

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»
Иркутский филиал ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»

**Программа дисциплины «КУРОРТОЛОГИЯ»
регионального компонента цикла СД.3.1.,
для студентов, обучающихся по специальности
032101.65 «Физическая культура и спорта»
Квалификация – Специалист по физической культуре и спорту
Специализация - Спортивно-оздоровительный туризм**

Программа рассмотрена на
заседании кафедры ЦВСиТ
Протокол №__1__ от «__26__»_09__2011 г.
Зав. кафедрой _____ Дулова О.В.

Программа утверждена и рекомендована
Научно-методическим советом Иркутского
филиала
ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»
Протокол №__2__ от
«__24__»_10__2011 г.

Составители:

Палкин Олег Юрьевич – к.г.н., доцент кафедры «Циклических видов спорта и туризма»
Михашенко А.А. – преподаватель кафедры «Циклических видов спорта и туризма»

Рецензент: Лин-бей Н.П. – к.пед.наук, доцент, зам. директора УВиМР Иркутского
колледжа физической культуры

I. Организационно-методический раздел

Цель изучения дисциплины – сформировать у студентов представления о санаторно-курортной деятельности, лечебно-профилактическом применении природных лечебных факторов и распространении курортов и курортных зон по территории России.

Задачи дисциплины:

- изучить природные лечебные ресурсы,
- изучить категории и виды курортов, их местоположение,
- изучить виды лечения имеющих место в санаторно-курортной практике.

Студент должен знать:

- виды природных лечебных ресурсов,
- главные курортные зоны России,
- особенности применения санаторно-курортных процедур.

Студент должен уметь:

- рассказывать о курортах России и Байкальского региона,
- применять процедуры.

Курортология- раздел медицины, изучающий основные природные лечебные факторы (климатические, ландшафтные, гидроминеральные и др.), их действие на организм и методы применения с лечебно-профилактическими целями, а также характеризующий курортно-рекреационную сеть учреждений и предприятий страны, региона.

Формирование представлений у студентов об особенностях курортных зон, правовых основах охраны курортов и природных лечебных ресурсах, специфике культурной деятельности и туристско-рекреационного обслуживания в курортных местностях позволит получить необходимые знания о важном инфраструктурном блоке жизнеобеспечения социума.

Требования к уровню освоения содержания курса

Шифр по Гос ВПО и номер по учебному плану СД 3.1	Содержание	Трудоемкость (общее количество часов в учебном рабочем плане)
	Природные лечебные ресурсы, курорты, санатории, терапии, бальнеотерапия, грязелечение, гидротерапия.	70

Вид учебной работы	Количество часов по заочной форме обучения	Количество часов по очной форме обучения
Аудиторные занятия:		
Лекции	6	24
Практические занятия	6	26
Самостоятельная работа	58	20
ВСЕГО ЧАСОВ	70	70
Текущий контроль	опрос	опрос
Рубежный контроль	тест	тест
Промежуточный контроль	тест	тест
Виды итогового контроля	зачет	зачет

II. Содержание курса

Тема 1. Основные положения курортологии.

Курортология как раздел медицины. Виды природных лечебных факторов. Курорты и санатории. Категории и виды курортов. Виды терапий. Основные группы заболеваний лечение которых осуществляется на курортах. История курортного дела.

Контрольные вопросы:

1. Что такое курортология.
2. Что относится к природным лечебным факторам.
3. В чем различие между курортом и санаторием.
4. Категории и виды курортов.
5. Какие виды лечения применяют на курортах.
6. Когда начало развиваться курортное дело в России.

Тема 2. Климатотерапия.

Аэротерапия. Виды процедур и их особенности. Физиологическое действие. Гелиотерапия. Виды процедур и их дозирование. Действие ультрафиолета на организм. Действие инфракрасного излучения. Талассотерапия. Виды процедур. Действие на организм морских купаний. Спелеотерапия. Особенности атмосферы пещер. Галотерапия.

Контрольные вопросы:

1. Виды процедур в аэротерапии и ее физиологическое действие.
2. Физиологическое действие солнечных лучей.
3. Действие морских купаний на организм.
4. Лечебные факторы атмосферы пещер.
5. Смысл галотерапии.

Тема 3. Минеральные воды и их характеристики.

Минеральные воды как уникальный лечебный ресурс. Их характеристики. Группы и виды минеральных вод. Механизмы действия минеральных вод на организм при наружном и внутреннем употреблении.

Контрольные вопросы:

1. Что такое минеральные воды.
2. Характеристики минеральных вод.
3. Основные группы минеральных вод.
3. Действие минеральных вод при наружном и внутреннем употреблении.
4. Виды ванн из минеральных вод.

Тема 4. Минеральные воды при наружном употреблении.

Ванны из минеральных вод: солевые, газовые, радоновые. Действие минеральных ванн на организм.

Контрольные вопросы:

1. Действие минеральных вод при наружном и внутреннем употреблении.
2. Виды минеральных ванн.

Тема 5. Грязелечение.

Лечебные грязи. Виды грязей. Действие грязей на организм. Виды грязевых процедур. Озокеритолечение. Парафинолечение. Нафталан. Глинолечение. Псаммотерапия.

Контрольные вопросы:

1. Что такое лечебные грязи.
2. Виды грязей.
3. Действие грязей на организм.
4. Виды грязевых процедур.

Тема 6. Гидротерапия.

Водолечение. Особенности действия на организм пресной воды. Виды гидротерапии. Виды процедур.

Контрольные вопросы:

1. Смысл водолечения, его особенности.
2. Виды водолечения.
3. Виды душей.
4. Виды пресных ванн.

Тема 7. Электролечение.

Преформированные факторы. Виды физиопроцедур.

Контрольные вопросы:

1. Преформированные факторы. Их особенности, достоинства.
2. Виды физиопроцедур.

Тема 8. Курорты Северного Кавказа.

Домбай. Теберда. Архыз. Курорты Кавказских Минеральных вод. Приэльбрусье. Нальчик. Цей. Тамиск. Серноводск.

Тема 9. Курорты Черноморского побережья.

Анапа. Геленджикская курортная зона. Туапсинская курортная зона. Сочинская курортная зона.

Тема 10. Курорты Крыма.

Курорты Восточного Крыма. Курорты Западного Крыма. Южный Берег Крыма.

Тема 11. Курорты Северо-Запада и Севера России.

Сестрорецкая курортная зона. Выборгская курортная зона. Марциальные воды. Хилово. Старая Русса. Валдай. Селигер. Солигалич. Бабушкинский. Тотьма. Сольвычегодск. Солониха. Серегово.

Тема 12. Курорты Центральной России.

Краинка. Липецк. Кашин.

Тема 13. Курорты Поволжья.

Тинаки. Эльтон. им. Чапаева. Сергиевские минеральные воды. Бакирово. Ютаза. Тарловка. Ижевские минеральные воды. Варзи-Ятчи.

Тема 14. Курорты Урала.

Усть-Качка. Ключи. Молтаево. Глядены. Курьи. Нижние Серги. Увильды. Озеро Горькое. Кисегач. Янган-Тау. Алкино. Юматово. Красноусольск. Соль-Илецк.

Тема 15. Курорты Западной и Восточной Сибири.

Карачи. Белокуриха. Учум. Шира.

Тема 16. Курорты Байкальского региона.

Ангара. Усолье. Усть-Кут. Горячинск. Аршан. Нилова Пустынь. Дарасун. Кука.

Тема 17. Курорты Дальнего Востока.

Владивостокский курортный район. Шмаковка. Ласточка. Талая.

Тема 18. Курорты Камчатки.

Паратунка. Начики. Озерновские источники.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЗАЧЕТУ:

1. Природные лечебные ресурсы. Их достоинства.
2. Категории и виды курортов.
3. История курортного дела.
4. Виды терапий.
5. Климатотерапия. Виды. Процедуры. Действие на организм.
6. Талассотерапия. Виды.
7. Спелеотерапия. Факторы.
8. Галотерапия. Факторы.
9. Минеральные воды. Характеристики.
10. Виды минеральных ванн.
11. Механизмы действия на организм минеральных ванн.
12. Минеральные воды для питья. Механизм физиологического действия.
13. Лечебные грязи. Виды.
14. Механизмы действия грязей.
15. Виды грязевых процедур.
16. Гидротерапия. Виды процедур.
17. Гидротерапия. Виды душей.
18. Гидротерапия. Виды пресных ванн.
19. Виды физиопроцедур.
20. Уникальные природные лечебные ресурсы.
21. Характеристика курортных зон Северного Кавказа.
22. Характеристика курортных зон Черноморского побережья.
23. Характеристика курортных зон Крыма.
24. Характеристика курортных зон Северо-Запада и Севера России
25. Характеристика курортных зон Европейской России.
26. Характеристика курортных зон Поволжья.
27. Характеристика курортных зон Урала.
28. Характеристика курортных зон Западной и Восточной Сибири.

29. Характеристика курортных зон Забайкалья.
30. Характеристика курортных зон Приморья и Сахалина.
31. Характеристика курортных зон Камчатки.

Учебно-методическое обеспечение СРС

Тема № 1.

«Основные положения курортологии».

Темы рефератов:

1. Природные лечебные ресурсы
2. История курортного дела.

Контрольные вопросы:

1. Что такое курортология.
2. Что относится к природным лечебным факторам.
3. В чем различие между курортом и санаторием.
4. Категории и виды курортов.
5. Какие виды лечения применяют на курортах.
6. Когда начало развиваться курортное дело в России.

Тема № 2.

«Климатотерапия».

Темы рефератов:

1. Аэротерапия – как разновидность климатотерапии
2. Гелиотерапия – лечение Солнцем.
3. Талассотерапия – лечение морем.
4. Спелеотерапия и галотерапия – лечение пещерами.

Контрольные вопросы:

1. Виды процедур в аэротерапии и их физиологическое действие.
2. Физиологическое действие солнечных лучей.
3. Действие морских купаний на организм.
4. Виды талассотерапии.
5. Лечебные факторы атмосферы пещер.

6. Смысл галотерапии.

Тема № 3.

«Минеральные воды и их характеристики».

Темы рефератов:

1. Минеральные воды - как уникальный лечебный ресурс.
1. Виды минеральных вод.

Контрольные вопросы:

1. Что такое минеральные воды.
2. Характеристики минеральных вод.
3. Основные группы минеральных вод.

Тема 4.

«Минеральные воды при наружном употреблении».

Темы рефератов:

1. Ванны из минеральных вод.

Контрольные вопросы:

1. Действие минеральных вод при наружном употреблении.
2. Виды минеральных ванн.

Тема 5.

«Грязелечение».

Темы рефератов:

1. Лечебные грязи.
2. Грязевые процедуры.

Контрольные вопросы:

1. Что такое лечебные грязи.
2. Виды грязей.
3. Действие грязей на организм.
4. Виды грязевых процедур.

Тема 6.

« Гидротерапия ».

Темы рефератов:

1. Водолечение – как составная часть курортологии.
2. Процедуры гидротерапии.

Контрольные вопросы:

1. Смысл водолечения, его особенности.
2. Процедуры гидротерапии.
3. Виды душей.
4. Виды пресных ванн.

Тема 7.

«Физиопроцедуры»

Темы рефератов:

1. Физиотерапия – как раздел курортологии.
2. Виды физиопроцедур.

Контрольные вопросы:

1. Преформированные (физиотерапевтические) факторы. Их особенности, достоинства.
2. Виды физиопроцедур.

Тема 8.

«Курорты Северного Кавказа».

Темы рефератов:

1. Курорты Кавказских Минеральных Вод.
2. Кисловодск – главный санаторий России.
3. Пятигорск – музей минеральных вод.
4. Домбай – горноклиматический центр России.
5. Озеро Тамбукан – источник лечебных грязей.

Контрольные вопросы:

1. Какие лечебные ресурсы имеются на Кавминводах.
2. Лечебный профиль курортов Кавминвод.
3. Горноклиматические центры Северного Кавказа.
4. Этапы развития курортов Кавминвод.

Тема 9.

« Курорты Черноморского побережья».

Темы рефератов:

1. Анапа – главный детский курорт России.
2. Геленджик – город-курорт.
3. Туапсе и его санатории.
4. Сочинская курортная зона – крупнейшая курортная агломерация России.

Контрольные вопросы:

1. С какого района начинается Черноморское побережье.
2. Время возникновения и этапы развития Анапы.
3. Районы Сочи.
4. Курорты Абхазии.

Тема 10.

«Курорты Крыма».

Темы рефератов:

1. Курорты Восточного Крыма.
2. Курорты Западного Крыма.
3. Южный Берег Крыма.

Контрольные вопросы:

1. Какие Вы знаете курорты Восточного Крыма.
2. Какие Вы знаете курорты Западного Крыма.
3. Какие Вы знаете курорты Южного Берега Крыма.

Тема 11.

«Курорты Северо-Запада и Севера России».

Темы рефератов:

1. Сестрорецкая курортная зона.
2. Выборгская курортная зона.
3. Курорт Марциальные воды.
4. Курорт Хилово.
5. Курорт Старая Русса.

Контрольные вопросы:

1. Самый старый курорт России.
2. Лечебные ресурсы курорта Хилово.
3. Лечебные ресурсы курорта Старая Русса.

Тема 12.

«Курорты Центральной России».

Темы рефератов:

1. Курорт Краинка.
2. Курорт Липецк.

Контрольные вопросы:

1. Лечебные ресурсы курорта Краинка.
2. Лечебные ресурсы курорта Липецк.

Тема 13.

«Курорты Поволжья».

Темы рефератов:

1. Курорт Эльтон.
2. Курорт Сергиевские минеральные воды.

Контрольные вопросы:

1. Лечебные ресурсы курорта Эльтон.
2. Лечебные ресурсы курорта Сергиевские минеральные воды.

Тема 14.

«Курорты Урала».

Темы рефератов:

1. Курорт Усть-Качка.
2. Курорт Молтаево.
3. Курорт Янган-Тау.

Контрольные вопросы:

1. Лечебные ресурсы курорта Усть-Качка.
2. Лечебные ресурсы курорта Янган-Тау.

Тема 15.

«Курорты Западной и Восточной Сибири».

Темы рефератов:

1. Курорт Карачи.
2. Курорт Белокуриха.
3. Курорты Учум и Шира.

Контрольные вопросы:

1. Лечебные ресурсы курорта Карачи.
2. Лечебные ресурсы курорта Белокуриха.

Тема 16.

«Курорты Байкальского региона».

Темы рефератов:

1. Курорты Иркутской области.
2. Курорты Бурятии.
3. Курорты Забайкальского края.

Контрольные вопросы:

1. Особенности курортов Иркутской области.
2. Какие курорты Бурятии Вы знаете.
3. Лечебные ресурсы курортов Забайкальского края.

Тема 17.

«Курорты Дальнего Востока».

Темы рефератов:

1. Курорты Владивостокского курортного района
2. Курорт Шмаковка.
3. Курорт Горячий Ключ (Талая).

Контрольные вопросы:

1. Санатории и курорты Владивостокского курортного района
2. Лечебные ресурсы курорта Шмаковка.
3. Лечебные ресурсы курорта Горячий Ключ (Талая).

Тема 18.

«Курорты Камчатки».

Темы рефератов:

1. Курорт Паратунка.
2. Курорт Начики.
3. Озерновские источники.

Контрольные вопросы:

1. Лечебные ресурсы курорта Паратунка.
2. Особенности курортов Камчатки.

ТЕСТ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

1. Курортология – это:
 - а) Раздел медицины о курортах
 - б) Наука о курортах
 - в) Раздел медицины о природных лечебных ресурсах
 - г) Наука о природных лечебных ресурсах

2. Первый русский курорт:
 - а) Сергиевские минеральные воды
 - б) Липецк
 - в) Кисловодск
 - г) Марциальные воды

3. Аппликации – это процедура...
 - а) Бальнеотерапии
 - б) Пелоидотерапии
 - в) Спелеотерапии
 - г) Талассотерапии

4. На кардиокурортах лечат:
 - а) Сердечно-сосудистую систему
 - б) Опорно-двигательную систему
 - в) Желудочно-кишечный тракт
 - г) Нервную систему

5. Указ об организации курортного дела в России был издан:
 - а) 1717 год
 - б) 1803 год

- в) 1857 год
- г) 1919 год

6. Псаммотерапия – лечение...

- а) Грязями
- б) Атмосферой пещер
- в) Песком
- г) Живописными ландшафтами

7. Душ Шарко - ...

- а) Струевой с переменной температурой
- б) Струевой с постоянной температурой
- в) Веерный с постоянной температурой
- г) Струевой с переменным давлением

8. Шотландский душ - ...

- а) Струевой с переменной температурой
- б) Струевой с постоянной температурой
- в) Веерный с постоянной температурой
- г) Струевой с переменным давлением

9. Сапропели – это...

- а) Илы пресных озер
- б) Илы соленых озер
- в) Грязи горячих источников
- г) Голубая глина

10. Сопочная грязь – это...

- а) Илы пресных озер
- б) Илы соленых озер
- в) Грязи горячих источников
- г) Голубая глина

11. Процедура «воротник» относится к...

- а) Общим грязевым процедурам
- б) Местным грязевым процедурам
- в) Бальнеотерапии
- г) Галотерапии

12. Сульфидные ванны относятся к...

- а) Соленым
- б) Газовым
- в) Термальным
- г) Грязевым

13. Озеро Эльтон находится:

- а) Северный Кавказ
- б) Юг Западной Сибири
- в) Поволжье
- г) Ставрополье

14. Озеро Тамбукан находится:

- а) Северный Кавказ
- б) Юг Западной Сибири
- в) Поволжье
- г) Ставрополье

15. Курорт Саки находится:

- а) Южный Крым
- б) Северный Крым
- в) Восточный Крым
- г) Западный Крым

16. Курорт Ялта находится:

- а) Южный Крым
- б) Северный Крым
- в) Восточный Крым
- г) Западный Крым

17. Нарзаны – это...

- а) Холодные углекислые воды
- б) Горячие углекислые воды
- в) Сульфидные воды
- г) Кремнистые воды

18. Лечебные ресурсы курорта Нилова Пустыня в Бурятии:

- а) Холодные углекислые воды
- б) Пресные радоновые воды

- в) Термы радоновые
- г) Сероводородные воды

19. Сульфидные воды –это...

- а) Холодные углекислые воды
- б) Пресные радоновые воды
- в) Термы радоновые
- г) Сероводородные воды

20. Электрофорез – процедура с...

- а) Electroдами с постоянным током
- б) Electroдами с переменным током
- в) Electroдами с импульсными токами
- г) Electroдами сверхвысокочастотными токами

III. Распределение часов курса по темам и видам работ

Очное отделение

№ п/п	Наименование разделов и тем курса	Всего (часов)	Аудиторные занятия (час)		Самостоятельная работа
			В том числе		
			лекции	семинары	
1.	Основные положения курортологии.	4	2	2	
2	Климатотерапия – как важная часть санаторно – курортного лечения	4		2	2
3	Минеральные воды и их характеристики.	2	2		
4	Минеральные воды при наружном употреблении.	2			2
5	Грязелечение. Виды грязей. Структура и состав грязей.	4	2	2	
6	Гидротерапия. Особенности лечебно-профилактического действия на организм пресной воды.	2			2
7	Физиотерапия. Группы и	4	2	2	

	виды физиопроцедур.				
8.	Нанесения основных курортов на карту Северного Кавказа.	2			2
9	Курорты Черноморского побережья. Нанесения основных курортов на карту	4	2	2	
10	Тестирование по проеденному материалу.	4		2	2
11	Курорты Северо-Запада Нанесения основных курортов на карту.	4	2	2	
12	Курорты Севера России. Нанесения основных курортов на карту	6	2	2	2
13	Курорты Центральной России.	4	2	2	
14	Курорты Поволжья.	2	2		
15	Курорты Урала	4	2	2	
16	Курорты Западной Сибири.	2			2
17	Курорты Восточной Сибири	4	2	2	
18	Курорты Байкальского региона. Работа с картами и сбор информации в интернете	4		2	2
19	Курорты Дальнего Востока.	6	2	2	2
20	Представление презентации одного из курортов Зарубежных стран	6	2	2	2
	Итого	70	24	26	20

Заочное отделения

№ п/п	Наименование разделов и тем курса	Всего (часов)	Аудиторные занятия (час)		Самостоятельная работа
			В том числе		
			лекции	семинары	
1.	Основные положения курортологии. Климатотерапия.	12	2		10

2.	Минеральные воды и их характеристики. Минеральные воды при наружном употреблении.	12	2		10
3.	Грязелечение. Гидротерапия. Электролечение.	12	2		10
4.	Курорты Северного Кавказа. Курорты Черноморского побережья. Курорты Крыма.	12		2	10
5.	Курорты Северо-Запада и Севера России. Курорты Центральной России. Курорты Поволжья. Курорты Урала.	10		2	8
6.	Курорты Западной и Восточной Сибири. Курорты Байкальского региона. Курорты Дальнего Востока. Курорты Камчатки.	12		2	10
	Итого	70	6	6	58

IV. Форма итогового контроля

Для того чтобы получить зачет по дисциплине необходимо выполнить следующие задания:

1. Ознакомиться с программой дисциплины.
2. Написать реферат по той или иной теме (16 страниц, 1,5 – интервал, 14 кегль)
3. Ответить на контрольные вопросы.
4. Выполнить тест.

V. Учебно-методическое обеспечение курса

Основная литература:

Дополнительная литература:

1. Барчуков И.С. Санаторно-курортное дело.- М.:ЮНИТИ, 2006.- 305с.
2. Боголюбов В.М. Справочник по санаторно-курортному объекту.-М.: Медицина.-1986.
3. Боечко И.Д., Козлов В.А., Кузник Б.И. Курорты Восточной Сибири.- Иркутск, 1990
4. Ветитнев А.М., Журавлева Л.Б. Курортное дело.- М.: КНОРУС, 2006.- 527с.
5. Генк К.С. Курорты мира. Путеводитель.- М.: Издательство «Восток-Запад», 2007.-350с.
6. Драчева Е.Л. Специальные виды туризма. Лечебный туризм.- М.: КНОРУС, 2008.- 152с.
7. Козлов М.И. Курорты. Пансионаты. Дома отдыха.- М.: Профиздат.- 1989.
8. Курортология и физиотерапия в 2-х тт. (под ред. Боголюбова В.М.).- М.:Медицина.-1985.
9. Кусков А.С., Лысикова О.В. Курортология и оздоровительный туризм.- Ростов-на-Дону: «Феникс», 2004.- 320с.
10. Научные подходы к определению норм нагрузок на ландшафты.- М.: ИГАН, 1988.
11. Полторанов В.В., Слуцкий С.Я. Здравницы профсоюзов СССР. М.: Профиздат, 1986.
12. Руководство по формированию курортно-рекреационных систем. М.: ЦНИИЭП, 1984.
13. Санатории России. Лечение и отдых. Справочник.- М.: МЦФЭР, 2005.- 128с.
14. Санатории России. Справочник.- М.: МЦФЭР, 2007.-196с.
15. Скибицкий А.В., Скибицкая В.И. Основы курортологии.- Ростов-на-Дону: Феникс, 2008.- 560с.
17. Сухарев Е.Е. Курортное дело.- М.: Омега-Л, 2009.-224с.

18. Третьякова Т.Н. Основы курортного дела.- М.: Издательский центр «Академия», 2008.- 288с.

Периодические издания:

1. Курортология. Аналитическая информация

Интернет ресурсы

1. НИЦ Курортологии - <http://www.kurortmag.ru/region/10094206/>
2. Государственный НИИ курортологии МЗ РФ в Г. Пятигорске - www.behtau.net/nii.php
3. АСВОМЕД - www.asvomed.ru/php/content.
4. Звезда странствий - www.zvezdacz.ru/krasota/poisk/kurort.php
5. Северо – Кавказская академия инновационных технологий в образовании и науке - www.aitonk.ru

Преподаватель _____ Михашенко А.А.