

Wydział Nauk o Zdrowiu
Akademia Bialska Nauk Stosowanych
im. Jana Pawła II

**Zestaw pytań do egzaminu
dyplomowego na kierunku**

Turystyka i Rekreacja
(studia drugiego stopnia)

ROK AKADEMICKI 2021/2022

PYTANIA OGÓLNE

1. Wyjaśnij pojęcie „region” z uwzględnieniem specyfiki obszarów przygranicznych.
2. Omów „model turystyki w regionie” z uwzględnieniem obszaru przygranicznego Polski wschodniej.
3. Omów reakcje organizmu na stresor oraz konsekwencje chronicznego stresu i zaproponuj technikę relaksacyjną niwelującą jego skutki.
4. Metodologia to nauka, która zaliczana jest do nauk realnych, formalnych czy współwystępujących z nauką?
5. Od czego zależy obiektywność, rzetelność i trafność procesu badawczego?
6. Zdefiniuj pojęcia: antropologia, antropologia fizyczna, antropologia kulturowa.
7. Wyjaśnij i porównaj terminy kultura i cywilizacja.
8. Omów działanie mechanizmu homeostazy i adaptacji w czasie wysiłku fizycznego.
9. Wyjaśnij określenia „wysiłek aerobowy” i „wysiłek anaerobowy” – podaj przykłady takich wysiłków.
10. Co to są strefy wysiłkowe – kiedy, w jaki sposób i w jakim celu są wyznaczane?
11. Wymień zadania pilota wycieczek i rezydenta.
12. Struktura produktu turystycznego.
13. Na czym polega segmentacja rynku.
14. Definicja i cele przedsiębiorstwa turystycznego.
15. Różnice między agroturystyką a turystyką wiejską.
16. Planowanie turystyczne – charakterystyka.
17. Co to jest Turystyczny Fundusz Gwarancyjny?
18. Cykl życia produktu turystycznego.
19. Markowe produkty turystyczne.
20. Omów system obsługi klienta wykorzystywany w biurze podróży.
21. Omów system obsługi klienta wykorzystywany w hotelarstwie.
22. Wymień 7 podstawowych zasad bezpieczeństwa na plaży.
23. Co rozumiesz pod pojęciem polityka turystyczna państwa?
24. Rola i zadania Polskiej Organizacji Turystycznej.
25. Wymień główne instytucje Unii Europejskiej.

26. Wykorzystanie IT w kreowaniu pozytywnych postaw związanych z aktywnością fizyczną.
27. Rynek turystyczny – charakterystyka
28. Na czym opiera się prognozowanie przyszłego poziomu ruchu turystycznego?
29. Jakie podstawowe informacje powinny dostarczyć badania rynku turystycznego?
30. Rola aktywności fizycznej w procesie starzenia się (inwolucji)

PYTANIA ZE SPECJALNOŚCI

TRENER STYLU ŻYCIA

1. Czynniki warunkujące zdrowie na podstawie pól Lalonda
2. Obiektywne i subiektywne metody pomiaru aktywności fizycznej.
3. Scharakteryzuj piramidę aktywności fizycznej.
4. Jakie są zasady planowania i programowania treningu zdrowotnego?
5. Co to jest trening funkcjonalny?
6. Wymień i opisz zdolności motoryczne (cechy motoryczne).
7. Biomechanika ruchu – wyjaśnij zjawisko tensegracji.
8. Co oznacza neutralne ustawienie kręgosłupa?
9. Wytlumacz pojęcia hipermobilność i hipomobilność?
10. Opisz strukturę zajęć fitness.
11. Na jakie grupy można podzielić zajęcia fitness?
12. Jaką rolę pełni choreografia w zajęciach fitness?
13. Jak ocenić pacjenta z zaburzeniami odżywiania?
14. Jaka jest rola psychodietetyka w odchudzaniu?
15. Jakie znasz zaburzenia odżywiania?