

**Программные зачетно-экзаменационные требования  
по учебной дисциплине «Туристско-оздоровительная деятельность»  
(экзамен – 2 курс, 3 семестр, ДФПО)**

1. Веревоочные парки: их назначение, конструктивные особенности трасс. Типы веревочных парков. Обеспечение безопасности клиентов веревочных парков.

2. Взаимосвязь и соотношение понятий: «свободное время», «досуг», «рекреационное время», «оздоровление», «рекреация» и «туризм».

3. Групповое бивачное снаряжение. Классификация, показатели качества палаток. Материалы и технологии, используемые для изготовления палаток; конструктивные особенности палаток.

4. Инфраструктурные ресурсы лечебно-оздоровительного туризма (санаторно-курортное хозяйство). Типы курортов, виды лечебно-оздоровительных учреждений.

5. Картографическая оценка показателей туристско-рекреационного потенциала территории и качества маршрутов. Порядок определения на топографической (туристской) карте показателей, характеризующих рельеф, водные и растительные рекреационные ресурсы.

6. Картографический метод исследования в туризме. Способы картографических исследований: визуальный анализ, картометрические исследования, графические приемы анализа.

7. Комплектование состава участников рекреационного туристского похода. Характеристика целевой группы потребителей «активных» туристских продуктов.

8. Конструктивные особенности и материалы для изготовления спальных мешков и изоматов. Критерии выбора спальных мешков и изоматов.

9. Критерии качества, сформированного (нового) туристического продукта; расчет его себестоимости.

10. Маршрут туристского рекреационного похода как система. Элементный состав маршрута. Организация системы «маршрут»: пространственная, временная, структурная, функциональная, целевая.

11. Методика выбора походного снаряжения и экипировки (Общие представления). Главные факторы, определяющие выбор снаряжения и экипировки. Показатели качества предметов снаряжения и экипировки.

12. Методика оценки туристско-рекреационного потенциала территории (общие представления). Алгоритм оценки; характерные показатели потенциала, определяющие выбор туристского центра и качество туристического продукта.

13. Методика планирования и постановки на местности дистанций тренинга по командообразованию «веревочный курс» (на примере дистанции «групповая инициатива»).

14. Методика разработки маршрута рекреационно-познавательного похода выходного дня (общие представления). Выбор района похода, определение стратегических и тактических показателей качества маршрута; проектирование маршрута с использованием туристской карты.

15. Методы оценки показателей туристско-рекреационного потенциала территории: картографические методы, ГИС-технологии, методы экспертных оценок.

16. Общая характеристика лечебно-оздоровительных туров на примере санаторно-курортных учреждений Республики Беларусь. Критерии выбора туристского рекреационно-оздоровительного центра, программы лечения и отдыха.

17. Общая характеристика рекреационной деятельности: ее цели и функции, пространственная дифференциация, циклы рекреационных занятий.

18. Общая характеристика рекреационно-оздоровительных туристских походов: цели, функции, факторы и методы оздоровления туристов в походных условиях.

19. Общая характеристика соревновательной деятельности в спортивных дисциплинах «Спортивные туристские походы», «Туристско-прикладное многоборье» вида спорта «Туризм спортивный».

20. Общая характеристика услуг, предоставляемых туристам на маршруте рекреационно-познавательного похода. Критерии качества услуг. Разработка программы тура с походом в качестве базовой услуги.

21. Общая характеристика экологических походов, как разновидности рекреационно-познавательных путешествий. Формы и содержание познавательной и природоохранной деятельности на маршруте экологического похода.

22. Организация движения туристов по маршруту «активного» тура. Построение группы, режим движения. Контроль уровня физической нагрузки участников, графика движения и выполнения программы тура.

23. Особенности проектирования горнолыжного тура. Разработка структуры услуг и программы активного отдыха.

24. Особенности стратегического и тактического планирования маршрута рекреационно-познавательного похода. Показатели и критерии оценки качества планирования.

25. Оценка частных показателей туристско-рекреационного потенциала территории и оценочные шкалы. Интегральная оценка туристско-рекреационного потенциала территории.

26. Понятие «карта местности». Масштаб карты. Классификация карт по масштабу, содержанию, назначению.

27. Понятие «особо охраняемые природные территории» (ООПТ) и категории ООПТ. Характерные компоненты туристско-рекреационного потенциала ООПТ.

28. Понятие «режим питания» и его особенности в зависимости от сезона проведения похода, характеристик маршрута похода. Особенности организации питания в рекреационных походах начальной сложности.

29. Понятие «туристский поход». Классификация туристских походов.

30. Понятия «рацион питания туриста», «продуктовая раскладка», «меню питания». Методика разработки продуктовой раскладки похода (эмпирический метод).

31. Понятия «физическая нагрузка» и «физическая работоспособность». Методика планирования и дозирования физической нагрузки в рекреационных походах с различным контингентом участников.

32. Предварительная полевая оценка проекта маршрута «активного», рекреационно-познавательного тура. Оцениваемые показатели и методы оценки. Интегральная оценка качества маршрута.

33. Принципы построения двигательного режима и разработка календарного плана движения по маршруту туристского похода. Методы оперативного контроля (самоконтроля) уровня физической нагрузки участников похода.

34. Рекреационный туризм как подсистема туристической деятельности. Виды рекреационного туризма; их общая характеристика.

35. Соотношение понятий «туристско-рекреационный потенциал» и «рекреационные ресурсы» территории. Общая характеристика компонентов туристско-рекреационного потенциала.

36. Способы изображения рельефа на картах. Сущность изображения рельефа горизонталями и его чтение по горизонталям.

37. Стратегическое планирование маршрута рекреационного туристского похода. Поле стратегического планирования; система стратегических плановых показателей маршрута.

38. Тактическое планирование маршрута рекреационного туристского похода. Компоненты тактического планирования.

39. Технология проектирования дистанции рекреационно-спортивных соревнований (на примере корпоративного туристского слета). Стратегическое и тактическое планирование дистанции.

40. Технология проектирования туристического продукта с походом в качестве базовой услуги.

41. Топографические условные знаки и общие правила их применения. Виды условных знаков. Графические средства, используемые для изготовления карт.

42. Туристический продукт как комплекс услуг и товаров, предлагаемых туристу в путешествии. Свойства и структура туристического продукта.

43. Туристские соревнования как особая форма спортивной и рекреационной туристской деятельности. Понятия «дистанция» «техническое задание» и «технический этап» соревнований.

44. Факторы формирования здоровья человека: генетические, экологические, медицинские; факторы образа жизни. Показатели здоровья, норма здоровья, резервные мощности здоровья. Системный подход к оздоровлению.

45. Формы рекреационной туристской деятельности. Характеристика активных и пассивных форм рекреационного туризма.

46. Характерная структура услуг лечебно-оздоровительного тура. Сочетание в программе тура мероприятий, основанных на двигательной активности туристов, пассивного отдыха, лечебных и общеоздоровительных процедур, иных рекреационных занятий, позволяющих разнообразить досуг туристов.

47. Характерные технологии лечения и оздоровления туристов, основанные на использовании природных ресурсов. Специальные технологии лечения и оздоровления (кинезиотерапия, физиотерапия). Особенности применения технологий лечения и оздоровления, совместимость процедур, меры безопасности.

48. Цели и задачи проведения корпоративных туристских слетов. Спортивная и конкурсная программы туристских слетов (характерное содержание). Виды дистанций и соревнований спортивной программы.

Доцент кафедры  
спортивного туризма и технологий  
в туристической индустрии

В.Е.Подлиских