

УТВЕРЖДАЮ
Первый проректор, проректор по
УР

_____ А.Е. Рудин

«30» июня 2020 года

Рабочая программа дисциплины

Б1.В.13 Туристско-рекреационное проектирование

Учебный план: ФГОС3++_2020-2021_43.03.02_ИБК_ЗАО_Тех и орг гостиничных услуг.plx

Кафедра: **51** Туристского бизнеса

Направление подготовки:
(специальность) 43.03.02 Туризм

Профиль подготовки: Технология и организация гостиничных услуг
(специализация)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

План учебного процесса

Семестр (курс для ЗАО)	Контактная работа обучающихся		Сам. работа	Контроль, час.	Трудоём- кость, ЗЕТ	Форма промежуточной аттестации	
	Лекции	Практ. занятия					
4	УП	4	12	110	18	4	Экзамен, Курсовая работа
	РПД	4	12	110	18	4	
Итого	УП	4	12	110	18	4	
	РПД	4	12	110	18	4	

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 43.03.02 Туризм, утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 08.06.2017 г. № 516

Составитель (и):

доктор педагогических наук, Профессор

Погодина Виктория
Леонидовна

От кафедры составителя:

Заведующий кафедрой туристского бизнеса

Бабанчикова Ольга
Анатольевна

От выпускающей кафедры:

Заведующий кафедрой

Бабанчикова Ольга
Анатольевна

Методический отдел: Макаренко С.В.

1 ВВЕДЕНИЕ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Цель дисциплины: Сформировать компетенции обучающегося в области туристско-рекреационного проектирования.

1.2 Задачи дисциплины:

- Раскрыть особенности представления о туристско-ресурсном потенциале;
- Продемонстрировать технологии методики;
- Дать оценку перспективам развития видов туризма.

1.3 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Предварительная подготовка предполагает создание основы для формирования компетенций, указанных в п. 2, при изучении дисциплин:

Музеи мира

География

Специальные виды туризма

Организация туристской деятельности

Организация экскурсионной деятельности

2 КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

ПКо-3 : Способен находить, анализировать и обрабатывать научную информацию в сфере туризма

Знать: 1) -рекреационное районирование России и характеристика ее зон и районов;
2) теоретические основы проектирования, организации и реализации стратегий и программ для разных типов туристских продуктов, соответствующих запросам потребителей;
3) - современные подходы к изучению туристско-рекреационных систем, факторов их формирования, иерархии и эволюции, принципов устойчивого развития.

Уметь: 1) анализировать биоклиматические условия, природные рекреационные ресурсы, инфраструктура района, гидроминеральные ресурсы, лечебные грязи, экологические условия природной среды, культурно - исторический потенциал, рекреационная освоенность территории;
2) применять действующее законодательство и общепринятые принципы, и нормы международного права в процессе проектирования туристской деятельности;
3) применять инструменты управления и контроля качества продукции и услуг туристской деятельности.

Владеть: 1) навыками оценки эффективности правовых, этических и моральных норм, используемых в процессе проектирования туристских объектов и программ;
2) навыками оценки эффективности применяемых методов исследования туристского рынка;
3) навыками создания новых туристских продуктов и услуг с использованием современных технологий и методов проектирования;

3 РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Наименование и содержание разделов, тем и учебных занятий	Семестр (курс для ЗАО)	Контактная работа		СР (часы)	Инновац. формы занятий
		Лек. (часы)	Пр. (часы)		
Раздел 1. Сущность и методология туристско-рекреационного проектирования	4				
Тема 1. Понятие и основные признаки проектирования. Проектирование как специфическая деятельность, нацеленная на разработку теоретически и практически обоснованных вариантов развития новых процессов или создания новых объектов. Способы проектирования. Объекты проектирования. Проект как результат процесса проектирования.		0,5		12	ИЛ
Тема 2. Методы исследований при разработке и внедрении проекта. Исследование потребителей: интервью потребителей, ан-кетный опрос, исследование поведения потребителей. Этапы исследований разработки и внедрения проектов. Практическое занятие. Методы исследований при разработке и внедрении проекта.		0,5	0,5	12	ИЛ
Тема 3. Документирование плана проекта. Основные цели плана проекта. Разработка проектной документации. Основные разделы плана проекта. Практическое занятие. Разработка идеи и составление бизнес-плана проекта по внедрению в практику дополнительных услуг для туристов		0,5	0,5	12	ИЛ
Раздел 2. Туристско-рекреационная деятельность как объект проектирования					
Тема 4. Теория организации туристско-рекреационной деятельности. Туристско-рекреационная деятельность и ее типология. Пространственная организация туристско-рекреационной сферы. Методика определения туристской нагрузки дестинации				8	ИЛ
Тема 5. Технология оценки туристско-рекреационных условий и ресурсов. Этапы оценивания туристско-рекреационных ресурсов. Экономическая оценка рекреационных ресурсов. Методики оценки потенциала природных и культурных туристских комплексов. Ценность туристско-рекреационных ресурсов. Технология оценки туристско-рекреационных условий и ресурсов		0,5		8	ИЛ

<p>Тема 6. Анализ туристско-рекреационного потенциала территории. Сущность и содержание категорий «туристско-рекреационный потенциал» и «туристско-рекреационные ресурсы». Условия и факторы освоения туристско-рекреационного потенциала территории. Методы анализа туристско-рекреационного потенциала территории. Практическое занятие. Оценка туристско-ресурсного потенциала одного из туристских районов России и определение перспектив развития туризма в нем</p>		0,5	8	ИЛ
Раздел 3. Технология разработки туристско-рекреационных проектов				
<p>Тема 7. Специфика туристско-рекреационного проектирования. Особенности туристско-рекреационной деятельности, учитываемые при туристско-рекреационном проектировании. Полифункциональность проектирования в отношении туристско-рекреационной деятельности. Уровни туристско-рекреационного проектирования. Исследовательско-концептуальный этап проектирования.</p>			12	ИЛ
<p>Тема 8. Технологическо-производственный этап проектирования. Основные задачи технологическо-производственного этапа проектирования. Основные этапы технологическо-производственного этапа проектирования. Ценообразование в туристско-рекреационном проектировании.</p>	0,5		10	ИЛ
<p>Тема 9. Этап внедрения и реализации. Анализ рисков этапа. Рабочая документация. Сроки внедрения и реализации. Практическое занятие. Разработка проекта тура по выбранной территории.</p>		0,5	7	ИЛ
Раздел 4. Методология проектирования туристско-рекреационных объектов и территорий				
<p>Тема 10. Концептуальные основы проектирования развития туристско-рекреационных регионов. Туристско-рекреационный комплекс региона. Необходимость учета туристско-рекреационных ресурсов для туристско-рекреационного проектирования. Использование геоинформационных систем в туристско-рекреационном проектировании. Практическое занятие. Концептуальные основы проектирования развития туристско-рекреационных регионов.</p>		4	6	ИЛ
<p>Тема 11. Типология туристских центров. Туристский центр и центр туризма. Методика количественной оценки рекреационного потенциала туристских центров. Статистическая типология туристских центров. Практическое занятие. Характеристика наиболее популярных туристских центров.</p>		4	6	ИЛ

Тема 12. Города – как туристские центры. Городской туризм. Города, где туристская индустрия выполняет градообразующую функцию. Города, где туристская индустрия не выполняет градообразующую функцию, но является неотъемлемой частью городской экономики. Практическое занятие. Характеристика с позиции туристско-рекреационного проектирования городов Северо-Западного региона России.		1,5	2	9	ИЛ
Итого в семестре (на курсе для ЗАО)		4	12	110	
Консультации и промежуточная аттестация (Экзамен, Курсовая работа)		4,5		13,5	
Всего контактная работа и СР по дисциплине		20,5		123,5	

4 КУРСОВОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ

4.1 Цели и задачи курсовой работы (проекта): Закрепить знания, умения и навыки обучающегося в области туристско-рекреационного проектирования

Задачи курсовой работы:

Рассмотреть научные концепции и принципы организации проектирования в туристской индустрии;

Выявить специфику туристско-рекреационного проектирования в районах разного типа;

Закрепить навыки сбора, анализа и обработки информации для информационных обзоров и аналитических отчетов по соответствующей тематике;

Подготовить к написанию выпускной квалификационной работы

4.2 Тематика курсовой работы (проекта): Формулировка темы курсовой работы «Разработка оригинального маршрута по территории» (вместо многоточия каждый студент, по согласованию с преподавателем выбирает название либо субъекта РФ, либо района в пределах субъекта РФ).

4.3 Требования к выполнению и представлению результатов курсовой работы (проекта):

Объем работы не должен превышать 50 страниц (приложение при этом не входит в основной объем).

Список литературы должен содержать не менее 20 источников (¼ источников должны быть не старше пяти лет).

Структура курсовой работы:

Введение

1. Природно-ресурсный потенциал туристской деятельности

2. Культурно-ресурсный потенциал туристской деятельности

3. Условия реализации туристско-рекреационного потенциала территории

4. Предложения по разработке тура (указать название)

Заключение

Список использованных источников

Приложение (если есть необходимость)

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

5.1 Описание показателей, критериев и системы оценивания результатов обучения

5.1.1 Показатели оценивания

Код компетенции	Показатели оценивания результатов обучения	Наименование оценочного средства
ПКо-3	-описывает основные этапы и методы проектирования в туризме; - называет основные нормативные и технические источники проектирования в туризме; - описывает нормативно техническую базу туристско-рекреационного проектирования.	Вопросы для устного собеседования Тестирование
	-анализирует, систематизирует и обобщает результаты исследований в области экономики и социологии туризма; -прогнозирует изменения в туристско-рекреационном спросе; -применяет теоретические основы и методы организационного проектирования при решении частных задач;	Практико-ориентированные задания Курсовая работа
	-анализирует особенности применения современных технологий туристско-рекреационного проектирования, освоения и развития территорий;	Практико-ориентированные задания Курсовая работа

	<p>-проектирует создание и развитие туристско-рекреационных зон и комплексов.</p> <p>-предлагает технологии получения и первичной обработки информации о туризме;</p> <p>-разрабатывает алгоритм реализации проекта и контроля за его осуществлением в туристской индустрии;</p> <p>-применяет методы научного проектирования освоения территорий;</p> <p>-разрабатывает план организации социально-экономических исследований в туристской индустрии;</p> <p>-предлагает проект создания договорной документацию в туризме.</p>	
--	--	--

5.1.2 Система и критерии оценивания

Шкала оценивания	Критерии оценивания сформированности компетенций	
	Устное собеседование	Письменная работа
5 (отлично)	<p>Полный, исчерпывающий ответ, явно демонстрирующий глубокое понимание предмета и широкую эрудицию в оцениваемой области. Критический, оригинальный подход к материалу.</p> <p>Учитываются баллы, накопленные в течение семестра.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - содержание работы соответствует выбранному направлению подготовки и теме работы; - работа актуальна, выполнена самостоятельно, имеет творческий характер, отличается определенной новизной; - дан обстоятельный анализ степени теоретического исследования проблемы, различных подходов к ее решению; - показано знание нормативной базы, учтены последние изменения в законодательстве и нормативных документах по данной проблеме; - проблема раскрыта глубоко и всесторонне, материал изложен логично; - теоретические положения органично сопряжены с практикой; даны представляющие интерес практические рекомендации, вытекающие из анализа проблемы; - в работе широко используются материалы исследования, проведенного автором самостоятельно или в составе группы (в отдельных случаях допускается опора на вторичный анализ имеющихся данных); - в работе проведен количественный анализ проблемы, который подкрепляет теорию и иллюстрирует реальную ситуацию, приведены таблицы сравнений, графики, диаграммы, формулы, показывающие умение автора формализовать результаты исследования; - широко представлена библиография по теме работы; - приложения к работе иллюстрируют достижения автора и подкрепляют его выводы; - по своему содержанию и оформлению работа соответствует всем предъявленным требованиям, содержит все необходимые элементы.
4 (хорошо)	<p>Ответ полный, основанный на проработке всех обязательных источников информации. Подход к материалу ответственный, но стандартный.</p> <p>Учитываются баллы, накопленные в течение семестра.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - тема соответствует выбранному направлению подготовки; - содержание работы в целом соответствует заданию; - работа актуальна, написана самостоятельно; - дан анализ степени теоретического исследования проблемы; - основные положения работы раскрыты на достаточном теоретическом и методологическом уровне;

		<ul style="list-style-type: none"> - теоретические положения сопряжены с практикой; - представлены количественные показатели, характеризующие проблемную ситуацию; - практические рекомендации обоснованы; - приложения грамотно составлены и прослеживается связь с положениями курсовой работы; - составлена библиография по теме работы. <p>Самостоятельная работа проведена в достаточном объеме, но ограничивается только основными рекомендованными источниками информации.</p>
3 (удовлетворительно)	<p>Ответ воспроизводит в основном только лекционные материалы, без самостоятельной работы с рекомендованной литературой. Демонстрирует понимание предмета в целом, без углубления в детали. Присутствуют существенные ошибки или пробелы в знаниях по некоторым темам. Учитываются баллы, накопленные в течение семестра.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - работа соответствует выбранному направлению подготовки ; - имеет место определенное несоответствие содержания работы заявленной теме; - исследуемая проблема в основном раскрыта, но не отличается новизной, теоретической глубиной и аргументированностью; - нарушена логика изложения материала, задачи раскрыты не полностью; - в работе не полностью использованы необходимые для раскрытия темы научная литература, нормативные документы, а также материалы исследований; - теоретические положения слабо увязаны с управленческой практикой, практические рекомендации носят формальный бездоказательный характер; - содержание приложений не освещает решения поставленных задач.
2 (неудовлетворительно)	<p>Непонимание заданного вопроса. Неспособность сформулировать хотя бы отдельные концепции дисциплины. Не учитываются баллы, накопленные в течение семестра.</p>	<p>Представление чужой работы, плагиат, либо отказ от представления работы.</p>

5.2 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

5.2.1 Перечень контрольных вопросов

№ п/п	Формулировки вопросов
Курс 4	
1	Социально-экономическая эффективность использования туристского потенциала территории.
2	Основные характеристики инновационного проекта.
3	Риски при разработке проекта.
4	Документирование плана проекта.
5	Общая технология проектирования туристского продукта.
6	Нормативно-техническая база туристско-рекреационного проектирования.
7	Технологические документы (технологические карты, инструкции, правила, регламенты и др.) как результат проектирования туристской услуги.
8	Содержание и последовательность этапов проектирования и их зависимость от вида услуги
9	Составление бизнес-плана туристско-рекреационного проекта
10	Концепция управления качеством проекта.
11	Контроль и регулирование выполнения проекта.
12	Презентация туристско-рекреационного проекта
13	Технология организации презентации.
14	Туристско-рекреационная система, туристские комплекс и центр, туристско-рекреационная зона, туристский регион.
15	Классификация туристско-рекреационных объектов и территорий
16	Этапы разработки развития территориальных туристско-рекреационных систем различного ранга и профиля

17	Социально-экономические предпосылки развития туризма и рекреации.
18	Природные и культурные туристско-рекреационные ресурсы, методика выявления и оценки.
19	Туристская нагрузка и методика ее определения.
20	Факторы реализации туристского потенциала территории.
21	Технологии проектирования туристско-рекреационных программ (туров).
22	Исследования туристского рынка и предложений конкурентов.
23	Оценка успешности реализации туристско-рекреационных проектов.
24	Инновационные процессы в современной индустрии развития объектов и территорий туризма
25	Методы проектирования туристско-рекреационных территорий (центров, комплексов, зон).
26	Особенности проектирования туристско-рекреационных территорий природно-ориентированного и культурного туризма.
27	Зарубежный опыт туристско-рекреационного районирования
28	Специализация туристских регионов и центров России.
29	Разработка региональных программ туристско-рекреационного развития.
30	Роль федерального центра в проектировании развитии туризма в России.

5.2.2 Типовые тестовые задания

- Рекреация представляет собой... израсходованных человеком в процессе труда сил?
 - восстановление
 - исследование
 - устранение
 - изучение
- Выберите правильные ответы. Целью рекреационного туризма является
 - получение прибыли
 - полноценный отдых
 - оздоровление человека
 - покупка чего-либо
- Как называется тип курорта, где в качестве основных лечебных факторов используются природные минеральные воды (для внутреннего и наружного применения)?
 - климатический курорт
 - грязевой курорт
 - приморский курорт
 - бальнеологический курорт
- Что делает тягостной жару летом и усиливает действие холода зимой?
 - сухость
 - ветер
 - влажность
 - солнце
- Как называется лечение морем
 - гирудотерапия
 - пелоидотерапия
 - талассотерапия
 - бальнеотерапия
- Лечение в пещерах называется:
 - сандротерапией
 - спелеотерапией
 - талассотерапией
 - псаммотерапией
- Что такое нафталан
 - применение винограда или виноградного сока с лечебной целью
 - метод лечения длительным пребыванием в условиях своеобразного микроклимата пещер, шахт, гротов, соляных копей и др.
 - метод лечения нагретым песком в виде общих или местных песочных ванн
 - разновидности нефти, применяемой в медицине
- Влияет на глубину и частоту дыхания, скорость циркуляции крови, характер кроветворения, снабжение клеток и тканей кислородом и, следовательно, на интенсивность окислительных процессов, а также углеводного, солевого, жирового и водного обмена, работу мышц – это
 - влажность
 - скорость ветра
 - температура воздуха
 - солнечная радиация
- Кому благоприятен климат пустынь и полупустынь?
 - больным с заболеванием почек

- Б) больным с заболеванием легких
 - В) больным с заболеванием сердца
 - Г) больным диабетом
10. Какой предел «зоны комфорта» у человека
- А) 15-190С
 - Б) 19-220С
 - В) 17-250С
 - Г) 20-260С

11. Прохождение технически сложных пещер, для преодоления которых требуется серьезная профессиональная подготовка – это ...

- А) спелеотуризм
- Б) альпинизм
- В) спортивный спелеотуризм
- Г) лыжный туризм

12. В международной практике для обозначения сложности трасс используется цветовая маркировка. Особо опасные трассы, какой имеют цвет?

- А) синий
- Б) зеленый
- В) красный
- Г) черный

13. Рафтинг – это...?

- А) групповой сплав по горной реке
- Б) плавсредство на двух баллонах
- В) вид технических погружений, совершаемых в пещерах
- Г) погружение под водой

14. К какому виду рисков относятся наводнения:

- А) к антропогенным
- Б) к гидрометеорологическим
- В) к геофизическим
- Г) к биологическим

15. Особо охраняемая зона предназначена для...?

А) обеспечения и осуществления рекреационной деятельности, развития физической культуры и спорта
 Б) сохранения указанных объектов, в её границах допускается осуществление рекреационной деятельности.

В) сохранения природной среды в естественном состоянии, в её в границах допускается проведение экскурсий и посещение в целях познавательного туризма

Г) проведения развлекательной деятельности, развитие событийного туризма

16. Переведите аббревиатуру ООПТ

- А) областная организация помощи туристам
- Б) особо охраняемые памятники территории
- В) особо охраняемые природные территории
- Г) областная организация природных территорий

5.2.3 Типовые практико-ориентированные задания (задачи, кейсы)

1. Составить программу одного дня пребывания туристов в Санкт-Петербурге, посвященную каком-либо выдающемуся жителю города. В программе должно быть запланировано посещение одного из городских музеев и тематическая экскурсия по городу, посвященная герою программы (места его жизни, объекты, связанные с эпохой его пребывания в Петербурге).

2. Разработать квест-экскурсию по Санкт-Петербургу.

3. Составить программу туристского путешествия по одному из маршрутов «По Серебряному ожерелью России».

4. Разработать методическое сопровождение для организации поездки школьников по территории районов Ленинградской области (Программа «Живые уроки»).

5. Нанести на контурную карту России основные природные и культурные объекты (населенные пункты), которые имеют особое значение для организации в стране туризма.

6. Составить схему туристских регионов РФ, используя для этого контурную карту и список регионов со включенными в них субъектами РФ.

7. Используя «План характеристики туристского региона» составить туристскую карту-схему одного туристского региона России (исключая северо-западный) с прилагающейся к ней пояснительной запиской, составленной в соответствии с предлагаемым планом. Прислать работу преподавателю на электронную почту. Выступить в аудитории с докладом, сопровождаемым электронной презентацией. (Примечание: Должны быть охарактеризованы все регионы. В случае, если по одному и тому же региону в группе окажется несколько экспертов, работу они проводят самостоятельно, индивидуально полностью характеризую весь регион). Прислать преподавателю на электронную почту. Выступить в аудитории с докладом, сопровождаемым электронной презентацией.

5.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, владений (навыков и (или) практического опыта деятельности)

5.3.1 Условия допуска обучающегося к промежуточной аттестации и порядок ликвидации академической задолженности

Проведение промежуточной аттестации регламентировано локальным нормативным актом СПбГУПТД «Положение о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся»

5.3.2 Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Устная Письменная Компьютерное тестирование Иная

5.3.3 Особенности проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Экзамен проводится в устной форме по заранее утвержденным экзаменационным билетам. В каждом билете два теоретических вопроса и одно практическое задание. Обучающимся запрещается пользоваться всеми вспомогательными материалами.

Время, отводимое на подготовку к ответу – 30 минут.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1 Учебная литература

Автор	Заглавие	Издательство	Год издания	Ссылка
6.1.1 Основная учебная литература				
Макеева В. С., Бойко В. В.	Теория и методика физической рекреации	Москва: Советский спорт	2014	http://www.iprbookshop.ru/40818.html
Иванова, Н. В., Мальшина, Н. А., Иванова, Н. В.	Туристско-рекреационное проектирование	Саратов: Ай Пи Эр Медиа	2016	http://www.iprbookshop.ru/51621.html
6.1.2 Дополнительная учебная литература				
Погодина В. Л., Матвеевская А. С.	Туристско-рекреационное проектирование	СПб.: СПбГУПТД	2013	http://publish.sutd.ru/tp_ext_inf_publish.php?id=1506
Бессараб, Д. А., Штефан, Л. В.	География международного туризма. Часть 2. География видов туризма	Минск: ТетраСистемс	2013	http://www.iprbookshop.ru/28062.html
Кучеренко, И. М.	Туристско-рекреационное проектирование	Краснодар, Саратов: Южный институт менеджмента, Ай Пи Эр Медиа	2018	http://www.iprbookshop.ru/75094.html
Солодовникова, Ю. Р.	Виды туризма	Омск: Омский государственный институт сервиса, Омский государственный технический университет	2013	http://www.iprbookshop.ru/26680.html

6.2 Перечень профессиональных баз данных и информационно-справочных систем

Информационно – правовой портал ГАРАНТ [Электронный ресурс]. URL: <http://www.garant.ru>

Компьютерная справочно-правовая система КонсультантПлюс [Электронный ресурс]. URL: <http://www.consultant.ru>

6.3 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

Microsoft Windows

MicrosoftOfficeProfessional

СПС КонсультантПлюс

6.4 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Стандартно оборудованная аудитория, видеопроектор с экраном, компьютер.

Аудитория	Оснащение
Лекционная аудитория	Мультимедийное оборудование, специализированная мебель, доска
Учебная аудитория	Специализированная мебель, доска