

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце: Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
 ФИО: Ермакова Виктория Павловна Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
 Должность: Директор школы авангардного гостеприимства и инноваций (ШАГИ) высшего образования
 Сочи), проректор
 Дата подписания: 24.03.2026 17:44:14
 Уникальный программный ключ:
 e54076e55b73117661ddd57c83d3b08d1fdef5de

«Сочинский государственный университет»



СОГЛАСОВАНО
 Декан факультета Туризма и сервиса
 А.Р. Давыдович
 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ
 Проректор по ОД
 А.В. Иваненко
 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Оздоровительные программы для лиц разного возраста»

Шифр и направление подготовки 43.03.03 Гостиничное дело

Квалификация (степень) выпускника Бакалавр

Профиль подготовки бакалавра Деятельность санаторно-курортных и СПА комплексов

Форма обучения **Очная**

Выпускающая кафедра Управления и технологий в туризме и рекреации

Кафедра-разработчик рабочей программы Управления и технологий в туризме и рекреации

Год набора 2024

Семестр	Трудоемкость (час./зет.)	Лекцион. занятий, (час.)	Практич. занятий, (час.)	Лаборат. занятий, (час.)	СРС, (час.)	КР/КП	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
5	144 /4	14	14	-	80	-	Экзамен 36
Итого:	144 /4	14	14	-	80	-	Экзамен (36)

Лист согласования рабочей программы дисциплины
«Оздоровительные программы для лиц разного возраста»

Рабочую программу составили:

д.м.н., профессор кафедры УТТР



Брюханова Г.Д.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА

Заведующий кафедрой



Брюханова Г.Д.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины соответствует
библиотечному фонду СГУ:

Директор НОБ



Е.В. Онищенко

Структура рабочей программы соответствует предъявляемым требованиям

Отдел качества образования
и методического обеспечения



В.В. Васильченко

№ п/п	Имя	Подпись	Дата	Подпись	Дата	Подпись	Дата
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины «Оздоровительные программы для лиц разного возраста»

– приобретение студентами знаний по актуальным проблемам возрастной патологии человека и методах коррекции здоровья (восстановления, реабилитации) в разные возрастные периоды жизни человека, формирование готовности организовать оздоровительные программы, включая лучшие отечественные и зарубежные практики.

Конечным результатом изучения дисциплины является обретение бакалавром теоретических знаний по основам возрастной патологии человека, научно-практическим аспектам оздоровительных программ для лиц разного возраста, современным взглядам на болезни и коррекцию отклонений в здоровье человека в разные возрастные периоды его развития для осуществления деятельности в области санаторно-курортного лечения и оздоровления.

Задачи дисциплины:

1. Научить студента владеть основными понятиями, терминами и определениями в области периодизации жизни человека по возрасту.
2. Сформировать у студента понимание сущности возрастной нормы здоровья.
3. Дать студенту представление о возможных нарушениях здоровья в зависимости от возраста.
4. Дать теоретические знания по отдельным классам болезней, развивающихся в разные периоды жизни человека.
5. Сформировать у студента системные представления по проблеме актуальности оздоровительных программ в санаторно-курортных условиях в зависимости от возрастных изменений организма человека.
6. Отразить роль современной науки в сохранении здоровья человека на протяжении всей его жизни.
7. Сформировать компетенции, направленные на умение проведения анализа и оценки состояния здоровья человека для разработки рекомендаций по его коррекции по возрасту.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП НАПРАВЛЕНИЯ

43.03.03 «Гостиничное дело»

Дисциплина «Оздоровительные программы для лиц разного возраста» относится к части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений.

Код и наименование компетенции	Дисциплины участвующие в реализации компетенции
ПК-2 Способен организовать процесс обслуживания в санаторно-курортной организации на основе нормативно-правовых актов (в т.ч. санитарно-гигиенических) и с учетом запросов и прав потребителей	Основы делового этикета в индустрии гостеприимства. Культура обслуживания в санаторно-курортной деятельности Организация гостиничного дела. Основы делового этикета в индустрии гостеприимства. Реклама и PR в индустрии гостеприимства. Имиджелогия Технологии и организация экскурсионной деятельности. Маркетинг санаторно-курортных услуг. Организация предпринимательства в индустрии гостеприимства

ПК-5 Способен оценивать качество технологических процессов средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы	Организация здорового и диетического питания в санаторно-курортных организациях.
---	--

3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единицы (144 часа). Требования к результатам освоения дисциплины представлены в виде таблицы 2.

Таблица 2

Компетенции и индикаторы их достижения		В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
ПК-2 Способен организовать процесс обслуживания в санаторно-курортной организации на основе нормативно-правовых актов (в т.ч. санитарно-гигиенических) и с учетом запросов и прав потребителей	ПК-2.1. Организует обслуживание на основе нормативно-правовых актов и соответствия системе классификации гостиниц и других средств размещения на уровне подразделений	<i>Знать:</i> структуру и особенности санаторно-курортного обслуживания лиц разного возраста; <i>Уметь:</i> применять на практике особенности нормативных требований при реализации санаторно-курортных услуг и программ лицам разного возраста <i>Владеть:</i> навыками применения особенности нормативных требований при реализации санаторно-курортных услуг и программ для лиц разного возраста
	ПК-2.2. Разрабатывает внутренние регламенты и стандарты обслуживания на уровне подразделений гостиничного комплекса.	<i>Знать:</i> требования, правила, внутренние регламенты и стандарты обслуживания лиц разного возраста на уровне подразделений санаторно-курортного комплекса <i>Уметь:</i> применять на практике требования, правила, внутренние регламенты и стандарты обслуживания лиц разного возраста на уровне подразделений гостиничного комплекса <i>Владеть:</i> навыками применения в профессиональной деятельности требований, правил внутренних регламентов и стандартов обслуживания лиц разного возраста на уровне подразделений гостиничного комплекса
	ПК-2.3. Обеспечивает контроль за выполнением сотрудниками подразделений средств размещения требований нормативно-правовых актов в процессе обслуживания потребителей	<i>Знать:</i> особенности контроля за выполнением сотрудниками подразделений средств размещения требований нормативно-правовых актов в процессе оказания услуг и реализации оздоровительных программ потребителям разного возраста;

Компетенции и индикаторы их достижения		В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
		<p><i>Уметь:</i> применять на практике мероприятия в целях контроля за выполнением сотрудниками подразделений средств размещения требований нормативно-правовых актов в процессе оказания услуг и реализации оздоровительных программ потребителям разного возраста</p> <p><i>Владеть:</i> навыками применения в профессиональной деятельности мероприятия в целях контроля за выполнением сотрудниками подразделений средств размещения требований нормативно-правовых актов в процессе оказания услуг и реализации оздоровительных программ потребителям разного возраста</p>
ПК-5 Способен оценивать качество технологических процессов средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы	ПК-5.1 Организует сбор и анализ данных о технологических процессах средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы	<p><i>Знать:</i> особенности и методики сбора и анализа данных о технологических процессах средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы с учетом оказания услуг и реализации оздоровительных программ потребителям разного возраста;</p> <p><i>Уметь:</i> применять на практике методики сбора и анализа данных о технологических процессах средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы с учетом оказания услуг и реализации оздоровительных программ потребителям разного возраста</p> <p><i>Владеть:</i> навыками применения методик сбора и анализа данных о технологических процессах средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы с учетом оказания услуг и реализации оздоровительных программ потребителям разного возраста</p>
	ПК-5.2 Обеспечивает разработку и реализацию технологических процессов средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы	<p><i>Знать:</i> основы разработки и реализации технологических процессов средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы с учетом оказания услуг и реализации оздоровительных программ потребителям разного возраста;</p>

Компетенции и индикаторы их достижения		В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
		<p><i>Уметь:</i> применять на практике технологические процессы средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы с учетом оказания услуг и реализации оздоровительных программ потребителям разного возраста</p> <p><i>Владеть:</i> навыками применения технологических процессов средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы с учетом оказания услуг и реализации оздоровительных программ потребителям разного возраста</p>
	ПК-5.3 Применяет специализированные методы и программные продукты для оценки технологических процессов средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы	<p><i>Знать:</i> специализированные методы и программные продукты при реализации оздоровительных программ лицам разного возраста для оценки технологических процессов средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы для этого сегмента потребителей;</p> <p><i>Уметь:</i> применять на практике специализированные методы и программные продукты при реализации оздоровительных программ лицам разного возраста для оценки технологических процессов средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы для этого сегмента потребителей</p> <p><i>Владеть:</i> навыками применения специализированных методов и программных продуктов при реализации оздоровительных программ лицам разного возраста для оценки технологических процессов средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы для этого сегмента потребителей</p>

4 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Тематический план дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единицы, 144 часа (очная форма обучения)

№ темы	Наименование темы дисциплины	ОФО				
		Всего часов	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы			
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС
1	Вводная лекция. Экология человека от рождения и до старости, особенности разных возрастных периодов.	10	2	2	-	12
2	Периодизация детского возраста. Основные болезни. Профилактика всех уровней в санаторно-курортных условиях.	12	2	2	-	14
3	Инновационные технологии и программы оздоровления детского возраста	10	2	2	-	12
4	Болезни периода трудоспособного возраста. Профилактика всех уровней в санаторно-курортных условиях.	10	2	2	-	12
5	Инновационные технологии и программы оздоровления взрослых в разные периоды жизни.	10	2	2	-	12
6	Гериатрия. Геронтология. Теории старения и современные научные основы долголетия.	10	2	2	-	12
7	Хронобиология человека. Профилактика десинхронозов.	10	2	2	-	6
	Экзамен	36				-
ИТОГО:		144	14	14	-	80

4.1.1 Лекционные занятия

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание занятия
1	Тема 1. Вводная лекция. Экология человека от рождения и до старости, особенности разных возрастных периодов.	1.1 Генотип, фенотип; виды врожденной патологии, причины. 1.2 Периоды жизни, основные причины развития патологических процессов в организме человека в XXI веке.

2	Тема 2. Периодизация детского возраста. Основные болезни. Профилактика всех уровней в санаторно-курортных условиях.	2.1 Болезни раннего детского возраста, причины, возможности и методы коррекции. 2.2 Болезни сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, нервной системы, обмена веществ. Профилактика первого, второго, третьего уровней.
3	Тема 3. Инновационные технологии и программы оздоровления детского возраста.	3.1 Инновационные программы при коррекции патологии опорно-двигательного аппарата и периферической нервной системы 3.2 Инновационные программы при коррекции патологии сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, нервной системы, обмена веществ.
4	Тема 4. Болезни периода трудоспособного возраста. Профилактика всех уровней в санаторно-курортных условиях.	4.1 Профессиональная патология у лиц, занятых на производствах с вредными условиями труда (на транспорте, в нефтегазохимическом производстве, в атомной промышленности); профилактика в санаторно-курортных условиях. 4.2 Болезни сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, нервной системы, обмена веществ. Профилактика в санаторно-курортных условиях.
5	Тема 5. Инновационные технологии и программы оздоровления взрослых в разные периоды жизни	5.1. Программы оздоровления для лиц, осуществляющих деятельность на транспорте, в нефтегазохимическом производстве, в атомной промышленности 5.2. Программы оздоровления для лиц, страдающих болезнями сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, нервной системы, обмена веществ.
6	Тема 6. Гериатрия. Геронтология. Теории старения и современные научные основы долголетия.	6.1. Возрастные физиологические и патологические изменения, происходящие в организме человека. 6.2. Современные теории старения, научные основы и практики продления качественной жизни человека.
7	Тема 7. Хронобиология человека. Профилактика десинхронозов.	7.1. Современные научные взгляды на физиологические хронобиологические процессы, происходящие в организме человека. 7.2 Понятие десинхронозов (причина, механизмы, метод коррекции).

4.1.2 Практические занятия

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание занятия
1	Тема 1. Вводная лекция. Экология человека от рождения и до старости, особенности разных возрастных периодов.	<u>Вопросы самоконтроля</u> 1.1 Генотип, фенотип; виды врождённой патологии, причины. 1.2 Периоды жизни, основные причины развития патологических процессов в организме человека в XXI веке.
2	Тема 2. Периодизация детского возраста. Основные болезни. Профилактика всех уровней в санаторно-курортных условиях.	<u>Вопросы самоконтроля</u> 2.1 Болезни раннего детского возраста, причины, возможности и методы коррекции.

		2.2 Болезни сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, нервной системы, обмена веществ. Профилактика первого, второго, третьего уровней.
3	Тема 3. Инновационные технологии и программы оздоровления детского возраста.	<u>Вопросы самоконтроля</u> 3.1 Инновационные программы при коррекции патологии опорно-двигательного аппарата и периферической нервной системы 3.2 Инновационные программы при коррекции патологии сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, нервной системы, обмена веществ.
4	Тема 4. Болезни периода трудоспособного возраста. Профилактика всех уровней в санаторно-курортных условиях.	<u>Вопросы самоконтроля</u> 4.1 Профессиональная патология у лиц, занятых на производствах с вредными условиями труда (на транспорте, в нефтегазохимическом производстве, в атомной промышленности); профилактика в санаторно-курортных условиях. 4.2 Болезни сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, нервной системы, обмена веществ. Профилактика в санаторно-курортных условиях.
5	Тема 5. Инновационные технологии и программы оздоровления взрослых в разные периоды жизни	<u>Вопросы самоконтроля</u> 5.1. Программы оздоровления для лиц, осуществляющих деятельность на транспорте, в нефтегазохимическом производстве, в атомной промышленности 5.2. Программы оздоровления для лиц, страдающих болезнями сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, нервной системы, обмена веществ.
6	Тема 6. Гериатрия. Геронтология. Теории старения и современные научные основы долголетия	<u>Вопросы самоконтроля</u> 6.1. Возрастные физиологические и патологические изменения, происходящие в организме человека. 6.2. Современные теории старения, научные основы и практики продления качественной жизни человека.
7	Тема 7. Хронобиология человека. Профилактика десинхронозов.	<u>Вопросы самоконтроля</u> 7.1. Современные научные взгляды на физиологические хронобиологические процессы, происходящие в организме человека. 7.2 Понятие десинхронозов (причина, механизмы, методы коррекции).

4.1.3 Лабораторные занятия. *Не предусмотрены*

4.1.4 Самостоятельная работа студента.

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание занятия
1	Тема 1. Вводная лекция. Экология человека от рождения и до старости, особенности разных возрастных периодов.	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка сообщений по темам с презентацией, тестирование.

2	Тема 2. Периодизация детского возраста. Основные болезни. Профилактика всех уровней в санаторно-курортных условиях.	Изучение теоретического материала по теме; подготовка сообщений по темам.
3	Тема 3. Инновационные технологии и программы оздоровления детского возраста	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка сообщений по темам с презентацией; тестирование.
4	Тема 4. Болезни периода трудоспособного возраста. Профилактика всех уровней в санаторно-курортных условиях.	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка сообщений по темам с презентацией.
5	Тема 5. Инновационные технологии и программы оздоровления взрослых в разные периоды жизни	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка сообщений по темам с презентацией.
6	Тема 6. Гериатрия. Геронтология. Теории старения и современные научные основы долголетия.	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка сообщений по темам с презентацией, тестирование
7	Тема 7. Хронобиология человека. Профилактика десинхронозов.	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка сообщений по темам с презентацией.

4.1.5 Интерактивные формы занятий в соответствии с учебным планом

Не предусмотрены

4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.

4.2.1. Литература

1. Барчуков, И. С. Санаторно-курортное дело : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 080500 «Менеджмент организации» и направлениям сервиса и туризма / И. С. Барчуков. — Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 303 с. — ISBN 5-238-01100-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/71055.html> (дата обращения: 24.01.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
2. Лиханова, В. В. Лечебно-оздоровительный туризм : учебное пособие / В. В. Лиханова, С. А. Батоева. — Чита : ЗабГУ, 2022. — 151 с. — ISBN 978-5-9293-3023-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/363401> (дата обращения: 24.01.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Губа, Д. В. Лечебно-оздоровительный туризм: курорты и сервис : учебник / Д. В. Губа, Ю. С. Воронов. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. — 240 с. — ISBN 978-5-907225-06-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88517.html> (дата обращения: 24.01.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
4. Медицинский туризм в России: проблемы и возможности трансформации в постпандемический период : монография / Г. Д. Брюханова, С. М. Романов, С. В. Гриненко, Е. В. Даугова ; под общей редакцией Г. Д. Брюхановой. - Сочи : РИЦ ФГБОУ ВО "СГУ", 2022. - 96 с. : ил. - Электронная программа (визуальная). Электронные данные : электронные.
5. Организация медицинского, лечебного и спа-туризма : учебное пособие : [16+] / А. С. Соколов, Н. П. Манько, Т. В. Рассохина, В. Г. Гуляев ; под ред. А. С. Соколова ; Российская международная академия туризма. — Москва : Университетская книга, 2019. — 288 с. : ил. — Режим доступа: по

подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575013> (дата обращения: 24.01.2024). – Библиогр.: с. 262 - 265. – ISBN 978-5-98699-299-0. – Текст : электронный.

6. Томилин, К. Г. Управление рекреационной деятельностью на СПА-курортах : монография / К. Г. Томилин. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 249 с. — ISBN 978-5-4497-0051-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/83825.html> (дата обращения: 24.01.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/83825>.

4.2.2 Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники

Студентам обеспечивается доступ к базам данных и библиотечным фондам университета. СГУ обеспечивает оперативный обмен информацией с отечественными и зарубежными вузами и организациями с соблюдением требований законодательства Российской Федерации об интеллектуальной собственности и международных договоров Российской Федерации в области интеллектуальной собственности, а также доступ обучающихся к информационным справочным и поисковым системам.

1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Эр Медиа». – Саратов, 2010 – . – URL: <http://www.iprbookshop.ru/> (дата обращения: 24.01.2024). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
2. Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Нексмедиа». – Москва : Директ-Медиа, 2001 – . – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub (дата обращения: 24.01.2024). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
3. Образовательная платформа Юрайт : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство Юрайт». – Москва, 2020 – . – URL: <https://urait.ru/catalog/organization/DE41FE6D-0B08-4394-B225-3DD636CCCE1F> (дата обращения: 24.01.2024). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
4. Сервис и туризм : тематическая коллекция / ЭБС Book.ru. – Москва, 2010 – . – URL: <https://www.book.ru/cat/578/1> (дата обращения: 24.01.2024). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
5. Сетевая электронная библиотека классических университетов «Лань» : сайт / ООО ЭБС «Лань». – Санкт-Петербург, 2009 – . – URL: <https://e.lanbook.com/> (дата обращения: 24.01.2024). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) : Федеральная государственная информационная система : сайт / Министерство культуры РФ. – Москва, 2004 – . – Режим доступа: <https://rusneb.ru> (дата обращения: 24.01.2024). – Режим доступа: локальная сеть СГУ. – Текст : электронный.
7. Polpred.com Обзор СМИ : электронно-библиотечная система : сайт / Г. Вачнадзе, ООО «ПОЛПРЕД Справочники». – Москва, 1997 – . – URL <https://polpred.com/> (дата обращения: 24.01.2024). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
8. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 – . – URL: <https://elibrary.ru/> (дата обращения: 24.01.2024). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
9. КиберЛенинка : научная электронная библиотека открытого доступа : сайт. – Москва, 2014 – . – URL: <https://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 24.01.2024). – Текст : электронный.

10. Сайт Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека. – URL: [https:// www.rpn.ru](https://www.rpn.ru)

4.2.3 Нормативные документы

1. Федеральный закон от 24 ноября 1996 г. № 132-ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации»

4.2.4 Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники

1. Министерство экономического развития РФ - www.economy.gov.ru
2. Официальный сайт Всемирной туристской организации (ЮНВТО) - <http://www2.unwto.org/ru>
3. Официальный сайт Всемирного совета по путешествиям и туризму - (WTTC) <https://www.wttc.org/>
4. Официальный сайт Европейской комиссии по туризму (ETC) - <http://www.etc-corporate.org/>
5. Официальный сайт Организации объединенных наций - <http://www.un.org/ru/index.html>
6. Официальный сайт Всемирной торговой организации - <http://www.wto.ru/>
7. Федеральная служба государственной статистики <http://www.gks.ru/>.
8. Веб-сайты электронных библиотек <http://elibrary.ru>, <http://scholar.ru>, <http://biblioclub.ru>
9. Профессиональный туристический портал <http://www.tourprom.ru/>
10. Туристический портал <http://www.impression.ru/>
11. Сервер о туризме и путешествиях <http://www.travel.ru/>
12. Путеводитель по туристическим русскоязычным ресурсам Интернета <http://www.tarantas.ru/>
13. Энциклопедия путешествий и туризма <http://www.travel.ru/>
14. «Все о туризме. Туристическая библиотека» <http://www.tourlib.net/>
15. журнал «Туризм» <http://www.tourdom.ru/>
16. журнал «Туристический бизнес» <http://www.tourbus.ru/>
17. журнал «Туризм: практика, проблемы, перспективы»: <http://www.tpnews.ru/>
18. журнал «Турифо» <http://www.tourinfo.ru/>
19. «Российская Туристская Газета» <http://www.rtg.ru/>
20. журнал «Туризм и Отдых» <http://www.d-mir.ru/>
21. журнал «Отдых и Путешествия» <http://www.oip.ru/>
22. журнал «Отдых в России» <http://www.rustur.ru/>
23. журнал «Современные проблемы сервиса и туризма» http://www.mgus.ru/sciencejournal/present_problem_of_service_and_tourism/
24. Туристская деловая газета <http://www.ttg-russia.ru/>

4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

Для оценки сформированности компетенций разрабатываются оценочные средства по дисциплине.

Форма и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине раскрывается в фонде оценочных средств, который является отдельным документом.

Оценочные средства по дисциплине содержат:

- материалы для текущего контроля оценки знаний по дисциплине;
- материалы для промежуточного контроля оценки знаний по дисциплине;
- материалы для курсовой работы
- критерии оценивания;
- шкалы оценивания.

Вопросы к экзамену по дисциплине

«Оздоровительные программы для лиц разного возраста»

1. Демографическая ситуация в Российской Федерации, в регионе.
2. Демографические показатели. Содержание понятий: "здоровье", "качество жизни", "факторы риска болезни", "смертность", "естественный прирост" и т.д.
3. Показатели динамики рождаемости.
4. Периоды жизнедеятельности человека.
5. Основные факторы риска развития болезней в разные возрастные периоды.
6. Физическое и социально-психологическое состояние человека в разные возрастные периоды.
7. Консультирование пациента и его семьи по вопросам сохранения и укрепления здоровья в разные периоды жизни.
8. Периоды детского возраста. Понятие о группах здоровья.
9. Антенатальный период. Факторы, влияющие на развитие плода. Дородовые патронажи.
10. Неонатальный период. Характеристика. Патронажи к новорожденному ребенку.
11. Профилактика – основополагающий принцип охраны здоровья населения. Единство организма человека с окружающей средой.
12. Понятие о первичной и вторичной профилактике заболеваний. Связь и взаимодействие профилактической и лечебной медицины.
13. Окружающая среда как сочетание природных, антропогенных и социальных факторов. Материальные и психогенные (информативные) факторы среды.
14. Подходы к оценке влияния окружающей среды на здоровье населения. Использование достижений научно-технического прогресса с целью охраны и оздоровления окружающей среды и здоровья населения.
15. Системный и факторный анализ влияния окружающей среды на состояние здоровья населения и демографические показатели. Социально-гигиенический мониторинг.
16. Критерии оценки здоровья.
17. Особенности проведения профилактических мероприятий в условиях рыночных отношений, при страховой и платной медицине.
18. Общие основы ЛФК. Лечебная физическая культура в системе медицинской реабилитации
19. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
20. Средства, формы и методы ЛФК.
21. Двигательные режимы на этапах реабилитации
22. Виды массажа. Физиологическое влияние массажа на организм.
23. Закаливание организма. Особенности закаливания в зависимости от нозологических форм.
24. Оздоровительные программы при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Программы реабилитации больных с инфарктом миокарда.
25. Этапы реабилитации и оздоровительные программы больных с гипертонической болезнью. Методика физических тренировок при гипертонической болезни.
26. Оздоровительные программы при артериальной гипотензии.
27. Оздоровительные программы при заболеваниях органов дыхания.
28. Оздоровительные программы при хронических неспецифических заболеваниях лёгких.
29. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК при бронхиальной астме. Принципы составления программ коррекции дыхательной недостаточности.

30. Оздоровительные программы при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
31. Оздоровительные программы при болезнях печени и желчных путей.
32. Оздоровительные программы при нарушениях обмена веществ.
33. Период грудного возраста. Анатомо-физиологические и психологические особенности. Универсальные потребности, способы их удовлетворения.
34. Период молочных зубов. Характеристика. Закономерности нарастания антропометрических показателей.
35. Болезни периода молочных зубов. Оздоровительные программы
36. Дошкольный возраст. Анатомо-физиологические и психологические особенности. Универсальные потребности и способы их удовлетворения.
37. Болезни дошкольного возраста. Оздоровительные программы
38. Период младшего школьного возраста (препубертатный период). Анатомо-Физиологические и психологические особенности. Универсальные потребности и способы их удовлетворения.
39. Болезни младшего школьного возраста. Оздоровительные программы
40. Период старшего школьного возраста (пубертатный период). Анатомо-Физиологические и психологические особенности. Универсальные потребности и способы их удовлетворения.
41. Болезни старшего школьного возраста. Оздоровительные программы
42. Болезни лиц работоспособного возраста. Оздоровительные программы
43. Виды профессиональных вредностей и болезней. Оздоровительные программы
44. Понятия "Герiatrics", "Геронтология", "Старение", "Старость".
45. Стадии и признаки естественного старения. Значение здорового образа жизни для замедления темпов старения.
46. Периоды пожилого и старческого возраста. Анатомо-физиологические и психологические особенности. Универсальные потребности и способы их удовлетворения.
47. Образ жизни пожилого человека. Питание пожилых людей. Болезни. Оздоровительные программы
48. Оздоровительные программы для мужчин и женщин при нарушении гормональной системы.
49. Болезни старческого возраста. Оздоровительные программы
50. Медицинская и социальная защита лиц пожилого и старческого возраста.

Примерные критерии оценивания результатов освоения дисциплины при проведении промежуточной аттестации:

Нормы оценки знаний предполагают учёт индивидуальных особенностей обучающихся, дифференцированный подход к обучению, проверке знаний, умений, уровня формирования компетенций.

В устных и письменных ответах обучающихся при выполнении практических заданий и расчетов учитываются: глубина знаний, владение необходимыми умениями (в объеме программы), логичность изложения материала, включая обобщения, выводы, соблюдение норм литературной речи, владение навыками и приемами выполнения практических заданий, подтверждение сделанных при решении практических заданий выводов соответствующими нормативными документами, правильность расчета показателей, полнота и правильность раскрытых процедур и действий в предложенном практическом задании.

Примерная шкала оценивания ответов обучающегося при проведении промежуточной аттестации по дисциплине (экзамен):

Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач, правильно и точно подтверждает сделанные при

решении практических заданий выводы соответствующими нормативными документами, точно и правильно производит расчет показателей, демонстрирует полноту и правильность раскрытых процедур и действий в предложенном практическом задании.

Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если он твёрдо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приёмами их выполнения.

Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ, затрудняется подтвердить сделанные при решении практических заданий выводы хотя бы одним нормативным документом, допускает ошибки при проведении расчетов показателей, неточно использует основные процедуры и действия в предложенном практическом задании.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится обучающимся, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

5 УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Методические рекомендации студентам по изучению дисциплины

Дисциплина «**Оздоровительные программы для лиц разного возраста**» изучается на протяжении 5 семестра по очной форме обучения и завершается экзаменом. В ходе обучения основными видами учебных занятий являются лекции и практические занятия. В ходе лекций рассматриваются основные понятия тем, связанные с ними теоретические и практические проблемы, даются рекомендации для самостоятельной работы и подготовки к практическим занятиям. В ходе практических занятий углубляются и закрепляются знания по ряду рассмотренных на лекциях вопросов, развиваются навыки ведения публичной дискуссии, умения аргументировать и защищать выдвигаемые в них положения.

В настоящее время сфера сбережения здоровья и долголетия является одним из приоритетных направлений человеческого знания. Наиболее важны при изучении курса «**Оздоровительные программы для лиц разного возраста**» аспекты современных проблем здоровья человека и методы их коррекции, понимание основ здоровья в разные возрастные периоды жизни; знание технологий по профилактике и составлению оздоровительных программ при неинфекционных болезнях. Без подобных знаний невозможно организовать деятельность в санаторно-курортной сфере.

При подготовке к практическому занятию студент должен уяснить цели и задачи самостоятельной работы с предлагаемыми источниками литературы в пределах исследуемой проблематики. Необходимо сопоставить позиции отдельных авторов, провести критический анализ их экспертных мнений, сформулировать аргументы для обоснования собственной точки зрения. Готовность студента к семинарскому занятию определяется исходя из информационной наполненности ответа, степени включенности в процесс обсуждения, готовности и способности выйти за пределы общепризнанной парадигмы.

Методические рекомендации по подготовке студентов к практическим занятиям. Для лучшего усвоения и закрепления материала по данной дисциплине

студентам необходимо научиться работать с литературой. Изучение дисциплины предполагает отслеживание публикаций в периодических изданиях и работу с Internet.

При подготовке к практическим занятиям студенты должны изучить рекомендованную литературу, ответить на вопросы и выполнить все задания для самостоятельной работы. При подготовке целесообразно на основе изучения рекомендованной литературы выписать в контекст основные категории и понятия по учебной дисциплине, подготовить развернутые планы ответов и краткое содержание выполненных заданий.

Методические рекомендации студентам по организации самостоятельной работы по изучению литературных источников.

При организации самостоятельной работы, следует обратить особое внимание на регулярность изучения литературы. В период изучения литературных источников необходимо так же вести конспект. В случае затруднений необходимо обратиться к преподавателю за разъяснениями.

Методические рекомендации студентам по подготовке докладов, рефератов, презентаций.

При подготовке к докладу по теме, указанной преподавателем, студент должен ознакомиться не только с основной, но и дополнительной литературой, а также с последними публикациями по этой тематике в сети Интернет. Необходимо подготовить текст доклада и иллюстративный материал в виде презентации. Доклад должен включать введение, основную часть и заключение. На доклад отводится 7-10 минут учебного времени. Он должен быть научным, конкретным, определенным, глубоко раскрывать проблему и пути ее решения.

Методические рекомендации студентам по подготовке к экзамену. При подготовке к экзамену необходимо руководствоваться рабочей программой по дисциплине «Оздоровительные программы для лиц разного возраста». Студент должен иметь в виду, что некоторые вопросы, имеющиеся в программе, выносятся на самостоятельное изучение.

На экзамене студент должен показать знание содержания предмета, терминологии, умение свободно оперировать ею. При подготовке к ответу студенту разрешено пользоваться программой по курсу. Если студент при ответе на вопросы затрудняется с самостоятельным изложением материала, педагог имеет право задать ему ряд вопросов, стимулирующих студента к полному высказыванию по данной теме, в случае, если ответы на эти вопросы исчерпывают тему, оценка за ответ не снижается.

5.2. Организация самостоятельной работы студента по дисциплине

Самостоятельная внеаудиторная работа по курсу включает изучение учебной и научной литературы, повторение лекционного материала, подготовку к практическим занятиям, а также к текущему и итоговому контролю. Практические занятия предусматривают совершенствование навыков работы с первоисточниками, изучения предметной специфики курса. Вопросы, не рассмотренные на лекциях и семинарских

занятиях, должны быть изучены бакалаврами в ходе самостоятельной работы. Контроль самостоятельной работы бакалавров над учебной программой курса осуществляется в ходе практических занятий методом устного опроса или ответов на вопросы тем. В ходе самостоятельной работы каждый бакалавр обязан прочитать основную и по возможности дополнительную литературу по изучаемой теме. Обучающийся должен готовиться к предстоящему практическому занятию по всем, обозначенным в программе вопросам. Не проясненные (дискуссионные) в ходе самостоятельной работы вопросы следует выписать в конспект лекций и впоследствии прояснить их на семинарских занятиях.

Самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы студента выступают:
для овладения знаниями:

- чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы);
- составление плана текста;
- конспектирование текста;
- выписки из текста;
- работа со словарями и справочниками;
- учебно-исследовательская работа;
- использование компьютерной техники и Интернета и др. при выполнении творческих домашних заданий.

для закрепления и систематизации знаний:

- работа с конспектом лекций (обработка текста);
- повторная работа над учебным материалом (электронного учебника, первоисточника, дополнительной литературы);
- составление плана и тезисов ответа на вопросы промежуточного контроля;
- составление таблиц для систематизации учебного материала;
- аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, конспект-анализ и др.);
- подготовка сообщений на практическом занятии и др.

для формирования умений и навыков:

- подготовка сообщений по заданным темам;
- решение ситуационных (профессиональных) заданий-кейсов.

Проработка вопросов, выносимых на самостоятельное изучение состоит в изучении, конспектировании и анализе литературных источников.

Методические рекомендации по самостоятельному изучению вопросов тем дисциплины:

1. Необходимо прочитать литературные источники, проанализировать качество и полноту изложения материала по изучаемым вопросам в литературных источниках.
4. Рекомендуется письменно составить свои вопросы к тексту (не менее трех).
5. Рекомендуется дать собственные комментарии позиции автора(ов) литературного источника, согласие или несогласие с автором(ами), аргументацию своей интерпретации.
6. Контроль за внеаудиторной самостоятельной работой осуществляется на практических занятиях, зачёте с оценкой.

Управление самостоятельной работой студентов.

5.3 Особенности преподавания дисциплины

Особенностей преподавания дисциплины нет.

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

1. Информационные технологии: использование электронных образовательных ресурсов (электронный конспект) при подготовке к лекциям и практикам, аудиовизуальная технология;
2. Привлечение нормативных правовых источников, материалов исследований, статистики и периодической научной печати;
3. Интерактивные технологии: актуальный анализ проблем, разбор конкретных ситуаций;
4. Работа в команде: совместная работа студентов в малых группах при выполнении практических заданий по темам.

Поскольку объектом изучения данной дисциплины являются оздоровительные программы при неинфекционной патологии в различные возрастные периоды жизни человека, необходимо широко использовать возможности обучения: работу с информационными источниками по экологии и хронобиологии человека и болезням с особенностями проявления в зависимости от возраста в аспекте инновационных технологий при составлении оздоровительных программ в условиях санаторно-курортного обслуживания. Методами изучения дисциплины являются: чтение лекций с разбором проблемных ситуаций, организация дискуссий при разборе конкретных ситуаций на практических занятиях, самостоятельное изучение вопросов по темам дисциплины. Способами изучения дисциплины являются: участие студентов в решении проблем при прослушивании лекций, подготовка по вопросам при подготовке к лекциям и практическим работам, участие в дискуссии при обсуждении ситуаций.

Проведение всех видов занятий (лекционные, практические, лабораторные и т.д.) при преподавании дисциплины, проведение консультаций, промежуточная и текущая аттестация возможна с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

5.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Аудитория для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Лекционные занятия:

Специализированная мебель, наглядные пособия.

Переносной проектор. Ноутбук. Переносные экраны на треноге.

Аудитория для самостоятельной работы.

Аудитория укомплектована специализированной мебелью, компьютерной техникой с подключением к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации, электронно-библиотечные системы, 3 Автоматизированных рабочих места; стенды с периодической литературой.

комплект электронных презентаций/слайдов, сопровождающих лекцию; аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук, звукоусиливающая аппаратура и т.д.); таблицы, графическая информация и т.д.

Прочее: рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет.

При реализации дисциплины использовано следующее лицензионное программное обеспечение:

- Microsoft Windows.
- Kaspersky Endpoint Security.
- LibreOffice.
- Yandex Browser.
- VLC (видеопроигрыватель).
- Microsoft Power point Viewer.

При организации занятий, текущей и промежуточной аттестации с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные электронные образовательные ресурсы и онлайн сервисы

5.5 Методическое обеспечение лиц с ОВЗ

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ по дисциплине **«Оздоровительные программы для лиц разного возраста»** определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением дистанционных технологий.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а так же с другими обучаемыми посредством вебинаров, что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В учебном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы студенты с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении аттестации.

«Оздоровительные программы для лиц разного возраста»

43.03.03 Гостиничное дело

Бакалавриат

профиль «Деятельность санаторно-курортных и СПА комплексов»

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

Оздоровительные программы для лиц разного возраста

Дисциплина, относящаяся к части образовательного процесса, формируемой участниками образовательных отношений

Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)	4/144
Цель изучения дисциплины	Приобретение студентами знаний по актуальным проблемам рационального питания, по качеству и безопасности пищевых продуктов, формирование готовности организовать питание клиентов и гостей отелей (питание вне дома), включая лучшие отечественные и зарубежные практики.
Содержание дисциплины	Периодизация детского возраста. Основные болезни. Профилактика всех уровней в санаторно-курортных условиях. Инновационные технологии и программы оздоровления детского возраста. Болезни периода трудоспособного возраста. Профилактика всех уровней в санаторно-курортных условиях. Инновационные технологии и программы оздоровления взрослых в разные периоды жизни. Гериатрия. Геронтология. Теории старения и современные научные основы долголетия. Хронобиология человека. Профилактика десинхронозов.
Формируемые компетенции	ПК-2; ПК-5
Коды и наименование индикатора достижения компетенции	ПК-2.1. Организует обслуживание на основе нормативно-правовых актов и соответствия системе классификации гостиниц и других средств размещения на уровне подразделений. ПК-2.2. Разрабатывает внутренние регламенты и стандарты обслуживания на уровне подразделений гостиничного комплекса. ПК-2.3. Обеспечивает контроль за выполнением сотрудниками подразделений средств размещения требований нормативно-правовых актов в процессе обслуживания потребителей. ПК-5.1 Организует сбор и анализ данных о технологических процессах средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы. ПК-5.2 Обеспечивает разработку и реализацию технологических процессов средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы. ПК-5.3 Применяет специализированные методы и программные продукты для оценки технологических процессов средств размещения и предприятий общественного питания санаторно-курортной сферы.

Дисциплины участвующие в реализации компетенции	<p>Основы делового этикета в индустрии гостеприимства. Культура обслуживания в санаторно-курортной деятельности Организация гостиничного дела. Основы делового этикета в индустрии гостеприимства. Реклама и PR в индустрии гостеприимства. Имиджелогия. Технологии и организация экскурсионной деятельности. Маркетинг санаторно-курортных услуг. Организация предпринимательства в индустрии гостеприимства</p>
Образовательные технологии	<p>По видам учебной работы:- лекция; практическое занятие (разбор конкретных ситуаций; взаимообучение во время докладов и презентаций); самостоятельная работа студентов.</p>
Форма промежуточной аттестации	<p>Экзамен</p>