

Таким образом, **объектом исследования** рекреационной географии, по мнению ученого, являются объекты и субъекты рекреации в различных социокультурных образованиях. **Предметом изучения** рекреационной географии является изучение территориальных рекреационных систем (ТРС).

Под **объектами рекреации** понимаются материальные предметы, системы, процессы и явления, а также идеальные стандарты, являющиеся условиями реализации разнообразной рекреационной деятельности человека. Это своего рода фон для непосредственной рекреационной деятельности, который активизируется в зависимости от многих факторов, но никогда не играет роли сам по себе.

Под **субъектами рекреации** понимаются люди, ведущие рекреационную деятельность на основании стандартов своего социокультурного образования – системы, среды, внешней буферной зоны или региона смешанного освоения. Стандарты социокультурного характера обусловлены внутренней логикой эволюции СКС и диктуют использование строго определенных объектов рекреации. Так происходит выбор района для освоения в рекреационных целях, определение доминирующего типа рекреации и того, что, собственно, является рекреационными ресурсами на текущем этапе.

Под **рекреационной деятельностью** понимается разнообразная деятельность людей, ориентированная на восстановление собственных сил в соответствии со стандартами своего социокультурного образования. Сюда включаются суточный, недельный, кварталный, годовой и жизненный циклы рекреации. Не все они являются предметом исследования географической науки, но все они – проявления рекреационной деятельности.

**Рекреация** (в переводе с польского языка *rekreasja* – отдых, с латыни *recreation* – восстановление) – это: 1) праздники, каникулы, перемена в школе (устаревшее); 2) помещение для отдыха в учебных заведениях; 3) отдых, восстановление сил человека, израсходованных в процессе труда.

Исследованием данного явления занимаются специалисты различных отраслей знания – географы, биологи, психологи, экологи, медики, социологи, экономисты. В связи с этим, следует отметить большую трудность в определении круга понятий, относящихся к рекреационной деятельности.

Рекреация как таковая является одним из основных объектов исследования таких наук, как рекреационная география, рекреалогия, рекреационное природопользование и других.

**Рекреационная география** – 1) наука, изучающая географические закономерности функционирования и развития территориальных систем организации деятельности людей вне рабочего времени; 2) географическая дисциплина, изучающая и моделирующая собственный объект исследования – территориальные рекреационные системы.

**Рекреалогия** – 1) междисциплинарная наука о рекреационных системах, основанная на парадигмах экологии человека; 2) наука о процессах и методах восстановления живых сил человека.

**МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКАЯ ФУНКЦИЯ** состоит в санаторно-курортном лечении и оздоровлении. Оздоровление через туризм – один из путей решения проблемы снятия производственного и внепроизводственного психического утомления человека.

**СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНАЯ ФУНКЦИЯ** – это ведущая функция рекреации. Культурные, или духовные, потребности – это потребности познания в самом широком смысле, познания окружающего мира и своего места в нем, познания смысла и назначения своего существования. Туризм открывает большие возможности для общения человека природными, культурно-историческими и социальными ценностями не только своей страны, но и всего мира.

**ЭКОНОМИЧЕСКАЯ ФУНКЦИЯ** – простое и расширенное воспроизводство рабочей силы. Рекреация сберегает общественно необходимое время. Благодаря рекреации повышается способность трудящихся к труду, увеличивается продолжительность периода сохранения полноценной работоспособности, что ведет к увеличению фонда рабочего времени вследствие сокращения заболеваемости, повышения жизненного тонуса.