

SPIS TREŚCI

PRZEDMOWA	6
-----------------	---

CZĘŚĆ PIERWSZA

PODSTAWY WSPÓŁCZESNEJ GASTRONOMII I ŻYWIENIA

– Roman Dawid Tauber, Jan Marian Hasik.....	8
1. WSPÓŁCZESNA GASTRONOMIA I JEJ ZADANIA	8
1.1. Żywnienie nowoczesne.....	8
1.2. Składniki pokarmowe	10
1.3. Składniki mineralne	16
1.4. Zapotrzebowanie energetyczne w turystyce	17
1.5. Żywnienie na wycieczkach i imprezach turystycznych	19
1.6. Żywnienie sportowców	23
1.7. Zagadnienia do przemyslenia i dyskusji	26
1.8. Literatura zalecana	26

CZĘŚĆ DRUGA

PROBLEMY HOTELARSTWA – ZARYS DZIEJÓW, ZASADY FUNKCJONOWANIA, PERSPEKTYWY I ZADANIA

– Ewa Mucha-Szajek.....	27
1. ZARYS DZIEJÓW HOTELARSTWA.....	28
2. KLASYFIKACJA OBIEKTÓW TURYSTYCZNYCH.....	32
3. MARKETING.....	35
3.1. Produkt.....	39
3.2. Cena.....	40
3.3. Dystrybucja.....	43
3.4. Promocja.....	45
4. RACHUNKOWOŚĆ.....	50

5. WSKAŹNIKI OCENY OBIEKTU HOTELOWEGO	58
5.1. Wskaźniki finansowe	58
5.1.1. Wskaźniki płynności	58
5.1.2. Wskaźniki zadłużenia	60
5.1.3. Wskaźniki sprawności działania	62
5.1.4. Wskaźniki zyskowności	64
5.1.5. Wskaźniki rynkowe	65
5.2. Wskaźniki oceny funkcjonowania obiektu hotelowego części noclegowej	67
6. KADRY, WYMAGANIA, SPOSOBY REKRUTACJI	70
6.1 Rekrutacja jako czynnik kosztotwórczy w hotelach	73
6.2. Planowanie potrzeb kadrowych	74
6.3. Opis stanowiska pracy	75
6.4. Zalety i wady opisu stanowiska	78
6.5. Uruchomienie procesu rekrutacji	79
7. Zagadnienia do przemyślenia i dyskusji	90
8. Literatura zalecana	91

CZĘŚĆ TRZECIA

PROBLEMY KULTURY FIZYCZNEJ, REKREACJI I TURYSTYKI

– Wiesław Siwiński	92
1. KULTURA FIZYCZNA W ŚWIADOMOŚCI I SPOSOBIE ŻYCIA CZŁOWIEKA	92
1.1. Kultura fizyczna w świadomości społecznej	92
1.2. Rekreacja ruchowa i jej znaczenie dla człowieka	96
1.3. Profilaktyczne znaczenie aktywności ruchowej i jej wpływ na zdrowie człowieka	100
1.4. Zagadnienia do przemyślenia i dyskusji	108
1.5. Literatura zalecana	108

2. WYBRANE ĆWICZENIA RUCHOWE SŁUŻĄCE	
ROZWOJOWI OSOBOWOŚCI	111
2.1. Joga formą aktywności ruchowej człowieka	111
2.2. Przykłady ćwiczeń ruchowych jogi	112
2.3. Ćwiczenia bioenergetyczne	115
2.4. Ćwiczenia ruchowe i oddechowe wyzwalaające emocje	119
2.5. Ćwiczenia ruchowe wzbogacające i pogłębiające kontakty międzyludzkie.....	121
2.6. Zagadnienia do przemyślenia i dyskusji	123
2.7. Literatura zalecana.....	123
3. SPOŁECZNO-KULTUROWE FUNKCJE	
WSPÓŁCZESNEJ TURYSTYKI	125
3.1. Wychowanie do turystyki	125
3.2. Negatywne funkcje turystyki	132
3.3. Polityka państwa, samorządów lokalnych, organizacji społecznych w zakresie realizacji funkcji turystyki	135
3.4. Kształcenie kadr dla turystyki na poziomie wyższym	139
3.5. Wzory wniosków do administracji państwowej o nadanie uprawnień przewodnika turystycznego, usług hotelarskich oraz o ustalenie rodzaju i kategorii obiektu	145
3.6. Zagadnienia do przemyślenia i dyskusji	157
3.7. Literatura zalecana	158

