

Einsendearbeit

In der Regel schreiben Sie während Ihrer Weiterbildung Einsendearbeiten zur Lernerfolgskontrolle.

Die Prüfungsinhalte der einzelnen Einsendearbeiten sind der Rubrik „Prüfungsleistungen“ im Online-Campus zu entnehmen. Die Einsendearbeiten sind ebenfalls im Online-Campus zur Bearbeitung abgelegt.

A. Vorbemerkungen:

Die fristgerecht eingegangene Einsendearbeit wird korrigiert und im Online-Campus wieder zur Verfügung gestellt.

B. Hinweise zur Bewertung:

1. Bei jeder Aufgabe bzw. Teilaufgabe ist die erreichbare Punktzahl vermerkt.
2. Sie benötigen mindestens 54 % der insgesamt erreichbaren Punktzahl, damit diese Einsendearbeit als erfolgreich bearbeitet gelten kann.

C. Hinweise zur Bearbeitung/Einreichung:

1. Die Aufgaben sind mit **eigenen Worten** zu beantworten. Bitte kopieren Sie keine Texte aus Ihrem Studienheft oder aus anderen fremden Textquellen. Zitate sind als solche zu kennzeichnen und die Quelle anzugeben.
2. Schreiben Sie **maximal** eine DIN-A4-Seite (bei Schriftgröße 12 Pt.) pro Aufgabe.

Bitte beachten Sie:

Grundlage für die folgenden Aufgaben sind die Studieneinheiten:

Teil A – Gesprächsführung und Konfliktbewältigung im Küchenteam

Teil B – Ernährungskonzepte und Allergenmanagement

Sie können die Teile in beliebiger Reihenfolge bearbeiten.

Wir haben die Aufgaben so ausgewählt, dass zum einen Ihr Wissen abgefragt wird (= **Reproduktion**, z.B. von Definitionen, Begriffen, Merkmalen usw.), zum anderen Ihr Wissen angewendet werden soll (= **Transfer**, z.B. Beurteilung von Alternativen).

Für die Bearbeitung der Aufgaben ist die Beschäftigung mit weiterführender Literatur nicht zwingend notwendig. Sie sollten aber eventuell vorhandene Unklarheiten bzw. Informationsdefizite anhand entsprechender Bücher aufarbeiten.

Sie erhalten Ihre Einsendearbeit so schnell wie möglich korrigiert zurück.

Das IST-Team wünscht Ihnen viel Erfolg bei der Bearbeitung!

Teil A – Gesprächsführung und Konfliktbewältigung im Küchenteam

Aufgabe 1

14 Punkte

Sowohl im beruflichen wie auch im privaten Leben müssen täglich Entscheidungen getroffen werden, die ein gewisses Verhandlungsgeschick und Kommunikationsverständnis voraussetzen.

- a) **Erläutern Sie** die **drei** Ihnen bekannten Verhandlungstypen und **gehen Sie zusätzlich darauf ein**, wieso Verhandlungen und Gespräche mit Partnern aus unterschiedlichen Kulturkreisen einer besonderen Vorbereitung bedürfen. (8 Punkte).
- b) Eine Verhandlung kann in fünf Hauptphasen unterschieden werden. In der Vorbereitungsstufe findet die ausführliche Recherche des Gesprächspartners statt, bestenfalls mit einem Rollen- bzw. Perspektivwechsel und einer umfangreichen Informationssammlung, die als besonders zeitintensiver Faktor gesehen werden muss. **Beschreiben Sie**, warum diese Vorgehensweise empfehlenswert ist. (6 Punkte)

Teil B – Ernährungskonzepte und Allergenmanagement

Aufgabe 2

12 Punkte

Die Zahl von Diäten und Ernährungstrends ist im Zeitalter des Megatrends Gesundheit und Fitness so hoch wie nie. Da gesunde Ernährung und ausreichende Bewegung Hand in Hand gehen, kann das persönliche Idealgewicht langfristig nicht nur durch den Besuch des Fitnessstudios erreicht werden.

- a) Das Intervallfasten kann in mehreren Varianten erfolgen. **Erklären Sie** die Wirkungsweise der 5:2-Diät nach Harvie und **gehen Sie dabei** insbesondere auf die stoffwechsellankurbelnde Funktion ein. (6 Punkte)
- b) **Verdeutlichen Sie**, wieso intermittierendes Fasten nicht für jeden geeignet ist und **welche** sonstigen Stolperfallen es hinsichtlich der Umsetzbarkeit bei dieser Ernährungsform zu bedenken gilt. (6 Punkte)