

Przedmiot:	Wychowanie zdrowotne i promocja zdrowia				Kod:
Kierunek:	Turystyka i rekreacja				Rok/Semestr:2/3
Specjalność:	wszystkie				Tryby: S/NS
Liczba godzin / semestr: 30/16					Punkty ECTS: 3
Wykłady: 15/8	Ćwiczenia: 15/8	Laboratoria:	Projekty:	Seminaria:	

- Wykładowca/y: Wojciech Kasprzak**
e-mail: wojciech.kasprzak@wshig.poznan.pl
Elżbieta M. Heydrych
e-mail: elzbieta.heydrych@wshig.poznan.pl
- Katedra: Turystyki i Rekreacji**
e-mail: wshig@wshig.poznan.pl
- Rodzaj przedmiotu:** obowiązkowy
- Miejsce przedmiotu w programie studiów (rodzaj przedmiotu):**
przedmioty specjalizacyjne
- Wymagania wstępne i dodatkowe:**
Podstawowa wiedza o fizjologii człowieka higienie życia oraz zagrożeniach zdrowotnych, z zakresu szkoły średniej.
- Cel przedmiotu:**
1. Przekaz podstawowej wiedzy z zakresu fizjologii człowieka oraz optymalnych zasad żywienia. 2. Opis stanu zdrowia polskiej populacji na tle Unii Europejskiej i Świata 3. Przedstawienie zagrożenia wynikające z pracy zawodowej, z szczególnym uwzględnieniem hotelarstwa i gastronomii 4. Opis zagrożeń wynikających z zanieczyszczenia środowiska. 5. Przedstawienie zagrożeń będących następstwem nikotynizmu, nadmiernego spożywania alkoholu , środków psychostymulujących oraz narkotyków. 6. Opis zagrożeń wynikających z infekcji bakteryjnych, wirusowych i pasożytniczych , z szczególnych uwzględnieniem hotelarstwa i gastronomii 7. Przedstawienie zagrożeń wynikających z ryzykownych zachowań seksualnych. 8. Opis aspektów zdrowotnych sportu, turystyki i rekreacji 8. Opis możliwości turystyki zdrowotnej w Polsce, z uwzględnieniem doświadczeń zagranicznych 9. Przedstawienie aspektów zdrowotnych i możliwości fizjoterapii, leczenia uzdrowiskowego oraz ośrodków typu SPA
- Efekty kształcenia:**
Wiedza:
1. Znajomość funkcjonowania organizmu człowieka w społecznym świecie oraz zagrożeń jego stanu zdrowia 2. Znajomość optymalnych zasad żywienia oraz zagrożeń wynikających z procesu żywienia w hotelarstwie i gastronomii 3. Znajomość zagrożeń wynikających z niezdrowego lub ryzykownego trybu życia. 4. Wiedza o zagrożeniach chorobami zawodowymi w hotelarstwie i gastronomii

Umiejętności:

1. Umiejętność optymalnego zorganizowania i prowadzenia działań z zakresu sportu i rekreacji w ramach hotelarstwa i gastronomii 2. Umiejętność prowadzenia prawidłowego, fizjologicznego, zdrowego oraz pozbawionego zagrożeń procesu żywienia. 3. Umiejętność działań profilaktycznych i ochronnych zabezpieczających przed wystąpieniem chorób zawodowych u personelu hoteli oraz ośrodków gastronomicznych 4. Umiejętność ograniczenia w własnym życiu oraz swojej rodziny czynników anty zdrowotnych 5. Umiejętność optymalnego korzystania z możliwości polskich i zagranicznych ośrodków sportu, rekreacji, fizjoterapii, uzdrowisk oraz ośrodków typu SPA

Inne kompetencje (personalne i społeczne)

1. Kompetencje kierowania i prowadzenia zakładów z zakresu turystyki i gastronomii zgodnie z zasadami optymalnego ich wykorzystania w promocji zdrowia . 2. Kompetencje w zakresie optymalnego wykorzystania potencjału kadrowego kierowanych przez siebie zakładów, z jednoczesną ochroną zdrowia personelu 3. Kompetencje w zakresie projektowania i organizacji określonych zakładów turystycznych, rekreacyjnych, uzdrowiskowych lub SPA, gwarantujących optymalny standard usług w aspekcie zarówno biznesowym jak prozdrowotnym

8. Metody dydaktyczne:

Wykłady i ćwiczenia: obejmują teorię, ilustracje filmowe i animacje komputerowe, seminaria, dyskusje dydaktyczne

9. Forma i warunki zaliczenia przedmiotu, w tym zasady dopuszczenia do egzaminu, zaliczenia z przedmiotu, a także formę i warunki zaliczenia poszczególnych form zajęć wchodzących w zakres danego przedmiotu:

Ćwiczenia: etapowe zaliczenia z pojęć i definicji/
kolokwia pisemne/ prace semestralne

Egzamin: zaliczenie z całości materiału

10. Elementy składowe oceny końcowej:

aktywność w dyskusji (20 %) aktywność w czasie ćwiczeń (20 %), aktywność w czasie wykładu (20 %), praca semestralna (20%), egzamin ustny (20 %)

11. Całkowity nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów w godzinach:

lektury i przygotowanie się do zajęć - 20

przygotowanie pracy semestralnej - 10

przygotowanie się do kolokwiów - 10

przygotowanie się do egzaminu - 10

Razem : 50 godzin

12. Treści merytoryczne przedmiotu:

- Formy wychowania zdrowotnego w życiu osobistym , rodzinie , szkole oraz w hotelarstwie, turystyce i rekreacji
- Podstawy anatomii i fizjologii człowieka
- Zasady prawidłowego żywienia w aspekcie korzyści osobistych oraz optymalnej diety w hotelarstwie i gastronomii
- Higiena hoteli, ośrodków turystycznych i rekreacyjnych w aspekcie zagrożeń zdrowotnych i cywilizacyjnych
- Stan zdrowia polskiej populacji na tle sytuacji innych państw Unii Europejskiej oraz świata. Pożądane zmiany oraz możliwości ich uzyskania
- Możliwości udziału hotelarstwa, turystyki i rekreacji w poprawie stanu zdrowia polskiej populacji
- Zagrożenie chorobami zawodowymi wśród pracowników sektora hotelarstwa, turystyki i rekreacji. Możliwości przeciwdziałania tym chorobom.
- Higiena seksu, porodu i małego dziecka
- Zagrożenia wynikające z palenia papierosów, nadużywania picia alkoholu oraz zażywania narkotyków
- Zakażenia przewodu pokarmowego w ramach żywienia w hotelach, turystyce i gastronomii
- Istota turystyki zdrowotnej w Polsce i świecie
- Fizjoterapia uzdrowiskowa w Polsce i świecie
- Znaczenie ośrodków promocji zdrowia , fizjoterapii i rekreacji , z szczególnym uwzględnieniem ośrodków typu SPA

13. Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej, obowiązującej do zaliczenia danego przedmiotu:

Literatura obowiązkowa:

1. Gromadzka- Ostrowska J., Włodarek D., Toeplitz Z.: Edukacja prozdrowotna. Wyd. SGGW. Warszawa. 2006
2. Kulmatycki L.: Promocja zdrowia w kulturze fizycznej. Kryteria dobrej praktyki. Wyd. AWF Wrocław
3. Zboina B. (red. Pracy zbiorowej). Promocja zdrowia w profilaktyce chorób cywilizacyjnych. Wyd: Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Wyższej Szkoły Biznesu i Przedsiębiorczości. Ostrowiec Śląski. 2006
4. Buchfelder M., Peter K.: Podręcznik pierwszej pomocy. Wyd. PZWL Warszawa. 2006
5. Jarosz-Lesz A.: Kompendium pierwszej pomocy i ochrony zdrowias w turystyce. Pracownia Psychoprofilaktyki. Katowice 2002
6. Nikonorow M.: Nadzór sanitarny nad żywnością i przedmiotami użytku Wyd. PZWL Warszawa. 1985
7. Tauber R.D., Hasik J. : Jak się odżywiać ? Receptura żywienia w zdrowiu i chorobie. Wyd. WSHiG w Poznaniu. 1996
8. Tauber R.D., Hasik J. : Żywnienie dietetyczne we współczesnej gastronomii. Wyd. WSHiG w Poznaniu. 2001
9. Kasprzak W., Mańkowska A.: Fizykoterapia, medycyna uzdrowiskowa i SPA. Wyd. PZWL Warszawa. 2009

Literatura uzupełniająca:

1. Sheridan Ch.L., Radmacher S.A.: Psychologia zdrowia. Wyzwania dla biomedycznego modelu zdrowia. Instytut Psychologii Zdrowia
2. Jabłoński L., Karwat I.R. Podstawy epidemiologii ogólnej, epidemiologia chorób zakaźnych. Wyd. Czelej, Lublin, 2002

14. Język wykładowy:

polski