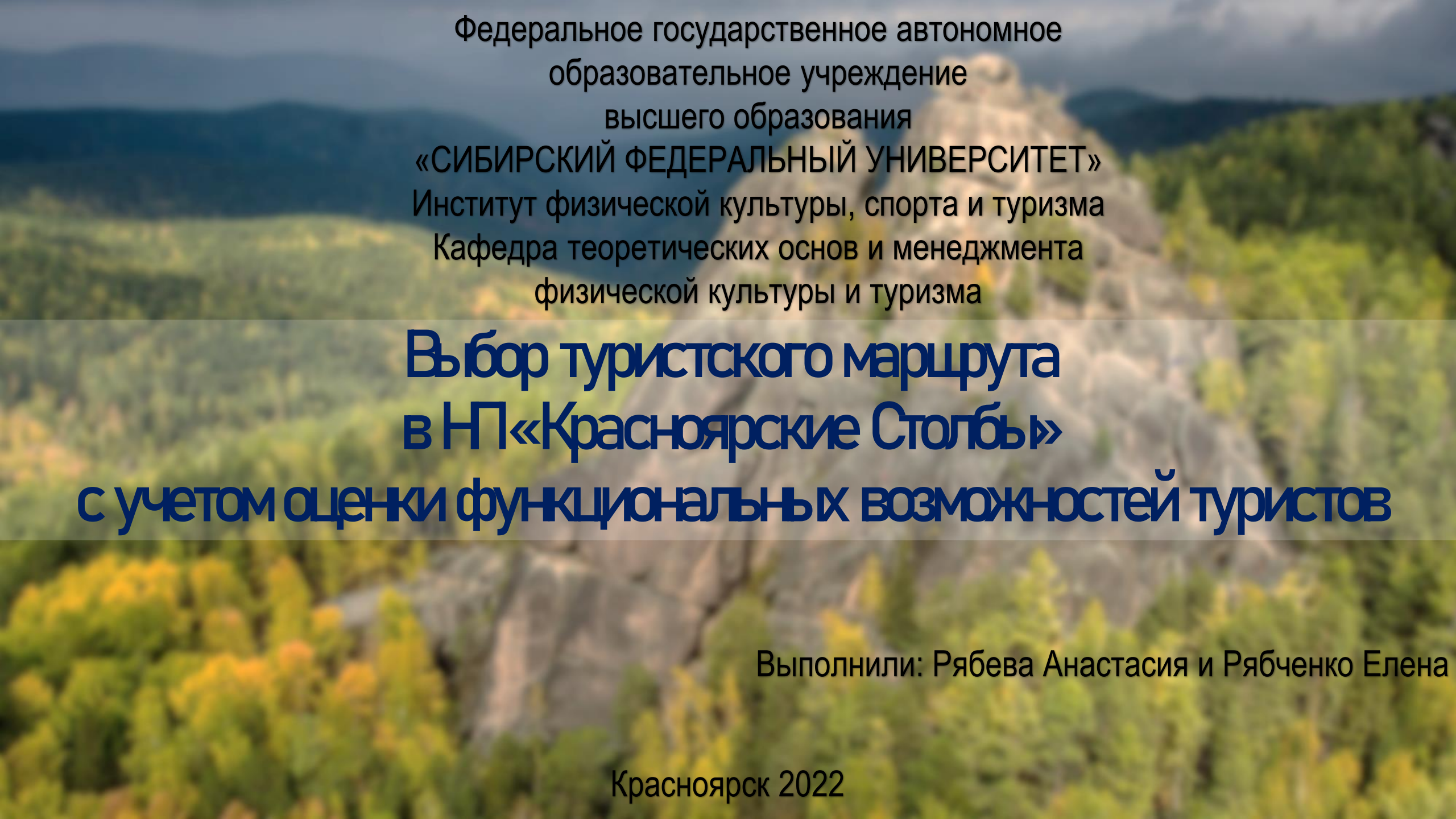




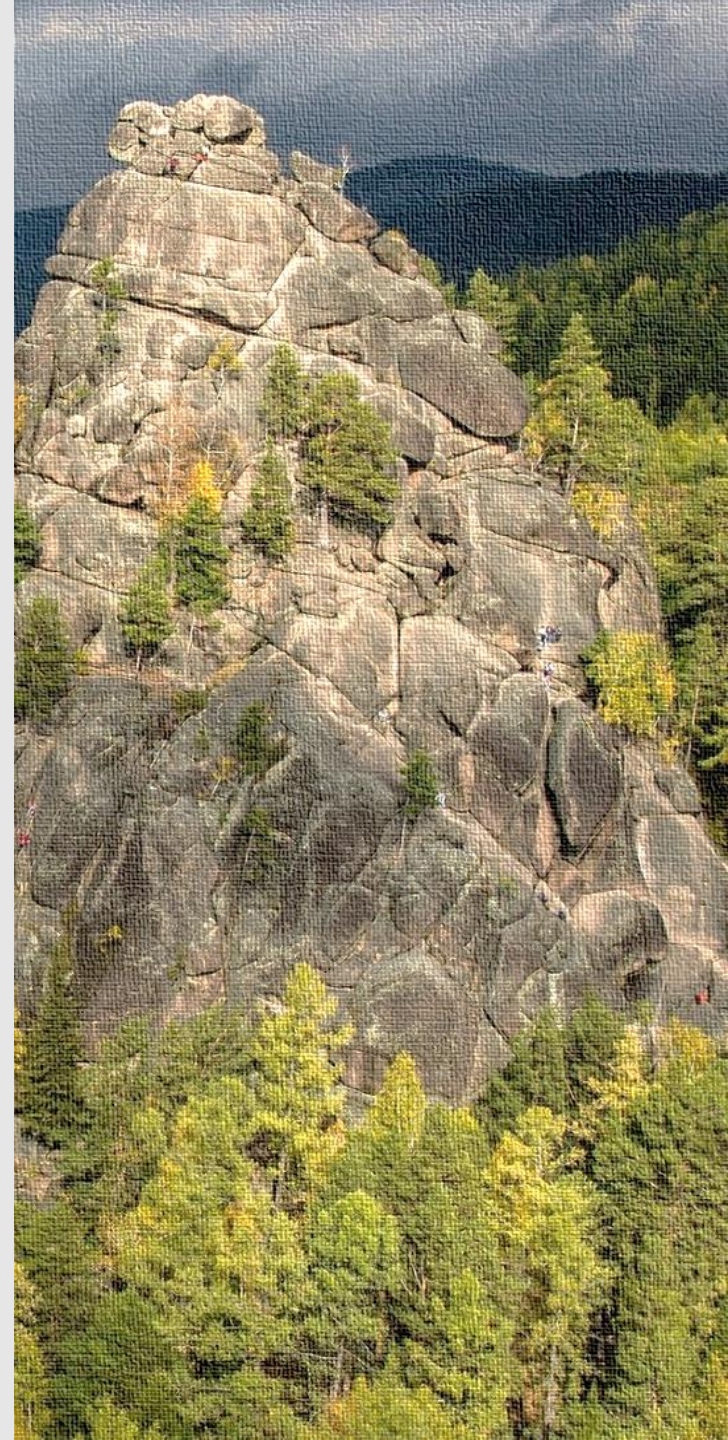
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теоретических основ и менеджмента
физической культуры и туризма

Выбор туристского маршрута в НП «Красноярские Столбы» с учетом оценки функциональных возможностей туристов

Выполнили: Рябева Анастасия и Рябченко Елена

Красноярск 2022

Путешествия по популярным туристским местам – лучший вариант для получения положительных эмоций и впечатлений. При выборе туристского маршрута большинство людей, не учитывает собственную физическую подготовку, что приводит к получению отрицательного опыта и нежеланию возвращаться снова. Именно поэтому крайне важно при подборе тура учитывать не только туристский маршрут, но и функциональные возможности организма туристов, чтобы путешествие оказалось «по силам» и подарило только положительные эмоции и впечатления.





Цель

Определить оптимальный туристский маршрут в национальный парк «Красноярские Столбы» с учетом функциональных возможностей туристов

A

B



Задачи

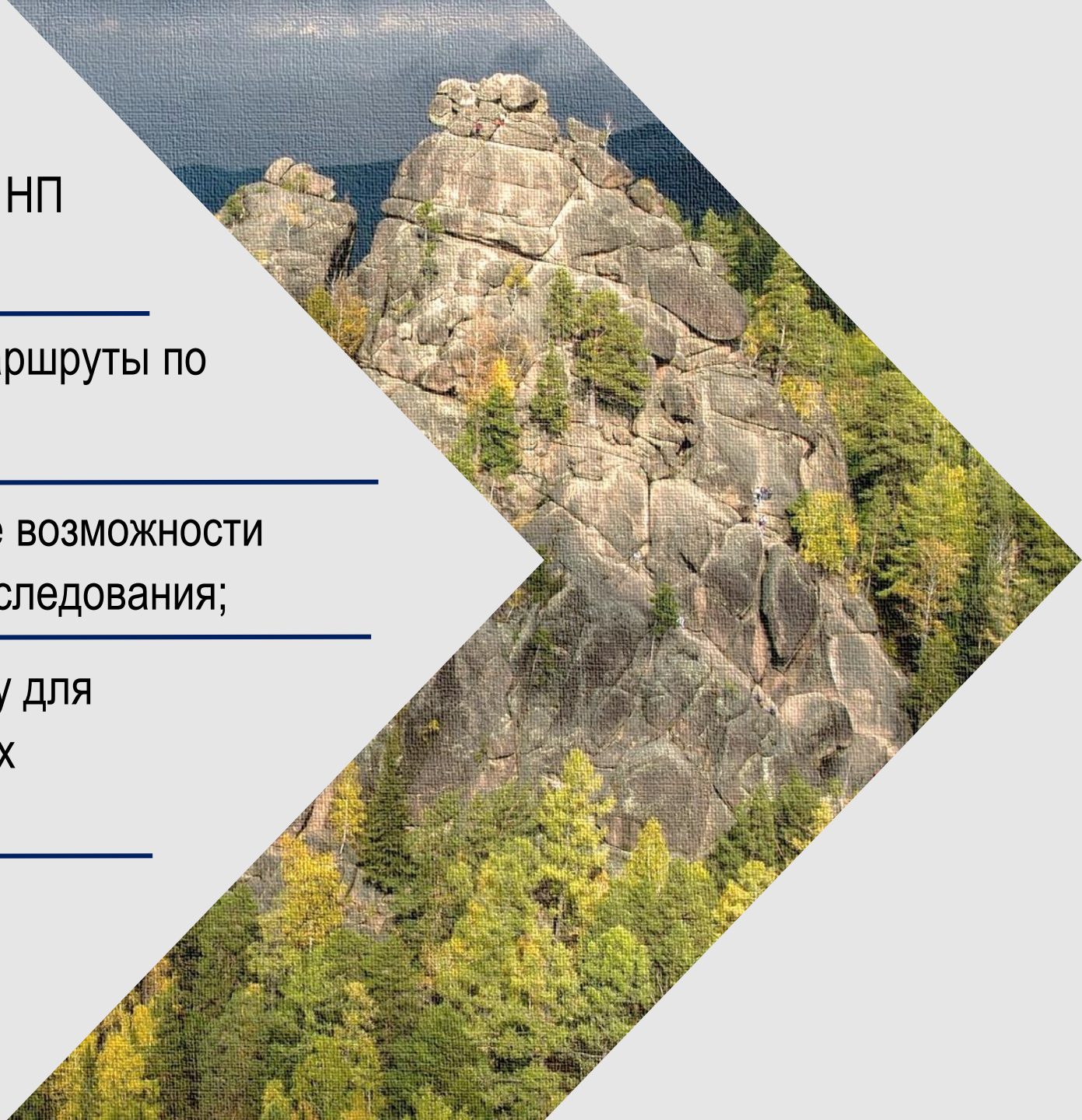
Изучить имеющиеся туристские маршруты в НП
«Красноярские Столбы»;

Классифицировать туристские маршруты по
сложности;

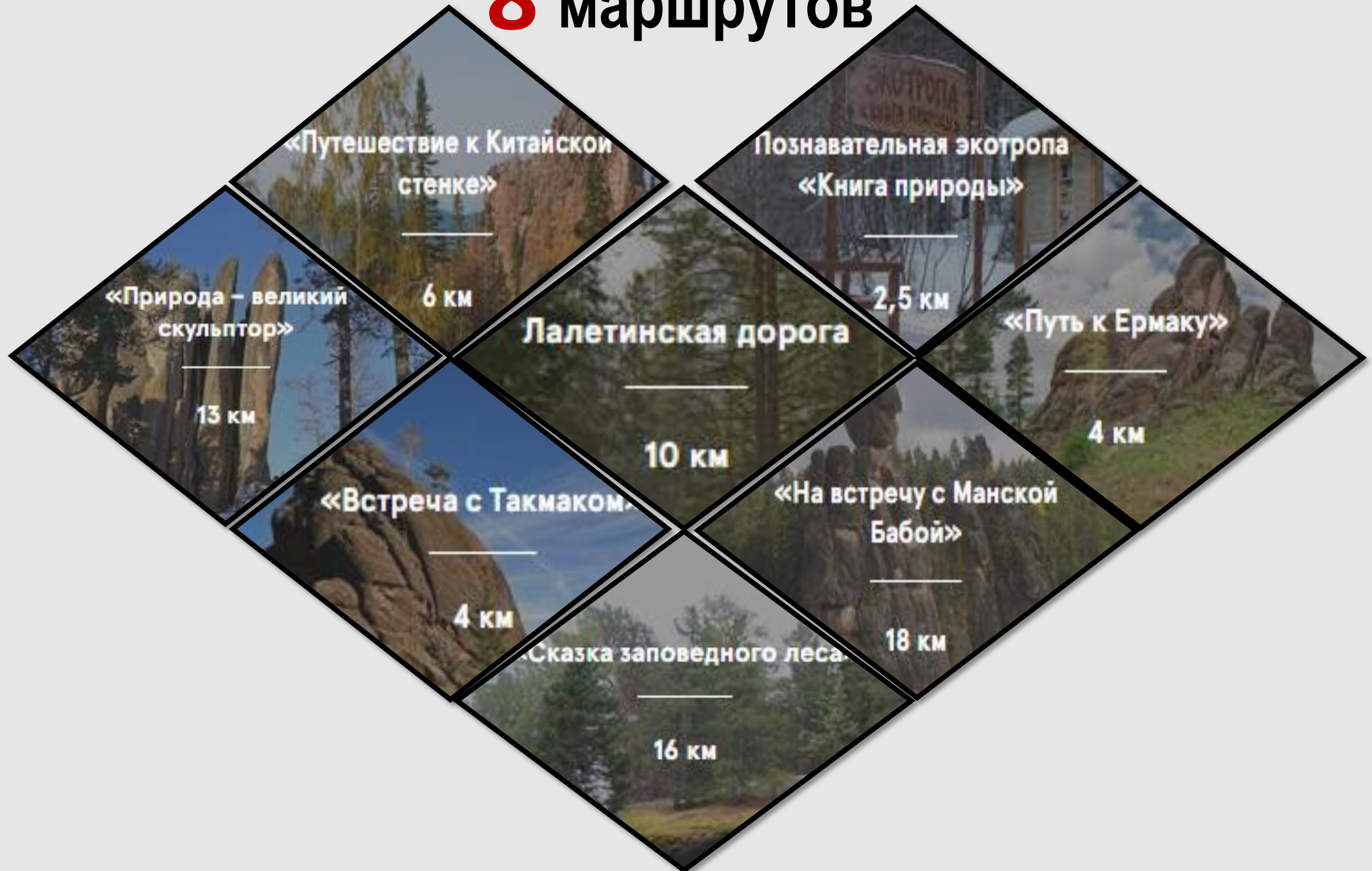
Выявить функциональные возможности
туристов, участников исследования;

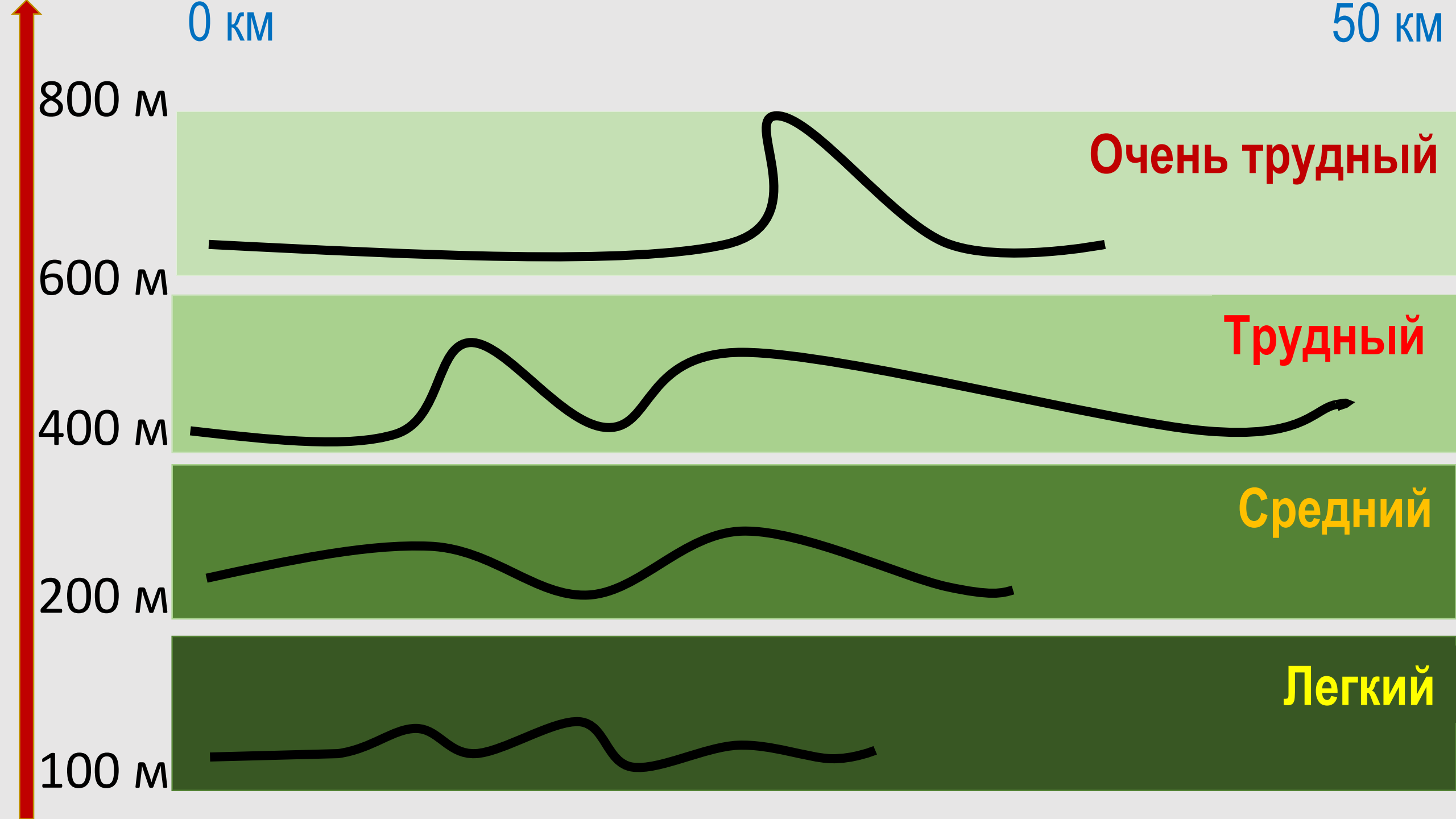
Создать специализированную зону для
тестирования функциональных
возможностей;

Разработать рекомендации по подбору
туристского маршрута на основе
функциональных возможностей туристов.



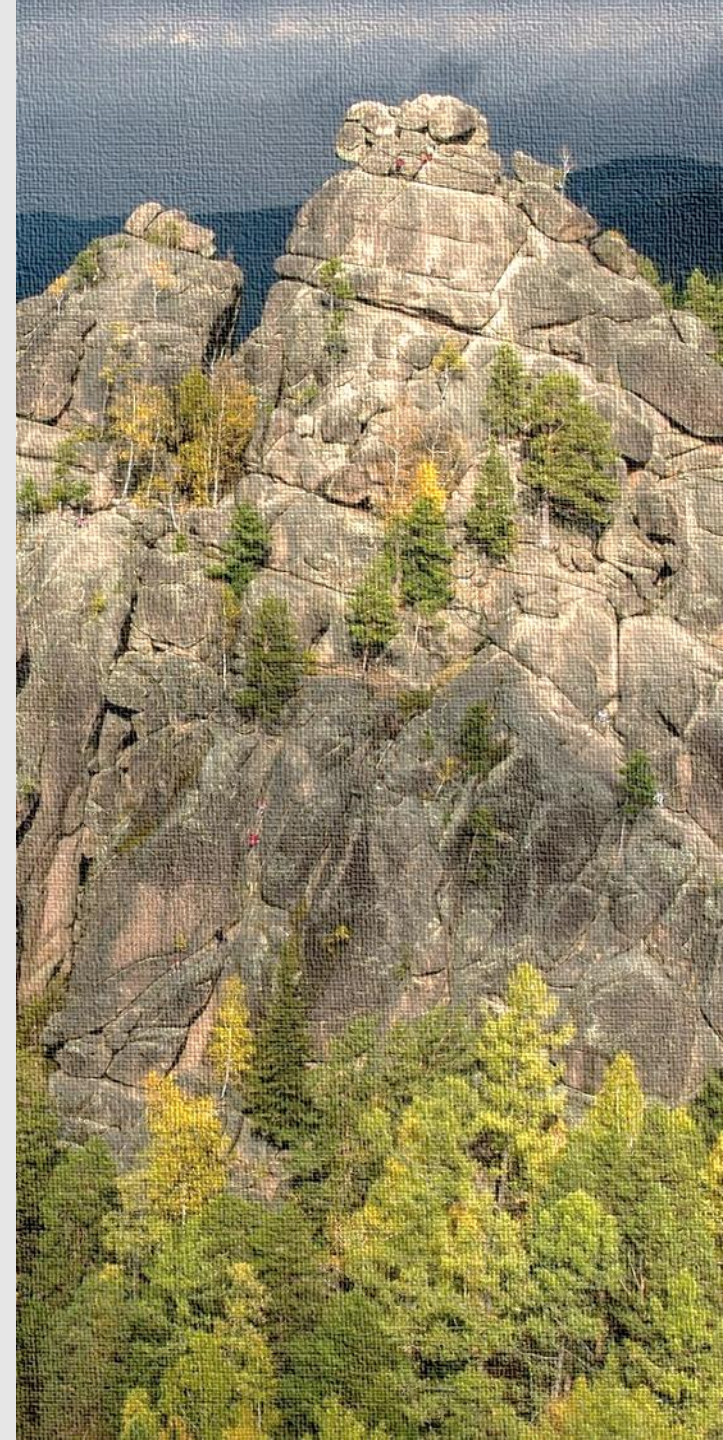
8 маршрутов





Характеристика будущего продукта

Стационарный лабораторный комплекс для измерения функциональных возможностей организма туриста, посещающего Национальный парк «Красноярские столбы», который с помощью 3 тестов определяет оптимальный туристский маршрут, присваивая каждому туристу собственный цвет физической подготовки.



Скрининг физического развития

1

Реакция сердечно-сосудистой системы на стандартную физическую нагрузку

2

Определение весо-ростового индекса

3

Показатель функционального состояния сердечно-сосудистой системы:
ЧСС и АД



Комплекс включает:

Зону измерения росто-весовых показателей

Зону замера артериального давления и частоты
сердечных сокращений

Зону выявления физической подготовки и
присвоения «цвета здоровья»

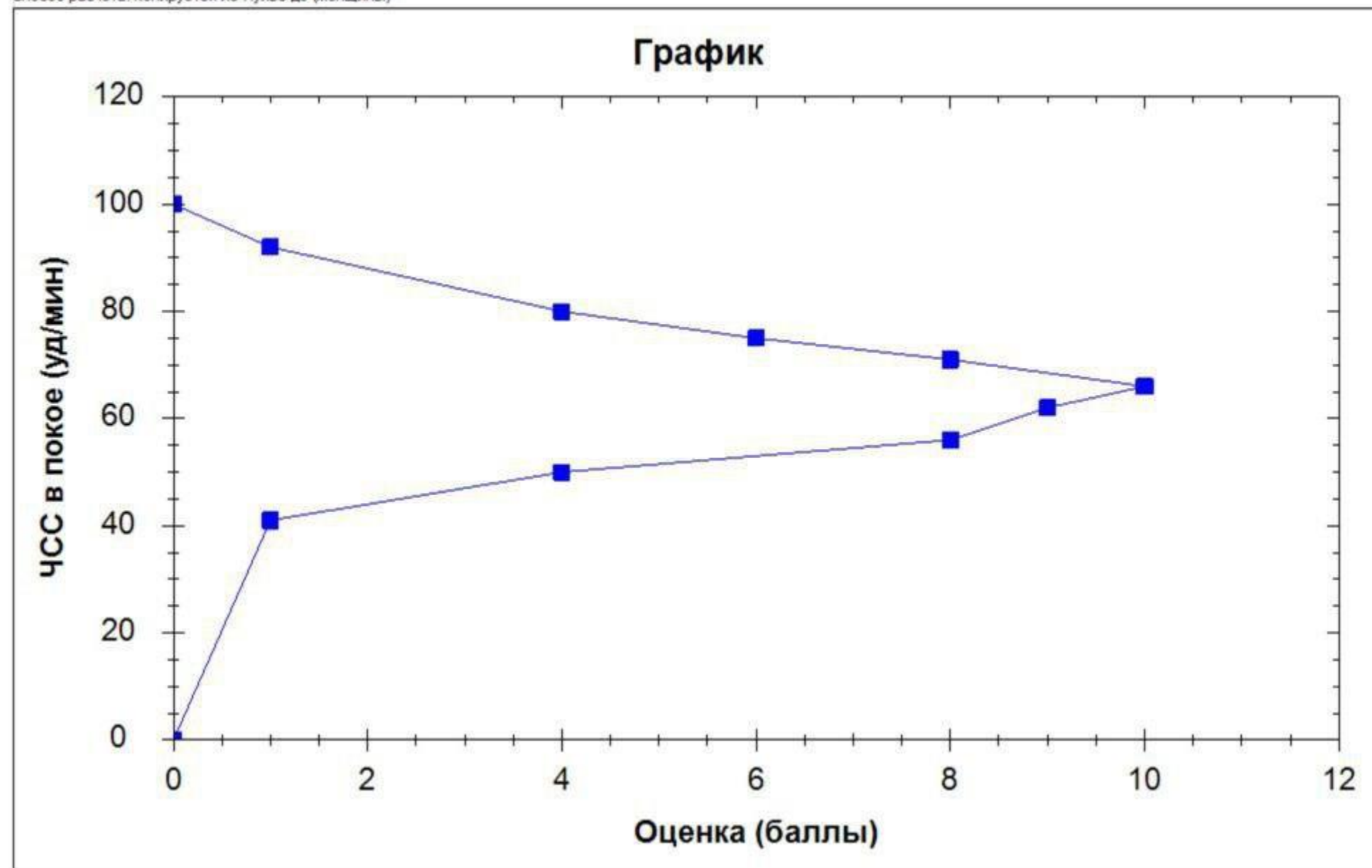
Зону предложения оптимального туристского
маршрута

Список оценок:

	вкл	название	едизм.	пол
	☒	Сил.индекс	балл	м
	☒	Сил.индекс	балл	ж
	☒	Жизн.индекс	балл	м
	☒	Жизн.индекс	балл	ж
	☒	Вес/рост индекс	балл	м
	☒	Вес/рост индекс	балл	ж
	☒	ЧСС в покое	уд/мин	м
▶	☒	ЧСС в покое	уд/мин	ж
	☒	Время восст.	сек	м
	☒	Время восст.	сек	ж
	☒	Гибкость	см	м
	☒	Гибкость	см	ж
	☒	Давление (верх.)	мм.рт.ст	м
	☒	Давление (верх.)	мм.рт.ст.	ж

Максимальные общие оценки: Муж=100 Жен=100

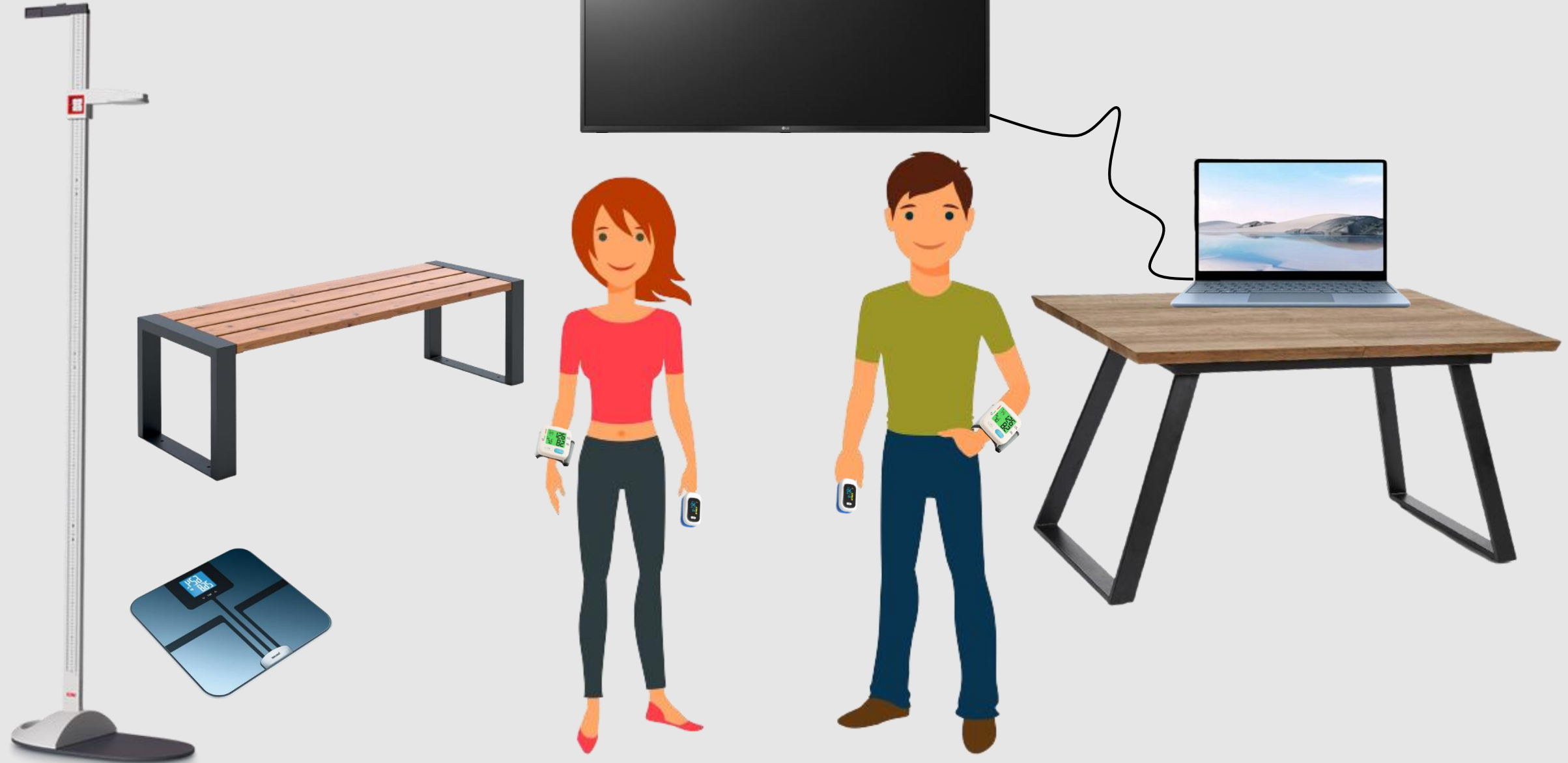
Способ расчета: копируется из Пульс до (женщины)



Характеристика проблемы, на решение которой направлен проект

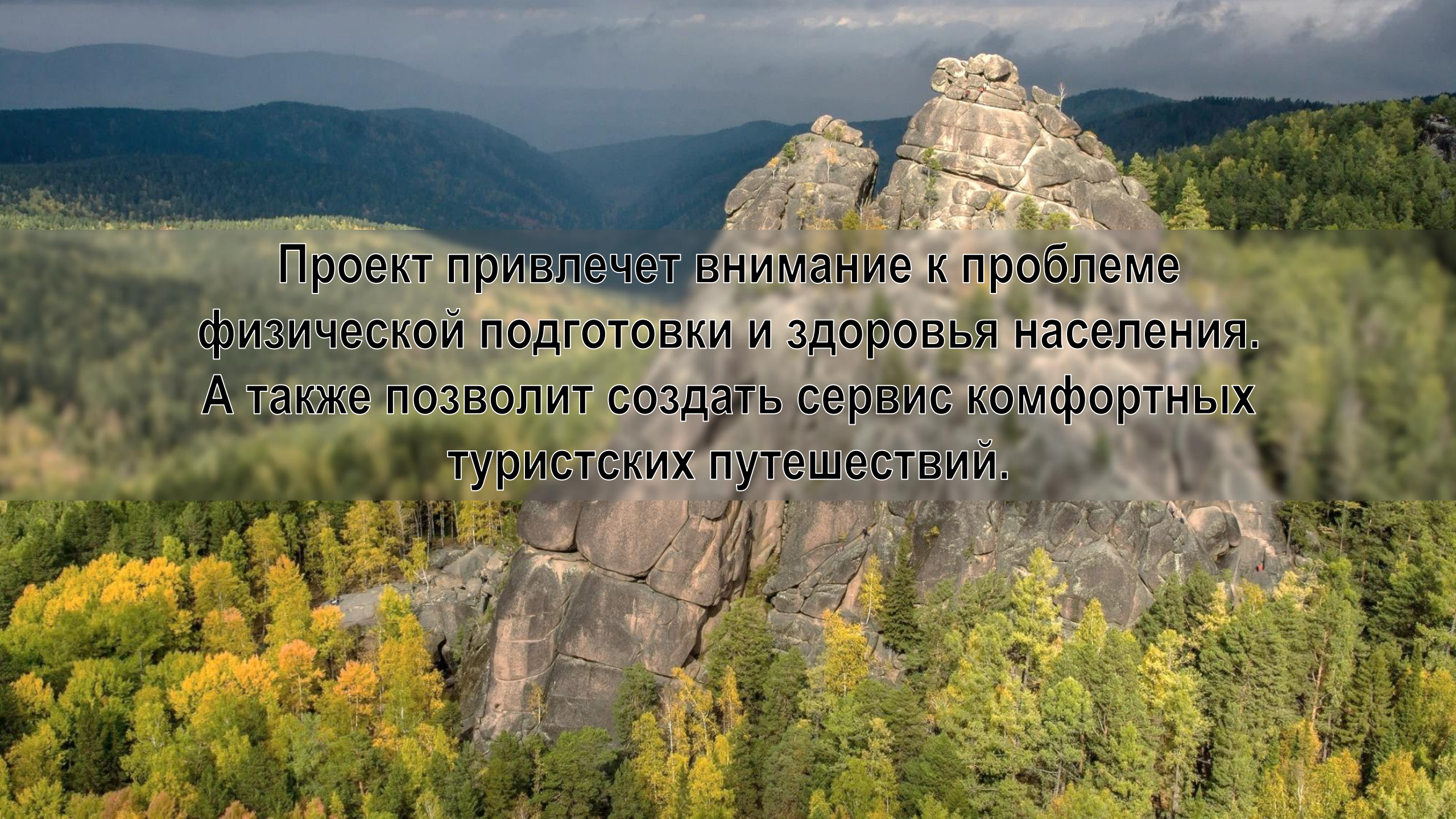
Отсутствие у туристов сформированного представления о необходимости учета физических возможностей организма при выборе туристского маршрута во избежание получения травм и негативного опыта во время путешествия

Вид лаборатории



Финансовый план

Наименование	Количество	Стоимость
Весы напольные	1	1000
Пульсоксиметр	2	5000
Ростомер	1	5000
Тонометр на запястье	2	8000
	Итого:	19000



Проект привлечет внимание к проблеме физической подготовки и здоровья населения. А также позволит создать сервис комфортных туристских путешествий.