населения – во всех типах учебных заведений, в учреждениях рекреационно-оздоровительного и санаторно-курортного комплекса, на предприятиях различной формы собственности;

принимать участие в теоретико-методических разработках и осуществлении профессиональной деятельности на междисциплинарном уровне;

организационно-управленческая деятельность:

осуществлять свою профессиональную деятельность, руководствуясь Конституцией Российской Федерации, законами Российской Федерации, и нормативно-правовыми актами в области образования, физической культуры, спорта и туризма;

принимать участие в разработке (в том числе оперативных) управленческих решений в области спортивно-оздоровительного туризма и рекреационных комплексов;

принимать участие в анализе и обобщении деятельности государственных органов управления в сфере туризма и рекреации на муниципальном и региональном уровне;

конструировать циклы оздоровительно-рекреационного обслуживания различных социально-демографических групп населения и туристов;

осуществлять турагентскую и туроператорскую деятельность;

принимать участие в подборе, расстановке и повышении квалификации кадров в туристско-рекреационных учреждениях, организациях;

организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия в учреждениях образовательного, культурно-досугового, санаторно-курортного, рекреационно-оздоровительного и туристско-краеведческого профиля;

способствовать формированию устойчивой мотивации на профессиональную деятельность личности, её профессиональный рост и развитие, ориентацию на освоение дополнительных образовательных программ;

планировать и организовывать деятельность населения по применению различных ценностей и средств туризма и краеведения, рекреации и реабилитации в целях укрепления здоровья и социальной адаптации личности;

работать (в рамках должностных функций) с финансово-хозяйственной документацией в образовательных учреждениях, учреждениях, фирмах и других организациях сферы рекреации и туризма и санаторно-курортной сферы;

научно-исследовательская деятельность:

принимать участие в формулировании актуальных проблем сферы рекреации, туризма и краеведения;

определять цели и задачи исследования с учетом национально-региональных и социально-демографических факторов;

принимать участие в формировании логики и методологии научных исследований в сфере рекреации и туризма;

применять адекватные поставленным задачам методы и методики исследования;

принимать участие в разработке инновационных технологий (в том числе управления рисками) внедрения туристских и рекреационно-оздоровительных услуг во всех типах учебных заведений, в туристско-рекреационных и санаторно-курортных учреждениях;

обрабатывать, анализировать и оформлять результаты исследований, используя для этого компьютерную технику и компьютерные программы.

Выпускник должен обладать следующими **общекультурными компетенциями** (ОК):

способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей её достижения (ОК-3);

способностью совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень (ОК-4);

осознанием сущности и значения информации в развитии современного общества; владением основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации, в том числе в глобальных компьютерных сетях (сеть Интернет) (ОК-10).

Выпускник должен обладать следующими **профессиональными компетенциями** (ПК):

педагогическая деятельность:

- способностью определять величину нагрузок, адекватную психофизическим возможностям индивида в различных климатогеографических условиях мест проведения занятий и мероприятий по циклам различной продолжительности (ПК-4);

- способностью на практике внедрять инновационные технологии туристских и рекреационно-оздоровительных услуг во все типы учебных заведений, в туристско-рекреационные и санаторно-курортные учреждения (ПК-5);

- способностью оценивать эффективность используемых средств и методов в учебно-тренировочном процессе, рекреационно-оздоровительной, туристской, коррекционной и консультационной деятельности (ПК-7);

- способностью на практике осуществлять комплекс мер по разработке и соблюдению правил и норм охраны труда, и техники безопасности занимающихся

в процессе тренировочной, соревновательной, рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности (ПК-8);

- готовностью использовать компьютерную технику, компьютерные программы для планирования учебно-тренировочного, рекреационно-оздоровительного, рекреационно-реабилитационного и туристского спортивно-оздоровительного процесса, учета выполняемых нагрузок, контроля за состоянием занимающихся, их корректировки, а также решения других практических задач (ПК-10);
- готовностью использовать мультимедийные технологии (ПК-11);
- способностью критически оценивать свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков, проявляет готовность к самоорганизации и самоуправлению (ПК-12);

организационно-управленческая деятельность:

- готовностью к организации и обеспечению контроля качества оказываемых туристско-рекреационных услуг (ПК-21);
- готовностью организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия в учреждениях образовательного, культурно-досугового, санаторно-курортного, рекреационно-оздоровительного и туристско-краеведческого профиля (ПК-24);
- способностью конструировать циклы оздоровительно-рекреационного обслуживания различных социально-демографических групп населения и туристов (ПК-27);
- готовностью планировать и организовывать деятельность населения по применению различных ценностей и средств туризма и краеведения, рекреации и реабилитации в целях укрепления здоровья и социальной адаптации личности (ПК-28);
- готовностью разрабатывать программы, режимы занятий по спортивно-оздоровительному туризму, двигательной рекреации и реабилитации населения, подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности (ПК-29);

научно-исследовательская деятельность:

- способностью определять цели и задачи исследования (ПК-30);
- способностью использовать современные методы исследования проблем сферы рекреации и туризма (ПК-31);
- способностью на практике применять адекватные поставленным задачам методы и методики исследования (ПК-32);
- готовностью обрабатывать, анализировать и оформлять результаты исследований, используя компьютерную технику и компьютерные программы (ПК-34).

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ ПО НАПРАВЛЕНИЮ 034600.62

№	Обеспечивающие дисциплины	Сопутствующие дисциплины	Обеспечиваемые дисциплины
1	Анатомия и морфология человека	Биоритмология	Силовой атлетизм
2	Физиология человека	Спортивно-оздоровительный туризм для лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Физическая реабилитация
3	Мониторинг физического состояния	Курортология	Борьба
4	Общая и специальная гигиена	Теория и методика физиической рекреации	
5	Теория и методика физической культуры		

3. ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ, УМЕНИЯМ И ВЛАДЕНИЯМ

До начала изучения дисциплины студент должен:

- **знать:** основы биологии, анатомии и физиологии человека, общей гигиены, теории и методики физической культуры и мониторинга физического состояния человека;

- **уметь:** самостоятельно работать с научной и учебно-методической литературой; провести какую-либо форму занятий по физической рекреации (утренняя гигиеническая гимнастика, физкультурные паузы, подвижные игры и пр.);

- **иметь навыки:** накопления, анализа и систематизации знаний, установления связей между явлениями; организации досуга различных социальных групп населения.

- **иметь представление:** о природных оздоровительных факторах, рекреационных ресурсах; о рекреационных потребностях;

Код УЦ ООП	Учебные циклы и проектируемые результаты их освоения	Трудоёмкость	Коды формируемых компетенций
БЗ.Б.2	Профессиональный цикл Базовая часть В результате изучения дисциплины «Рекреология» обучающийся должен: • знать: теорию и методику рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; принципы и методы отечественной и зарубежной рекреативно-оздоровительной деятельности и туризма, их роль и место в общей системе рекреации, санаторно-курортного профиля, туризма и краеведения; предмет и задачи рекреологии; основные проблемы	4 ЗЕТ (144час)	ОК-3 ОК-9-10 ПК-1-15, ПК-16- 29 ПК-30- 34

	становления рекреологии; природно-восстановительные ресурсы России и стран СНГ; курортно-рекреационные территории; природные лечебные и физиотерапевтические факторы лечебно-профилактического процесса; основы менеджмента и маркетинга в сфере рекреации. уметь: творчески применить теоретические знания, решая практические задачи, связанные с сохранением здоровья при организации рекреационной и туристско-оздоровительной деятельности; определять цели и задачи учебно-тренировочного процесса, рекреационно-оздоровительной, туристско-краеведческой, рекреационно-досуговой и оздоровительно-реабилитационной деятельности; организовывать и проводить учебно-тренировочные занятия по циклам, этапам различной продолжительности; конструировать циклы оздоровительно-рекреационного обслуживания различных социально-демографических групп населения и туристов; организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия в учреждениях образовательного, культурно-досугового, санаторно-курортного, рекреационно-оздоровительного и туристско-краеведческого профиля; ● владеть: навыками использования методов и приёмов контроля здоровья, функционального состояния, организации спортивно-оздоровительных, культурно-массовых занятий; компьютерными технологиями планирования учебно-тренировочного, рекреационно-оздоровительного, рекреационно-реабилитационного, туристского спортивно-оздоровительного процесса; принципами учета выполняемых нагрузок, контроля за состоянием занимающихся, их коррективки, а также решения других практических задач ● иметь представление: об экономике рекреационной сферы.		
--	---	--	--

4. ПЕРЕЧЕНЬ И СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

№ раз-дела, под раз-дела,	Коды формируемых компетенций	Содержание	Всего трудо-ём-кость	Аудиторные заня-тия (час.)			Сам ост. ра-бота	Ре-ко-менд. Лит-ра
				всего	Лек-ции	Прак-тич. Заня-тия		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	ОК-8-ОК-310	Рекреология как наука и учебный предмет.	6	4	2	2	2	1,2,
2	ПК-4-5	Характеристика рекреационных систем и подсистем (условий рекреационной деятельности), их взаимодействие.	20	8	2	6	12	1,2,
3	ПК-7-8	Основные принципы и концепции рекреологии, их разновидности.	17	9	3	6	8	1,2,
4	ПК-7-8	Годовая структура совокупного времени работающих. рекреационное время.	12	4	2	2	8	1,3

5	ПК-21, ПК-24	Рекреационные потребности и их функции.	9	5	3	2	4	1,3
6	ПК-21, ПК-24	Понятие о рекреационной системе. Классификация рекреационной деятельности.	30	14	6	8	16	1,3
7	ПК-21, ПК-24	Особенности рекреационной и туристической деятельности при изменении природных и социокультурных условий.	24	12	6	6	12	1,2,3
8	ПК-27-32 ПК-34	Свойства территориально-рекреационных систем.	14	6	2	4	8	1,2,3
9	ПК-27-32 ПК-34	Использование, охрана и оптимизация рекреационных ресурсов	12	4	2	2	8	1,2,3
ИТОГО:			144	66	28	38	78	

5. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Тема 1. Рекреология как наука и учебный предмет. Исторические предпосылки становления и развития рекреологии. Её междисциплинарная сущность. Основные понятия рекреологии, их подробная характеристика.

Тема 2. Характеристика рекреационных систем и подсистем (условий рекреационной деятельности), их взаимодействие. Аналитическая оценка соотношения между рекреацией и другими понятиями: свободное время, реабилитация, физическая культура, спорт, туризм, физическая рекреация, здоровый образ жизни.

Тема 3. Основные принципы и концепции рекреологии, их разновидности. Гуманоцентрированная разновидность рекреологии (медицинская, социологическая, социокультурная, антропологическая, деятельная). Экономоцентрированная разновидность (политэкономическая, техноэкономическая, натуроцентрированная). Взаимосвязь рассматриваемых концепций.

Тема 4. Годовая структура совокупного времени работающих. Рекреационное время. Рабочее время; внерабочее время: домашний труд и другие бытовые занятия; удовлетворение естественных физиологических потребностей (сон, еда и др.); рекреационная деятельность.

Тема 5. Рекреационные потребности и их функции. Основные формы рекреации. Типизация рекреационных занятий и деятельности. Общая характеристика технологии конструирования (моделирования) и проведения циклов рекреационных занятий различных типов и видов. Аттрактивность и эффективность различных видов и циклов рекреационных занятий.

Тема 6. Понятие о рекреационной системе. Классификация рекреацион-

ной деятельности. Рекреационная система. Подсистема отдыхающих людей, природные и культурные территориальные комплексы, технические системы, обслуживающая группа, орган управления. Классификация рекреационной деятельности по главному мотиву рекреации. Классификация рекреационной деятельности по характеру использования рекреационных ресурсов.

Тема 7. Особенности рекреационной и туристической деятельности при изменении природных и социокультурных условий. Особенности физической, психологической, географической, биологической рекреации в социально-природных условиях. Экоцентрированное мировоззрение и поведение, творческая социальная активность человека. Влияние социокультурных факторов и особенностей организации досуга (времени, когда осуществляется деятельность, основанная на свободе выбора).

Тема 8. Свойства территориально-рекреационных систем. Иерархичность, динамичность, эволюция, устойчивость.

Тема 9. Использование, охрана и оптимизация рекреационных ресурсов. Охрана ландшафтов, лесов, поверхностных и подземных вод, прибрежных участков морей и озер (пляжи), месторождений лечебных грязей, воздушного бассейна, памятников природы.

6. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

На самостоятельную работу студентов выносятся: изучение лекционного материала (20 часов), подготовка к проведению практических занятий (21 часов), написание реферата (10 часов), подготовка к экзамену (27 часов).

Самостоятельная работа предусматривает более углублённое изучение студентами программного материала по темам: №7 – Особенности рекреационной и туристической деятельности при изменении природных и социокультурных условий, №9 – Использование, охрана и оптимизация рекреационных ресурсов.

Примерные темы рефератов

1. Рекреационные учреждения России.
2. Лечебно-рекреационные местности и территории РФ.
3. Оценка динамичности территориально-рекреационной системы.
4. Оценка степени иерархичности территориально-рекреационной системы.
5. Организация рекреативной деятельности в различных половозрастных категориях.
6. Характеристика структурных особенностей сред человеческой деятельности.
7. Организация рекреативной деятельности в различных социальных стратах.
8. Охрана и оптимизация рекреационных ресурсов.
9. Аттрактивность и эффективность территориально-рекреационных систем.
10. Свойство динамичности территориально-рекреационных систем.
11. Устойчивость территориально-рекреационных систем.
12. Эволюция территориально-рекреационных систем.

7. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Текущий контроль учебного процесса заключается в проверке отчётов по практическим работам. Возможен опрос на лекциях для контроля знаний теоретического материала в виде тестирования. Оценивается также защита реферата по дисциплине. Промежуточный контроль проводится в форме экзамена по балльно-рейтинговой системе, принятой в вузе. Экзамен возможен при наличии реферата по дисциплине. Экзамен проводится в двух вариантах: 1. Ответы на вопросы в билетах, 2. Решение тестового задания.

7. 1. Контрольные вопросы и задания к экзамену по учебной дисциплине

1. Понятийный аппарат рекреологии.
2. Социолого-философский и исторический аспекты рекреации.
3. Междисциплинарная сущность рекреологии. Её взаимосвязь с другими учебными дисциплинами.
4. Основные принципы и концепции рекреологии, их взаимосвязь.
5. Основные понятия рекреологии (рекреация, физическая рекреация, курортное дело, рекреационный эффект, организация досуга), их характеристика.
6. Основные понятия рекреологии (рекреационные потребности, рекреационные потребности общества, рекреационная деятельность людей, рекреационное занятие, рекреационное время, рекреационное пространство, рекреационная система, рекреационная деятельность организаторов отдыха).
7. Структура сред человеческой деятельности.
8. Понятие о досуге и его роль в проведении рекреативных мероприятий.
9. Характеристика рекреационного времени. Взаимосвязь рекреационного времени и пространства.
10. Характеристика условий рекреационной деятельности. Сравнительная оценка понятия рекреация с другими понятиями: свободное время, отдых, досуг, реабилитация, физическая культура, спорт, физическая рекреация, здоровый образ жизни.
11. Талассотерапия как средство рекреологии.
12. Гелиотерапия как средство рекреологии.
13. Аэротерапия как средство рекреологии.
14. Физиотерапия как средство рекреации.
15. Особенности физической, психологической, географической, биологической рекреации в социально-природных условиях.
16. Рекреационные потребности человека, их функции.
17. Формы выражения рекреационных потребностей.
18. Основные формы рекреации. Системы и циклы занятий.
19. Рекреационные потребности и функции рекреационной деятельности.
20. Спрос на рекреационные услуги, возможность его удовлетворения. Мода и реклама в регулировании рекреационных потребностей.

21. Материально-техническая база рекреации (рекреационное обслуживание, специализированные и дополнительные рекреационные предприятия).
22. Функциональная структура рекреационного потенциала территории.
23. Функциональная структура ресурсной составляющей рекреационного потенциала территории.
24. Специализация и универсальность территориальных рекреационных систем.
25. Взаимосвязь рекреационной деятельности и психофизического здоровья.
26. Использование различных видов рекреации в изменяющихся социально-природных условиях.
27. Экологическое сознание и поведение, креативность человека как основной ресурс рекреационной деятельности.
28. Физическая рекреация как вид рекреационной деятельности.
29. Туризм как вид рекреационной деятельности.
30. Рекреационные мероприятия с людьми с ограниченными возможностями.
31. Рекреационные мероприятия в период беременности и послеродовой период.
32. Территориальные рекреационные системы (типология по функциям и территориальной организации).
33. Проблемы рекреологии, характерные признаки для рекреационно-оздоровительной деятельности и занятий различными видами туризма.

7.2. Примерные контрольно-тестовые задания по дисциплине

(текущее тестирование)

Вариант I

1. Что такое рекреационная деятельность:

- А) деятельность человека в свободное время;
- Б) деятельность, осуществляемая с целью восстановления физических сил человека;
- В) деятельность для всестороннего развития;
- Г) деятельность с относительным разнообразием поведения людей и самоценностью её процесса.

2. Что такое рекреационные занятия:

- А) способы реализации различных видов рекреационной деятельности;
- Б) правила и мероприятия, регламентирующие уклад жизни в санатории;
- В) комплекс мероприятий, направленных на восстановление здоровья лиц, утративших его в результате заболевания;
- Г) часть внерабочего времени, не связанного с удовлетворением естественных потребностей.

3. Личные рекреационные потребности включают:

- А) потребности в здоровье;
- Б) потребность в смене видов деятельности и месте её проявления;
- В) потребность в развлечениях;
- Г) потребность в творческой деятельности.

4. Экономические функции рекреационной деятельности включают:

- А) расширенное воспроизводство рабочей силы;

- Б) повышение потенциала здоровья населения;
 - В) источник валютных поступлений;
 - Г) формирование хозяйственных систем.
- 5. Классификация рекреационной деятельности включает:**
- А) возрастной признак;
 - Б) степень подвижности;
 - В) характер использования транспортных средств;
 - Г) национальный признак.
- 6. Изменения территориально-рекреационных систем касаются:**
- А) климата;
 - Б) площади рекреационных территорий;
 - В) численности и ёмкости рекреационных предприятий;
 - Г) номенклатуры функциональных типов ТРС.
- 7. Системы и циклы рекреационных занятий формируют:**
- А) главные рекреационные ресурсы;
 - Б) лимитирующие рекреационные ресурсы;
 - В) второстепенные рекреационные ресурсы;
 - Г) промежуточные рекреационные ресурсы
- 8. Рекреационно-лечебный тип территориально-рекреационных систем характеризуется:**
- А) основными функциями восстановления и развития физического, духовного потенциалов человека, профилактикой заболеваний;
 - Б) основной функцией лечения, опирающейся на природные факторы;
 - В) основной функцией восстановления работоспособности человека;
 - Г) основной функцией физической реабилитации.

Вариант II

- 1. Личные рекреационные потребности включают:**
- А) потребности в благоприятной природной среде;
 - Б) потребности в общении с другими людьми;
 - В) потребности в удовлетворении потребностей;
 - Г) потребности в преодолении препятствий.
- 2. Каждой рекреационной потребности ...:**
- А) соответствует определённое множество рекреационных занятий;
 - Б) соответствует определённое рекреационное занятие;
 - В) соответствует своё место для отдыха;
 - Г) соответствует множество мест рекреационной деятельности.
- 3. Медико-биологические функции рекреационной деятельности включают:**
- А) психологическую защиту и отдых;
 - Б) профорientацию и профзаболевания;
 - В) лечение и оздоровление;
 - Г) госпитализацию.
- 4. Отличительный признак активной деятельности:**
- А) хорошее настроение;

- Б) оздоровление;
 - В) разнообразие;
 - Г) переключение с одного вида деятельности на другой.
- 5. Классификация рекреационной деятельности включает:**
- А) правовой статус;
 - Б) территориальный признак;
 - В) источники поступления средств;
 - Г) сезонность.
- 6. Изменчивость территориально-рекреационных систем имеет ...:**
- А) научные и бытовые формы;
 - Б) обратимые и необратимые формы;
 - В) национальные и географические формы;
 - Г) неопределённые формы.
- 7. Основные виды рекреационных ресурсов:**
- А) человеческие ресурсы;
 - Б) климатические ресурсы;
 - В) пейзажные ресурсы;
 - Г) технические ресурсы.
- 8. Прогулочные и спортивные парки относятся к ...:**
- А) урбанизированным территориально-рекреационным системам;
 - Б) неурбанизированным территориально-рекреационным системам;
 - В) территориально-рекреационным системам национального значения;
 - Г) территориально-рекреационным системам городского значения.

(промежуточный контроль)

- 1. Системы и циклы рекреационных занятий формируют:**
- А) главные рекреационные ресурсы;
 - Б) лимитирующие рекреационные ресурсы;
 - В) второстепенные рекреационные ресурсы;
 - Г) промежуточные рекреационные ресурсы
- 2. Что такое рекреационная деятельность:**
- А) деятельность человека в свободное время;
 - Б) деятельность, осуществляемая с целью восстановления физических сил человека;
 - В) деятельность для всестороннего развития;
 - Г) деятельность с относительным разнообразием поведения людей и самоценностью её процесса.
- 3. Личные рекреационные потребности включают:**
- А) потребности в здоровье;
 - Б) потребность в смене видов деятельности и месте её проявления;
 - В) потребность в развлечениях;
 - Г) потребность в творческой деятельности.
- 4. Классификация рекреационной деятельности включает:**
- А) возрастной признак;
 - Б) степень подвижности;
 - В) характер использования транспортных средств;
 - Г) национальный признак.

5. Изменения территориально-рекреационных систем касаются:

- А) климата;
- Б) площади рекреационных территорий;
- В) численности и ёмкости рекреационных предприятий;
- Г) номенклатуры функциональных типов ТРС.

6. Экономические функции рекреационной деятельности включают:

- А) расширенное воспроизводство рабочей силы;
- Б) повышение потенциала здоровья населения;
- В) источник валютных поступлений;
- Г) формирование хозяйственных систем.

7. Рекреационно-лечебный тип территориально-рекреационных систем характеризуется:

- А) основными функциями восстановления и развития физического, духовного потенциалов человека, профилактикой заболеваний;
- Б) основной функцией лечения, опирающейся на природные факторы;
- В) основной функцией восстановления работоспособности человека;
- Г) основной функцией физической реабилитации.

8. Что такое рекреационные занятия:

- А) способы реализации различных видов рекреационной деятельности;
- Б) правила и мероприятия, регламентирующие уклад жизни в санатории;
- В) комплекс мероприятий, направленных на восстановление здоровья лиц, утративших его в результате заболевания;
- Г) часть внерабочего времени, не связанного с удовлетворением естественных потребностей.

9. Личные рекреационные потребности включают:

- А) потребности в благоприятной природной среде;
- Б) потребности в общении с другими людьми;
- В) потребности в удовлетворении потребностей;
- Г) потребности в преодолении препятствий.

10. Медико-биологические функции рекреационной деятельности включают:

- А) психологическую защиту и отдых;
- Б) профориентацию и профзаболевания;
- В) лечение и оздоровление;
- Г) госпитализацию.

11. Отличительный признак активной деятельности:

- А) хорошее настроение;
- Б) оздоровление;
- В) разнообразие;
- Г) переключение с одного вида деятельности на другой.

12. Прогулочные и спортивные парки относятся к ...:

- А) урбанизированным территориально-рекреационным системам;
- Б) неурбанизированным территориально-рекреационным системам;
- В) территориально-рекреационным системам национального значения;
- Г) территориально-рекреационным системам городского значения.

13. Каждой рекреационной потребности ...:

- А) соответствует определённое множество рекреационных занятий;
 Б) соответствует определённое рекреационное занятие;
 В) соответствует своё место для отдыха;
 Г) соответствует множество мест рекреационной деятельности.
- 14. Классификация рекреационной деятельности включает:**
 А) правовой статус;
 Б) территориальный признак;
 В) источники поступления средств;
 Г) сезонность.
- 15. Изменчивость территориально-рекреационных систем имеет ...:**
 А) научные и бытовые формы;
 Б) обратимые и необратимые формы;
 В) национальные и географические формы;
 Г) неопределённые формы.
- 16. Основные виды рекреационных ресурсов:**
 А) человеческие ресурсы;
 Б) климатические ресурсы;
 В) пейзажные ресурсы;
 Г) технические ресурсы.

Распределение зачётных единиц:

Сдача экзамена – 2,5 з.е.

Защита реферата – 0,5 з.е.

Распределение баллов рейтинга:

Вид деятельности	Рейтинг, балл
посещаемость лекционных занятий	0 – 20
посещаемость практических занятий	0 – 20
оформление реферата	0 – 10
защита реферата	0 – 10
Участие в научно-практической конференции по тематике дисциплины	0 – 20
написание тестового задания	0 – 100
Сдача экзамена	0 – 100
Максимум	130

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная литература

Основная:

1. Аппенянский, А.И. Рекреалогия: тренировочный процесс в активном туризме : учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2006. – 196 с.
2. Джанджугазова, Е.А. Маркетинг туристских территорий : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению подготовки – Туризм. – 2-е изд., стер. – М.: Академия, 2008. – 224 с.
3. Соловьев, С.С. Безопасный отдых и туризм : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Безопасность жизнедеятельности". – М. : Академия, 2008. – 288 с.

Дополнительная:

1. Александров А.Ю. Международный туризм. – М., 2004.
2. Амирханов М.М. Проблема и перспективы развития регионов с рекреационно-ориентированной экономикой: Рукопись, Сочи, 2000.
3. Биржаков, М.Б. Введение в туризм. – Изд. 9-е, перераб. и доп. – СПб.: «Издательский дом Герда», 2007. – 576 с.
4. Безруков Ю.Ф. Рекреационные ресурсы и курортология: учебное пособие. – Симферополь, 1998.
5. Ветитнев А.М., Журавлёва Л.Б. Курортное дело. Учебное пособие. – М.: КНОРУС, 2006. – 528 с
6. Выдрин, В.М., Джумаев, А.Д. Физическая рекреация – вид физической культуры // Теор. и практ. физ. культ., 1989 №3, с. 2 – 3.
7. Гидбут А.В., Мезенцев, А.Г. Курортно-рекреационное хозяйство (региональный аспект). М.: Наука, 1991.
8. Квартальнов В.А. Концепция социального туризма // Актуальные проблемы туризма, 98.: Сб.науч. трудов. М.: Советский спорт, 1999.
9. Колотова Е.В. Рекреационное ресурсоведение. - М., 1999.
10. Кротова Е.Л. Рекреационно-туристический комплекс региона: теория и практика реформирования. - М., 2001.
11. Ковалёв, Д.А. Мировая индустрия владения отдыхом : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям "Социально-культурный сервис и туризм" и "Менеджмент организации". - М. : Университетская книга, 2003. - 608 с.
12. Кусков, А.С. Рекреационная география : учебно-метод. комплекс. - М. : Флинта : МПСИ, 2005. - 496 с.
13. Леонтьева Ю.О. Рекреационное производство в системе рыночных отношений. - Новосибирск, 2002.
14. Науменко Ю.В. Виды особо охраняемых природных территорий. – Новосибирск, 2003.

15. Николаенко, Д.В. Рекреационная география : учебное пособие для студентов вузов. - М.: Владос, 2003. - 288 с.
16. Орлов А.С. Социология рекреации. М.: Наука, 1995. – 118 с.
15. О туристско-рекреационных зонах на территории РФ.// Туризм: право и экономика. - 2005, № 3.
16. О природных лечебных ресурсах, лечебно-оздоровительных местностях и курортах: Федеральный закон от 23.02.95 г. № 26 // Российская газета, 1995.
17. Природные рекреационные ресурсы, состояние окружающей среды и экономико-правовой статус прибрежных курортов / М.М. Амирханов, Н.С.Лукашина, А.П.Трутнев и др. – М.; ОАО «Издательство Экономика», 1997.
18. Погрешаева Т.А. Свободное время человека в условиях трансформации российского общества. – Саратов, 2000.
19. Преображенский В.С. Теоретические основы рекреационной географии. -
20.М., 1995.
21. Преображенский В.С., Квартальнов В.А. Основные концепции и модели рекреалогии. М: Мысль, 2000.
22. Психология здоровья: учебное пособие / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: СПбГУ. 2000.. – 504 с.
23. Путрик Ю.С. Проблемы и программы туристско-рекреационного использования природного историко-культурного потенциала в регионах России. - М., 1995.
24. Рекреалогия – система наук об отдыхе. – Киев: Знание, 1990. – 16 с.
25. Рыжкин Ю.Е. Психолого-педагогические основы физической рекреации. Учеб. пос. – СПб.: РГППУ им. А.И. Герцена. 1997. – 36 с.
26. Рыжкин Ю.Е. Физическая рекреация в комплексе наук о человеке // Вестник Балтийской педагогической академии, 2001, №40, с. 75 – 78.
27. Ручка С.И. Формирование механизма проведения маркетинговых обследований в сфере рекреационных услуг (на примере санаторно-курортных комплексов Московской области / Экономика и наука. – М., 1998.
28. Темиров Д.С. Организация и планирование рекреационной деятельности. - М., 2004.
29. Экономические проблемы развития рекреационных регионов / М.М. Амирханов, А.А.Татаринов, А.Д.Трусов / Под. ред. В.Л.Манарова. – М.: ОАО «Издательство «Экономика», 1997.

9. ТРЕБОВАНИЯ К РЕСУРСАМ

1. Учебники, учебные пособия, справочная литература.
2. Компьютер с периферией или ноутбук.
3. Доска аудиторная.
4. Географические и анатомические атласы.

ПРОТОКОЛ

согласования междисциплинарных входов и выходов

Обеспечиваемая дисциплина – Рекреалогия

Направление – Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Профиль – менеджмент в сфере рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

Курс – 4; Семестр – 7; Трудоёмкость – 144 ч.

Факультет – гуманитарный

Кафедра – физического воспитания и спорта

Заведующий кафедрой – профессор Кошелев В.Ф.

Преподаватель дисциплины – профессор Малозёмов О.Ю.

Обеспечивающая дисциплина – общая и специальная гигиена

Курс – 3; Семестр – 6; Трудоёмкость – 108 ч.

Факультет – гуманитарный

Кафедра – физического воспитания и спорта

Заведующий кафедрой – профессор Кошелев В.Ф.

Преподаватель дисциплины – профессор Малозёмов О.Ю.

1.. В результате изучения обеспечивающей дисциплины обучающийся должен:

- **иметь представление** об основах гигиенического обеспечения подготовки в отдельных видах спорта.
- **знать** основные гигиенические факторы; гигиенические основы питания, закаливания, физкультурной деятельности; гигиенические факторы внешней среды; проблемы школьной гигиены и гигиены лиц среднего и пожилого возраста; эпидемиологические факторы
- **уметь творчески применить** теоретические знания, решая практические задачи, связанные с сохранением здоровья при влиянии внешних неблагоприятных факторов; дозировать и предупреждать влияние внешних неблагоприятных факторов

2. Прочие согласуемые положения - нет

Заведующий кафедрой, на которой читается обеспечивающая дисциплина
_____ (подпись)

Заведующий кафедрой, на которой читается обеспечиваемая дисциплина
_____ (подпись)

Матрица контроля
текущей и итоговой результативности учебного процесса
по дисциплине: “Рекреалогия”

№ раз де ла	Наименование раздела	Вид и форма учебных занятий, вид, метод и средство контроля					
		аудиторные				самостоят-ные	
		лекции		практич. занятия		Реферат	
		текущ	итог	текущ	итог	текущ	Итог
		Контроль посещ-ти	зачёт	Контроль посещ-ти	Тестир	Контрольн. график	Защита
1	Рекреалогия как наука и учебный предмет.	Бланк уч.	Билет, тест	Бланк уч.	Тест	Бланк уч.	опрос
2	Характеристика рекреационных систем и подсистем (условий рекреационной деятельности), их взаимодействие.	Бланк уч.	Билет, тест	Бланк уч.	Тест	Бланк уч.	опрос
3	Основные принципы и концепции рекреалогии, их разновидности.	Бланк уч.	Билет, тест	Бланк уч.	Тест	Бланк уч.	опрос
4	Годовая структура совокупного времени работающих. Рекреационное время.	Бланк уч.	Билет, тест	Бланк уч.	Тест	Бланк уч.	опрос
5	Рекреационные потребности и их функции.	Бланк уч.	Билет, тест	Бланк уч.	Тест	Бланк уч.	опрос
6	Понятие о рекреационной системе. Классификация рекреационной деятельности.	Бланк уч.	Билет, тест	Бланк уч.	Тест	Бланк уч.	опрос
7	Особенности рекреационной и туристической деятельности при изменении природных и социокультурных условий.	Бланк уч.	Билет, тест	Бланк уч.	Тест	Бланк уч.	опрос
8	Свойства территориально-рекреационных систем.	Бланк уч.	Билет, тест	Бланк уч.	Тест	Бланк уч.	опрос
9	Использование, охрана и оптимизация рекреационных ресурсов	Бланк уч.	Билет, тест	Бланк уч.	Тест	Бланк уч.	опрос

Учебно-методическое обеспечение дисциплины

№ п/п	Автор, наименование	Год изда- ния	Количе- ство эк- земпля- ров в научной библио- теке	Количество обучающих- ся	Коэффи- циент книго- обеспе- ченности
Основная литература					
1	Соловьев, С.С. Безопасный отдых и туризм : учебное пособие для студентов вузов	2008	16	0	100
Дополнительная литература					
1	Джанджугазова, Е.А. Маркетинг туристских территорий : учеб. пособие	2006	20	0	100

Лист контрольных мероприятий
(для выдачи обучающемуся)

Максимально возможный балл по виду учебной работы											
Перечень и содержание модуля учебной дисциплины	Текущая аттестация							Контрольное мероприятие			Итого
	Защита отчетов по лабораторной работе	Выполнение практического задания	Выполнение домашних заданий	Написание и защита реферата	Контрольное мероприятие	Посещаемость занятий	Активность на занятиях	Экзамен	Зачет	Защита курсовой работы/проекта	
Б.3.Б.2 Рекреалогия	–	–	–	10	13	50		27	–	–	100
Обязательный минимум для допуска к экзамену				20	13	18					