

Організація рекреаційних послуг **д.і.н., професор Клапчук В.М.**

1. Назва дисципліни.

Організація рекреаційних послуг (кількість годин для самостійної роботи – 120 год.).

2. Мета самостійної роботи.

Вивчення основних компонентів, структури рекреаційних послуг для надзвичайно важливої сьогодні галузі господарської діяльності – сфери гостинності.

3. Завдання самостійної роботи.

Вивчення особливостей природних рекреаційних ресурсів та їх застосування у оздоровленні населення; ознайомлення з методами оздоровлення у курортних і рекреаційних закладах.

4. Запитання для самопідготовки.

1. Визначення земель рекреаційного призначення.
2. Склад земель рекреаційного призначення
3. Використання земель рекреаційного призначення
4. Про здійснення рекреаційної діяльності у межах територій та об'єктів природно-заповідного фонду України
5. Правила ведення рекреаційної діяльності у межах територій та об'єктів ПЗФ.
6. Загальна характеристика курортної рекреаційно-туристичної сфери.
7. Окремі спортивно-рекреаційні види.
8. Пішохідний туризм або трекинг
9. Нордична ходьба
10. Фітнес
11. Різновиди бігу і стрибків.
12. Веслування
13. Пересування на лижах
14. Катання на ковзанах
15. Їзда на велосипеді
16. Аквааеробіка
17. Аквафітнес
18. Аквастеп
19. Акваджогінг
20. Особливості кліматолікування
21. Кліматичні чинники проведення рекреації
22. Аеротерапія
23. Геліотерапія
24. Таласотерапія
25. Мікротерапія
26. Аероіонотерапія
27. Аерофітотерапія
28. Морська цілодобова аеротерапія
29. Цілодобова спелеотерапія
30. Лікувальний ефект клімату.
31. Загальна характеристика мінеральних вод України
32. Лікувальні фактори мінеральних вод
33. Класифікація мінеральних вод
34. Вуглекислі мінеральні води
35. Сульфідні мінеральні води
36. Залістисті і миш'яковисті мінеральні води
37. Кремнієві мінеральні води
38. Бромні, йодо-бромні та йодні мінеральні води
39. Радіоактивні (радонові) води
40. Мінеральні води з підвищеним вмістом органічних речовин
41. Борні мінеральні води
42. Група вуглекислих гідрокарбонатних натрієвих вод
43. Група вуглекислих маломінералізованих гідрокарбонатних кальцієвих та магнієво-кальцієвих мінеральних вод
44. Вуглекислі хлоридно-гідрокарбонатні води.
45. Загальні властивості пелоїдів
46. Основні типи лікувальних грязей
47. Сапропелі
48. Мулові сульфідні пелоїди
49. Штучні пелоїди.

50. Охорона пелоїдів
51. Пелоїдолікування (грязелікування)
52. Парафінолікування.
53. Озокеритолікування.
54. Бішофітотерапія
55. Нафталанолікування.
56. Загальні особливості дієтичного харчування
57. Особливість організації харчування в санаторно-курортних закладах
58. Фізіотерапія
59. Арт-терапія
60. Ігротерапія
61. Тілесно-орієнтована психотерапія
62. Екзистенціальна психотерапія
63. Психоданаліз
64. Гештальт-терапія
65. Голковколювання
66. Багато голковий масаж
67. Фармакопунктура
68. Сонопунктура
69. Електропунктура та електроакупунктура
70. Фотопунктура
71. Фітоароматерапія
72. Ампелотерапія і енотерапія
73. Енотерапія
74. Глинолікування
75. Псаммотерапія
76. Стоунтерапія
77. Гірудотерапія
78. Апітерапія
79. Іпотерапія
80. Кумисолікування
81. Використання лікувальних ефектів собак і інших домашніх тварин
82. Дельфінотерапія
83. Метод біологічного зворотного зв'язку
84. Загальні положення та визначення
85. СПА-технології
86. Типи СПА-курортів
87. Напрямки СПА-програм в Україні
88. Бальнеотерапія в СПА
89. Таласотерапія
90. Ландшафтотерапія
91. Вино терапія
92. Ароматерапія
93. Апітерапія
94. Стоун-терапія
95. Галотерапія
96. Кінезіотерапія
97. Музикотерапія
98. Використання холістичного підходу
99. Основні завдання СПА-технологій в Україні
100. Інтеграція СПА-концепції в санаторно-курортне лікування в Україні

5. Індивідуальні завдання.

1. Альтернативні традиційні і нетрадиційні методи оздоровлення.
2. Ампелотерапія.
3. Апітерапія.
4. Ароматерапія.
5. Бальнеологічні курорти адміністративних областей України.
6. Використання лікувальних ефектів собак і інших домашніх тварин.
7. Винотерапія.
8. Галотерапія.
9. Гірудотерапія.
10. Глинолікування.
11. Грязелікування в АР Крим.
12. Грязелікування в Українських Карпатах.

13. Грязелікування в Центральній Україні.
14. Грязелікування на узбережжях морів.
15. Грязелікування у Східній Україні.
16. Грязе- та озокеритолікування в адміністративних областях України.
17. Дельфіноterapia.
18. Енотерапія.
19. Загальна характеристика мінеральних вод адміністративних областей України.
20. Застосування фізіотерапії для лікування та оздоровлення.
21. Іпотерапія.
22. Кінезіотерапія.
23. Кумисолікування.
24. Ландшафтотерапія.
25. Лікувальні методи і засоби мінерального походження.
26. Лікувальні методи і засоби рослинного походження.
27. Лікувальні методи і засоби тваринного походження.
28. Лікування механічними факторами.
29. Лікування хвороб за допомогою фізіотерапії.
30. Музикотерапія.
31. Оздоровчо-рекреаційні ресурси адміністративних областей України.
32. Особливості кліматолікування в Кримських горах.
33. Особливості кліматолікування в Подільських Товтрах.
34. Особливості кліматолікування в степовій зоні України.
35. Особливості кліматолікування в Українських Карпатах.
36. Особливості кліматолікування на Закарпатті.
37. Особливості кліматолікування на Поділлі.
38. Особливості кліматолікування на Поліссі.
39. Особливості кліматолікування на узбережжях Чорного та Азовського морів.
40. Особливості кліматолікування у Передкарпатті.
41. Особливості кліматолікування у Придеснянні.
42. Особливості кліматолікування у Придніпров'ї.
43. Особливості кліматолікування у степовій частині Криму.
44. Особливості організації харчування в санаторно-курортних закладах при захворюваннях кишково-шлункового тракту.
45. Особливості організації харчування в санаторно-курортних закладах при захворюваннях печінки.
46. Особливості організації харчування в санаторно-курортних закладах при захворюваннях підшлункової залози та селезінки.
47. Особливості організації харчування в санаторно-курортних закладах при захворюваннях сечостатевої системи.
48. Особливості організації харчування в санаторно-курортних закладах при ниркових захворюваннях.
49. Психотерапія – прогресивний засіб оздоровлення.
50. Склад земель рекреаційного призначення адміністративних областей України.
51. СПА-курорти світу.
52. СПА-курорти України.
53. СПА-технології в Україні.
54. СПА-технології у світі.
55. Стоунтерапія.
56. Таласотерапія.
57. Тренувально-оздоровчі заходи у рекреаційних закладах.
58. Фізична реабілітація – основний засіб оздоровлення.
59. Фізіотерапевтичні рекреаційні заклади.
60. Фітоароматерапія.

6. Програмові вимоги до екзаменів.

1. Аналіз проблеми організації оздоровчо-рекреаційної діяльності в Україні.
2. Сульфідні мінеральні води.
3. Галотерапія в СПА.
4. Нордична ходьба.
5. Оздоровчо-рекреаційні ресурси України.
6. Залізисті і миш'яковисті мінеральні води.
7. Кінезіотерапія в СПА.
8. Фітнес.
9. Основні бальнеологічні групи мінеральних вод.
10. Основні завдання СПА-технологій в Україні.
11. Дієтичний раціон № 1.
12. Різновиди бігу і стрибків.

13. Територіальна організація рекреаційної діяльності в Україні.
14. Кремнієві мінеральні води.
15. Особливість організації харчування в санаторно-курортних закладах.
16. Веслування.
17. Умови та чинники формування рекреаційної діяльності
18. Бромні, йодо-бромні та йодні мінеральні води.
19. Озокеритолікування.
20. Пересування на лижах.
21. Фактори, що сприяють розвитку оздоровчо-рекреаційної діяльності в Україні.
22. Радіоактивні (радонові) води.
23. Бішофітотерапія.
24. Катання на ковзанах.
25. Загальні властивості пелоїдів.
26. Пішохідний туризм або трекинг.
27. Нафталанолікування.
28. Їзда на велосипеді.
29. Проблеми і перспективи розвитку оздоровчо-рекреаційної діяльності в Україні.
30. Мінеральні води з підвищеним вмістом органічних речовин.
31. Аквааеробіка.
32. Стратегія розвитку оздоровчо-рекреаційної діяльності в Україні.
33. Борні мінеральні води.
34. Вплив мікроелементів на основні системи організму.
35. Аквафітнес.
36. Визначення земель рекреаційного призначення.
37. Група вуглекислих гідрокарбонатних натрієвих вод.
38. Інтеграція СПА-концепції в санаторно-курортне лікування в Україні.
39. Аквастеп.
40. Склад земель рекреаційного призначення.
41. Музикотерапія в СПА.
42. Акваджогінг.
43. Використання земель рекреаційного призначення.
44. Вуглекислі хлоридно-гідрокарбонатні води.
45. Фітоароматерапія.
46. Про здійснення рекреаційної діяльності у межах територій та об'єктів природно-заповідного фонду України.
47. Основні типи лікувальних грязей.
48. Гірудотерапія.
49. Правила ведення рекреаційної діяльності у межах територій та об'єктів ПЗФ.
50. Сапропелі.
51. Ультрафонопунктура.
52. Загальна характеристика курортної рекреаційно-туристичної сфери.
53. Мулові сульфідні пелоїди.
54. Кумисолікування.
55. Окремі спортивно-рекреаційні вправи.
56. Штучні пелоїди.
57. Використання лікувальних ефектів собак і інших домашніх тварин.
58. Особливості кліматолікування.
59. Пелоїдолікування (грязелікування).
60. Кліматичні чинники проведення рекреації.
61. Парафінолікування.
62. Аеротерапія.
63. Загальні особливості дієтичного харчування.
64. Ампелотерапія і енотерапія.
65. Геліотерапія.
66. Загальні положення та визначення СПА-технологій.
67. Таласотерапія.
68. СПА-технології.
69. Голковколювання.
70. Гімнастичні вправи.
71. Мікротерапія.
72. Типи СПА-курортів.
73. Цілодобова спелеотерапія.
74. Дихальні вправи.
75. Лікувальний ефект континентального клімату степів.
76. Напрямки СПА-програм в Україні.

77. Морська цілодобова аеротерапія.
78. Спеціальні вправи.
79. Лікувальний ефект континентального клімату лісів.
80. Бальнеотерапія в СПА.
81. Аерофітотерапія.
82. Вправи з предметами (зі снарядами).
83. Лікувальний ефект приморського клімату.
84. Ароматерапія в СПА.
85. Аероіонотерапія.
86. Арт-терапія.
87. Лікувальний ефект середньо- і високогірного клімату.
88. Таласотерапія в СПА
89. Дієтичний раціон № 2.
90. Ігротерапія.
91. Загальна характеристика мінеральних вод України.
92. Ландшафтотерапія в СПА.
93. Дієтичний раціон № 3.
94. Лікувальні фактори мінеральних вод.
95. Винотерапія в СПА.
96. Дієтичний раціон № 4.
97. Класифікація мінеральних вод.
98. Апітерапія в СПА.
99. Дієтичний раціон № 5.
100. Вуглекислі мінеральні води.

7. Тести.

1. На скільки груп можна поділити рекреаційний комплекс?

- Одна
- Дві
- Три
- П'ять

2. Першим національним природним парком на території України є:

- Карпатський національний природний парк
- Шацький національний природний парк
- Вишнівецький національний природний парк
- Національний природний парк «Гуцульщина»

3. До соціально-економічних рекреаційних ресурсів відносяться:

- Заклади харчування
- Джерела мінеральних вод
- Водоспади
- Замки

4. На курорті Трускавець основним типом мінеральних вод є:

- Нафтуса
- Настуса
- Нарзан
- Буркут

5. Землі рекреаційного призначення можна розподілити на:

- Дві групи
- Три групи
- Дев'ять груп
- Десять груп

6. До земель рекреаційного призначення відносяться:

- Землі лісового фонду
- Окремі цінні породи дерев
- Оранжереї

Землі, які використовуються для організації відпочинку населення, туризму та проведення спортивних заходів

7. Рівень озеленення території житлової забудови має бути не менше:

- 50 %

80 %

40 %

60 %

8. Рівень озеленення території шкіл і дитячих дошкільних закладів має бути не менше:

50 %

80 %

40 %

60 %

9. До земель рекреаційного призначення відносяться:

Землі лісового фонду

Землі, які використовуються для організації відпочинку населення

Оранжереї

Землі, які не використовуються для проведення спортивних заходів

10. До земель рекреаційного призначення належать:

Земельні ділянки зелених зон і зелених насаджень міст та інших населених пунктів

Навчальних стежок

Фруктові сади

Парники

11. Зелені насадження спеціального призначення – це:

Насадження транспортних магістралей і вулиць

Насадження парків

Насадження шкіл

Насадження парків і скверів

12. Землі рекреаційного призначення можуть перебувати у власності:

Державній

Комунальній

Дирекції підприємства

Громади

13. Яка погода найсприятливіша для оздоровлення людини?

Комфортна

Субкомфортна

Некомфортна

Оздоровча

14. Скільки виділяють класів захворювань, пов'язаних з дією клімато-метеорологічних і геофізичних чинників:

Один

Два

Три

Чотири

15. Скільки лікувальних ефектів має континентальний клімат лісів:

П'ять

Три

Шість

Десять

16. Скільки лікувальних ефектів має приморський клімат:

П'ять

Три

Шість

Десять

17. До аеротерапії відносяться:

Цілодобова аеротерапія

Ванни

Повітряна куля

Вживання мінеральної води

18. До геліотерапії відносяться:

Загаряння
Загальні сонячні ванни
Місячні сонячні ванни
Купання на морі.

19. До мікротерапії відносяться:

Аерофітотерапія
Аерація
Уфотерапія
Геліотерапія

20. До мікротерапії відносяться:

Аерофітотерапія
Аеродихання
Теритерапія
Геліотерапія

21. Скільки виділяється лікувальних факторів мінеральних вод?

Один
Два
Чотири
Три

22. Скільки виділяється типів мінеральних вод?

Одна
П'ять
Дев'ять
Десять

23. Скільки родовищ мінеральних вод відносяться до гідрокарбонатно-хлоридних вод Закарпаття?

7
16
25
14

24. Скільки мікроелементів виявлено у мінеральних водах України?

30
50
88
102

25. Які катіони визначають лікувальні властивості мінеральних вод?

Натрію
Кремнію
Магnezії
Миш'яку

26. Які аніони визначають лікувальні властивості мінеральних вод?

Гідрокарбонатні
Кремнеземні
Нітратні
Сульфосфатні

27. Які іони визначають лікувальні властивості мінеральних вод?

Натрію
Кремнію
Ртуті
Заліза

28. Найбільші поклади мінеральних вод типу «Нафтуса» зосереджені у :

Моршині
Трускавці
Хмільнику

Шешорів

29. Які є типи природних пелоїдів:

Сапропелі
Штучні пелоїди
Зелені мули
Грязі

30. Бішофіт має мінералізацію (у г/л):

340–400
150–200
350–500
50–100

31. Яка температура плавлення очищеного озокериту (у °С)?

52-55
45–50
60–75
25–30

32. Яка температура плавлення білого парафіну (у °С)?

52-55
45–52
55–65
75–80

33. Які фізико-хімічні характеристики пелоїдів є основними:

Масова частка вологи
Напруга засуви
Колір
Смак

34. Які фізико-хімічні характеристики пелоїдів є основними:

Густина
Засміченість частками діаметром більш $0,5 \cdot 10^{-3}$ м
Ступінь розкладу органіки
Пластичність

35. До теплолікування відноситься:

Парафінолікування
Бішофітолікування
Зололікування
Іонолікування

36. До теплолікування відноситься:

Озокеритолікування
Бішофітолікування
Шлаколікування
Лазеролікування

37. Інтеграція СПА концепції в санаторно-курортне лікування в Україні на сьогоднішній день досягається шляхом:

Створення медичних і (або) косметичних СПА-кабінетів на базі лікувальної, санаторно-курортної установи
Організації релаксуючої дії в рамках лікувальної установи
Створення курортної установи
Оголошення курортної зони

38. СПА – містечко у:

Бельгії
США
Франції
Єгипті

39. Курорти називали «СПА» у:

США
Бельгії
Ізраїлі
Франції

40. Методом СПА-технологій є:

Ультрафіолетове лікування
Апітерапія
Вживання мінеральної води під час їжі
Рибалка

41. Інтеграція СПА концепції в санаторно-курортне лікування в Україні на сьогоднішній день досягається шляхами:

Створення медичних і (або) косметичних СПА-кабінетів на базі лікувальної, санаторно-курортної установи
Організація СПА-зони
Створення курортної установи
Створення лікувально-оздоровчої зони

42. Апітерапія є напрямом СПА-індустрії в якому використовується:

Зміїний яд
Мед
Полісахарид
Укус собаки

43. Інтеграція СПА концепції в санаторно-курортне лікування в Україні на сьогоднішній день досягається шляхом:

Створення медичних СПА-кабінетів на базі лікувальної, санаторно-курортної установи
Організації релаксуючої дії в рамках лікувальної установи
Створення косметичних СПА
Оголошення курортної зони

44. Інтеграція СПА концепції в санаторно-курортне лікування в Україні на сьогоднішній день досягається шляхом:

Створення медичних СПА-кабінетів на базі лікувальної установи
Організації релаксуючої дії в рамках лікувальної установи
Створення методичних СПА-кабінетів на базі санаторно-курортної установи
Оголошення курортної зони

45. Йодні, бромні та йодо-бромні мінеральні води переважають у:

Карпатах
Криму
Придніпров'ї
Гологорах

46. Сульфідні мінеральні води широко використовуються на курорті:

Немирів
Сатанів
Кваси
Шаян

47. Крем'янисті мінеральні води у лікувальних цілях використовуються на курорті:

Рай-Оленівка
Моршин
Трускавець
Сатанів

48. Джерела миш'яковистих мінеральних вод зустрічаються у:

с. Кваси
с. Микуличин
с. Шешори
с. Буркут

49. Залізисті мінеральні води мають найбільше поширення у області:

Львівській

Закарпатській
Чернівецькій
Одеській

50. До лікувальних грязей відносяться:

Мули
Сапропелі
Мули, торфи, сопкові грязі
Мули, сапропелі, торфи, сопкові грязі

8.Список рекомендованої літератури.

1. Бейдик О.О. Рекреаційно-туристичні ресурси України: Методологія та методи аналізу, термінологія, районування. – К.: ВПЦ «Київський університет», 2001. – 395 с.
2. Бейдик О.О. Словник-довідник з географії туризму, рекреації та рекреаційної географії. – К.: Палітра, 1997. – С. 50-74.
3. Вишневецький В.І. Річки і водойми України: стан і використання. – К.: Віпол, 2000.
4. Гудзь П.В. Економічні проблеми розвитку курортно-рекреаційних територій. – Донецьк, 2001. – 270 с.
5. Клапчук В.М. Методичні рекомендації з курсу «Організація рекреаційних послуг». – Івано-Франківськ:Фоліант, 2007. – 55 с.
6. Клапчук В.М. Основи санаторно-курортної справи : Навчально-методичний посібник / В.М. Клапчук. – Івано-Франківськ : Фоліант, 2012. – 136 с.
7. Клапчук В.М. Рекреація : Навчально-методичний посібник / В.М. Клапчук / Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника : Електронний ресурс. – Івано-Франківськ, 2012. – 1,29 МБт (88 с.).
8. Клапчук В.М. Курортна справа : організація, територіальне планування, система управління: Навчально-методичний посібник / В.М. Клапчук, Л.В. Ковальська. – Івано-Франківськ : Фоліант, 2013. – 400 с.
9. Навчальні програми фахових дисциплін для підготовки бакалаврів спеціальності «Готельно-ресторанна справа» : Навчально-методичний посібник / За ред. проф. В.М. Клапчука / Факультет туризму / ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». – Івано-Франківськ : «Фоліант», 2017. – 220 с.
10. Клапчук В.М. Організація рекреаційних послуг : Навчально-методичний посібник / В.М. Клапчук. – Івано-Франківськ : Фоліант, 2017. – 263 с.
11. Курортні ресурси України. – К.: ТАМЕД, 1999.
12. Леоненко В.Б., Стеценко М.П., Возний Ю.М. Атлас об'єктів природно-заповідного фонду України. – К.: ВПЦ «Київський університет», 2003.
13. Любіцева О.О. Ринок туристичних послуг. – К.: Альтерпрес, 2002.
14. Пам'ятки архітектури та містобудування України: Довідник Державного реєстру національного культурного надбання // В.В. Вечерський, О.М. Годованюк, Є.В. Тиманович та ін. – К.: Техніка, 2000. – 664 с.
15. Панченко Т.Ф. Курортно-рекреаційна система України: сучасний стан та перспективи розвитку // Туристично-краєзнавчі дослідження. – Вип. 2. – К.:Кармаліта, 1999.
16. Рекреаційна політика в Карпатському регіоні: принципи формування, шляхи реалізації. / В. Кравців та ін. – Чернівці: Прут, 1995. – 72 с.
17. Рутинський М.Й. Географія туризму України: Навч.-метод, пос. – К.: Центр навч. літ-ри, 2004. – 160 с.
18. Смаль І.В. Основи географії рекреації та туризму: Навч. пос. – Ніжин: НДПУ імені Миколи Гоголя, 2004.
19. Сокол Т.Г. Організація туристичної діяльності в Україні: Навч. пос. – К., 2001.
20. Україна у цифрах. 2002: Короткий статистичний довідник. – К.: Консультант, 2003.