

Отже, до сучасних форм проведення екскурсій відносяться: квест - екскурсії, а також екскурсії з використанням сучасних цифрових технологій (QR-кодів, віртуальних екскурсій, мобільних пристроїв тощо). В умовах пандемії Covid-19 та війни в Україні зростає популярність у проведенні віртуальних екскурсій, які дозволяють їх відвідати не виходячи з дому. З урахуванням сучасних реалій та тенденцій можемо спрогнозувати, що майбутнє екскурсійної діяльності залежить від ступеня використання цифрових технологій.

Список використаних джерел:

1. Верес К.О. Інноваційні технології в екскурсійному супроводі. URL: <http://surl.li/fyrnf>
2. Піскунова Ю.О. Квест-екскурсія як інноваційна форма екскурсійної діяльності. *Туристичний та готельно-ресторанний бізнес: світовий досвід та перспективи розвитку для України: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. Одеса: ОНЕУ, 2019. С.853-856.*
3. Сокол Т.Г., Плиска І.І. Інноваційні способи і форми екскурсійної діяльності на ринку туристичних послуг України. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2017. № 47. С. 165-170.
4. Нездоймінов С.Г., Петрова А.С. Напрями підвищення конкурентоспроможності екскурсійних послуг туристичних підприємств. URL: <http://economyandsociety.in.ua/index.php/journal-15>.

Станєва А. І.

Одеський національний економічний університет
м. Одеса, Україна

*Науковий керівник – к. т. н., доцент кафедри
туристичного та готельно-ресторанного бізнесу*

Кунділовська Т. А.

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ХАРЧУВАННЯ У КУРОРТНИХ ЗАКЛАДАХ РОЗМІЩЕННЯ

Туризм і рекреація – одна із важливих галузей, що впливає на розвиток Одеського регіону. Рекреація – це комплекс оздоровчих заходів, які

здійснюються з метою відновлення нормального самопочуття та працездатності здорової, проте втомленої людини. До основних функцій рекреації відносять: медичні (лікування, оздоровлення), соціально-культурне (задоволення духовних потреб), економічні (відновлення робочої сили). Рекреаційні послуги надають санаторно-курортні заклади, які базуються на використанні природних ресурсів – ландшафтно-кліматичних або гідромінеральних.

Сучасний споживач курортних і рекреаційних послуг стає більш вибагливим щодо організації харчування у курортних закладах. Тому відпочиваючий висуває певні вимоги до асортименту, різноманітності та якості страв у ресторані або їдальні курорту. Отже, у організації курортного харчування актуальним є клієнтоорієнтований підхід.

Студентський табір ОНЕУ «Економіст» – це курортний заклад, в якому студенти та інші відпочиваючі оздоровлюються за рахунок унікального клімату Одеської затоки, можливості використання морської води як природного лікувального ресурсу. Проте, під час курортного відпочинку студенти мають не тільки оздоровитись, відновити своє здоров'я після навантаження під час навчання або праці, але й отримати адекватне харчування, що посилить загальний корисний ефект від рекреаційних чинників та буде враховувати особливі потреби молодого організму.

Найбільш значущий фактор задоволення гостей курортного закладу – це здорове, повноцінне, раціональне та збалансоване харчування, безпечне та якісне. Відношення до їжі як до складного хімічного комплексу, який складається із великої кількості нутрієнтів, що мають визначене фізіологічне та біологічне значення, дає можливість використовувати раціон харчування у студентському таборі «Економіст» для відновлення адаптаційних можливостей організму. До того ж, слід враховувати те, що під час навчання студенти не приділяють увагу складу та поживній цінності продуктів, які вони споживають, не дотримуються режимів харчування, тому правильне організоване харчування під час відпочинку матиме не тільки позитивний ефект, але й стане важливим соціальним та економічним фактором.

Сучасні дослідження харчування української студентської молоді показали, що тільки 63% студентів регулярно приймають їжу, майже 17% студентів не снідають, їхні раціони є неповноцінними, недостатніми та незбалансованими за співвідношенням нутрієнтів, не завжди забезпечують енергетичні потреби організму. Зокрема, 18% дівчат не споживають м'яса або споживають один раз на тиждень. В переліку продуктів бракує риби і морепродуктів. Фрукти і овочі присутні у раціонах 78% дівчат і 65% юнаків тощо [1, с. 49; 2, с. 83; 3, с. 56].

До формування меню необхідно підходити з точки зору сучасних концепцій харчування, враховувати калорійність страв та щоденного раціону, використовувати біологічно-активні добавки, прянощі, продукти, які мають пробіотичні властивості. Оптимальне харчування студентів у таборі «Економіст» має бути правильно організованим, відповідати фізіологічним ритмам організму (сніданок, обід, вечеря), забезпечувати поживною та смачною їжею, яка необхідна для розвитку і функціонування організму, підтримання фізичного і психічного комфорту, збереження здоров'я [4, с. 111; 5, с. 39;].

Для того, щоб студенти стали більш обізнаними та позитивно сприймали особливості меню, доцільно проводити з ними профілактичні бесіди щодо необхідності дотримання правил здорового харчування. В їдальні на стінах можна розмістити інформаційні візуальні матеріали.

Персонал харчоблоку табору при складанні щоденного меню та приготуванні страв має дотримуватись «Норм фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах та енергії» та «Рекомендацій щодо здорового харчування дорослих», затверджених МОЗ України від 07.12.2017 р. [6; 7]. Разом з тим, необхідно запроваджувати принципи безпечного харчування, які регламентуються Законом України «Про основні принципи та вимоги до безпечності та якості харчових продуктів» [8].

Отже, корекція харчових раціонів студентів разом із здоровим способом життя під час перебування у таборі «Економіст» сприятиме покращенню самопочуття студентів.

Список використаних джерел:

1. Єльцова Л.Б., Омельчук С.Т. Оцінка середньодобового споживання овочів та фруктів у раціоні студентської молоді. *Єдине здоров'я та проблеми харчування України*. 2018. № 2. С. 46-54.
2. Аналіз харчових раціонів студентів факультету фізичного виховання. Тимофійчук І. Р., Доцюк Л. Г., Семененко С. Б. та ін. *Єдине здоров'я та проблеми харчування України*. 2019. № 2. С. 81-86.
3. Аналіз харчових раціонів студентів-медиків на основі раціонального харчування. Тимофійчук І. Р., Семененко С. Б., Савчук Т. П. та ін. *Єдине здоров'я та проблеми харчування України*. 2019. № 1. С. 54-58.
4. Філіппева О. А. Раціональне харчування студентської молоді як складова здоров'я. *Наукові праці. Педагогіка*. 2012. № 176. Том 188. С. 108-112.
5. Бужин О. А. Забезпечення фізіологічних потреб населення України в енергії та білку. *Єдине здоров'я та проблеми харчування України*. 2018. № 2. С. 36-45.
6. Про затвердження Норм фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах і енергії: Наказ Міністерства охорони здоров'я України № 1073 від 03.09.2017. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1206-17#Text> (дата звернення 04.04.2023).
7. Рекомендації щодо здорового харчування дорослих: Рекомендації МОЗ України від 07.12.2017. URL: https://moz.gov.ua/uploads/ckeditor/документи/01122017_Basic_Recommendations-1.pdf (дата звернення 04.04.2023).
8. Про основні принципи та вимоги до безпечності та якості харчових продуктів: Закон України № 771/97-ВР від 23.12.1997. (Редакція від 31.04.2023). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/771/97-%D0%B2%D1%80#Text> (дата звернення 04.04.2023).