

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**МІСЬКОГО ГОСПОДАРСТВА імені О. М. БЕКЕТОВА**

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ТА ЗАВДАННЯ**

до виконання розрахунково-графічного завдання  
з навчальної дисципліни

**«ОСНОВИ РЕКРЕАЦІЙНИХ ПОСЛУГ»**

*(для студентів I курсу очної та заочної форм навчання напрямку підготовки  
241 – Готельно-ресторанна справа)*

**Харків**  
**ХНУМГ ім. О. М. Бекетова**  
**2020**

Методичні рекомендації та завдання до виконання розрахунково-графічного завдання з навчальної дисципліни «Основи рекреаційних послуг» (для студентів 1 курсу очної та заочної форм навчання напряму підготовки 241 – Готельно-ресторанна справа) / Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова ; уклад. О. І. Угоднікова. – Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова , 2020. – 23 с.

Укладач      канд. екон. наук, доц. О. І. Угоднікова

Рецензенти: **М. М. Покогодна**, кандидат економічних наук, доцент Харківського національного університету міського господарства імені О. М. Бекетова.

*Рекомендовано кафедрою туризму та готельного господарства, протокол № 1 від 30.08.2020.*

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ НАДАННЯ РЕКРЕАЦІЙНИХ ПОСЛУГ.....	5
2 ПРОВЕДЕННЯ АНАЛІЗУ РЕКРЕАЦІЙНИХ РАЙОНІВ ТА ПІДРАЙОНІВ .....	6
3 МОДЕЛЮВАННЯ РЕКРЕАЦІЙНОГО ЗАНЯТТЯ .....	9
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	22

## ВСТУП

---

Розрахунково-графічне завдання має на меті сформувати практичні навички роботи студентів зі спеціальною літературою, орієнтувати їх на інтенсивну роботу, критичне осмислення здобутих знань та поглиблене вивчення теоретичних і практичних проблем дисципліни «Основи надання рекреаційних послуг» з метою підвищення якості професійної підготовки.

Розрахунково-графічне завдання (РГЗ) передбачає систематизацію, закріплення, розширення теоретичних і практичних знань з курсу, розвиток навичок самостійної роботи з літературними джерелами, вміння презентувати результати роботи.

РГЗ виконується самостійно. На початку семестру кожен студент отримує тему, що відповідає проблематиці практичних занять та лекційного курсу. Студент має право самостійно обрати тему заздалегідь узгодивши її з викладачем. Під час проведення практичних занять студент повинен презентувати результати своєї роботи у режимі PowerPoint з використанням мультимедійного обладнання. Оцінка за РГЗ враховується при виставленні загальної оцінки з дисципліни.

Під час написання РГЗ студент повинен опрацювати не менше п'яти джерел з відповідними посиланнями на них у тексті роботи.

РГЗ складається з титульної сторінки; змісту; вступу; основної частини; висновків; списку використаної літератури; додатків (за необхідності).

**Вступ** має розкривати актуальність обраної теми, її проблематику та мету завдання.

**Основна частина** має містити викладення матеріалу теми.

**У висновку** потрібно висловити міркування стосовно досягнення мети роботи.

У друкованому варіанті обсяг роботи повинен становити 7 – 10 ст. Орієнтовна кількість сторінок у структурі РГЗ становить: вступ – 1 ст.; основна частина 5 – 8 ст.; висновок – 1 ст.; список використаної літератури – 1 ст.

# 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ НАДАННЯ РЕКРЕАЦІЙНИХ ПОСЛУГ

До форм розрахунково-графічного завдання віднесено:

## 1. Укладання глосарію із загальних понять курсу «Основи надання рекреаційних послуг»

Для виконання завдання 1 необхідно:

- використовуючи довідкову літературу та інші інформаційні джерела [15, 31, 32, 33] з'ясувати значення запропонованих нижче термінів та записати значення кожного терміну до робочого зошиту з дисципліни;
- розібратися у сутності кожної запропонованої категорії;
- підготуватися до дискусії в аудиторії щодо розуміння вивченого матеріалу;
- у випадку наявності декількох тлумачень кожного терміну, обґрунтувати, якої саме інтерпретації дотримується студент і чому;
- за умови, що значення якогось терміну є незрозумілим, зафіксувати запитання до зошиту, а під час дискусії в аудиторії за визначеними темами, винести їх на обговорення або проконсультуватися з викладачем.
- Необхідні терміни до опрацювання: рекреація, рекреаційна діяльність, рекреаційна послуга, туризм, туристська послуга, оздоровлення, рекреаційний центр, рекреаційна територія, об'єкти рекреації, рекреант, санаторно-курортне лікування, розширене відтворення сил.

## **2 ПРОВЕДЕННЯ АНАЛІЗУ РЕКРЕАЦІЙНИХ РАЙОНІВ ТА ПІДРАЙОНІВ**

Використовуючи схему аналізу рекреаційних районів виконати наступне завдання (розкрити предмет дослідження) (перелік у табл. 1).

### **Схема аналізу рекреаційних районів та підрайонів**

1. Обґрунтування вибору району чи підрайону для аналізу.
2. Географічне положення району чи підрайону.
3. Природні умови (загальна фізико-географічна структура):
  - а) рельєф;
  - б) кліматичні особливості;
  - в) флора та фауна;
  - г) ландшафтна структура;
  - д) охоронні природні території та пам'ятки природи.
4. Демографічна характеристика.
5. Стисла історія формування і розвитку регіону.
6. Етнографічні особливості.
7. Історико-культурна спадщина.
8. Природні та історико-культурні об'єкти всесвітнього значення.
9. Туристсько-рекреаційні ресурси. Види рекреації і туризму.
10. Матеріально-технічна база рекреації і туризму.
11. Основні туристські центри регіону та їхня специфіка.
12. Основні напрямки туристських потоків у регіоні.
13. Оцінка соціально-економічного та екологічного становища.

Таблиця 1 – Перелік завдань

1. Визначити сучасний стану та перспективи розвитку рекреаційної сфери	6. Визначити переваги та недоліки регіону у порівнянні з іншими.
2. Розкрити основні параметри формування рекреаційного попиту (географічні, часові, видові, соціальні).	7. Визначити основні туристські центри та напрямки діючих та перспективних туристських потоків з метою оцінки можливих соціально-економічних та екологічних наслідків.
3. Проаналізувати та охарактеризувати структури реального та потенційного попиту (з боку місцевого населення, сусідніх регіонів, віддалених регіонів, іноземних туристів).	8. Розробити сценарій розвитку регіону та його складових як туристських центрів.
4. Охарактеризувати можливості інфраструктури (обсяги та якість місць розміщення, підприємства обслуговування та ін..)	9. Визначити провідні та підлеглі групи рекреаційних ресурсів.
5. Визначити туристську спеціалізацію району, його місце на внутрішньому та міжнародному ринку.	10. Виявити пріоритетні види туризму, що визначають унікальність району.

**Перелік рекреаційних районів та підрайонів України<sup>1</sup>**

Рекреаційні райони	Рекреаційні підрайони
Одеський	Судакський
Приазовський	Євпаторійський
Феодосійський	Феодосійський
Ялтинський	Чорноморський
Євпаторійський	Кримський
Придніпровський	Алуштинський
Донецький	Ялтинський
Придністровський	Роздольненський

<sup>1</sup> 1. Географічна енциклопедія України.

## **Перелік рекреаційних районів України за І. В. Смаль**

Столичний  
Волинський  
Карпатський  
Подільський  
Придніпровський

Слобожанський  
Донецький  
Приазовський  
Причорноморський

Примітка. З метою запобігання дублювань індивідуальний варіант завдання узгоджується з викладачем.



### 3 МОДЕЛЮВАННЯ РЕКРЕАЦІЙНОГО ЗАНЯТТЯ

Рекреація, активний відпочинок (лат. recreatio — відпочинок) - це система заходів, пов'язана з використанням вільного часу людей для їх оздоровчої, культурно-ознайомчої і спортивної діяльності на спеціалізованих територіях, які розміщені поза їх постійним помешканням.

В поняття рекреація включають:

- розширене відтворення фізичних, інтелектуальних та емоційних сил та етикету способом очищення, відновлення та будівництва природного середовища (річки, парку, лісу, ландшафтного феномену, заповідника)

- розширене відтворення фізичних, інтелектуальних та емоційних сил та етикету способом збереження місцевостей з культурно важливим значенням (пам'ятки архітектури, археологічної ділянки)

- будь-яка гра, розвага, яка використовується для відновлення фізичних та розумових сил

- найбільший сегмент індустрії дозвілля, що швидко розвивається, зв'язаний з участю населення в активному відпочинку на відкритому повітрі, проводиться переважно на вік-енд (у вихідні та святкові дні)

- перебудова організму і людських популяцій, що забезпечують можливість активної діяльності за різних умов характеру і змін навколишнього середовища

- цивілізований відпочинок, що забезпечується різними видами профілактики захворювань в стаціонарних умовах екскурсійно-туристичними заходами, в процесі занять фізичними вправами.

Розрізняють:

- Короткотермінову рекреацію (з поверненням на ночівлю в постійне місце проживання)

- Тривалу

Таблиця 2 – Типи рекреаційної діяльності

Індекс ТРД	Назва ТРД	Приклади ЕРЗ
1	2	3
V <sub>1</sub>	Купання	Плавання у відкритому водоймищі, плавання у критому басейні, зимове купання, купання у джерелах і т. п.
V <sub>2</sub>	Водні атракціони	Водяні гірки, водоспади, джакузі, ігри на воді і т. п.
V <sub>3</sub>	Водні процедури	Баня, душ, ванни, водяний масаж і т. п.
V <sub>4</sub>	Сонячні ванни	Засмагання, інсоляції і т. п.
V <sub>5</sub>	Гірськолижний спуск	Слалом, швидкісний спуск, сноуборд і т. п.
V <sub>6</sub>	Зимові катання	Катання на лижах, ковзанах, санях, сніжокатах і т. п.
V <sub>7</sub>	Лижний інструктаж	Інструктаж, тренінг, навчання і т. п.
V <sub>8</sub>	Альпінізм	Сходження, рух по траверсу, спуск і т. п.
V <sub>9</sub>	Скелелазіння	Скелелазіння
V <sub>10</sub>	Спелеотуризм	Спелеотуризм
V <sub>11</sub>	Туристський похід	Походи некатегорійні: піші, гірські, лижні, водні, авто-, вело-, мото-, кінні і т. п.
V <sub>12</sub>	Прогулянка	Ходьба в щадящій режимі
V <sub>13</sub>	Рухливі ігри	Загальна фізична підготовка, боулінг, бодді-білдінг і т. п.
V <sub>14</sub>	Спілкування	Бесіда, розмова, обмін поглядами і т. п.
V <sub>15</sub>	Участь у виставках	Експонування, презентація і т. п.
V <sub>16</sub>	Ділові зустрічі	Перемовини, підписання угоди, обговорення програм і т. п.
V <sub>17</sub>	Шоппінг	Покупки роздрібні, покупки оптові, придбання сувенірів і т. п.
V <sub>18</sub>	Кліматолікування	Використання кліматичних факторів: цілющого повітря, ультрафіолетової радіації, комфортної погоди і т. п.
V <sub>19</sub>	Бальнеолікування	Використання мінеральної води, джерельної води, кумису, кефіру і т. п.
V <sub>20</sub>	Грязелікування	Використання рапи, ілу, мінеральних грязей і т.п.
V <sub>21</sub>	Теренкур	Дозована ходьба
V <sub>22</sub>	Експерсії автобусні	Місцеві пізнавальні поїздки у супроводі екскурсовода з використанням автобусу

Продовження таблиці 2

1	2	3
B <sub>23</sub>	Екскурсії піші	Місцеві пізнавальні прогулянки з екскурсоводом
B <sub>24</sub>	Відвідування музеїв	Пізнавальне відвідування музеїв, будинків-музеїв, виставок і т. п.
B <sub>25</sub>	Інформаційно-пізнавальна діяльність	Індивідуальна розробка маршруту, використання карт, буклетів, путівників і т. п.
B <sub>26</sub>	Збір ягід, грибів	Збір ягід, грибів, горіхів, трав і т. п.
B <sub>27</sub>	Риболовля	Зимова ловля, спінінг і т. п.
B <sub>28</sub>	Полювання	Полювання зимове, літнє, з собакою, і т.п.
B <sub>29</sub>	Заготівля	Заготівля ягід, грибів, овочей, фруктів, трав і т. п.
B <sub>30</sub>	Відвідування священних місць	Відвідування монастирів, святих місць і т. п.
B <sub>31</sub>	Релігійні таємниці	Хрещення, причастя, сповідь і т. п.
B <sub>32</sub>	Участь у релігійних святах	Літургія, основні, приходські свята і т. п.
B <sub>33</sub>	Круїз	Річковий, морський, озерний круїзи
B <sub>34</sub>	Морські прогулянки	Прогулянки на скутері, катері, водяні лижі, водяний мотоцикл і т. п.
B <sub>35</sub>	Дайвінг	Підводне плавання, підводне полювання, підводні зйомки і т. п.
B <sub>36</sub>	Яхтінг	Управління яхтою, катером і т. п.
B <sub>37</sub>	Експедиція	Спеціально влаштована подорож, маршрут з науково-дослідницькою чи пошуковою метою
B <sub>38</sub>	Повітряний політ	Політ на повітряній кулі, дельтаплані, моноплані, парашуті, гелікоптері, літаку і т. п.
B <sub>39</sub>	Робінзонада	Пригоди, що переживаються на одинці
B <sub>40</sub>	Кінна прогулянка	Поїздки на конях, верблюдах, оленях і т. п.
B <sub>41</sub>	Автомобільна поїздка	Поїздки на особистому автомобілі, раллі і т. п.
B <sub>42</sub>	Театр	Відвідування спектаклів, вистав, концертів і т. п.
B <sub>43</sub>	Видовища	Відвідування нічних клубів, шоу, фестивалів і т. п.
B <sub>44</sub>	Розважальне харчування	Відвідування знаменитих ресторанів, кафе, барів, національна кухня і т. п.
B <sub>45</sub>	Малорухомі ігри, казино	Казино, більярд і т. п.
B <sub>46</sub>	Танці	Танці, бал і т. п.
B <sub>47</sub>	Категорійний туристський похід	Походи категорійні: піші, гірські, водні, лижні, кінні і т. п.

Закінчення таблиці 2

1	2	3
B <sub>48</sub>	Спортивні ігри	Футбол, волейбол, городки, лапта і т. п.
B <sub>49</sub>	Туристська, спортивна підготовка	Навчальні, тренувальні походи, тренування і т. п.
B <sub>50</sub>	Інструкторська підготовка	Середня та вища інструкторська підготовка і т. п.
B <sub>51</sub>	Підвищення кваліфікації	Придбання навичок професійних знань, навичок, умінь і т. п.
B <sub>52</sub>	Інтенсив-туризм	Поєднання завдань навчання, підвищення кваліфікації та відпочинку
B <sub>53</sub>	Участь у наукових конгресах	Семінари, секції, з'їзди, конгреси і т. п.
B <sub>54</sub>	Участь у фестивалях мистецтва	Виступи, експозиції, презентації і т. п.
B <sub>55</sub>	Відвідування спортивних змагань	Відвідування олімпіад, чемпіонатів, змагань, матчів і т. п.
B <sub>56</sub>	Наукові дискусії	Обговорення наукових проблем, симпозіум і т. п.
B <sub>57</sub>	Участь у меморіалах	Відвідування пам'ятних місць та подій
B <sub>58</sub>	Трекінг	Піший похід без багажу
B <sub>59</sub>	Природоохоронна діяльність	Відновлення порушень ландшафту, природного комплексу, біоценозу і т. п.
B <sub>60</sub>	Ландшафтні спостереження	Огляд унікальних, типових, атрактивних ландшафтів
B <sub>61</sub>	Наукова екологічна діяльність	Охорона природи з науковою метою
B <sub>62</sub>	Участь у місцевих святах	Участь у побутових святах: весілля, день народження і т. п.
B <sub>63</sub>	Спостереження за незвичними явищами	Спостереження за незвичайною поведінкою тварин, рослин, діями і т. п.
B <sub>64</sub>	Аматорська праця	Садівництво, огородництво, тваринництво, квітництво і т. п.
B <sub>65</sub>	Навчання ремеслам	Гончарство, вишивка, в'язання, різьба і т. п.
B <sub>66</sub>	Участь у народних святах	Фольклорні, етнічні свята, концерти і т. п.
B <sub>67</sub>	Творчі заняття	Літературні заняття, живопис і т. п.

Таблиця 3 – Структурна композиція циклів рекреаційної діяльності

Індекс ТРД	Назва ТРД	A <sub>1</sub>	A <sub>2</sub>	A <sub>3</sub>	A <sub>4</sub>	A <sub>5</sub>	A <sub>6</sub>	A <sub>7</sub>	A <sub>8</sub>	A <sub>9</sub>	A <sub>10</sub>	A <sub>11</sub>	A <sub>12</sub>	A <sub>13</sub>	A <sub>14</sub>	A <sub>15</sub>	A <sub>16</sub>	A <sub>17</sub>	Структура ТРД
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
V <sub>1</sub>	Купання	A	C	-	B	C	C	-	C	C	B	-	C	C	C	C	C	C	1-2-11
V <sub>2</sub>	Водні атракціони	A	-	-	C	C	C	C	-	-	B	-	B	-	C	-	-	-	1-2-5
V <sub>3</sub>	Водні процедури	A	C	C	C	C	B	C	B	C	C	C	C	C	C	C	B	B	1-4-12
V <sub>4</sub>	Сонячні ванни	A	C	C	C	-	C	-	C	-	B	C	C	C	-	C	-	-	1-1-9
V <sub>5</sub>	Гірськолижний спуск	-	A	-	-	-	-	-	-	-	-	C	-	B	-	-	-	-	1-1-1
V <sub>6</sub>	Зимові катання	-	A	-	B	-	-	-	C	C	-	C	C	C	-	C	C	C	1-1-8
V <sub>7</sub>	Лижний інструктаж	-	A	-	C	-	-	-	-	-	-	-	-	C	-	-	-	-	1-0-2
V <sub>8</sub>	Альпінізм	-	-	A	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1-0-0
V <sub>9</sub>	Скелелазіння	-	-	A	-	-	-	-	-	-	-	C	-	C	-	-	-	-	1-0-2
V <sub>10</sub>	Спелеотуризм	-	-	A	-	-	-	-	-	-	-	C	-	C	-	-	-	-	1-0-2
V <sub>11</sub>	Туристський похід	C	-	-	A	-	-	C	-	-	C	B	-	-	-	B	C	C	1-2-5
V <sub>12</sub>	Прогулянка	B	C	-	A	C	C	B	C	B	C	C	C	-	-	C	-	C	1-3-9
V <sub>13</sub>	Рухливі ігри	C	C	C	A	C	C	-	-	-	C	C	C	C	C	-	C	-	1-0-11
V <sub>14</sub>	Спілкування	C	C	-	A	B	C	B	B	C	C	-	C	C	B	-	C	C	1-2-9
V <sub>15</sub>	Участь у виставках	-	-	-	-	A	-	-	-	-	-	-	-	C	C	C	-	C	1-0-4
V <sub>16</sub>	Ділові зустрічі	-	-	-	-	A	-	C	C	-	-	-	-	-	C	C	-	C	1-0-5
V <sub>17</sub>	Шопінг	C	C	-	C	A	C	C	C	-	C	-	C	-	C	C	C	B	1-1-13
V <sub>18</sub>	Кліматолікування	B	C	C	B	-	A	-	C	-	C	-	-	C	-	C	-	-	1-2-6
V <sub>19</sub>	Бальнеолікування	C	C	C	C	-	A	-	-	B	-	-	-	-	-	C	-	-	1-1-5
V <sub>20</sub>	Грязелікування	C	-	-	C	-	A	-	-	-	C	-	-	-	-	C	-	-	1-0-4
V <sub>21</sub>	Теренкур	C	-	-	C	-	A	-	-	-	-	-	-	-	-	C	-	-	1-0-3
V <sub>22</sub>	Експерсії автобусні	B	C	-	B	C	B	A	-	B	B	C	C	C	B	C	C	B	1-7-7
V <sub>23</sub>	Експерсії піші	B	B	C	B	C	C	A	-	B	C	B	C	-	C	B	C	B	1-7-7
V <sub>24</sub>	Відвідування музеїв	C	C	C	C	C	C	A	-	C	C	C	C	-	C	B	B	B	3-3-11
V <sub>25</sub>	Інформаційно-пізнавальна діяльність	C	C	C	C	C	B	A	C	B	C	C	C	C	B	C	C	B	1-4-12

## Продовження таблиці 3

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
V <sub>26</sub>	Збір ягід, грибів	-	С	С	С	-	-	-	А	С	-	С	С	В	-	С	С	С	1-1-7
V <sub>27</sub>	Риболовля	В	С	-	С	-	С	-	А	С	В	В	С	В	-	С	С	С	1-4-8
V <sub>28</sub>	Полювання	С	С	С	С	С	-	-	А	-	С	С	С	В	-	С	В	С	1-2-10
V <sub>29</sub>	Заготівля	С	-	-	С	-	-	-	А	С	-	В	С	С	-	С	С	С	1-1-8
V <sub>30</sub>	Відвідування священних місць	С	С	-	С	С	С	В	-	А	С	С	С	-	С	С	С	В	1-2-11
V <sub>31</sub>	Релігійні таємства	С	-	-	С	С	С	С	-	А	С	-	-	-	-	-	-	С	1-0-7
V <sub>32</sub>	Участь у релігійних святах	С	С	-	С	С	С	С	-	А	С	С	-	-	С	С	В	С	1-3-9
V <sub>33</sub>	Круїз	С	-	-	-	-	-	В	-	С	А	С	В	-	В	-	С	С	1-3-5
V <sub>34</sub>	Морські прогулянки	В	-	-	В	В	С	С	-	С	А	В	С	-	С	С	С	С	1-4-8
V <sub>35</sub>	Дайвінг	В	-	-	С	-	-	-	В	-	А	В	С	С	-	С	С	С	1-3-6
V <sub>36</sub>	Яхтинг	С	-	-	С	В	-	-	С	-	А	В	В	С	С	С	С	-	1-3-7
V <sub>37</sub>	Експедиція	В	-	В	С	-	-	В	С	С	С	А	-	В	-	В	В	В	1-7-4
V <sub>38</sub>	Повітряний політ	С	В	В	С	-	-	В	-	С	-	А	В	С	С	-	С	-	1-4-6
V <sub>39</sub>	Робінзонада	В	-	-	С	-	-	-	В	-	С	А	С	-	-	В	С	С	1-3-5
V <sub>40</sub>	Кінна прогулянка	С	В	С	В	С	-	С	С	С	-	А	В	В	-	В	В	С	1-6-7
V <sub>41</sub>	Автомобільна поїздка	С	С	-	В	В	С	В	С	С	С	А	В	В	С	С	С	С	1-7-7
V <sub>42</sub>	Театр	С	-	-	С	С	С	В	-	С	-	С	А	-	В	-	С	В	1-3-7
V <sub>43</sub>	Видовища	В	С	-	С	В	С	В	-	-	С	-	А	-	С	-	В	В	1-5-5
V <sub>44</sub>	Розважальне харчування	С	С	-	С	С	С	В	С	-	В	С	А	-	С	В	В	В	1-5-8
V <sub>45</sub>	Малорухомі ігри, казіно	В	С	-	С	В	С	С	-	-	В	В	А	-	С	-	-	-	1-4-5
V <sub>46</sub>	Танці	С	С	-	С	С	С	С	-	-	С	С	А	-	В	-	С	С	1-1-12
V <sub>47</sub>	Категорійний туристський похід	В	С	С	-	-	-	-	-	-	-	-	-	А	-	-	-	-	1-1-12
V <sub>48</sub>	Спортивні ігри	В	С	-	С	С	С	-	-	-	В	С	С	А	В	-	С	С	1-3-8
V <sub>49</sub>	Туристська, спортивна підготовка	С	В	В	С	-	-	-	-	-	С	С	С	А	С	С	С	С	1-2-9

## Закінчення таблиці 3

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
B <sub>50</sub>	Інструкторська підготовка	С	С	В	С	-	-	-	С	-	С	С	-	А	-	В	С	С	1-2-8
B <sub>51</sub>	Підвищення кваліфікації	С	-	-	С	В	-	С	С	С	С	-	-	С	А	С	-	В	1-1-8
B <sub>52</sub>	Інтенсив-туризм	С	С	-	С	С	С	С	-	-	С	-	С	-	А	-	-	-	1-2-6
B <sub>53</sub>	Участь у наукових конгресах	С	С	-	С	В	-	С	-	С	-	-	С	-	А	В	-	С	1-2-7
B <sub>54</sub>	Участь у фестивалях мистецтва	С	-	-	С	С	С	В	-	В	С	-	В	-	А	С	-	В	1-3-6
B <sub>55</sub>	Відвідування спортивних змагань	С	-	-	С	С	С	С	-	-	С	С	С	-	А	-	-	С	1-0-9
B <sub>56</sub>	Наукові дискусії	-	-	-	-	С	С	В	С	С	-	-	-	С	А	С	-	С	1-1-7
B <sub>57</sub>	Участь у меморіалах	-	С	С	С	С	-	С	-	С	-	-	С	С	А	С	С	С	1-0-11
B <sub>58</sub>	Треккінг	-	С	С	С	-	-	-	С	-	-	С	-	С	С	А	-	-	1-0-7
B <sub>59</sub>	Природоохоронна діяльність	С	С	С	С	-	-	-	В	С	С	С	С	В	-	А	С	С	1-2-10
B <sub>60</sub>	Ландшафтні спостереження	С	В	В	С	-	С	С	В	С	С	С	С	В	-	А	С	С	1-4-10
B <sub>61</sub>	Наукова екологічна діяльність	С	-	С	-	-	С	-	С	-	С	С	-	В	В	А	С	С	1-2-8
B <sub>62</sub>	Участь у місцевих святах	С	С	С	С	С	С	В	-	В	С	С	С	С	С	С	А	В	1-3-12
B <sub>63</sub>	Спостереження за незвичними явищами	С	С	С	С	-	-	-	В	С	С	С	С	С	С	В	А	С	1-2-11
B <sub>64</sub>	Аматорська праця	-	-	-	В	-	-	-	С	В	-	С	С	С	-	С	С	А	1-2-6
B <sub>65</sub>	Навчання ремеслам	С	С	С	С	-	-	В	С	С	С	В	С	С	С	С	С	А	1-2-12
B <sub>66</sub>	Участь у народних святах	С	С	С	С	С	С	В	С	В	С	С	В	С	В	В	В	А	1-6-10
B <sub>67</sub>	Творчі заняття	С	С	С	В	С	С	В	С	В	С	С	В	С	С	С	В	А	1-5-11

Таблиця 4 – Типи елементарних рекреаційних занять

Індекс	Найменування типів рекреаційної діяльності	Приклади елементарних рекреаційних занять
A <sub>1</sub>	Кліматолікування	Інсоляція, повітряні ванни, сон на повітрі, теренкур
A <sub>2</sub>	Бальнеологічні	Внутрішнє та зовнішнє застосування мінеральних вод, грязелікування
A <sub>3</sub>	Ігри рухомі в приміщенні	Танці, атракціони, загальна фізична підготовка
A <sub>4</sub>	Водні процедури	Купання у басейні, душі, ванні
A <sub>5</sub>	Малорухомі ігри	Більярд, тихі атракціони
A <sub>6</sub>	Рухомі заняття на воді	Плавання, гребля, водні лижи, водний велосипед, парусний спорт, стрибки у воду і т. п.
A <sub>7</sub>	Риболовля, полювання	Рибна ловля, полювання
A <sub>8</sub>	Пасивні заняття у приміщенні	Читання, телебачення, кіно, бесіди, пасивні ігри, лекції, театр, колекціонування і т. п.
A <sub>9</sub>	Спортивний туризм	Туризм пішохідний, велосипедний, гірський, лижний
A <sub>10</sub>	Експерсії	Експерсії пішохідні, автобусні
A <sub>11</sub>	Спортивні ігри та вправи	Хокей, футбол, спорт лижний, конькобіжний, волейбол, плавання, спортивні ігри
A <sub>12</sub>	Аматорські заняття на відкритому повітрі	Садівництво та городництво, бджільництво, збір гербарію і т. п.
A <sub>13</sub>	Прогулянки	Прогулянки у лісі, збір грибів, ягід і т. п.

Таблиця 5 – Моделювання циклів рекреаційних занять

Індекс	Найменування типів рекреаційної діяльності	Тривалість рекреаційної акції, годин		
		щоденна	щотижнева	відпускна
A <sub>1</sub>	Кліматолікування	0,1	3,8	7,6
A <sub>2</sub>	Бальнеологічні	-	0,4	4,0
A <sub>3</sub>	Ігри рухомі в приміщенні	0,7	1,7	1,5
A <sub>4</sub>	Водні процедури	0,6	0,6	0,7
A <sub>5</sub>	Малорухомі ігри	0,7	1,1	1,1
A <sub>6</sub>	Рухомі заняття на воді	0,2	2,8	3,2
A <sub>7</sub>	Риболовство, полювання	0,7	4,4	7,6
A <sub>8</sub>	Пасивні заняття в приміщенні	1,5	2,5	2,4
A <sub>9</sub>	Спортивний туризм	-	6,2	6,4
A <sub>10</sub>	Експерсії	0,1	4,0	3,0
A <sub>11</sub>	Спортивні ігри та вправи	1,0	1,1	2,4
A <sub>12</sub>	Аматорські заняття на відкритому повітрі	1,4	3,6	3,6
A <sub>13</sub>	Прогулянки	0,9	3,2	3,8



Таблиця 6 – Профілактична ефективність та атрактивність відпускних циклів рекреаційних занять

Цикли рекреаційних занять				Коефіцієнт, бал	
Індекс	Найменування	Структура	Тривалість, час	Порівняльна профілактична ефективність	Атрактивність
I <sub>1</sub>	Клімато-прогулянковий	A <sub>1</sub> A <sub>13</sub> A <sub>12</sub> A <sub>4</sub> A <sub>6</sub> A <sub>11</sub> A <sub>10</sub> A <sub>3</sub> A <sub>5</sub> A <sub>8</sub>	6,5	27,5	5,6
I <sub>2</sub>	Кліматично – купально-пляжний	A <sub>1</sub> A <sub>6</sub> A <sub>10</sub> A <sub>13</sub> A <sub>11</sub> A <sub>12</sub> A <sub>3</sub> A <sub>4</sub> A <sub>5</sub> A <sub>8</sub> A <sub>7</sub>	6,6	31,6	5,4
I <sub>3</sub>	Кліматобальнеологічний	A <sub>1</sub> A <sub>2</sub> A <sub>13</sub> A <sub>4</sub> A <sub>6</sub> A <sub>11</sub>	2,5	26,5	5,6
I <sub>4</sub>	Спортивно-туристський у поєднанні з рухливими заняттями на воді	A <sub>9</sub> A <sub>6</sub> A <sub>10</sub> A <sub>1</sub> A <sub>7</sub> A <sub>12</sub>	6,0	33,6	6,4
I <sub>5</sub>	Спортивно-туристський -риболовно-полювальний	A <sub>9</sub> A <sub>7</sub> A <sub>10</sub> A <sub>12</sub> A <sub>13</sub> A <sub>11</sub> A <sub>3</sub> A <sub>8</sub>	6,9	30,7	6,9
I <sub>6</sub>	Спортивно-туристський - екскурсійний	A <sub>9</sub> A <sub>11</sub> A <sub>12</sub> A <sub>13</sub> A <sub>3</sub> A <sub>5</sub> A <sub>8</sub>	6,7	28,1	6,5
I <sub>7</sub>	Риболовно-полювальний, купально-пляжний – спортивний	A <sub>7</sub> A <sub>6</sub> A <sub>10</sub> A <sub>12</sub> A <sub>13</sub> A <sub>4</sub> A <sub>3</sub> A <sub>5</sub> A <sub>8</sub>	2,9	24,4	5,7
I <sub>8</sub>	Риболовно-полювальний – кліматичний	A <sub>7</sub> A <sub>1</sub> A <sub>10</sub> A <sub>6</sub> A <sub>4</sub> A <sub>12</sub> A <sub>13</sub> A <sub>3</sub> A <sub>5</sub> A <sub>8</sub>	2,2	28,1	5,8
I <sub>9</sub>	Екскурсійний	A <sub>1</sub> A <sub>12</sub> A <sub>4</sub> A <sub>6</sub> A <sub>10</sub>	7,0	25,8	5,9
I <sub>10</sub>	Бальнеологічний – кліматичний	A <sub>2</sub> A <sub>13</sub> A <sub>1</sub> A <sub>4</sub> A <sub>11</sub> A <sub>6</sub> A <sub>12</sub> A <sub>3</sub> A <sub>5</sub> A <sub>8</sub>	2,8	26,3	5,4
I <sub>11</sub>	Купально–пляжний – кліматичний	A <sub>6</sub> A <sub>1</sub> A <sub>10</sub> A <sub>11</sub> A <sub>13</sub> A <sub>12</sub> A <sub>7</sub> A <sub>4</sub> A <sub>5</sub> A <sub>3</sub> A <sub>8</sub>	6,6	28,2	6,6
I <sub>12</sub>	Рухомі заняття на воді та спортивний туризм	A <sub>6</sub> A <sub>9</sub> A <sub>10</sub> A <sub>11</sub> A <sub>13</sub>	7,3	30,6	6,7
I <sub>13</sub>	Купально-пляжний екскурсійний	A <sub>6</sub> A <sub>11</sub> A <sub>12</sub> A <sub>9</sub> A <sub>10</sub> A <sub>13</sub> A <sub>4</sub> A <sub>3</sub> A <sub>8</sub> A <sub>5</sub>	7,2	26,2	6,6

Таблиця 7 – Профілактична спрямованість рекреаційних занять у відпустці (серцево-судинні захворювання)

Типи рекреаційних занять	Середній ранг	Питомий внесок, %
Кліматичний (інсоляція, повітряні ванни, дозована ходьба)	4,81	10,2
Бальнеологічний (мінеральні води, грязьові ванни)	8,95	5,5
Рухомі вправи у приміщенні (танці, зарядка, заняття у спортивному залі)	7,52	6,6
Водні процедури (купання у басейні, душ, баня)	5,38	9,2
Малорухомі ігри (більярд)	10,67	4,6
Рухомі заняття на воді (плавання, водні лижі, гребля)	4,95	9,9
Риболовно-полювальний	7,43	6,6
Пасивні заняття в приміщенні (читання, шахи, кіно, театр, колекціонування)	11,52	4,3
Спортивний туризм (туризм пішохідний, гірський)	5,57	8,9
Спортивні ігри та вправи (лижі, футбол, волейбол, ковзани)	4,71	10,5
Екскурсійний (екскурсії пішохідні, транспортні)	7,14	6,9
Аматорські заняття на повітрі (садівництво та городництво)	6,29	7,8
Прогулянковий (збір ягід та грибів, прогулянки у лісі, парку, сквері)	5,57	8,8
УСЬОГО		100,0

Таблиця 8 – Профілактична спрямованість рекреаційних занять у відпустці (захворювання органів дихання)

Типи рекреаційних занять	Середній ранг	Питомий внесок, %
Кліматичний (інсоляція, повітряні ванни, дозована ходьба)	4,10	11,80
Бальнеологічний (мінеральні води, грязьові ванни)	8,29	5,80
Рухомі вправи у приміщенні (танці, зарядка, заняття у спортивному залі)	7,52	6,15
Водні процедури (купання у басейні, душ, баня)	5,38	8,90
Малорухомі ігри (більярд )	11,33	4,20
Рухомі заняття на воді (плавання, водні лижі, гребля)	4,67	10,30
Риболовно-полювальний	8,52	5,60
Пасивні заняття в приміщенні (читання, шахи, кіно, театр, колекціонування)	11,76	4,10
Спортивний туризм (туризм пішохідний, горський)	4,86	9,90
Спортивні ігри та вправи (лижі, футбол, волейбол, ковзани)	4,24	11,40
Екскурсійний (екскурсії пішохідні, транспортні)	7,76	6,20
Аматорські заняття на повітрі (садівництво та городництво)	6,38	7,50
Прогулянковий (збір ягід та грибів, прогулянки у лісі, парку, сквері)	6,29	7,60
УСЬОГО		100,0

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

### Нормативно-правові акти

1. Державна програма розвитку туризму на 2002 – 2010 роки // Офіційний вісник України. – 2002. – №18. – С. 144 – 154.
2. Закон України «Про курорти» // Відомості Верховної Ради. – 2000. – №50. – ст.435.
3. Закон України «Про туризм» від 19.09.95 №324/95-ВР // Відомості Верховної Ради України. – 1995. – № 31. – Ст. 241. – С. 705 – 717.
4. Правове регулювання туристичної діяльності в Україні : Зб. нормативно-правових актів / Під заг. ред. проф. В. К. Федорченка. – Київ : Юрінком Інтер, 2002. – 640 с.
5. Про основні напрямки розвитку туризму в Україні до 2010 року: Указ Президента України від 10. 08. 1999. № 973/99 // Урядовий кур'єр. – 1999. – 29 вересня.
6. Туристична діяльність в Україні: нормативно-правове регулювання / Роїна О.М. (2-е вид., змін та доп.). – Київ : КНТ, 2006. – 464 с.

### Основна

7. Веденин Ю.А. Динамика территориальных рекреационных систем. – М.: Наука, 1986. – 190 с.
8. Игнатенко А.Н. Рекреационные территориальные системы: научные основы развития и функционирования: Учеб. пособ. – Київ : УМК ВО при Минвузе УССР, 1989. – 88 с.
9. Кусков А.С., Голубева В.Л., Одинцова Т.Н. Рекреационная география: Уч.-метод. комплекс / Российская академия образования; Московский психолого-социальный ин-т. — М.: Флинта, 2005. — 494 с.
10. Николаенко Д.В. Рекреационная география: Учеб. пособ. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 288 с.
11. Рекреационные системы. – М.: Изд-во МГУ, 1986 . – 136 с.
12. Рекреация: социально-экономические и правовые аспекты / Отв. ред. В. К. Мамутов, А. И. Амоша. – Київ : Наук. думка, 1992. – 143 с.

13. Стафійчук В. І. Рекреалогія : навч. посібник. – Київ : Альтпрес, 2006. – 264 с.
14. Фоменко Н. В. Рекреаційні ресурси та курортологія : навч. посібник. – Київ : Центр навчальної літератури, 2007. – 312 с.

#### Додаткова

15. Бейдик О. О. Словник-довідник з географії туризму, рекреалогії та рекреаційної географії. – Київ : Палітра, 1997. – 130 с.
16. Бейдик О. О. Алгоритм комплексного дослідження рекреаційно-туристських ресурсів України // Туристский феномен: экономические, социальные, экологические и культурно-исторические предпосылки и последствия. Материалы IV Междунар. науч.-практ. конф. (г. Святогорск, 14-16 мая 2002 г.). – Донецк, 2002. – 246–250 с.
17. Бейдик О. О. Рекреаційно-туристичні ресурси України: Методологія та методи аналізу, термінологія, районування. – Київ : ВПЦ «Київський університет», 2001. – 395 с.
18. Гудзь П. В. Економічні проблеми розвитку курортно-рекреаційних територій. – Донецк: ТОВ «Юго-Восток, ЛТД», 2001. – 269 с.
19. Організація та методика оздоровчої фізичної культури і рекреаційного туризму : навч. посіб. / О. М. Жданова, А. М. Тучак, В. І. Поляковський, І. В. Котова. – Луцьк : Вежа, 2000. – 234 с.
20. Иванух Р., Жученко В. Стратегические проблемы развития рекреационно-туристического комплекса Украины // Экономика Украины. – 1998. – №1. – С. 65–70.
21. Корецкий Л. М., Смаль И. В. Научно-методологические аспекты экономико-географического исследования территориально-рекреационных систем. // Методологические проблемы современной географии : Сб. науч. трудов. – Київ : Наук. думка, 1993. – 288 с.
22. Науково-методичні засади реформування рекреаційної сфери / В. С. Кравців, Л. С. Гринів, М. В. Копач, С. П. Кузик. – Львів: ІРД НАН України, 1999. – 78 с.

23. Лукьянова Л. Г. Рекреационное образование специалиста туристской отрасли // Туризм у XXI столітті: глобальні тенденції і регіональні особливості : Матеріали міжнар. наук.-практ. конф. – Київ : Знання України, 2002. – 424–434 с.
24. Мацола В. І. Рекреаційно-туристичний комплекс України / НАН України; Інститут регіональних досліджень. – Львів, 1997. – 259 с.
25. Нарстедт В., Піводда М. Рекреаційний сервіс в Європі: професія або інтуїція? Перспективи оздоровчого туризму в умовах бальнеолікарень і курортів / Перевод з німецького – Ужгород : Ліра, 2001. – 119 с.
26. Нудельман М.С. Социально-экономические проблемы рекреационного природопользования. – Київ : Наук. думка, 1987. – 128 с.
27. Шмагина В. В., Харичков С. К. Рекреация и туризм в системе современных приоритетов социально-экономического развития. – Одесса: НАН Украины; Институт проблем рынка и экономико-экологических исследований, 2000. – 70 с.

### Ресурси мережі Інтернет

28. <http://www.medtour.info/aboutresorts/classification/kumiss/> – інформація про кумисолікування і кумисолікувальні курорти.
29. <http://www.medtour.info/aboutresorts/kurort/> – велика кількість інформації про різноманітні курорти, їхня класифікація, курорти світу.
30. <http://webdesign.perm.ru/006/01/Balneol.html> – бальнеологічні курорти світу (текстовий варіант). Розглядається за регіонами і країнами світу.
31. <http://rmat-english.narod.ru/slovar/slovar.htm> – Туристський термінологічний словник (Зорін І.В., Квартальнов В.А.).
32. <http://www.encyclopedia.ru/> – «Мир энциклопедий» – російськомовні енциклопедичні видання (енциклопедії, енциклопедичні словники, довідники).
33. <http://www.igh.ras.ru/> – Сайтотека енциклопедичної літератури.

*Виробничо-практичне видання*

Методичні рекомендації та завдання  
до виконання розрахунково-графічного завдання  
з навчальної дисципліни

## **«ОСНОВИ РЕКРЕАЦІЙНИХ ПОСЛУГ»**

*(для студентів I курсу очної та заочної форм навчання напрямку підготовки  
241 – Готельно-ресторанна справа)*

Укладач: **Угоднікова** Олена Ігорівна

Відповідальний за випуск *І. М. Писаревський*  
*За авторською редакцією*  
Комп'ютерне верстання *О. І. Угоднікова*

План 2020, поз. 341М

Підп. до друку 01.06.2020. Формат 60 × 84/16.  
Друк на ризографі. Ум. друк. арк. 1,3  
Тираж 50 пр. Зам. №

Видавець і виготовлювач:  
Харківський національний університет  
міського господарства імені О. М. Бекетова,  
вул. Маршала Бажанова, 17, Харків, 61002.  
Електронна адреса: rectorat@kname.edu.ua  
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи:  
ДК № 5328 від 11.04.2017.