

ZAGADNIENIA Z ZAKRESU TURYSTYKI

1. Zdefiniuj pojęcie turystyki i turysty wg UNWTO oraz zgodnie z poglądami różnych autorów.
2. Miejsce turystyki w systemie nauk.
3. Omów główne motywy i bariery wyjazdów turystycznych w odniesieniu do wybranej grupy społecznej.
4. Omów podstawowe funkcje turystyki (na konkretnych przykładach).
5. Scharakteryzuj podstawowe rodzaje ruchu turystycznego przyjmując za kryterium podziału motywowy podróży.
6. Wymień i scharakteryzuj czynniki rozwoju turystyki
7. Pojęcie walorów turystycznych. Przedstaw podziały, podaj konkretne przykłady.
8. Scharakteryzuj najważniejsze obszary świata dla turystyki wypoczynkowej (lub dla turystyki poznawczej).
9. Omów najważniejsze walory turystyczne oraz formy turystyki wybranego makroregionu Polski.
10. Formy ochrony przyrody w Polsce i ich rola w turystyce.
11. Omów model ewolucji obszarów turystycznych (tzw. model Butlera).
12. Omów model turystyki jako spotkania kultur.
13. Omów (różnorodny) wpływ turystyki na środowisko.
14. Scharakteryzuj obowiązki organizatora turystyki w związku z podpisaną umową o imprezę turystyczną. Wskaż jaka jest odpowiedzialność za niewykonanie lub nienależyte wykonanie warunków umowy.
15. Omów pojęcie imprezy turystycznej jako produktu i przedstaw zasady jej przygotowania na wybranym przykładzie.
16. Wymień i omów podstawowe rodzaje dokumentów niezbędnych w obsłudze ruchu turystycznego.
17. Omów cele i zasady działania Centralnej Ewidencji Organizatorów Turystyki i Przedsiębiorców Ułatwiających Nabywanie Powiązanych Usług Turystycznych.
18. Omów specyfikę polskich obiektów znajdujących się na Liście Światowego Dziedzictwa UNESCO.
19. Podaj przykład interpretacji dziedzictwa i opisz jego cele.
20. Przedstaw i omów główne cele krajoznawstwa w Polsce.
21. Scharakteryzuj istotę turystyki zdrowotnej oraz wymień i opisz poszczególne formy turystyki zdrowotnej podając przykłady.
22. Jakie warunki muszą spełnić gminy, aby uzyskać status uzdrowiska w myśl Ustawy z dnia 28 lipca 2005 r. o Lecznictwie Uzdrowiskowym, Uzdrowiskach i Obszarach Ochrony Uzdrowiskowej oraz o Gminach Uzdrowiskowych?
23. Zdefiniuj pojęcie turystyki aktywnej i wymień jej podstawowe formy i rodzaje.
24. Podziel i scharakteryzuj elementy bazy materialnej turystyki.
25. Scharakteryzuj obszary w Polsce umożliwiające uprawianie turystyki aktywnej.
26. Scharakteryzuj specyfikę wybranej formy turystyki aktywnej (cechy szczególne, wiedza i umiejętności, sprzęt i wyposażenie, zagospodarowanie, najpopularniejsze regiony uprawiania).

27. Omów zasady bezpieczeństwa związane z organizacją imprez turystyki aktywnej.
28. Zdefiniuj pojęcie hotelu według Ustawy o usługach hotelarskich oraz usługach pilotów wycieczek i przewodników turystycznych z dnia 29 sierpnia 1997 roku oraz opisz cele i zasady zaszeregowania obiektów hotelarskich w Polsce.
29. Wyjaśnij istotę umowy franczyzy na przykładzie branży hotelarskiej. Scharakteryzuj szanse i zagrożenia dla poszczególnych stron tej umowy (osobno dla franczyzodawcy i dla franczyzobiorcy).
30. PTSM – historia rozwoju i działalność obecna.
31. PTTK – historia rozwoju i działalność obecna.
32. Wymień minimalne wymagania w zakresie dostosowania obiektów hotelarskich do potrzeb osób niepełnosprawnych (zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Gospodarki i Pracy z dnia 19 sierpnia 2004 r. w sprawie obiektów hotelarskich i innych obiektów, w których są świadczone usługi hotelarskie).
33. Omów najważniejsze elementy zagospodarowania turystycznego istotne dla turystyki kwalifikowanej.
34. Wymień podmioty wchodzące w skład struktury podmiotowej rynku usług turystycznych.
35. Wyjaśnij na czym polega substytucyjność i komplementarność popytu turystycznego.

ZAGADNIENIA Z ZAKRESU REKREACJI

1. Wymień funkcje rekreacji i omów trzy wybrane.
2. Wymień i omów podstawowe motywy i bariery podejmowania rekreacji fizycznej.
3. Przedstaw klasyfikację determinant rekreacji fizycznej i podaj ich przykłady.
4. Wyjaśnij istotę procesu wychowania do rekreacji (fizycznej) i wymień 3 podstawowe według Ciebie środowiska społeczne odpowiedzialne za jego przebieg.
5. Wymień i scharakteryzuj ogniwa procesu rekreacji ruchowej.
6. Wymień metody nauczania umiejętności ruchowych oraz omów czynniki warunkujące ich dobór.
7. Wyjaśnij, dlaczego rekreacja ruchowa staje się powinnością i nakazem współczesnego człowieka.
8. Przedstaw cele i środki treningu zdrowotnego.
9. Scharakteryzuj istotę ciągłych i przerywanych metod kształtowania zdolności motorycznych.
10. Omów metody treningu zdrowotnego rozwijające wytrzymałość wysiłkową.
11. Uzasadnij, dlaczego trening zdrowotny podejmowany trzy razy w tygodniu (co drugi dzień) stanowi minimalną zalecaną dla zdrowia częstotliwość podejmowania aktywności fizycznej.
12. Scharakteryzuj metody treningu zdrowotnego rozwijające siłę mięśniową.
13. Omów wybrane narzędzie oceny poziomu sprawności fizycznej uczestników zajęć treningu zdrowotnego.
14. Omów rodzaje technik relaksacyjnych i wskaż ich praktyczne zastosowanie.
15. Wskaż korzyści ćwiczeń jogi w aspekcie profilaktyki chorób cywilizacyjnych.
16. Omów specyfikę ćwiczeń fizycznych jogi i ich działanie na układ ruchu.
17. Scharakteryzuj przyczyny dolegliwości bólowych kręgosłupa i wskaż ćwiczenia hatha jogi pomocne przy tych dolegliwościach.
18. Stres - definicja, rodzaje, mechanizm i konsekwencje.
19. Scharakteryzuj pojęcie animacji czasu wolnego.
20. Przedstaw cele, zasady, bariery animacji społeczno-kulturowej.
21. Funkcje i znaczenie czasu wolnego. Współczesne przemiany kulturowe a sposoby spędzania czasu wolnego.
22. Wyjaśnij dlaczego osoba starsza powinna czynnie podejmować rekreację ruchową.
23. Omów podstawowe zasady metodyczne prowadzenia zajęć ruchowych z osobami starszymi.
24. Przedstaw Senior Fitness Test jako narzędzie oceny sprawności funkcjonalnej i wskaż możliwości jego wykorzystania w planowaniu zajęć ruchowych dla osób starszych.
25. Na jakie świadczenia może liczyć osoba udająca się na kurację ze skierowania z NFZ (Narodowego Funduszu Zdrowia), a na jakie świadczenia może liczyć osoba udająca się na kurację ze środków ZUS (Zakład Ubezpieczeń Społecznych). Scharakteryzuj sposób uzyskania skierowania na leczenie w uzdrowisku w obu wymienionych instytucjach.
26. Omów pojęcie zdrowia w ujęciu holistycznym i jego determinanty.
27. Omów znaczenie stylu życia w profilaktyce i leczeniu chorób cywilizacyjnych.

28. Zdefiniuj pojęcie promocji zdrowia i omów jej strategię.
29. Nawyki żywieniowe i ich konsekwencje zdrowotne.
30. Omów prozdrowotne rekomendacje aktywności fizycznej.
31. Wymień i scharakteryzuj 5 form rekreacyjnych imprez plenerowych.
32. Na dowolnym przykładzie scharakteryzuj etapy organizacji imprezy rekreacyjnej.
33. Omów podstawową dokumentację etapu planowania imprezy rekreacyjnej.
34. Omów znaczenie imprez sportowo-rekreacyjnych w popularyzacji aktywnego stylu życia.
35. Omów zasady bezpieczeństwa i higieny obowiązujące organizatorów zajęć rekreacyjnych