

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования_
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»**

Институт клинической медицины

УТВЕРЖДЕНО

решением президиума Ученого совета ННГУ

протокол № 1 от 16.01.2024 г.

Рабочая программа дисциплины

Основы курортологии

Уровень высшего образования

Бакалавриат

Направление подготовки / специальность

49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)

Направленность образовательной программы

Физическая реабилитация

Форма обучения

очная, заочная

г. Нижний Новгород

2024 год начала подготовки

1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.О.28 Основы курортологии относится к обязательной части образовательной программы.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
ОПК-10: Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)	ОПК-10.1: Знает: - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; ОПК-10.2: Умеет: - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; ОПК-10.3: Имеет опыт: - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)	ОПК-10.1: Знает патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма. ОПК-10.2: - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) ОПК-10.3: Имеет опыт: - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на	Собеседование	Экзамен: Тест

		предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)		
ОПК-6: Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться	ОПК-6.1: Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; ОПК-6.2: Умеет: - использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни,	ОПК-6.1: Знает гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». ОПК-6.2: определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и	Собеседование	Экзамен: Тест

	<p>навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях</p> <p>ОПК-6.3: Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков;</p>	<p>укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</p> <p>ОПК-6.3:</p> <p>определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физической</p>		
--	---	---	--	--

		<p>деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих</p>		
--	--	---	--	--

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная	заочная
Общая трудоемкость, з.е.	3	3
Часов по учебному плану	108	108
в том числе		
аудиторные занятия (контактная работа):		
- занятия лекционного типа	16	4
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	16	4
- КСР	2	2
самостоятельная работа	26	89
Промежуточная аттестация	48 экзамен	9 экзамен

3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего (часы)		в том числе							
			Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них						Самостоятельная работа обучающегося, часы	
	ОФ	ЗФ	ОФ	ЗФ	ОФ	ЗФ	ОФ	ЗФ		
Тема 1 Курортология в системе здравоохранения и лечебно-оздоровительном туризме.	8	11	2	0	2	1	4	1	4	10
Тема 2. История развития курортного дела. Уникальные курорты Российской Федерации.	8	11	2	1	2	0	4	1	4	10
Тема 3. Лечебные минеральные воды	6	11	2	1	2	0	4	1	2	10
Тема 4. Грязелечение в курортной практике	8	11	2	1	2	0	4	1	4	10
Тема 5. Основы климатологии и ландшафтной рекреологии	8	11	2	1	2	0	4	1	4	10
Тема 6. Преформированные лечебные курортные факторы	6	11	2	0	2	1	4	1	2	10
Тема 7. Курортная диетотерапия	6	11	2	0	2	1	4	1	2	10
Тема 8. Активные виды оздоровления	4	11	1	0	1	1	2	1	2	10
Тема 9. Оздоровительные технологии на курортах. Междисциплинарный подход.	4	9	1	0	1	0	2	0	2	9
Аттестация	48	9								
КСР	2	2							2	2
Итого	108	108	16	4	16	4	34	10	26	89

Содержание разделов и тем дисциплины

1. Классификация курортных факторов, механизм их лечебно-оздоровительного действия. Типы курортов.
2. Реабилитация, цели, задачи, значение в условиях курорта.
3. Рекреация: понятие, особенности в условиях курортного оздоровления, основные задачи.
4. Курортно-рекреационные ресурсы, свойства, происхождение, назначение.
5. Природные лечебные ресурсы Российской Федерации, понятия, особенности.
6. Минеральные воды как основной природный лечебный фактор.
7. Лечебные грязи, значение как природного лечебного фактора.
8. Рекреационное районирование, критерии формирования и использования различных типов рекреационных систем.
9. Рекреационные зоны Российской Федерации и экономическое районирование и зонирование курортно-рекреационного потенциала Российской Федерации, их отличие.
10. Климат, погода, медицинская климатология, механизм действия погодных факторов на организм.
11. Метеотропные реакции, их профилактика в условиях санаторно-курортного оздоровления.
12. Аэротерапия, виды, механизмы действия, использование в санаторно-курортном оздоровлении, особенности дозирования.
13. Гелиотерапия, воды, механизм действия, принципы организации в теплый и холодный период года.
14. Понятие о ландшафтной рекреологии.
15. Преформированные физические факторы, механизм действия факторов электромагнитной природы.
16. Применение редких и нетрадиционных методов лечения.
17. Гидротерапия, механизм действия, показания, противопоказания.
18. Лечебная физкультура и спортивно-массовая работа в условиях санатория.
19. Основные законодательные документы, регламентирующие деятельность курортов.

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

Курникова М.В. Уникальные курорты Российской Федерации (история развития и природные лечебные факторы): учебное пособие / М.В. Курникова. – Н.Новгород: ООО «Издательство «Пламя», 2010. – 120 с.

5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:

5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Собеседование) для оценки сформированности компетенции ОПК-10:

1. Что понимают под «болезнью» и «здоровьем человека»?
2. Что такое «восстановительная медицина», ее основные понятия?
3. Какие технологии и методы используются в восстановительной медицине?
4. Дайте определение понятию «реабилитация», «курортная реабилитация».
5. Каковы основные понятия и история возникновения рекреации?

5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Собеседование) для оценки сформированности компетенции ОПК-6:

1. Дайте определение понятия «Курортология».
2. Назовите типы и виды курортов.
3. Что собой представляет санаторно-курортная услуга, ее особенности? Назовите основные природные лечебные ресурсы.
4. Что такое курортная медицина, ее структура, особенности функционирования в рыночных условиях?
5. Какое влияние на человека оказывают факторы окружающей среды?

Критерии оценивания (оценочное средство - Собеседование)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок
не зачтено	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.

5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	не зачтено			зачтено			
<u>Знания</u>	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Ошибок нет.	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки.
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными несущественными	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов

			полном объеме	объеме, но некоторые с недочетами	с недочетами	недочетам и, выполнены все задания в полном объеме	
<u>Навыки</u>	Отсутствие базовых навыков. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторым и недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторым и недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов	Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов	Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач

Шкала оценивания при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	превосходно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно», продемонстрированы знания, умения, владения по соответствующим компетенциям на уровне выше предусмотренного программой
	отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично».
	очень хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо»
	хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо».
	удовлетворительно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».
	плохо	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации с указанием критериев их оценивания:

5.3.1 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-10

1. К видам курортной деятельности не относится:

- а) лечебно-профилактическая деятельность;
- б) предоставление территорий под промышленные объекты;

в) охрана природных ресурсов;

1. Бальнеология - это наука :

а) о лекарственных растениях;

б) о минеральных водах;

в) о питании;

3. Бальнеогрязевой курорт – это курорт, основным природным лечебным фактором которого является:

а) минеральная вода и лечебная грязь;

б) минеральная вода;

в) климат.

5. В какой период развития курортного дела в России появляется понятие «санаторий»:

а) переходный период;

б) советский период;

в) предпринимательский период.

5.3.2 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-6

1. Терренкур – это:

2. а) вид минеральной воды;

б) сульфидная лечебная грязь;

в) маршрут для дозированной ходьбы;

а) сильный ветер;

б) большое количество солнечных дней;

в) стабильность погодных условий;

Оптимальная температура воды для купания:

К дискомфортным проявлениям климата относится:

3. а) 16-18 °С

б) 25-30°С

в) 18-24°С

1. Лечебно-питьевые минеральные воды – это:

4. А) воды с М = 5-10 г/л;

Б) воды с М менее 2 г/л;

В) воды с М более 35 г/л;

1. Какие лечебные грязи образуются в результате неполного разложения болотных растений в условиях недостатка воздуха и избыточной влаги:

5. А) псевдовулканические;

Б) торфяные;

В) иловые;

3. Фототерапия – это:

а) тепловое воздействие на организм человека;

б) воздействие света на организм человека;

в) воздействие электрического тока на организм.

Критерии оценивания (оценочное средство - Тест)

Оценка	Критерии оценивания
превосходно	90-100 % правильных ответов
отлично	89-80% правильных ответов
очень хорошо	79-70% правильных ответов
хорошо	69-60% правильных ответов
удовлетворительно	59-50% правильных ответов
неудовлетворительно	49-40%правильных ответов
плохо	менее 39% правильных ответов

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

Основная литература:

1. Третьякова Татьяна Николаевна. Основы курортного дела : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Соц.-культур. сервис и туризм". - М. : Академия, 2008. - 288 с. - (Высшее профессиональное образование. Туризм). - ISBN 978-5-7695-4731-7 : 110.00., 1 экз.

Дополнительная литература:

1. Курортология и физиотерапия : [руководство] : в 2 т. Т. 1 / под ред. В. М. Боголюбова ; [ред.-сост. В. Д. Григорьева]. - М. : Медицина, 1985. - 560 с. : ил. - 2.30., 1 экз.

2. Курортология и физиотерапия : [руководство] : в 2 т. Т. 2 / под ред. В. М. Боголюбова ; [ред.-сост. В. Д. Григорьева]. - М. : Медицина, 1985. - 640 с. : ил. - 2.60., 1 экз.

3. Санаторно-курортное дело : Учебник / Северо-Осетинский государственный университет им.

К.Л. Хетагурова; Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова, Пятигорский ф-л; Северо-Осетинский государственный университет им. К.Л. Хетагурова. - 1. - Москва : Издательский дом "Альфа-М", 2021. - 400 с. - ВО - Бакалавриат. - ISBN 978-5-98281-171-4. - ISBN 978-5-16-110498-9. - ISBN 978-5-16-005113-0., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=834072&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

1. Электронные библиотеки (КнигаФонд, Znanium.com, Springer, Университетская библиотека Online и др.)
2. Научная российская электронная библиотека elibrary.ru
3. Научные базы данных Scopus, Web of Science, BioMed Central
4. Периодика онлайн (Elsevier, Nature, Springer, Wiley online library, УИРС Россия)
5. Ресурсы открытого доступа
6. Локальные базы
7. Электронные каталоги периодики
8. DOAJ-Direktory of Open Access Journals
9. HighWirePress
10. PLOS-Publik Library of Science

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, специализированным оборудованием: Помещения представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой. Кабинет функциональной диагностики: динамометры, ростомер, медицинские весы, велоэргометры, беговая дорожка

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Автор(ы): Курникова Мария Владимировна, доктор социологических наук, доцент.

Заведующий кафедрой: Курникова Мария Владимировна, доктор социологических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 4.12.2023, протокол № 5.