

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідас ДСТУ ISO 9001:2015 Екземпляр № 1	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К2 5-2022 Арк. 1 / 41

## ЗАТВЕРДЖЕНО

Вченою радою факультету  
бізнесу та сфери обслуговування

30 серпня 2022 р.,

протокол № 07

Полова Вченої ради

Галина ТАРАСЮК



## РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «РЕКРЕАЛОГІЯ»

для здобувачів освітнього ступеня «бакалавр»  
спеціальності 242 «Туризм»  
освітньо-професійна програма «Туризм»  
факультет бізнесу та сфери обслуговування  
кафедра туризму та готельно-ресторанної справи

Схвалено на засіданні  
кафедри туризму та готельно-ресторанної справи  
«29» серпня 2022 р.,  
протокол №05

Т.в.о. завідувача кафедри

Галина ТАРАСЮК

Гарант освітньо-професійної  
програми

Ольга МІЛІНЧУК

Розробник: асистент кафедри туризму та готельно-ресторанної справи  
Діна ЯРМОЛЮК

Житомир  
2022-2023 н.р.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

## 1.Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 4	Галузь знань: 24 «Сфера обслуговування»	<u>Нормативна</u>	
Модулів – 1	Спеціальність: 242 «Туризм»	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів – 3		3-й	-
Загальна кількість годин – 120		<b>Семестр</b>	
		5-й	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2/3 самостійної роботи студента – 0,33	Освітній ступінь: «бакалавр»	<b>Лекції</b>	
		32 год.	-
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		48 год.	-
		<b>Лабораторні</b>	
		-	-
		<b>Самостійна робота</b>	
40 год.	-		
<b>Індивідуальні завдання:</b>		-	
<b>Вид контролю:</b>		екзамен	

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета вивчення дисципліни** – сформувати систему знань про рекреацію, про соціальне та економічне значення рекреації, туризму, рекреаційних систем у житті людини і суспільства.

Таким чином, курс «Рекреалогія» розрахований на формування у студентів знань про рекреаційні потреби та відповідні їм форми рекреаційної діяльності. Даний курс дозволить студентам отримати уявлення про принципи, методи і нові підходи до організації відпочинку у відповідності до історично мінливих рекреаційних потреб суспільства, про соціальну значущість рекреації, про ідеологію відпочинку, про специфіки рекреаційних систем та взаємних зв'язках елементів рекреаційних систем.

### **Основні завдання навчальної дисципліни:**

- сформувати у студентів знання про предмет, об'єкт, основних поняттях та концепціях рекреалогії;
- виробити у студентів розуміння рекреалогії як фундаментальної міждисциплінарної науки, вивчити внесок різних наук у розвиток рекреаційних знань;
- дати уявлення про сучасному розумінні феномена рекреації, розвитку її специфічних особливостей в історичному аспекті;
- детально вивчити форми рекреації, умови її здійснення, види рекреаційної діяльності та відповідні їм галузі рекреаційної індустрії;
- виробити у студентів практичні навички виявлення та комплексної оцінки рекреаційних ресурсів, системного аналізу рекреаційного потенціалу, вміння визначати пріоритетні напрями в розвитку рекреації та туризму в різних регіонах;
- виробити вміння визначати структуру рекреаційних комплексів та їх функціональне призначення.
- сформувати знання і практико-методичні вміння щодо організації рекреаційної діяльності в різних умовах (соціально-економічних, демографічних, ландшафтно-кліматичних і т. д.) регіону.

В результаті вивчення дисципліни «Рекреалогія» для спеціальності 242 «Туризм» студент повинен:

### **знати:**

- основні поняття рекреалогії;

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

- види рекреаційних потреб людини та суспільства і умови їх формування;
- види рекреаційної діяльності і відповідні їм рекреаційні ресурси;
- структуру рекреаційної (територіальної рекреаційної системи і взаємодія її компонентів);
- систему державного регулювання рекреації і туризму, нормативно-правові аспекти експлуатації і охорони рекреаційних ресурсів;
- фактори розвитку туризму та рекреації в різних територіальних рекреаційних системах;
- особливості організації та функціонування рекреаційних систем на різних територіях;
- принципи розробки концепцій розвитку туризму та рекреації з урахуванням територіальних особливостей;
- етапи розробки цільових регіональних програм розвитку рекреації і туризму;
- методи рекреаційного моделювання.

**вміти:**

- визначати функціональну структуру рекреаційного району;
- визначати і розраховувати рекреаційні потреби населення району різні види відпочинку і туризму;
- проводити оцінку рекреаційних ресурсів району, системно аналізувати рекреаційний потенціал регіонів, визначати пріоритетні напрями розвитку рекреації і туризму;
- виявляти напрями існуючих і перспективних туристських потоків;
- забезпечувати комплексний підхід і раціональну організацію рекреаційного господарства, розробляти схеми функціонального зонування території, виділяти ділянки під перспективний туристично-рекреаційне освоєння;
- опрацьовувати варіанти розміщення об'єктів рекреації, режиму використання і обладнання рекреаційної території, транспортного обслуговування, розміщення установ культурно-побутового призначення.

Результатом вивчення є набуття студентами таких **компетенцій**:

ЗК2. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій,

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя;

ЗК05. Прагнення до збереження навколишнього середовища;

ЗК06. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел;

ЗК12. Навички міжособистісної взаємодії;

ФК01. Знання та розуміння предметної області та розуміння специфіки професійної діяльності;

ФК02. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;

ФК03. Здатність аналізувати рекреаційно-туристичний потенціал території;

ФК06. Розуміння процесів організації туристичних подорожей і комплексного туристичного обслуговування (готельного, ресторанного, транспортного, екскурсійного, рекреаційного).

Результатом вивчення дисциплін є отримання студентами таких **програмних результатів навчання:**

РН04. Пояснювати особливості організації рекреаційно-туристичного простору;

РН11. Володіти державною та іноземною (ними) мовою (мовами) на рівні, достатньому для здійснення професійної діяльності;

РН15. Проявляти толерантність до альтернативних принципів та методів виконання професійних завдань;

РН22. Професійно виконувати завдання в невизначених та екстремальних ситуаціях;

РН 24. Професійно здійснювати екскурсійну діяльність взаємодіючи з різними групами туристів.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

### 3. Програма навчальної дисципліни

#### Змістовий модуль 1

##### Тема 1. Сутність та мета дисципліни «Рекреалогія»

Сутність рекреалогії як міждисциплінарної наукової дисципліни. Об'єкт, предмет, суб'єкт рекреалогії. Основні категорії рекреалогії: дозвілля, відпочинок, вільний час, рекреація, рекреаційні умови, рекреаційний потенціал, рекреаційна територія, рекреаційна ємність, рекреаційний об'єкт, рекреаційне навантаження. Загальні функції рекреаційної діяльності: медико-біологічна; соціокультурна; економічна, політична.

##### Тема 2. Основні концепції рекреалогії

Типологія концепцій рекреалогії. Гуманоцентровані концепції: медико-біологічна, соціально-культурна, діяльнісна, антропоекологічна. Економоцентровані концепції: політекономічна, техноекономічна. Натуроцентрована концепція.

##### Тема 3. Територіальна рекреаційна система як об'єкт рекреалогії

Територіальний характер рекреаційних систем. Рекреаційні території та їх класифікація. Рекреаційна система. Типи рекреаційних систем. Територіальна рекреаційна система та галузі, що її формують. Компоненти рекреаційної системи. Рекреаційне заняття. Цикли рекреаційних занять. Загальні підходи до моделювання циклів рекреаційних занять. Моделювання рекреаційної діяльності.

#### Змістовий модуль 2

##### Тема 4. Кліматичні та водні ресурси

Кліматоутворюючі рекреаційні ресурси: клімат, погодні умови. Типи та класи погоди. Медико-кліматична характеристика основних природних зон. Аеротерапія, геліотерапія. Характеристика водних рекреаційних ресурсів України. Види та методи водолікування.

##### Тема 5. Природно-ресурсна складова рекреаційної діяльності

Загальна характеристика видів рекреаційних ресурсів. «Світова спадщина ЮНЕСКО». Класифікація рекреаційних ресурсів. Рекреаційне природокористування. Взаємозв'язок рекреаційних потреб та наслідків рекреаційного природокористування.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

### **Тема 6. Бальнеологічні та біотичні ресурси**

Історія розвитку бальнеології в Україні та характеристика мінеральних вод. Види лікувальних грязей та інших природних джерел. Озокерит. Парафінотерапія. Літотерапія. Характеристика біотичних рекреаційних ресурсів: ліси, болота. Ландшафт та його вплив на організацію туристичної діяльності. Пейзаж.

### **Тема 7. Методи та типи оцінки природно-рекреаційних ресурсів**

Підходи до оцінки природно-рекреаційних ресурсів. Особливості медико-біологічної та психолого-естетичної оцінки рекреаційних ресурсів. Технологічна та економічна оцінка природно-рекреаційного потенціалу рекреаційних територій.

## **Змістовий модуль 3**

### **Тема 8. Напрями та заходи рекреаційно-оздоровчої діяльності**

Валеологічні напрями розвитку рекреації. Способи відновлення здоров'я: рекреація; лікування; реабілітація. Компенсаторний вплив кольоротерапії і арт-терапії. Музикотерапія. Апітерапія та анімалотерапія як заходи оздоровчої рекреації.

### **Тема 9. Маркетингові підходи до формування задоволеності споживачів рекреаційних послуг**

Поведінка споживача як чинник маркетингу рекреаційних послуг. Дослідження факторів задоволеності споживачів рекреаційних послуг. Формування програм лояльності споживачів рекреаційного підприємства.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

#### 4. Структура (тематичний план) навчальної дисципліни

Кредитні модулі	Змістові модулі	Кількість годин			
		Лекції	Практичні	Самостійна робота	Всього
1	2	3	4	5	6
<b>Модуль 1</b>					
№ 1	Сутність та мета дисципліни «Рекреалогія»	2	4	4	15
	Основні концепції рекреалогії	2	4	4	15
	Територіальна рекреаційна система як об'єкт рекреалогії	6	8	6	10
<b>Разом змістовний модуль 1</b>		10	16	14	40
<b>Модуль 2</b>					
№ 2	Кліматичні та водні ресурси	4	4	4	10
	Природно-ресурсна складова рекреаційної діяльності	2	4	4	10
	Бальнеологічні та біотичні ресурси	4	6	4	10
	Методи та типи оцінки природно-рекреаційних ресурсів	4	6	4	20
<b>Разом змістовний модуль 2</b>		14	20	16	50
<b>Модуль 3</b>					
№ 3	Напрями та заходи рекреаційно-оздоровчої діяльності	4	6	6	15
	Маркетингові підходи до формування задоволеності споживачів рекреаційних послуг	4	6	4	15
<b>Разом змістовний модуль 3</b>		8	12	10	30
<b>Всього</b>		<b>32</b>	<b>48</b>	<b>40</b>	<b>120</b>



Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

## 5. Теми семінарських (практичних) занять

№	Назва теми	Кількість годин
1.	Введення в курс. Етапи становлення та розвитку рекреалогії	4
2.	Функції рекреалогії	2
3.	Основні концепції рекреалогії	2
4.	Територіальна рекреаційна системи, її структура і сутність елементів	6
5.	Компоненти рекреаційної системи	6
6.	Моделювання рекреаційної діяльності	4
7.	Водні рекреаційні ресурси	4
8.	Бальнеологічні рекреаційні ресурси	4
9.	Методологія оцінки природно-рекреаційних ресурсів	4
10.	Біотичні рекреаційні ресурси	4
11.	Сучасні напрями та заходи рекреаційно-оздоровчої діяльності	4
12.	Особливості застосування інструментів маркетингу для формування задоволеності споживачів рекреаційних послуг	4
РАЗОМ		<b>48</b>

## 6. Завдання для самостійної роботи

### Тема 1. Введення в курс. Етапи становлення та розвитку рекреалогії

1. Написання коротку розповідь-роздум на тему «Філософія та психологія відпочинку».

2. Провести дослідження рекреаційних потреб молоді, з використанням анкети для опитування. За результатами анкетування описати типові групи рекреаційних потреб.

Як можна використовувати зібрану інформацію:

- 1) для сегментування туристичного ринка;
- 2) в організації туристської та екскурсійної діяльності?

Розробити пропозиції щодо задоволення виявлених рекреаційних потреб молоді в залежності від сегмента туристичного ринку з врахування основних стимулів, інтересів та переваг потенційних креантів.

### Тема 2. Функції рекреалогії

1. Які функції виконує рекреалогія в сучасному соціумі? Заповнити таблицю:

#### Змістовна характеристика функцій рекреалогії

Функції рекреалогії	Характеристика функцій

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

### Тема 3. Основні концепції рекреалогії

#### 1. Заповнити таблицю:

#### Характеристика основних концепцій рекреалогії

Група концепцій	Приклад	Коротка характеристика
Гуманоцентровані – медико-біологічна – соціально-культурна – діяльнісна – антропоєкологічна		
Економцентровані – політекономічна – техноекономічна		
Натуроцентрована		

2. Чи слід на вашу думку, враховувати рекреаційну культуру у розробці тупродукту. Як саме? Навести відповідні приклади.

3. Як на вашу думку, можна використовувати концепції рекреалогії на практиці, зокрема при:

- 1) проектуванні туристичного продукту;
- 2) проведенні сегментування ринку туристичних послуг;
- 3) організації рекреаційної діяльності;
- 4) організації рекреаційного часу та простору;
- 5) проектуванні заходів збуту туристського продукту;
- 6) просуванні туристських товарів на ринок;
- 7) розробці рекламних кампаній.

Сформулювати відповідні пропозиції та їх обґрунтувати.

### Тема 4. Територіальна рекреаційна системи, її структура і сутність елементів

1. Що можна віднести до «факторів, які генерують» та «факторів, які реалізують» розміщення та розвиток рекреаційних систем та територіаль-рекреаційних систем? Як ці фактори можна співвідносити? Яке співвідношення зазначених факторів, на вашу думку, є перспективним для розвитку рекреації та туризму в регіоні?

2. Які регіони є самодостатніми для свого туристсько-рекреаційного розвитку? Пояснити чому.

3. На прикладі туристичної галузі Житомирщини описати різні типи рекреаційних підприємств згідно з їх спеціалізацією.

4. Навести приклади територій, в яких основна спеціалізація може бути на в'їзному туризмі.

5. В чому полягають особливості рекреації на урбанізованих територіях?

6. Чи можуть виникати конфліктні ситуації між рекреацією та іншими функціональними галузями? В чому полягає їх суть?

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

7. Як властивості територіальної рекреаційної системи можна використовувати в організації туристичної діяльності?

8. Які, на вашу думку, існують наслідки (позитивні та негативні) взаємодії різних компонентів (підсистем) рекреаційної системи?

9. Заповнити таблицю:

#### Типи територіально-рекреаційних систем

Тип територіально-рекреаційної системи	Коротка характеристика	Приклад
Підгалузеві (спеціалізовані)		
Галузеві (інтегровані)		
Елементарні		
Територіально-рекреаційні комплекси		

### Тема 5. Компоненти рекреаційної системи

1. Яку роль відіграють природні комплекси в житті рекреантів? Чому останнім часом особливої популярності набувають природоорієнтовані форми відпочинку?

2. Дигресія (руйнування) природних комплексів в результаті рекреаційної діяльності, способи боротьби з нею.

3. Які значення мають культурні комплекси в житті відпочиваючих? Навести приклади культурних комплексів світового, національного та регіонального (місцевого) значення.

4. Технічне забезпечення рекреації у міському середовищі.

5. Рекреанти – центральний елемент рекреаційної системи. Загальні риси рекреантів. Що таке рекреаційна культура?

6. Які фактори впливають на адаптацію рекреантів?

7. Самоорганізація рекреантів, фактори, які впливають на адаптацію рекреантів. Рекреаційна самоорганізація на різних етапах життєвого циклу відпочиваючих. Негативні наслідки самостійної рекреаційної діяльності відпочиваючих.

8. Описати загальні властивості рекреаційної системи та особливості їх використання в організації туристської діяльності, охарактеризувати підсистеми та системоутворюючі зв'язки.

9. Відповідно до району де ви проживаєте, описати існуючу рекреаційну систему та рекреаційні зони, які вона включає. Які види рекреаційних потреб там можна задовольнити. Які види рекреаційних занять там можуть бути організовані та проводитись. Сформулювати основні задачі розвитку рекреації на цій урбанізованій території. В чому полягає специфіка розвитку рекреаційної системи цього району?

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

## Тема 6. Моделювання рекреаційної діяльності

1. Перерахувати взаємовиключаючі рекреаційні заняття. Відповідь обґрунтувати.

2. Описати цикли рекреаційної діяльності (добові, тижневі, відпускні та річні) в розрізі елементарних рекреаційних занять. Відповідь представити у вигляді таблиці.

Таблиця 1

### Цикли рекреаційних занять

Елементарні рекреаційні заняття/ Часовий проміжок	Цільові елементарні рекреаційні заняття	Додаткові елементарні рекреаційні заняття	Супутні елементарні рекреаційні заняття
Добові			
Тижневі			
Відпускні			
Річні			

## Тема 7. Водні рекреаційні ресурси

1. Оцінка водних об'єктів регіону. Водні рекреаційні ресурси ресурси включають моря, озера, річки, водосховища, ставки, придатні для водних видів відпочинку, туризму і спорту. Їх оцінка здійснюється на основі всіх трьох типів показників. Основними показниками, що визначають цінність водоймищ для рекреації, є їх чистота, величина, глибина, доступність. Найбільше рекреаційне значення мають теплі моря, озера, водосховища, великі річки з температурою води +17 °С впродовж 2-4 місяців. Чим більшою є водойма, тим ширший діапазон її рекреаційного використання (табл. 1; 2).

Таблиця 1

### Параметри акваторії для рекреаційного використання

Параметри акваторії	Купання	Веслування	Байдарки і каное	Академічна гребля	Стрибки з трампліна	Водні лижі	Моторний спорт	Вітрильний спорт
Площа (га), бажана	5	100-500	500	-	-	100-500	100-500	300-900
Площа (га), мінімальна	-	1	30	-	-	-	30-50	50-100
Довжина (м), бажана	50	2200	2200-5000	2500-3000	-	1500	1600-15000	1850-2500
Довжина (м), мінімальна	25	1100-1200	1000-1100	-	-	-	750-1000	500

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015						Ф-19.10-05.01/242.00.1/Б/0К25-2022	
	Екземпляр № 1						Арк 35 /	

на								
Ширина (м), бажана	25	90-100	900-2000	140-200	-	200	200-2000	200-2000
Ширина (м), мінімальна	5-11	30-100	30-200	120	-	-	50-200	200
Глибина (м), бажана	1,4-1,8	3	2-5	3	5,8	-	3-5	1,2-2,0
Глибина (м), мінімальна	0,5-0,6	0,75	0,75-1,50	2,5-3,0	5	-	1,5-2,0	1,0-1,2

Таблиця 2.

## Оцінка водоймищ для купання за 5-ти бальною шкалою

Ширина мілководної зони, м		Літологія дна мілини		t води 18-22 °С, днів		Швидкість течії, м/сек.		Площа водної прибережної рослинності, %	
характеристика	бал	характеристика	бал	характеристика	бал	характеристика	бал	характеристика	бал
5-10	5	піщаний	5	більше 80	5	0	5	0	5
10-20	4	дрібно-гравійний	4	60-80	4	0-1	4	0-10	4
20-40	3	валунний	3	50-60	3	1-2	3	10-50	3
40-100	2	глинистий	2	30-50	2	2-3	2	50-80	2
більше 100	1	муловий	1	менше 30	1	більше 3	1	більше 80	1

Завдання:

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

Здійснити оцінку водних об'єктів регіону, де ви проживаєте, щодо їх придатності для рекреаційного використання відповідно до параметрів акваторій та водоймищ.

### Тема 8. Бальнеологічні рекреаційні ресурси

1. Оцінка бальнеологічних ресурсів регіону. Оцінка бальнеологічних ресурсів здійснюється на основі медико-біологічного і технологічного підходів. При цьому використовуються як кількісні ( $m^3$  води за добу на  $km^2$  території, кількість джерел мінеральної води на одиницю площі, міра їх мінералізації, вміст органічних речовин та ін.), так і якісні (унікальний хімічний склад, сприятливість для лікування тих чи інших хвороб тощо) показники, що покладені в основу класифікації та типізації бальнеологічних ресурсів.

Мінеральні води поділяються за:

- мірою їх мінералізації – прісні (до 2 г/л),
- малої мінералізації (2-5 г/л),
- середньої мінералізації (5-15 г/л),
- високої мінералізації (15-35 г/л),
- розсоли (більше 35 г/л, деякі джерела – більше 50 г/л).

При цьому до:

- питних лікувально-столових вод відносяться води з мінералізацією 1-10 г/л,
- до лікувальних – 10-15 г/л або – при наявності в них бальнеотерапевтичного вмісту миш'яку, бору та деяких інших біологічно активних елементів – понад 10 г/л.

Загальні медичні показання до використання мінеральних вод наведені в табл. 1.

Таблиця 1

#### Лікувальні властивості окремих типів мінеральних вод

Мінеральні води	Особливості застосування	Медичні показання (основні)
Хлоридні	внутрішнього	широке застосування (органи травлення, жовчна система, серцево-судинна система тощо)
	зовнішнього	нервова система, суглоби, шкіра, гінекологія
	інгаляції	органи дихання
Вуглекислі	внутрішнього	серцево-судинна система, гіпертонія
	зовнішнього	органи травлення, печінка, нирки
Сірководневі (сульфідні)	зовнішнього	серцево-судинна система, нервова система, ендокринна система, обмін речовин, гінекологія
Радонові	зовнішнього	імунобіологічна реактивність організму,

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

		протизапальна дія
	внутрішнього	пієлонефрит, шлунково-кишковий тракт
Азотні	зовнішнього	серцево-судинна система, шкіра, ендокринна система
Миш'яковисті	внутрішнього	система кровообігу, серцево-судинна система, шлунок, кишечник, імунна система, ендокринна система
	зовнішнього	шкіра, периферійна нервова система, анемія
Залізисті		органи кровотворення, анемії
Без специфічних компонентів	внутрішнього	хронічні захворювання шлунково-кишкового тракту, сечової системи, порушення обміну речовин
Бромні, йодні, йодо-бромні		атеросклероз, органи травлення, сечостатева система
Крем'янисті		седативний, протизапальний, антитоксичний вплив
Фтористі		карієс

Завдання:

Здійснити оцінку бальнеологічних ресурсів Житомирської області. Відповідно до наявних типів та лікувальних властивостей зазначити де і як вони використовуються.

### Тема 9. Методологія оцінки природно-рекреаційних ресурсів

Здійснити комплексну оцінку рекреаційного потенціалу території.

Комплексна оцінка потенціалу рекреаційної території передбачає пофакторно-інтегральну оцінку не лише рекреаційних ресурсів, а й матеріально-технічної бази галузі, рекреаційної місткості.

Метою такої оцінки є об'єктивне відображення того, що втрачає суспільство при відмові від експлуатації та рекреаційного використання території на користь інших видів господарської діяльності. Найбільш ємною і водночас зручною в користуванні при комплексній оцінці рекреаційного потенціалу бачиться методика В. Мацоли. Вона передбачає подання інформації як у вигляді таблиці, так і в текстовому викладі. За основу пропонується взяти 3-бальну шкалу (табл. 1): у 3 бали оцінюється територія з найсприятливішими умовами для розвитку рекреації, 2 – з посередніми, 1 – з несприятливими.

Таблиця 1.

Комплексна оцінка потенціалу рекреаційної території

Показник	3	2	1
Оцінка естетичних якостей території, Ое	Пейзажні ландшафти, висока міра екзотичності і унікальності, контрастність	Низька міра екзотичності і унікальності, відсутність контрастності	Рівнинні, сильнозаліснені території
Оцінка мінеральних	Понад 1000	100-1000 м <sup>3</sup> /доба/км <sup>2</sup>	100 м <sup>3</sup> /доба/км <sup>2</sup>

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

вод, Ом	м <sup>3</sup> /доба/км <sup>2</sup>		
Оцінка лісів, Ос	60%-40%	15-40%; більше 60%	менше 15%
Оцінка кліматичних умов, Ок	понад 100 днів з t >15 °С	80-100 днів з t >15 С	менше 80 днів з t >15 °С
	понад 110 днів з t	100-110 з t	менше 100 з t
Оцінка водоймищ, Ов велика кількість незабруднених водоймищ, придатних для універсального використання придатні для плавання, сплаву на байдарках і каное обмежені можливості	Оцінка водоймищ, Ов велика кількість незабруднених водоймищ, придатних для універсального використання придатні для плавання, сплаву на байдарках і каное обмежені можливості	Оцінка водоймищ, Ов велика кількість незабруднених водоймищ, придатних для універсального використання придатні для плавання, сплаву на байдарках і каное обмежені можливості	Оцінка водоймищ, Ов велика кількість незабруднених водоймищ, придатних для універсального використання придатні для плавання, сплаву на байдарках і каное обмежені можливості
Оцінка природоохоронних територій, Оп більше 5% території 3	5% до 3%	Оцінка природоохоронних територій, Оп більше 5% території 3	5% до 3%
Історико-культурний потенціал, Oi	більше 18 об'єктів/100км <sup>2</sup>	18 об'єктів/100км <sup>2</sup>	менше 8 об'єктів/100км <sup>2</sup>
Транспортна доступність, От	0,42 км/км <sup>2</sup>	0,29-0,42 км/км <sup>2</sup>	менше 0,29 км/км <sup>2</sup>
Забезпеченість санаторно-курортними закладами, Ос	більше 3 на 100 км <sup>2</sup>	1-3 на 100 км <sup>2</sup>	менше 1 на 100 км <sup>2</sup>
Оцінка рекреаційного навантаження, Он	гірські місцевості	горбисті, височинні місцевості	рівнинні, низовинні місцевості

Завдання:

За результатами проведеної оцінки зробити загальний висновок щодо наявного потенціалу рекреаційної території.

Висновок про насиченість території історико-культурними об'єктами можна зробити на основі розрахунку, виконаного за формулою:

$$O_i = K_i / S, \quad (2.1)$$

де  $K_i$  – кількість об'єктів,  
 $S$  – площа області (в км<sup>2</sup>).

Оцінка стану інфраструктури території здійснюється за формулою:

$$O_t = L_z + L_a / S_{тер}, \quad (2.2)$$

де  $L_z$  – довжина залізничного полотна;

$L_a$  довжина автошляхів;

$S_{тер}$  – площа території області.



Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

Оцінка санаторно-курортних закладів може бути зроблена на основі формули:

$$O_c = K_c / \text{Стер } 100 \text{ (одиниць/км}^2\text{)}, \quad (2.3)$$

де  $K_c$  – кількість санаторно-курортних закладів (санаторії, профілакторії, бази відпочинку та ін.).

Комплексна оцінка потенціалу території здійснюється (окремо для 17 літнього і зимового сезонів) за формулою:

$$O = O_e + O_m + O_l + O_v + O_k + O_i + O_p + O_t + O_c + O_n \quad (2.4)$$

На основі комплексної оцінки визначається коефіцієнт рекреаційної цінності території за формулою:

$$K_p = O / O_{\text{мін}}, \quad (2.5)$$

де,  $O$  – величина інтегральної оцінки (в балах),

$O_{\text{мін}}$  – мінімальна кількість балів (10).

Розрахунок коефіцієнта рекреаційної цінності території проводиться окремо для літнього та зимового періодів.

## Тема 10. Біотичні рекреаційні ресурси

1. Провести оцінку біотичних ресурсів регіону.

До біотичних ресурсів можна віднести:

- рекреаційні ліси;
- складові природно-заповідного фонду (ботанічні, лісові, ентомологічні, іхтіологічні, орнітологічні, загально-зоологічні заказники; ботанічні та зоологічні пам'ятки природи; ботанічні сади та зоопарки);
- фауну мисливських господарств.

Рекреаційна цінність біотичних ресурсів флори визначається такими показниками, як:

- лісистість;
- породний склад;
- віковий склад деревостою;
- фітонцидність.

Найбільшу естетичну цінність мають перестигло-достигаючі змішані широколистяно-хвойні ліси на відносно відкритих горбкуватих територіях із лісистістю в межах 25-50% (табл. 1).

Таблиця 1.

Оцінка естетичної цінності території

Показники	Бали		
	3	2	1
Лісистість, %	25-50	менше 25 більше 50	відсутні
Породний склад	змішані широколистяно-	соснові, широколистяні	інші – хвойні та дрідно-листяні

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

	хвойні		
Віковий склад	перестиглі, стиглі, достигаючі	середньо-вікові	молодняк

Видовим складом і віковою структурою лісів визначається їх вплив на процес лікування (оздоровлення) та ефективність реалізації санітарно-гігієнічної функції рекреації. Лікувально-оздоровча функція значною мірою обумовлена фітонцидністю лісу, тобто його бактерицидною дією. Міра фітонцидності, що залежить від породи дерев, досягає свого максимуму у весняно-літній період (цвітіння та активний ріст рослин) і знижується на осінь (табл. 2).

Таблиця 2

#### Фітонцидність окремих порід дерев та кущів

Міра фітонцидності	Порода
1 (найвища)	дуб черешчатий, клен гостролистий, ялівець віргінський
2	береза, сосна звичайна, ялина, ліщина, черемха, смерека, акація біла, чорниця
3	модрина, ясен, лила, вільха, горобина, акація жовта, бузок звичайний
4	в'яз, бересклет
5 (найменша)	бузина, крушина

Фітонциди сосни звичайної, дуба червоного, ялиці білої, модрини європейської, крушини ламкої знищують збудників туберкульозу, кишкової палички; ялиці – коклюшну паличку, збудників дизентерії та черевного тифу; берези і тополі – зменшують кількість золотистого стафілокока.

Вид рекреації та її тривалість є визначальними при благоустрої лісів (табл. 3). Головною якісною характеристикою рекреаційних лісів є переважання на їх території індивідуального відпочинку і максимальна комфортність.

Таблиця 3.

#### Рекреаційне використання лісів

Рекреаційне використання лісів	Вид рекреації	Рівень організації	Матеріально-технічна база для організації відпочинку
постійне, тривале	лікування. оздоровлення. відпочинок	організована	санаторії, пансіонати, готелі, будинки відпочинку, і дитячі табори
постійна, короткострокова	відпочинок	організована	рекреаційні зони та пункти
сезонна	відпочинок	організована	турбази, мотелі
сезонна	туризм	організована	наметові містечка
тимчасова,	пікнік, прогулянка	неорганізована	—

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

короткотривала			
----------------	--	--	--

Завдання:

Здійснити оцінку біотичних ресурсів Житомирської області за такими основними параметрами: естетичної цінності території; які породи дерев та кущів за мірою фітонцидності домінують; рівень рекреаційного використання лісів.

2. Провести оцінку рельєфу регіону.

Рельєф суттєво впливає на просторову диференціацію кліматичних, біотичних та інших ресурсів. Рельєф відіграє важливу роль у задоволенні потреби людини в красі, створюючи сприятливий психологічний клімат для успішного лікування, відпочинку та оздоровлення.

Оцінка рельєфу як рекреаційного ресурсу з погляду двох її суб'єктів – рекреанта і рекреаційної галузі – є цілком протилежною: найпривабливіші для відпочинку і найбільш контрастні території (передусім гірські) водночас є найбільш важко доступними з огляду на інженерно-будівельне освоєння території.

Найбільшою мірою контрастності, пейзажною насиченістю, екзотичністю та унікальністю відзначаються гори. З позицій технологічної оцінки, сприятливішими є рівнинні території. Найсприятливішою для лікувально-оздоровчих цілей з функціональної та естетичної точок зору є пересічена місцевість із незначним перепадом відносних висот (табл. 4).

Таблиця 4

Оцінка рельєфу для лікувально-оздоровчих занять

Характеристика	Міра сприятливості		
	Сприятливий	Відносно сприятливий	Несприятливий
Глибина розчленування, м	30-60	10-30	менше 10
Густота розчленування, км	менше 1	1-3	більше 3
Крутизна схилів, ...°	3-5	5-10	менше 3, більше 10

Завдання:

Здійснити оцінку рельєфу території Житомирської області за мірою сприятливості для лікувально-оздоровчих занять.

## Тема 11. Сучасні напрями та заходи рекреаційно-оздоровчої діяльності

Обрати будь-який вид анімалотерапії та підготувати презентацію на тему: «Позитивний вплив (вид анімалотерапії) на організм та здоров'я людини». Тривалість презентації до 7 хв. В доповіді обов'язково окреслити основні механізми терапії; категорії пацієнтів, які мають показання для такої терапії;

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	<i>Екземпляр № 1</i>	<i>Арк 35 /</i>

поширення та популярність цього виду терапії в Україні та світі; результати від застосування такої терапії.

## **Тема 12. Особливості застосування інструментів маркетингу для формування задоволеності споживачів рекреаційних послуг**

Обрати будь-яке добре відоме вам підприємство, що надає рекреаційні послуги, скласти план його маркетингової діяльності та розробити програму лояльності для споживачів. Підготувати анкету, яка дозволить оцінити ступінь лояльності покупців послуг підприємства.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

## 7. Індивідуальні завдання Варіант – 1

### 1. Вставити пропущені слова:

Рекреалогія виступає на сьогодні як \_\_\_\_\_ галузь знань, що досліджує теоретичні проблеми, пов'язані з \_\_\_\_\_ життєвих сил людини; як практика його організації; як важлива галузь господарства держави.

### 2. Продовжити фразу:

Об'єктом рекреалогії виступає \_\_\_\_\_

---



---



---



---

### 3. Яке поняття є більш ширшим «дозвілля» чи «відпочинок»? Поясніть чому.

---



---



---



---

### 4. Закінчити фразу:

Об'єкти і явища природного та антропогенного походження, що мають сприятливі для рекреаційної діяльності якісні і кількісні параметри і виступають матеріальною основою для територіальної організації оздоровлення і лікування людей, формування і спеціалізації рекреаційних районів (центрів) та забезпечують їх економічну ефективність це – \_\_\_\_\_.

### 5. Визначити групи рекреаційних потреб. Навести їх характеристику:

Рекреаційні потреби поділяються на три рівні:

– \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ ;

– \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ ;

– \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ .

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

## 6. Встановити відповідність між наведеними термінами та їх змістом (поєднати стрілками)

Термін	Зміст
Рекреаційний об'єкт	Процес відновлення фізичних, духовних і нервово-психічних сил людини, який забезпечується системою відповідних заходів і здійснюється у вільний від роботи час.
Рекреаційний потенціал	Територія, що використовується для оздоровлення людей.
Рекреація	Це сукупність природних, культурно-історичних і соціально-економічних передумов організації рекреаційної діяльності на певній території.
Рекреаційна територія	Сукупність безпосередніх впливів людини на природно-територіальний комплекс, насамперед на рослинний покрив (витоптування, ущільнення ґрунту, знищення фітомаси тощо).
Рекреаційна ємність	Місце з обмеженою площею, що використовується для відпочинку.
Рекреаційне навантаження	Здатність території забезпечувати для певного числа відпочиваючих психофізіологічний комфорт і можливість спортивно-оздоровчої діяльності без деградації природно-територіального чи антропокультурного комплексу і швидкого зношування соціального обладнання.

## 7. Визначити до якої групи відносяться відповідні концепції рекреації

Концепції	Група концепцій
Техноекономічна	
Натуроцентрована	
Соціально-культурна	
Політекономічна	
Діяльнісна	
Медико-біологічна	
Антропоекологічна	

## 8. Як на вашу думку, можна використовувати концепції рекреації на практиці, зокрема при:

- 1) проектуванні туристичного продукту;
- 2) проведенні сегментування ринку туристичних послуг;
- 3) організації рекреаційної діяльності;
- 4) організації рекреаційного часу та простору;
- 5) проектуванні заходів збуту туристського продукту;
- 6) просуванні туристських товарів на ринок;
- 7) розробці рекламних кампаній.

Сформулювати відповідні пропозиції та їх обґрунтувати.

---



---



---



---



---



---



---



---

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

## 9. Визначити концепції за їх змістом (посіднати стрілками)

Концепція	Основний зміст концепції
натуроцентрована	Відновлення та відпочинок необхідні людині, яка перебуває у третьому стані («не хвороба – не здоров'я»). Активний відпочинок – це превентивний засіб для недопущення переходу цього стану у хворобу, система регуляторних механізмів, що позитивно впливають на здоров'я людини.
діяльнісна	Вільний час людина прагне використовувати з користю: для освіти, розвитку, формування особистісної соціальної культури тощо. В свою чергу, вільний час – це частина життя, тому особливо важливим є вільний вибір напрямів форм, занять і поведінки, якими й обумовлюється стан найбільш повного фізичного, духовного та соціального благополуччя.
соціально-культурна	Рекреаційна діяльність зіставляється із трудовою діяльністю, розглядається як особливий вид соціальної діяльності, невід'ємна частина способу життя, сфера освоєння та пізнання людиною навколишнього світу та самого себе. Рекреаційні потреби та особисті інтереси стимулюють людину приймати рішення та надавати перевагу тому чи іншому набору занять, визначенню їх черговості, пошуку або вибору місць і партнерів для їх здійснення, виділення відповідних коштів для відпочинку і т.д. В результаті, ця діяльність призводить до створення особистісної, сімейно-групової або групової системи комплексу умов проведення відпочинку, зміст, характер та успіх якої залежить від рівня рекреаційної культури рекреанта.
антропоєкологічна	Навколишнє середовище відіграє визначальну роль в житті людини, у створенні умов для найбільш повного фізичного, духовного та соціального благополуччя. Різні рекреаційні потреби викликають необхідність у різних якостях середовища і не тільки природного, але й технологічного, соціокультурного, соціо-психологічного. Рекреаційні міграції – наслідок бажання людини змінити середовище на певний період часу.
політекономічна	Ефективне функціонування господарської діяльності, продукування виробничих благ в робочий час можливе лише за умов регулярного відновлення (рекреації) на рівні продуктивних сил індивідів за рахунок рекреаційних занять.
техноеконімічна	Рекреаційні потреби при наявності відповідної фінансової основи трансформуються у попит на відповідні рекреаційні послуги, як наслідок з'являється необхідність формування господарства, що задовольняє такий попит – галузь рекреаційного обслуговування, яка функціонує відповідно до законів ринку.
медико-біологічна	Рекреаційна діяльність – один із засобів охорони природи. Рекреаційне освоєння території, вилучення земель і акваторій з інших сфер використання – гарантія максимального збереження живої природи.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

## Варіант – 2

### 1. Вставити пропущені слова:

Рекреалогія – це галузь знань про причини та способи здійснення рекреаційної діяльності як невід’ємної складової життя кожної \_\_\_\_\_ та суспільства, соціально-культурні, економічні, антропоекологічні \_\_\_\_\_ організації цієї діяльності та її наслідки.

### 2. Продовжити фразу:

Предметом рекреалогії є \_\_\_\_\_

---



---



---



---

### 3. Чи є поняття «дозвілля» та «відпочинок» синонімами? Поясніть чому.

---



---



---



---

### 4. Закінчити фразу:

Сукупність компонентів і властивостей природного середовища, які сприяють рекреаційній діяльності (характер ландшафту і кліматичні особливості, наявність мінеральних джерел, біорізноманіття, можливості для занять тими чи іншими видами спорту і т. ін.), але при цьому не є її матеріальною базою це – \_\_\_\_\_.

### 5. Зазначити три групи функцій рекреації. Навести їх коротку характеристику:

– \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ ;

---

– \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ ;

---

– \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ .

---



Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

## 6. Встановити відповідність між наведеними термінами та їх змістом (поєднати стрілками)

Термін	Зміст
Рекреаційний об'єкт	Процес відновлення фізичних, духовних і нервово-психічних сил людини, який забезпечується системою відповідних заходів і здійснюється у вільний від роботи час.
Рекреаційний потенціал	Територія, що використовується для оздоровлення людей.
Рекреація	Це сукупність природних, культурно-історичних і соціально-економічних передумов організації рекреаційної діяльності на певній території.
Рекреаційна територія	Сукупність безпосередніх впливів людини на природно-територіальний комплекс, насамперед на рослинний покрив (витоптування, ущільнення ґрунту, знищення фітомаси тощо).
Рекреаційна ємність	Місце з обмеженою площею, що використовується для відпочинку.
Рекреаційне навантаження	Здатність території забезпечувати для певного числа відпочиваючих психофізіологічний комфорт і можливість спортивно-оздоровчої діяльності без деградації природно-територіального чи антропокультурного комплексу і швидкого зношування соціального обладнання.

## 7. Визначити до якої групи відносяться відповідні концепції рекреації

Концепції	Група концепцій
Техноеконімічна	
Натуроцентрована	
Соціально-культурна	
Політеконімічна	
Діяльнісна	
Медико-біологічна	
Антропоекологічна	

## 8. Як на вашу думку, можна використовувати концепції рекреації на практиці, зокрема при:

- 1) проектуванні туристичного продукту;
- 2) проведенні сегментування ринку туристичних послуг;
- 3) організації рекреаційної діяльності;
- 4) організації рекреаційного часу та простору;
- 5) проектуванні заходів збуту туристського продукту;
- 6) просуванні туристських товарів на ринок;
- 7) розробці рекламних кампаній.

Сформулювати відповідні пропозиції та їх обґрунтувати.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

## 9. Визначити концепції за їх змістом (поєднати стрілками)

Концепція	Основний зміст концепції
натуроцентрована	Відновлення та відпочинок необхідні людині, яка перебуває у третьому стані («не хвороба – не здоров'я»). Активний відпочинок – це превентивний засіб для недопущення переходу цього стану у хворобу, система регуляторних механізмів, що позитивно впливають на здоров'я людини.
діяльнісна	Вільний час людина прагне використовувати з користю: для освіти, розвитку, формування особистісної соціальної культури тощо. В свою чергу, вільний час – це частина життя, тому особливо важливим є вільний вибір напрямів форм, занять і поведінки, якими й обумовлюється стан найбільш повного фізичного, духовного та соціального благополуччя.
соціально-культурна	Рекреаційна діяльність зіставляється із трудовою діяльністю, розглядається як особливий вид соціальної діяльності, невід'ємна частина способу життя, сфера освоєння та пізнання людиною навколишнього світу та самого себе. Рекреаційні потреби та особисті інтереси стимулюють людину приймати рішення та надавати перевагу тому чи іншому набору занять, визначенню їх черговості, пошуку або вибору місць і партнерів для їх здійснення, виділення відповідних коштів для відпочинку і т.д. В результаті, ця діяльність призводить до створення особистісної, сімейно-групової або групової системи комплексу умов проведення відпочинку, зміст, характер та успіх якої залежить від рівня рекреаційної культури рекреанта.
антропоєкологічна	Навколишнє середовище відіграє визначальну роль в житті людини, у створенні умов для найбільш повного фізичного, духовного та соціального благополуччя. Різні рекреаційні потреби викликають необхідність у різних якостях середовища і не тільки природного, але й технологічного, соціокультурного, соціо-психологічного. Рекреаційні міграції – наслідок бажання людини змінити середовище на певний період часу.
політекономічна	Ефективне функціонування господарської діяльності, продукування виробничих благ в робочий час можливе лише за умов регулярного відновлення (рекреації) на рівні продуктивних сил індивідів за рахунок рекреаційних занять.
техноекономічна	Рекреаційні потреби при наявності відповідної фінансової основи трансформуються у попит на відповідні рекреаційні послуги, як наслідок з'являється необхідність формування господарства, що задовольняє такий попит – галузь рекреаційного обслуговування, яка функціонує відповідно до законів ринку.
медико-біологічна	Рекреаційна діяльність – один із засобів охорони природи. Рекреаційне освоєння території, вилучення земель і акваторій з інших сфер використання –

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	<i>Екземпляр № 1</i>	<i>Арк 35 /</i>

	гарантія максимального збереження живої природи.
--	--



Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

#### 4. Доповнити фрази:

Виділяють такі елементарні рекреаційні заняття:

- 1) \_\_\_\_\_ елементарні рекреаційні заняття, які є головним мотивом рекреаційної діяльності;
- 2) \_\_\_\_\_ елементарні рекреаційні заняття, які не реалізують основну мету рекреації, але роблять цикл рекреаційних занять більш різноманітним;
- 3) \_\_\_\_\_ елементарні рекреаційні заняття, які не дають специфічного рекреаційного ефекту, але вони необхідні по фізіологічних і технологічних обмеженнях.

#### 5. Сформулюйте визначення:

Клімат – це

---



---

**Залежно від амплітуди переважаючих атмосферних і земних чинників (перш за все температури і вологості повітря) розрізняють такі типи клімату:**

---



---



---



---

#### 6. Закінчити фрази:

Використання дії на організм повітря, що вільно рухається в цілях лікування і гартування – це \_\_\_\_\_

Лікування і оздоровча дія сонячної радіації – це \_\_\_\_\_

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

## Варіант – 4

### 1. Вставити пропущені слова:

Територіальна рекреаційна система це – \_\_\_\_\_ елементів, яка характеризується єдиною \_\_\_\_\_, що має значний рекреаційний потенціал, сукупністю рекреаційних установ, які функціонують на основі тісних виробничих контактів та забезпечують ефективне використання природних рекреаційних ресурсів і соціально-економічних умов, що склалися на даній території.

### 2. Зазначити та описати основні властивості територіальної рекреаційної системи є:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 3. Рекреаційна система включає такі підсистеми):... Зазначити та коротко охарактеризувати компоненти

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 4. Доповнити фрази:

За типологією рекреаційних занять можна виділити 2 групи, що поєднують 4 основних типи занять.

#### 1. Група відновлення:

1.1. \_\_\_\_\_ заняття;

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

- 1.2. \_\_\_\_\_ заняття.  
2. Група \_\_\_\_\_:  
2.1. \_\_\_\_\_-спортивні заняття;  
2.2. Рекреаційно-\_\_\_\_\_ заняття.

**5. Описати позитивний та негативний вплив клімату на організм людини:**

---

---

---

---

---

---

---

---

**6. Закінчити фрази:**

Вживання води різної температури з профілактичною і лікувальною метою – це

\_\_\_\_\_

Найпростіша водна профілактична або лікувальна процедура, що призначається зазвичай на початку курсу водолікування, після чого переходять до процедур з більш вираженою дратівливою дією – це

**7. Пояснити в чому полягає терапевтичний ефект лазні:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

## 8. Методи контролю

В процесі вивчення дисципліни використовуються наступні методи оцінювання навчальної роботи студента:

- поточне тестування та опитування;
- усне опитування;
- підсумкове тестування з кожного змістового модуля (модульна контрольна робота);
- оцінювання виконання індивідуальних завдань та самостійної роботи;
- підсумковий екзамен.

Успішність студентів оцінюється за 100 бальною шкалою, завершується вивчення дисципліни формою контролю «екзамен».

Оцінювання здійснюється таким чином:

1. Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять і має на меті перевірку рівня підготовленості студента до виконання конкретної роботи. Поточний контроль реалізується у формі опитування, захисту результатів лабораторних робіт, виступів з усними повідомленнями, експрес-контролю знань під час занять, перевірки результатів виконання контролю засвоєння навчального матеріалу, запланованого на самостійне опрацювання студентом тощо. Результати поточного контролю оцінюються в межах від 0 до 60 балів (аудиторна робота – від 0 до 20 балів, самостійна робота – від 0 до 20 балів, індивідуальна робота – від 0 до 20 балів).

2. Проміжний контроль знань здійснюється під час виконання модульна контрольних робіт, які оцінюються в балах від 0 до 40.

3. Підсумкова семестрова оцінка визначається як сума поточного контролю та оцінки за модульні контрольні роботи у балах з подальшим переведенням у 4-бальну вітчизняну та шкалу ECTS. Екзамен виставляється за умови, якщо студент виконав усі види навчальної роботи, визначені робочою навчальною програмою дисципліни, та отримав позитивні підсумкові оцінки за кожен із змістових модулів, набравши при цьому не менше 60 балів у сумі.

Поточне тестування та самостійна робота									Сума
Змістовий модуль 1			Змістовий модуль 2				Змістовий модуль 3		
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	
10	10	13	11	10	11	13	11	11	100



Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

До відомості обліку поточної підсумкової успішності заносять сумарні результати в балах поточного контролю.

Студент має можливість підсумкового контролю у формі екзамену, який передбачає проходження тестування за повною програмою курсу. Максимальна кількість балів під час тестування – 100.

Оцінка за національною шкалою (4-х бальною) виставляється у відомість обліку поточної і підсумкової успішності поряд із загальною підсумковою оцінкою за 100-бальною шкалою.

## 9. Схема нарахування балів

Таблиця

Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
		для екзамену
90 – 100	A	відмінно
82-89	B	добре
74-81	C	
64-73	D	задовільно
60-63	E	
35-59	FX	незадовільно
0-34	F	незадовільно

## 10. Рекомендована література

### Основна література

1. Білецька Г.А. Рекреаційне природокористування: навч. посіб. / Г.А. Білецька. – Львів: «Новий Світ – 2000», 2013. – 149 с.
2. Величко В.В. Організація рекреаційних послуг: навч. посібник / В.В. Величко; Харк. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О.М. Бекетова. – Х.: ХНУМГ ім. О.М. Бекетова, 2013. – 202 с.
3. Замкова А.В., Гусєва О.В. Рекреалогія: конспект лекцій з дисципліни. Частина I – Одеса: ОДЕУ, 2010 р. – 76 с.
4. Замкова А.В., Гусєва О.В. Рекреалогія: конспект лекцій з дисципліни. Частина II – Одеса: ОДЕУ, 2012 р. – 80 с.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

5. Основи рекреалогії (економіко-екологічний та маркетинговий аспект) [текст]: навч. посіб. / І.О. Гродзинська, С.Г. Нездоймінов, О.В. Гусєва, А.В. Замкова. – К. : «Центр учбової літератури», 2014. – 264 с.

6. Стафійчук В.І. Рекреалогія: навч. посіб. – 2-е вид. / В.І. Стафійчук. – К.: Альтерпрес, 2008. – 264 с.

7. Стафійчук В.І. Рекреалогія. Навчальний посібник. 2-е вид./ В.І. Стафійчук – К.: Альтерпрес, 2008. – 264 с.

### *Допоміжна література*

1. Закон України «Про охорону навколишнього природного середовища» від 25.06.1991 р. – [Електронний ресурс] Режим доступу: <http://www.zakon.rada.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?page=3&nred=2456-12>

2. Закон України «Про природно-заповідний фонд України» № 2456- XII від 16.06.1992 р. // Відомості Верховної Ради України, 1992. – № 34 (25.08.1992 р.). – Ст. 502.

3. Закон України «Про туризм» № 324/95-ВР від 15.09.1995 р. // Відомості Верховної Ради України, 1995. – № 31.

4. Закон України «Про курорти» від 05 жовтня 2000 р. № 2026-III із змінами і доповненнями, внесеними Законом України від 19 січня 2006 року № 3370-IV [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://tourlib.net/zakon/concept2.htm>.

5. Наказ України «Про затвердження Положення про рекреаційну діяльність у межах територій та об'єктів паріродно-заповідного фонду України» від 02.11.2006 р. – [Електронний ресурс] Режим доступу: <http://www.zakon.rada.gov. ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=z0630-98>

6. Воробйова О.А. Збалансоване природокористування та господарювання в рекреаційно-туристичній сфері: монографія / О.А. Воробйова. – Одеса: ІПРЕЕД НАН України, 2012. – 248 с.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	Екземпляр № 1	Арк 35 /

7. Жданова О.М., Тучак А.М., Поляковський В.І., Котова І.В. Організація та методика оздоровчої фізичної культури і рекреаційного туризму: Навч. посіб. – Луцьк: Вежа, 2000. – 234 с.

8. Любіцева О.О. Туристичні ресурси України. Навч. Посібник / О.О. Любіцева, Є.В. Панкова, В.І. Стафійчук. – К.: Альтерпрес, 2007. – С. 369

9. Фоменко Н.В. Рекреаційні ресурси та курортологія. Навчальний посібник / Н.В. Фоменко – К.: Центр навчальної літератури, 2007. –312 с.

10. Фоменко Н.В. Рекреаційні ресурси та курортологія: навч. посіб./ Н.В. Фоменко. – К.: Центр навчальної літератури, 2007. – 312 с.

### *Інформаційні ресурси в Інтернеті*

1. Нормативні акти України [Електронний ресурс] Режим доступу: <http://www.nau.kiev.ua>

2. Сайт Державної служби статистики України [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.ukrstat.gov.ua>

3. Сайт Державної туристичної Адміністрації [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.tourism.gov.ua>

4. Сайт Міністерства екології та природних ресурсів України [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.menr.gov.ua>

5. Сайт Міністерства інфраструктури України України [Електронний ресурс] –Режим доступу: <http://mtu.gov.ua>

6. Сервер Верховної Ради України [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.rada.gov.ua>

7. Офіційний сайт Всесвітньої туристичної організації [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.unwto.org/>

8. Офіційний сайт Державного агентства України з туризму і курортів [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.tourism.gov.ua/>

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-19.10- 05.01/242.00.1/Б/0К25 -2022
	<i>Екземпляр № 1</i>	<i>Арк 35 /</i>

9. Велика кількість інформації про різноманітні курорти, їх класифікація, курорти світу. [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.medtour.info/aboutresorts/kurort/>

10. Курорти та санаторії України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://sankurort.ua/>.