

ЛЕКЦИЯ 16

Валеология туризма,
гостиничного сервиса,
курортов. Валеология и
рекреация. Перспективы
развития.

Быть здоровым — это естественное стремление человека.

Здоровый и духовно развитый человек счастлив: он отлично себя чувствует, получает удовлетворение от своей работы, стремится к самосовершенствованию, достигая неувядающей молодости и красоты.

Целостность, гармония человеческой личности проявляются, прежде всего, во взаимосвязи и взаимодействии психических и физических сил организма, гармонии самовыражения в различных областях нашей жизни. Активный и здоровый человек надолго сохраняет молодость, продолжая сознательную деятельность, не позволяя «душе» лениться. Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Если раньше говорили: «В здоровом теле — здоровый дух», то не ошибется тот, кто скажет, что без духовного не может быть здорового.

Оздоровительный отдых - это индивидуальный вид туризма, который в зависимости от средств воздействия подразделяется на климато-, бальнео-, море-, грязелечение и т.д. В эту категорию входит также и пляжный отдых. Обычная продолжительность лечебного или оздоровительного тура -21-24 дня. В зависимости от состояния здоровья и профиля лечебно-оздоровительного учреждения можно выбрать поездку на юг, на Азово-Черноморское побережье Краснодарского края, на Кавказ - к источникам Кавказских Минеральных Вод, в березовые или сосновые леса Подмосковья, на Балтийское побережье - в Калининградскую область, а также на минеральные реки Бурятии. Потенциал природных ресурсов России для лечения и оздоровительного отдыха неограничен. Всемирное значение имеют уникальные курортные зоны Кавказских Минеральных Вод, Черноморского побережья Кавказа, озера Байкал. Первый в стране курорт "Марциальные воды" в Карелии был создан Петром Великим в 1719 году. Санаторно-курортный комплекс создавался в стране в советские годы, однако сейчас он полностью обновляется. Курортная отрасль в России умело сочетает уникальные знания предков и старинные методики нетрадиционного лечения с новейшими достижениями медицины. Одна из последних тенденций - сочетание лечения с активным оздоровительным отдыхом и спортом.

География лечебно-оздоровительных поездок по России охватывает такие известные курортные центры, как Сочи, Геленджик, Анапа, Туапсе, Кавказские Минеральные Воды. Наиболее популярное направление, по свидетельству экспертов, Сочи - крупнейший бальнеогрязевой и климатический курорт нашей страны. Здесь работают несколько десятков санаториев, около сотни домов отдыха и пансионатов. Для бальнеолечения используются сульфидные, гидросульфидно-сероводородные, йодобромные воды, выведенные скважинами в курортных посёлках Мацеста, Хоста, Кудепста, Мамайка и др. Воду минеральных источников применяют для ванн, ингаляций, орошений и др.

Рекреационный туризм - это передвижение людей в свободное время в целях отдыха, необходимого для восстановления физических и душевных сил человека. Для многих стран мира этот вид туризма является наиболее распространенным и массовым. Для развития этого вида туризма необходимы рекреационные ресурсы.

Рекреационные ресурсы составляют важнейшую часть природного потенциала региона. Кроме этого, их роль в формировании и развитии современного туризма в регионе постоянно повышается, особенно с эколого-географической точки зрения.

Оценка рекреационных ресурсов производится на основе пофакторной оценки каждой из составляющих: рельефа, водных объектов и почвенно-растительного покрова, биоклимат, гидроминеральных и уникальных природных лечебных ресурсов, историко-культурного потенциала и др.), рассматриваемой с точки зрения использования её конкретным видом туризма.

Рекреационный туризм можно
условно разделить на
несколько типов:

1) Туристско-оздоровительный
тип

2) Познавательный-туристский
тип